

Universidade do Algarve

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

Departamento de Psicologia e Ciências da Educação

Sucesso na carreira e bem-estar subjetivo na transição do ensino superior para o mercado de trabalho nas áreas da Psicologia e da Enfermagem

Cheila Catarina Conduto Silva

(n°68799)

Dissertação para a obtenção do Grau de Mestre em Psicologia da Educação

Faro, 2021

Universidade do Algarve

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

Departamento de Psicologia e Ciências da Educação

Sucesso na carreira e bem-estar subjetivo na transição do ensino superior para o mercado de trabalho nas áreas da Psicologia e da Enfermagem

Cheila Catarina Conduto Silva

(nº68799)

Dissertação para a obtenção do Grau de Mestre em Psicologia da Educação

Trabalho efetuado sob a orientação de:

Professor Doutor Luís Sérgio Vieira

Faro, 2021

Sucesso na carreira e bem-estar subjetivo na transição do ensino superior para o mercado de trabalho nas áreas da Psicologia e da Enfermagem

Declaração de autoria do trabalho

Declaro ser a autora deste trabalho, que é original e inédito. Autores e trabalhos consultados estão devidamente citados no texto e constam da listagem de referências incluída.

Assinatura:

(Cheila Silva)

Copyright em nome de Cheila Silva

A Universidade do Algarve reserva para si o direito, em conformidade com o disposto no Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos, de arquivar, reproduzir e publicar a obra, independentemente do meio utilizado, bem como de a divulgar através de repositórios científicos e de admitir a sua cópia e distribuição para fins meramente educacionais ou de investigação e não comerciais, conquanto seja dado o devido crédito ao autor e editor respetivos.

Agradecimentos

Ao concluir este percurso tão importante da minha vida queria expressar o meu agradecimento a todos aqueles que estiveram presentes e me apoiaram nesta caminhada e que, direta ou indiretamente, tornaram possível a realização deste trabalho.

Ao meu orientador, Professor Doutor Luís Sérgio Vieira, pelo apoio prestado ao longo desta etapa, bem como pela disponibilidade, confiança e transmissão de conhecimentos.

À Professora Doutora Ana Moreira, que mesmo não sendo minha orientadora demonstrou total disponibilidade para me ajudar. Grata pelo apoio e carinho manifestado.

Às Direções dos Hospitais e Universidades pelas autorizações concebidas ao meu pedido de envio do questionário aos trabalhadores e estudantes de psicologia e enfermagem.

A todos os estudantes e profissionais de psicologia e enfermagem, que perderam o seu tempo a responder ao questionário, sem eles nada disto teria sido possível.

Aos meus pais, por acreditarem sempre em mim e me incentivarem a lutar pelos meus objetivos. Em especial à minha irmã por me encorajar nas minhas decisões e estar disponível para me ajudar em todos os momentos.

Aos colegas de curso e professores por todos os contributos enriquecedores transmitidos durante esta etapa.

A todos o meu sincero obrigada.

Resumo

A presente investigação pretende estudar o papel do sucesso académico e do sucesso na carreira na promoção do bem-estar subjetivo, na transição do ensino superior para o mercado de trabalho, em estudantes e profissionais das áreas da psicologia e da enfermagem.

Esta investigação, conta com a participação de 246 participantes, dos quais, 91 são estudantes e 155 são profissionais nas áreas da psicologia e enfermagem.

Para a recolha de dados foi aplicado um Questionário Sociodemográfico, o Questionário de Vivências Académicas (QVA-r), a Escala de Satisfação com a Vida, uma versão reduzida da escala portuguesa de afeto positivo e negativo (PANAS-VRP), a Escala de Perceção de Sucesso na Carreira e a Escala de Perceção de Sucesso Académico.

Pretende-se com este estudo, analisar a variância de resultados nas dimensões estudadas em função de variáveis demográficas; investigar a relação entre as dimensões psicológicas em estudo (sucesso académico, sucesso na carreira, vivências académicas, bem-estar subjetivo); examinar em que medida o sucesso académico influencia as expectativas e perceções de sucesso de carreira; testar a influência do sucesso académico e do sucesso na carreira no bem-estar subjetivo de estudantes e de profissionais; e verificar o poder preditivo das variáveis de sucesso na carreira, sucesso académico e sociodemográficas no bem-estar subjetivo.

A análise dos resultados sugere que existem associações estatisticamente significativas entre as dimensões estudadas, como se pode observar através das dimensões de sucesso académico, sucesso na carreira e bem-estar subjetivo.

São descritas as limitações sentidas ao longo do estudo, e assinaladas algumas sugestões para futuras investigações.

Palavras-chave: sucesso na carreira, sucesso académico, bem-estar subjetivo, transição, ensino superior, mercado de trabalho.

Abstract

This research aims to study the role of academic and career success in promoting subjective well-being, in the transition from higher education to the labor market, in students and professionals in the fields of psychology and nursing.

This investigation has the participation of 246 participants, of which, 91 are students and 155 are professionals in the fields of psychology and nursing.

For data collection, a Sociodemographic Questionnaire, the Academic Experiences Questionnaire (QVA-r), the Satisfaction with Life Scale, a reduced version of the Portuguese scale of positive and negative affect (PANAS-VRP), the Perception of Success in Career and the Perception of Academic Success Scale.

The aim of this study is to analyze the variance of results in the dimensions studied as a function of demographic variables; investigate the relationship between the psychological dimensions under study (academic success, career success, academic experiences, subjective well-being); examine the extent to which academic success influences expectations and perceptions of career success; observe the influence of academic success and career success on the subjective well-being of students and professionals; and verify the predictive power of career success, academic success and sociodemographic variables in subjective well-being.

The analysis of the results suggests that there are statistically significant associations between the dimensions studied, as can be seen through the dimensions of academic success, career success and subjective well-being.

The limitations felt throughout the study are described, and some suggestions for future investigations are highlighted.

Keywords: career success, academic success, subjective well-being, transition, higher education, labor market.

Índice

Agradecimentos.....	iv
Resumo.....	v
Abstract	vi
Introdução.....	1
1. Descrição dos construtos	3
1.1. Transição do ensino superior para o mercado de trabalho	3
1.2. Vivências académicas e Sucesso académico	4
1.3. Sucesso na carreira	5
1.4. O Bem-Estar Subjetivo	7
2. Problemática e objetivos da investigação.....	8
3. Metodologia	10
3.1. Amostra	10
3.2. Instrumentos	11
3.3. Procedimento de recolha e análise de dados	13
4. Apresentação e Análise dos Resultados	14
5. Discussão dos resultados.....	28
Conclusão.....	30
Referências bibliográficas	31
Anexo 1- Consentimento informado	36
Anexo 2- Questionário Sociodemográfico	37
Anexo 3 - Questionário de Vivências Académicas (QVA-r; Almeida & Soares, 2002).	38
Anexo 4- Escala de Satisfação com a Vida (Simões, 1992)	39
Anexo 5- Escala portuguesa de afeto positivo e negativo (PANAS-VRP).....	40
Anexo 6- Escala de Perceção de Sucesso na Carreira.....	41
Anexo 7- Escala de Perceção de Sucesso Académico	42
Anexo 8 -Resultados do teste de Sobel	43

Índice de Tabelas

Tabela 1: Estatística descritiva dos resultados e correlações entre variáveis	16
Tabela 2: Diferenças nas dimensões psicológicas em função do gênero	17
Tabela 3: Diferenças nas dimensões psicológicas em função do estatuto profissional	18
Tabela 4: Diferenças nas dimensões psicológicas em função da área de formação	19
Tabela 5: Diferenças nas dimensões psicológicas em função do grau de formação	20
Tabela 6: Diferenças nas dimensões psicológicas em função do grupo etário.....	21
Tabela 7: Diferenças nas dimensões psicológicas em função dos anos de experiência profissional	22
Tabela 8: Síntese da Equação de regressão linear múltipla para a variável dependente do sucesso acadêmico.....	23
Tabela 9: Síntese da equação de regressão linear simples para a variável dependente do bem-estar subjetivo	24
Tabela 10: Síntese das equações de regressões lineares simples para as variáveis dependentes do sucesso na carreira.....	24
Tabela 11: Síntese das equações de regressão linear múltipla para a variável dependente do bem-estar subjetivo	25
Tabela 12: Descrição do Teste de Mediação.....	26
Tabela 13: Regressão linear múltipla	27

Introdução

A vida universitária contribui com algumas mudanças e exigências que causam impacto na qualidade de vida do estudante. A conclusão do ensino superior implica uma reavaliação por parte dos jovens acerca das suas escolhas, experiências vividas até ao momento, como também uma antecipação do que ainda está por vir, tanto em termos profissionais como pessoais (Teixeira, 2002; Teixeira & Gomes, 2004).

No que concerne à fase de transição do ensino superior para o mercado de trabalho, esta é tida em conta como sendo um processo que se desenvolve gradualmente durante os anos académicos, estendendo-se pelo período de ajustamento ao trabalho e aos demais papéis sociais e não apenas a um evento que se inicia e finaliza após a conclusão do ensino superior (Lent et al., 1999).

Para ter sucesso durante a transição, os estudantes precisam de aprender mais sobre o trabalho, entender as regras organizacionais, crescer como especialista, desenvolver habilidades de trabalho em equipa e identificar os seus objetivos a longo prazo (Russell, 2005). Deste modo, podemos concluir que, o estudante universitário tem um papel fundamental no seu processo de formação, uma vez que é ele quem deve explorar as oportunidades oferecidas pelo seu ambiente académico (Astin, 1993).

O mercado de trabalho encontra-se cada vez mais competitivo, o que faz com que as novas gerações se confrontem com situações de incerteza em relação à entrada no mundo laboral e, por sua vez, se manifestem mais competitivos para garantir a sua entrada no mesmo (Delors et al., 2010).

O sucesso no ensino superior destaca-se pela sua complexidade, podendo ser medido através de indicadores objetivos tais como o rendimento académico ou a término do curso, e por indicadores mais experienciais, tais como o envolvimento (Harvey & Williams, 2010; Srikanthan & Dalrymple, 2002).

A literatura refere que existe uma relação entre a experiência de sucesso e satisfação com a formação e a transição para o mercado de trabalho (Monteiro, 2015; Ramos & Gonçalves, 2014). A satisfação que os estudantes sentem acerca das experiências vivenciadas no ensino superior pode influenciar o seu desempenho académico, adaptação e motivação, bem como a sua transição para o mercado de trabalho (Almeida & Vasconcelos, 2008).

No início da carreira, o sucesso é entendido pela forma como o individuo encontra o emprego adequado à área de formação e objetivos de carreira, bem como a adaptação ao novo papel do trabalhador. Contudo, essa compreensão é limitada, pois, os profissionais atualmente

enfrentam uma variedade de tarefas e desafios durante a transição da universidade para o trabalho (Wendlandt & Rochlen, 2008).

Quando falamos em sucesso na carreira, sucesso acadêmico, transição para o mundo do trabalho e na satisfação com o mesmo, esta pode ser expressa através do bem-estar subjetivo do indivíduo. O bem-estar subjetivo, trata-se essencialmente da avaliação que os indivíduos fazem acerca da sua vida. Para proceder a esta avaliação, é fundamental que as pessoas se apoiem nas suas próprias expectativas, emoções, valores e experiências preexistentes (Diener & Lucas, 2000).

Posto isto, é fundamental perceber de que forma os indivíduos percecionam o seu sucesso académico, o seu sucesso na carreira e a avaliação que fazem das suas próprias vidas.

1. Descrição dos construtos

1.1. Transição do ensino superior para o mercado de trabalho

O conceito de transição do ensino superior para o mercado de trabalho é considerado uma transição desenvolvimentista que requer a adaptação e reorganização da vida do indivíduo (Campos, 1993; Schlossberg, 1981).

Segundo Lent et al., (1999) a transição deve ser considerada um processo baseado num desenvolvimento gradual que ocorre durante o percurso académico, alongando-se até ao período de ajustamento ao mundo do trabalho e aos novos papéis sociais.

Posto isto, a literatura aponta que este período de transição é importante no desenvolvimento psicossocial dos jovens, pois manifesta resultados na identidade pessoal e ocupacional, bem como na promoção do seu bem-estar (Maata et al., 2002; Nurmi & Salema-Aro, 2002; Ng & Feldman, 2007).

A preparação da carreira, é considerada um processo autoavaliativo que pretende estabelecer objetivos e metas profissionais a serem executadas ao longo do percurso académico e profissional, permitindo ao indivíduo uma maior orientação e inserção profissional (Brasil et al., 2012).

O sucesso do indivíduo está relacionado com capacidades e competências que desenvolveu ao longo da sua formação, como por exemplo, a aptidão para solucionar problemas, a de análise crítica, de inovação, colaboração e adaptação que influenciam a forma como o indivíduo se acomoda à sua nova realidade laboral (Lima & Coimbra, 2004).

Durante a transição da universidade para o mercado de trabalho, o sucesso na carreira geralmente é entendido como encontrar um emprego que se adapte a área educacional e objetivos de carreira, bem como a adaptação ao novo cargo do trabalhador (Wendlandt & Rochlen, 2008).

Os estudantes que revelaram ter um bom desempenho académico durante o ensino superior, tendem a manifestar-se positivamente nas primeiras experiências do seu contexto profissional (Pascarella & Terenzini, 2005).

Relativamente aos critérios de sucesso referentes à transição para o mercado de trabalho, destes fazem parte os critérios objetivos e subjetivos. O primeiro conceito é diretamente observável por uma terceira pessoa enquanto o segundo conceito é experienciado apenas pela própria pessoa (Gunz & Heslin, 2005).

Deste modo, a carreira externa representa os estádios e os papéis do indivíduo, enquanto a carreira interna envolve o sentimento subjetivo (Schein, 1996).

Indicadores como a obtenção do emprego, renumeração, vínculo laboral e função desempenhada, têm sido os critérios objetivos mais utilizados (Martim et al., 2002). Por sua vez, a realização profissional descrita pelos jovens é vista como um critério de sucesso subjetivo (Silva & Marques, 2001; Taveira, 2001).

A transição do ensino superior para o mercado de trabalho beneficiará de diversos fatores antecedentes ao próprio momento da mudança, nomeadamente das vivências académicas, do sucesso académico e do próprio sucesso na carreira.

1.2. Vivências académicas e Sucesso académico

O estudante universitário tem um papel fundamental no seu processo de formação, uma vez que é ele quem deve explorar as oportunidades oferecidas pelo seu ambiente académico (Astin, 1993).

Almeida et al. (2003) mencionam que, para que o estudante se sinta integrado no contexto universitário, este tem de enfrentar diversas tarefas e solucionar os desafios propostos pelas vivências académicas em quatro domínios principais, o domínio pessoal, o domínio interpessoal, o domínio de estudo e o domínio de carreira.

Sendo que, os domínios que vão ser abordados nesta investigação remetem-se às dimensões interpessoal e de estudo. O primeiro conceito, refere-se às relações estabelecidas com os colegas, as competências de relacionamento em situações onde exista maior intimidade e à procura de ajuda. O segundo conceito remete-nos para os hábitos de estudo, gestão de tempo, rotinas de estudo, utilização de recursos de aprendizagem e preparação para os testes (Almeida et al., 2002).

O conceito de sucesso no ensino superior, destaca-se pela sua complexidade, podendo ser medido através de indicadores objetivos tais como o rendimento académico ou a término do curso, e por indicadores mais experienciais, tais como o envolvimento (Harvey & Williams, 2010; Srikanthan & Dalrymple, 2002).

No que concerne ao rendimento, este constitui uma das medidas mais utilizadas pelas instituições na monitorização do sucesso dos alunos conseguido através do curso e após a conclusão do mesmo (Jongbloed & Vossensteyn, 2001; Kuh et al., 2006; Vossensteyn et al., 2015).

Relativamente à satisfação com a experiência no ensino superior, esta refere-se ao acesso às estruturas e recursos presentes na instituição, à informação disponibilizada no sistema de ensino, à organização do curso, ao processo de ingresso e de gestão de problemas administrativos e à orientação de carreira (Grebennikov & Shah, 2013; Magalhães et al, 2012).

Segundo Astin (1993), os jovens que avaliam de forma positiva a qualidade das suas instituições e demonstram satisfação com a sua experiência académica, sentem-se mais integrados.

Quanto ao envolvimento no contexto universitário, este pode ser descrito através da componente comportamental que inclui a adoção das regras do contexto educacional, o envolvimento na aprendizagem, o tempo despendido nas tarefas e a participação em atividades curriculares e extracurriculares. A componente cognitiva integra aspetos como o investimento e esforço na aprendizagem e compreensão, o uso de estratégias de estudo, as expectativas e ainda a autoeficácia do jovem. A componente emocional corresponde a sentimentos de bem-estar e de pertença, prazer e interesse intrínseco manifestados na experiência de aprendizagem. A forma como o estudante se envolve nestas componentes refletem o seu rendimento académico (Maroco et al., 2016).

Por sua vez, a adaptação ao ensino superior corresponde à forma como os estudantes gerem e ultrapassam os desafios que lhes são colocados. A adaptação pode ser perspectivada em domínios como a adaptação ao estudo, adaptação social, adaptação pessoal-emocional, adaptação institucional, adaptação ao curso e desenvolvimento de carreira (Almeida et al., 1999; Araújo et al., 2014; Baker & Siryk, 1984; Soares et al., 2006).

Segundo Pascarella e Terenzini (2005), os ganhos pessoais a nível do desenvolvimento cognitivo, da qualidade das relações interpessoais, do desenvolvimento de atitudes e valores e da obtenção de competências académicas demonstram impacto na identidade, carreira e qualidade de vida do estudante.

1.3. Sucesso na carreira

O termo “carreira” deriva do latim *carraria* e diz respeito à forma como uma pessoa desenvolve e percebe ao longo do tempo a sua vida profissional (Schein, 1996). Segundo Connolly & Myers (2003), a carreira é uma das áreas, na qual o indivíduo pode planear, estabelecer metas, e criar envolvimento na própria vida.

Este conceito pode ser dividido em dois modelos distintos, o modelo tradicional e o modelo autodirigido. O primeiro modelo, assinala a estabilidade, evolução e divisão sexual e social do trabalho, na qual apenas os homens e os grupos socialmente influentes requeriam possibilidade de ascensão (Chanlat, 1995). Por sua vez, o segundo modelo, é orientado pelas pessoas e não pelas organizações, no qual é valorizado a percepção de cada trabalhador quanto aos seus critérios de autonomia e qualidade de vida (Hall & Mirvis, 1996).

A forma como a pessoa compreende as suas realizações em torno das diversas dimensões da carreira prende-se com a sua percepção de sucesso na mesma. Para um grupo de indivíduos, a percepção está relacionada à flexibilidade no trabalho; para outros, as oportunidades de progresso são mais relevantes; e ainda para um terceiro grupo, a possibilidade de trabalhar para duas organizações manifesta empregabilidade e segurança (Costa, 2010).

O sucesso na carreira é tradicionalmente definido como a soma de trabalho verificado externamente ou percebido internamente (Arthur et al., 2005). Dito isto, o sucesso na carreira pode ser dividido em dimensões objetivas e subjetivas.

Quanto à objetividade, o sucesso na carreira pode ser diretamente observável e avaliado pela sociedade com base em características extrínsecas desejáveis, como a renda, promoções de carreira e estatutos ocupacionais.

Relativamente à subjetividade, o sucesso depende de avaliações pessoais e de satisfação com a carreira e inclui percepções de resultados de carreira intrínsecos e extrínsecos (Dries, 2011; Ng & Feldman, 2014).

Segundo Hall (2002), existem quatro critérios que avaliam a eficácia da carreira. O primeiro diz respeito à posição e ao dinheiro, o segundo, corresponde à forma como o indivíduo percebe e avalia a sua própria carreira, o terceiro considera a adaptabilidade e por fim, o quarto refere-se à identidade.

Costa (2010) remete-nos para duas dimensões que dizem respeito ao sucesso na carreira, a dimensão extrínseca, que implica a avaliação de outra pessoa, através de fatores como a remuneração, a hierarquia e promoção. E a dimensão intrínseca, que corresponde a resultados que tem significado para a própria pessoa, tais como, a identidade, a competência, o desenvolvimento, a cooperação, a criatividade, a empregabilidade, e, os valores.

A dimensão que vai ser analisada neste trabalho remete-nos para a dimensão intrínseca, da qual fazem parte os seguintes fatores (a) identidade, revela o quanto a carreira faz sentido para a pessoa, trazendo lhe felicidade e reconhecimento por parte dos outros (b) competência, indica o quanto a pessoa se sente apta em termos profissionais (c)

desenvolvimento, aponta para a evolução do indivíduo em termos profissionais; (d) cooperação, designa o quanto o indivíduo considera o seu trabalho bem sucedido em equipa; (e) criatividade, representa o quanto a pessoa se percebe criativa na sua profissão; (f) empregabilidade, revela a segurança quanto às oportunidades de trabalho (g) valores, demonstra o quanto o indivíduo trabalha de forma ética no decorrer da carreira.

Dyke & Murphy (2006) investigaram a forma como o sexo feminino e o sexo masculino definem o sucesso na carreira. Os resultados sugeriram que existem diferenças de gênero e as mulheres tendem definir o sucesso na carreira por meio de indicadores subjetivos enquanto o homem se concentra mais em resultados objetivos.

Contudo, conforme as pessoas envelhecem e envolvem-se em diferentes experiências de vida, podem mudar as suas percepções e descrições de sucesso na carreira (Santos, 2016).

1.4. O Bem-Estar Subjetivo

O conceito de bem-estar subjetivo, trata-se essencialmente da avaliação que os indivíduos fazem acerca da sua vida. Para proceder a esta avaliação, é fundamental que as pessoas se apoiem nas suas próprias expectativas, emoções, valores e experiências preexistentes (Diener & Lucas, 2000).

Este conceito integra dois elementos distintos no que corresponde à estabilidade e variabilidade, sendo estes a cognição e a afetividade. A cognição, refere-se à avaliação da satisfação da vida no geral, enquanto a afetividade envolve aspetos emocionais, sendo estes o afeto positivo, que corresponde à frequência de emoções positivas e o afeto negativo que diz respeito à frequência de emoções negativas (Diener e colaboradores, 1999).

Quanto à composição emocional do bem-estar subjetivo, esta inclui um equilíbrio entre as emoções positivas e as emoções negativas. Ou seja, é necessário que exista uma relação positiva entre as emoções vivenciadas no decorrer da vida. Para tal, não é necessário a permanência de sensações positivas, mas sim, verificar se maior parte das experiências manifestam mais prazer do que sofrimento (Keyes et al., 2002).

No que concerne aos diversos modelos dedicados à interpretação dos níveis BES, a abordagem do modelo base-topo e do modelo topo-base, assumem destaque na literatura. O modelo base-topo, refere que a satisfação imediata das necessidades tende a produzir o bem-estar, de modo que os acontecimentos positivos experienciados sejam interiorizados e originem a experiência de bem-estar. Deste modo, quanto mais episódios positivos ocorrer na

vida da pessoa, maiores níveis de BES irão destacar-se. Por sua vez, o modelo topo-base sugere que o indivíduo tenha tendência a julgar os acontecimentos como positivos ou negativos tendo como pressuposto as suas experiências pessoais, sendo a atitude que origina o bem-estar (Diener & Ryan, 2009).

Fatores externos como a saúde, o nível educacional, a condição matrimonial, e a situação socioeconómica são fatores que contribuem para a variância do BES (Diener et al., 1999).

Suhail e Chaudhry (2004), refere que a satisfação com o trabalho aparenta ser o melhor preditor de satisfação de vida.

Por sua vez, Lent e Brown (2006), criaram um modelo de bem-estar para os domínios académicos e profissionais. O modelo indica que as variáveis sociais, cognitivas, comportamentais e de personalidade, determinam a satisfação da carreira e do bem-estar do indivíduo.

Estudos realizados com o presente modelo, sugerem que, os estudantes do ensino superior evidenciam tanto o papel dos objetivos (Lent et al., 2005; Ramos et al., 2011) como dos interesses (Lent et al., 2012) na sequência do bem-estar, que provoca impacto no desenvolvimento de competências académicas (Ramos et al., 2011).

A literatura evidencia que a rendimento académico é um bom preditor do sucesso, da satisfação académica (Ojeda et al., 2011), das escolhas de carreira (Lopes & Teixeira, 2012) e do bem-estar dos estudantes (Ramos, 2016).

2. Problemática e objetivos da investigação

A presente investigação tem como objetivo, estudar o papel do sucesso académico e do sucesso na carreira na promoção do bem-estar subjetivo, na transição do ensino superior para o mercado de trabalho, em estudantes e profissionais das áreas da psicologia e da enfermagem.

Deste modo foram formuladas as seguintes hipóteses:

Hipótese 1: A vivência académica tem um efeito positivo e significativo no sucesso académico dos participantes;

Hipótese 2: O sucesso académico tem um efeito positivo e significativo no bem-estar subjetivo dos participantes;

Hipótese 3: O sucesso académico dos participantes tem um efeito positivo e significativo no seu sucesso na carreira;

Hipótese 4: O sucesso na carreira tem um efeito positivo e significativo no bem-estar subjetivo dos participantes;

Hipótese 5: O sucesso na carreira tem um efeito mediador na relação entre o sucesso académico e o bem-estar subjetivo dos participantes.

Quanto aos objetivos específicos, pretendeu-se:

- Analisar a variância de resultados nas dimensões estudadas em função de variáveis demográficas como o género, a idade, grau de formação e curso;
- Analisar a relação entre as dimensões psicológicas em estudo (sucesso académico, sucesso na carreira, vivências académicas, bem-estar subjetivo);
- Analisar em que medida o sucesso académico influencia as expectativas e perceções de sucesso de carreira;
- Comparar a influência do sucesso académico e do sucesso na carreira no bem-estar subjetivo de estudantes e de profissionais;
- Analisar o poder preditivo das variáveis de sucesso na carreira, sucesso académico e sociodemográficas no bem-estar subjetivo.

3. Metodologia

3.1. Amostra

O presente estudo é composto por uma amostra de 246 participantes, dos quais 26 (10,6%) são homens e os restantes 220 (89,4%) são mulheres. A idade dos inquiridos encontra-se distribuída entre os 18 e os 60 anos, no entanto a média de idades situa-se nos 31 anos ($M= 30,81$; $DP=9,45$). Contudo, para uma leitura mais robusta do modo como se distribuem os participantes em função da idade, criaram-se quatro grupos etários. O primeiro corresponde a participantes com idades compreendidas entre os 18 e os 24 anos e representa, os quais totalizam 31,7% ($N=78$); o segundo grupo corresponde a participantes com idades entre os 25 e os 34 anos, correspondendo a 34,6% ($N=85$); o terceiro grupo abrange os indivíduos com idades entre os 35 e os 44 anos e representa, 24,8% ($N=61$); e, por último, o quarto grupo integra pessoas com 45 anos ou mais anos e corresponde apenas a 8,9% ($N=22$) do total de participantes.

Relativamente à função desempenhada atualmente pelos participantes, 43 (17,5%) encontram-se a estudar num curso de psicologia, 48 (19,5%) a estudar no curso de enfermagem, 51 (20,7%) exercem a profissão de psicólogos, 93 (37,8%) são enfermeiros. Noutras situações, foram descritos 8 (3,3%) que se encontram desempregados na área da psicologia e 3 (1,2%) se encontram desempregados na área de enfermagem. Obteve-se assim, um total de 91 (37%) estudantes e 155 (63%) profissionais nas áreas mencionadas.

Quanto à formação académica, pode-se referir que 102 (41,5%) participantes pertencem à área de psicologia e 144 (58,5%) pertencem à área de enfermagem.

No que concerne ao género dos participantes em cada uma das áreas de formação, pode-se mencionar que a totalidade dos estudantes que frequentam o curso de psicologia ($N=43$) são do sexo feminino. Quanto ao curso de enfermagem, três alunos são do sexo masculino e 45 (93,8%) do sexo feminino. Já, no que se refere aos psicólogos, quatro são do sexo masculino e 47 (92,2%) do sexo feminino. Quanto aos enfermeiros, dezasseis participantes são do sexo masculino e 77 (82,8%) do sexo feminino. Por sua vez os desempregados na área da psicologia correspondem a dois indivíduos do sexo masculino e seis do sexo feminino, e, por fim, os desempregados de enfermagem correspondem a um indivíduo do género masculino e dois do género feminino.

Tendo em consideração o ano de formação¹, verificou-se que três (1,2%) inquiridos encontram-se a frequentar o 1.º ano de formação, 11 (4,5%) o 2.º ano de formação, 15 (6,1%) o 3.º ano de formação, 14 (5,7%) o 4.º ano de formação e, por fim, 23 (9,3%) o 5.º ano de formação. De referir que nem todos os estudantes indicaram o ano escolar que se encontravam a frequentar ou que frequentaram, contudo foi possível perceber mais ou menos em que ano estariam devido às respostas efetuadas.

Quanto ao grau de formação, 42 (17,1%) frequentam o grau de Licenciatura e 49 (19,9%) o Mestrado, obtendo um total de 91 (37%) estudantes.

Relativamente à experiência profissional, 137 (55,7%) participantes tem entre 0 a 3 anos de experiência, 54 (22%) participantes tem entre quatro a 12 anos de experiência, 43 (17,5%) participantes tem entre 13 a 21 anos de experiência e 12 (4,9%) participantes tem 22 ou mais anos de experiência profissional.

3.2. Instrumentos

No que concerne aos instrumentos que foram aplicados no presente estudo, eles foram um Questionário Sociodemográfico, o Questionário de Vivências Académicas (QVA-r) adaptado por Almeida et al. (2001), a Escala de Satisfação com a Vida (Simões, 1992), uma versão reduzida da escala portuguesa de afeto positivo e negativo (PANAS-VRP), (Galinha et al., 2014), a Escala de Perceção de Sucesso na Carreira (Costa, 2010) e a Escala de Perceção de Sucesso Académico (Mossini, 2019).

No Questionário Sociodemográfico, foram recolhidas algumas informações acerca dos participantes, tais como: idade, género, curso e grau de formação.

O Questionário de Vivências Académicas (QVA-r) adaptado por Almeida et al., (2001) é um instrumento de autorrelato constituído por 60 itens que procuram avaliar 5 dimensões, sendo que envolvendo profissionais e estudantes as que vão ser utilizadas neste estudo são: a interpessoal ($\alpha=.86$) e a de estudo ($\alpha=.82$). A resposta é dada de acordo com o sentimento do participante, numa escala tipo *Likert* com cinco níveis: (1) nada, (2) pouco, (3) algumas vezes, (4) bastante e (5) sempre. No presente estudo a dimensão interpessoal apresenta um alfa de *Cronbach* de .73 e a dimensão de estudo um alfa de *Cronbach* de .72.

¹ Optou-se pela expressão ano de formação, em alternativa a ano de curso, para poder conjugar os anos de formação de diferentes ciclos. Por exemplo, o 4.º ano de formação agrega os alunos do 1.º ano dos cursos de mestrado em psicologia e o 4.º ano do curso de licenciatura em enfermagem.

A Escala de Satisfação com a Vida (SWLS – *Satisfaction With Life Scale*), adaptada por Simões (1992), tem como objetivo avaliar através de 5 questões a apreciação que as pessoas fazem sobre o quanto estão satisfeitas com a sua vida. A resposta é dada numa escala tipo *Likert* com cinco níveis: (1) discordo muito, (2) discordo um pouco, (3) não concordo, nem discordo, (4) concordo um pouco e (5) concordo muito. Este instrumento obteve um alfa de *Cronbach* de 0,78. Sendo que neste estudo obteve um alfa de *Cronbach* de .86.

A versão reduzida da escala portuguesa de afeto positivo e negativo (PANAS-VRP) de Galinha e colaboradores (2014). Este instrumento, corresponde a um questionário de autorresposta composto por 10 itens, no qual, cinco deles abrangem afetos positivos (interessado, entusiasmado, inspirado, ativo e determinado) e os restantes cinco itens abrangem os afetos negativos (nervoso, amedrontado, assustado, culpado e atormentado). Cada participante deve indicar em que medida se sente em cada uma das emoções, numa escala tipo *Likert* com cinco níveis: (1) nada ou ligeiramente, (2) um pouco, (3) moderadamente, (4) bastante e (5) extremamente.

A versão portuguesa inicial de 20 itens apresentou uma consistência interna de $\alpha = .86$ na escala de afeto positivo e de $\alpha = .89$ na escala de afeto negativo, semelhante à versão original (Galinha & Ribeiro, 2005). Neste estudo obtivemos um alfa de *Cronbach* de .87 na escala de afetos positivos e de .86 na escala de afetos negativos.

A Escala de Perceção de Sucesso na Carreira foi construída por Costa (2010), a partir de outras escalas e estudos internacionais que visam avaliar o sucesso na carreira através da perceção do trabalhador. As respostas são dadas numa escala tipo *Likert* com cinco pontos: (1) discordo totalmente; (2) discordo; (3) nem discordo, nem concordo; (4) concordo; e (5) concordo totalmente). Este instrumento é composto por 54 itens, distribuídos por 11 dimensões, sendo que as dimensões que fazem parte deste estudo pertencem ao sucesso subjetivo e são: a competência, avalia o quanto o individuo se sente competente no que faz ($\alpha=.85$); a cooperação, avalia o quanto a pessoa se sente bem sucedida no trabalho em equipa ($\alpha=.81$); a criatividade, avalia o quanto a pessoa se sente criativa profissionalmente ($\alpha= .72$); o desenvolvimento, avalia a perceção da pessoa quanto ao seu desenvolvimento profissional ($\alpha=.81$); a empregabilidade, avalia o quanto a pessoa se sente segura em relação às oportunidades de trabalho ($\alpha=.76$); a identidade, avalia o sentido da carreira na vida da própria pessoa ($\alpha= .84$) e os valores, avaliam o quanto a pessoa respeita os seus valores, trabalhando de forma ética enquanto desenvolve a sua carreira ($\alpha= .68$). Neste estudo obtivemos os seguintes índices de consistência interna nas seguintes dimensões: competência ($\alpha=.87$),

cooperação ($\alpha=.82$), criatividade ($\alpha=.67$), desenvolvimento ($\alpha=.73$), empregabilidade ($\alpha=.74$), identidade ($\alpha=.77$) e valores ($\alpha=.52$).

A Escala de Percepção de Sucesso Académico criada por Mossini (2019) com vista a compreender a percepção de sucesso, possui a subescala de percepção de sucesso académico e a subescala de sucesso comparado.

A subescala de percepção de sucesso académico é composta por oito afirmações das quais fazem parte a satisfação com as notas; satisfação com o progresso; satisfação com os amigos; progresso nos estudos; progresso nos objetivos; desenvolvimento pessoal; habilidades e sucesso académico. A resposta é dada numa escala *Likert* de cinco pontos, variando entre 1 (Muito Insatisfeito) a 5 (Muito Satisfeito). O alfa de *Cronbach* obtido foi de .89. No presente estudo a consistência interna é de .92.

3.3. Procedimento de recolha e análise de dados

Tratando-se de uma investigação em contexto universitário e laboral, foi pedido o consentimento informado a todas as instituições envolvidas, bem como a todos os participantes. A recolha de dados para a investigação, realizou-se entre dezembro de 2020 e maio de 2021 através do preenchimento de um questionário *on-line*, no qual foi explicado a importância da investigação e continha uma questão na qual os indivíduos decidiam se queriam participar ou não no presente estudo, na forma de consentimento informado.

Considerando o desenho metodológico, nomeadamente os procedimentos de recolha e de análise de dados, a presente investigação corresponde a um estudo descritivo e transversal, pois corresponde a uma coleta de dados num único momento no tempo.

Ao nível do procedimento de análise de dados procedeu-se à análise com recurso a procedimentos estatísticos, através do programa *Statistical Package for the Social Science* (SPSS), versão 25 para *Windows*.

Para descrever e caracterizar a amostra, relativamente às características sociodemográficas recorreu-se à estatística descritiva (média, moda, desvio padrão) e para analisar a variância entre resultados foram aplicadas correlações e regressões, com vista a verificar se existe variância na distribuição e correlação entre as variáveis de sucesso quer académico, quer profissional no bem-estar subjetivo dos participantes.

Com o objetivo de obter uma melhor compreensão acerca dos resultados obtidos achou-se necessário fazer uma junção de algumas variáveis. Deste forma a variável faixa etária foi dividida em quatro grupos, pertencendo ao primeiro grupo, indivíduos com idades

compreendidas entre os 18 e os 24 anos; no segundo grupo, indivíduos com idades percebidas entre os 25 e os 34 anos; no terceiro grupo, indivíduos com idades entendidas entre os 35 e os 44 anos e por fim o quarto grupo refere-se a indivíduos a partir dos 45 anos de idade.

A variável experiência profissional, também foi reunida em quatro grupos, sendo que o primeiro diz respeito a participantes que têm pelos menos três anos de trabalho; o segundo grupo refere-se a participantes com quatro a doze anos de trabalho; o terceiro grupo menciona os participantes que têm entre treze a vinte e um anos de trabalho e para terminar o quarto grupo indica os participantes que têm vinte e dois ou mais anos de experiência profissional.

Quanto à variável Bem-Estar Subjetivo, esta variável compósita foi concebida através dos valores obtidos na Escala de Satisfação com a Vida (SWLS – *Satisfaction With Life Scale*) e na versão reduzida da Escala portuguesa de afeto positivo e negativo (PANAS-VRP), através da seguinte fórmula: $BES=(PA+SWLS)-NA$.

4. Apresentação e Análise dos Resultados

Após a descrição da parte teórica da investigação, dos seus propósitos e metodologia, segue-se a apresentação dos resultados obtidos.

Considerou-se importante a apresentação dos dados das estatísticas descritivas e correlacionais das variáveis em estudo. Como tal, observando a tabela 1, verifica-se que os inquiridos apresentam uma média de satisfação com a vida de 18.55 ($DP= 4.19$), com uma prevalência dos afetos positivos ($M=18.01$, $DP=3.51$) sob os afetos negativos ($M=10.85$, $DP=4.03$). Sendo que o bem-estar subjetivo, apresenta uma média de 25.71 ($DP=8.43$).

No que concerne as dimensões de vivências académicas, a dimensão interpessoal apresenta uma média de 44.41 ($DP=6.09$) e a dimensão de estudo, uma média de 44.17 ($DP=5.62$). Tendo o sucesso académico manifestado uma média de 32.50 ($DP=4.92$).

No que respeita as dimensões de carreira, observa-se que a dimensão que apresenta uma média mais elevada é a de competências ($M=23.38$, $DP=3.67$), seguida da cooperação ($M=19.91$, $DP=2.99$), do desenvolvimento ($M=19.52$, $DP=2.94$), da identidade ($M=18.63$, $DP=3.35$), dos valores ($M=12.86$, $DP=1.80$), da criatividade ($M=10.58$, $DP=2.03$) e por fim da empregabilidade ($M=9.91$, $DP=2.64$).

Em relação à análise das correlações entre variáveis é de realçar alguns aspetos. Primeiro, foi possível observar que todas as associações são estatisticamente significativas, exceto quando correlacionado a afetividade negativa com as dimensões de experiências académicas, nomeadamente, com a dimensão interpessoal ($r=-.068$), e a dimensão de estudo

($r=-.051$), e com as dimensões de carreira, particularmente com a cooperação ($r=-.124$), os valores ($r=-.068$), a identidade ($r=.014$) e o desenvolvimento ($r=-.080$).

Posto isto, verifica-se que a variável afetividade negativa regista associações de sentido inverso com as restantes variáveis, sendo que no geral, as restantes variáveis encontram-se com uma relação linear forte.

Uma leitura mais detalhada permite-nos referir, então, que o bem-estar subjetivo se encontra positiva e significativamente associado a todas as dimensões estudadas. Em específico podemos observar relações estatisticamente significativas com a dimensão interpessoal ($r=.26$) e o estudo ($r=.30$) das vivências académicas; com todas as dimensões do sucesso de carreira, a saber: competências ($r=.48$), cooperação ($r=.43$), criatividade ($r=.44$), valores ($r=.30$), empregabilidade ($r=.39$), identidade ($r=.50$) e desenvolvimento ($r=.33$).

O afeto positivo encontra-se positivamente associado com as dimensões interpessoal ($r=.31$) e de estudo ($r=.37$) das vivências académicas; com o sucesso académico ($r=.55$); e com todas as dimensões de sucesso da carreira: competências ($r=.49$), cooperação ($r=.45$), criatividade ($r=.42$), valores ($r=.39$), empregabilidade ($r=.26$), identidade ($r=.40$) e desenvolvimento ($r=.37$).

A satisfação com a vida encontra-se positivamente associado com as dimensões interpessoal ($r=.21$) e de estudo ($r=.24$) das vivências académicas; com o sucesso académico ($r=.40$); e com todas as dimensões de sucesso da carreira: competências ($r=.33$), cooperação ($r=.37$), criatividade ($r=.34$), valores ($r=.21$), empregabilidade ($r=.34$), identidade ($r=.48$) e desenvolvimento ($r=.37$).

A variável de sucesso académico apresenta associações estatisticamente significativas com as diversas dimensões do sucesso na carreira, a saber: competências ($r=.38$), cooperação ($r=.39$), criatividade ($r=.41$), valores ($r=.30$), empregabilidade ($r=.20$), identidade ($r=.31$) e desenvolvimento ($r=.26$).

Tabela 1: Estatística descritiva dos resultados e correlações entre variáveis

	Média	Desvio														
		Padrão	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. Interpessoal	44.41	6.09	1													
2. Estudo	44.17	5.62	.40**	1												
3. Satisfação com a vida	18.55	4.19	.21**	.24**	1											
4. Afetos Positivos	18.01	3.51	.31**	.37**	.39**	1										
5. Afetos Negativos	10.85	4.03	-.07	-.05	-.28**	-.15*	1									
6. Competências	23.38	3.67	.26**	.33**	.33**	.49**	-.24**	1								
7. Cooperação	19.91	2.99	.34**	.32**	.37**	.45**	-.12	.70**	1							
8. Criatividade	10.58	2.03	.20**	.42**	.34**	.42**	-.20**	.60**	.49**	1						
9. Valores	12.86	1.80	.25**	.25**	.21**	.39**	-.07	.54**	.52**	.33**	1					
10. Empregabilidade	9.91	2.64	.23**	.17**	.34**	.26**	-.24**	.53**	.53**	.50**	.19**	1				
11. Identidade	18.63	3.35	.20**	.22**	.48**	.40**	-.21**	.72**	.70**	.54**	.51**	.61**	1			
12. Desenvolvimento	19.52	2.94	.26**	.24**	.37**	.37**	.01	.68**	.65**	.59**	.47**	.46**	.64**	1		
13. Sucesso acadêmico	32.50	4.92	.33**	.43**	.40**	.55**	-.08	.38**	.39**	.41**	.30**	.20**	.31**	.26**	1	
14. Bem-estar subjetivo	25.71	8.43	.26**	.30**	.79**	.68**	-.68**	.49**	.43**	.44**	.30**	.39**	.50**	.33**	.46**	1

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$

Numa segunda parte, considerou-se pertinente analisar a variância dos resultados das variáveis psicológicas (sucesso acadêmico, sucesso na carreira, satisfação com a vida, vivências acadêmicas, afetividade positiva e negativa) em função dos fatores sociodemográficos (gênero, grupo etário, estatuto profissional, área de formação, grau de formação, experiência profissional).

Tabela 2: Diferenças nas dimensões psicológicas em função do gênero

Variável /Dimensão	Masculino (n=26)		Feminino (n=220)		Variância	
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>T</i>	<i>P</i>
Interpessoal	44.00	5.81	44.45	6.14	-.359	.720
Estudo	41.54	5.27	44.48	5.59	-2.551	.011
Satisfação com a vida	18.12	3.20	18.60	4.30	-.557	.578
Afetos positivos	17.35	2.95	18.09	3.56	-1.024	.307
Afetos negativos	9.46	4.41	11.02	3.96	-1.873	.062
Competências	23.23	3.44	23.40	3.70	-.222	.825
Cooperação	20.04	2.72	19.90	3.03	.223	.824
Criatividade	10.81	1.52	10.55	2.08	.780	.440
Valores	12.19	1.85	12.94	1.78	-2.019	.045
Empregabilidade	10.35	2.73	9.85	2.64	.895	.372
Identidade	18.54	2.87	18.87	3.40	-.474	.636
Desenvolvimento	20.00	2.55	19.47	2.98	.872	.384
Sucesso acadêmico	30.92	4.45	32.69	4.95	-1.741	.083
Bem-estar subjetivo	26.00	8.39	25.67	8.46	.187	.852

Na análise dos resultados das dimensões psicológicas em função do gênero, realizada através do teste de significâncias estatísticas *independent-samples t- test*, revelou diferenças estatisticamente significativas na variável, estudo ($t=-2.551$, $p=.011$), das vivências acadêmicas e na variável dos valores da dimensão do sucesso da carreira ($t=-2.019$; $p=.045$). Analisando os indicadores expressos na tabela 2, verifica-se que em ambas as diferenças, os participantes do gênero feminino apresentam resultados mais elevados, ou seja, maiores níveis de competência no estudo ($M=44.48$, $DP=5.59$), e maiores níveis de valores do sucesso na carreira ($M=12.94$, $DP=1.78$).

Tabela 3: Diferenças nas dimensões psicológicas em função do estatuto profissional

Variável /Dimensão	Estudante (n=91)		Trabalhador (n=155)		Variância	
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>T</i>	<i>p</i>
Interpessoal	45.12	6.37	43.99	5.91	1.411	.159
Estudo	43.85	6.07	44.35	5.35	-.685	.494
Satisfação com a vida	18.66	4.31	18.48	4.14	.316	.752
Afetos positivos	18.15	3.66	17.93	3.42	.485	.628
Afetos negativos	11.89	4.24	10.25	3.78	3.148	.002
Competências	22.62	3.72	23.83	3.58	-2.538	.012
Cooperação	19.48	3.19	20.17	2.85	-1.740	.083
Criatividade	10.11	2.41	10.85	1.72	-2.576	.011
Valores	12.73	2.08	12.94	1.61	-.854	.395
Empregabilidade	9.34	2.69	10.24	2.58	-2.597	.010
Identidade	18.18	3.62	19.22	3.12	-2.383	.018
Desenvolvimento	19.30	3.20	19.66	2.78	-.931	.353
Sucesso acadêmico	32.74	5.49	32.37	4.56	.567	.571
Bem-estar subjetivo	24.92	8.74	26.17	8.24	-1.118	.265

Na análise comparativa das variáveis psicológicas em função do estatuto profissional, realizada através do teste de significâncias estatísticas *independent-samples T test*, revelou diferenças estatisticamente significativas em diversas variáveis (Tabela 3).

No afeto negativo ($t=3.148$, $p=.002$), onde os, estudantes ($M=11.89$, $DP=4.29$) apresentam um maior nível de afetos quando comparados com os trabalhadores ($M=10.25$, $DP=3.78$).

Em relação às competências, ($t=-2.538$, $p=.012$), sendo que os trabalhadores apresentam maiores níveis de competência ($M=23.83$, $DP=3.58$), quando comparados com os estudantes ($M=22.62$, $DP=3.72$).

Ao nível da criatividade ($t=-2.576$, $p=.011$), em que os trabalhadores manifestam maiores níveis de criatividade ($M=10.85$, $DP=1.72$), quando comparados com os estudantes ($M=10.11$, $DP=2.41$).

Quanto à empregabilidade ($t=-2.597$, $p=.010$), os trabalhadores revelam uma maior segurança face às oportunidades no mercado de trabalho ($M=10.24$, $DP=2.58$) quando comparados com os estudantes ($M=9.34$, $DP=2.69$).

Por fim, no que se refere a identidade ($t=-2.383$, $p=.018$), em que os trabalhadores apresentam níveis médios superiores ($M=19.22$, $DP=3.12$) em comparação com o grupo de estudantes ($M=18.18$, $DP=3.62$).

Tabela 4: Diferenças nas dimensões psicológicas em função da área de formação

Variável /Dimensão	Psicologia (n=102)		Enfermagem (n=144)		Variância	
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>T</i>	<i>P</i>
Interpessoal	43.76	5.80	44.89	6.28	-1.392	.165
Estudo	45.05	4.99	43.54	5.96	2.088	.038
Satisfação com a vida	18.47	4.53	18.60	3.95	-.246	.806
Afetos positivos	18.35	3.38	17.77	3.59	1.284	.200
Afetos negativos	10.66	4.07	10.99	4.01	-.644	.520
Competências	22.98	4.05	23.67	3.36	-1.448	.149
Cooperação	19.04	3.50	20.53	2.40	-3.743	.001
Criatividade	10.74	2.10	10.47	1.98	1.028	.305
Valores	12.75	2.02	12.94	1.63	-.856	.393
Empregabilidade	8.76	2.58	10.72	2.39	-6.096	.001
Identidade	17.89	3.77	19.50	2.84	-3.636	.001
Desenvolvimento	18.92	3.38	19.95	2.51	-2.609	.010
Sucesso acadêmico	33.21	4.53	32.01	5.13	1.894	.059
Bem-estar subjetivo	26.17	8.83	25.38	8.15	.718	.473

Na Tabela 4, apresentamos a análise de variância de resultados em função da área científica. Ao observarmos os valores na tabela, pode verificar-se que existem diversas diferenças estatisticamente significativas nas dimensões psicológicas quando comparadas em função da área de formação.

Em específico, os participantes da área científica de psicologia ($M=45.05$, $DP=4.99$) apresentam níveis superiores na dimensão estudo ($t= 2.088$, $p=.038$), quando comparados com os alunos de enfermagem ($M=43.54$, $DP= 5.96$).

Por sua vez, os estudantes de enfermagem ($M=20.53$, $DP=2.40$), manifestam ser mais cooperantes ($t=-3.743$, $p<.001$), que os estudantes de psicologia ($M=19.04$, $DP=3.50$); ao nível da empregabilidade ($t= -6.096$, $p<.001$), estes indivíduos ($M=10.72$, $DP=2.39$), revelam maiores níveis que os participantes da psicologia ($M= 8.76$, $DP=2.58$); na variável identidade ($t=-3.636$, $p<.001$), revelam maiores níveis ($M=19.50$, $DP=2.84$), quando comparado com participantes de psicologia ($M=17.89$, $DP=3.77$); e, por último, na variável desenvolvimento ($t=-2.609$, $p=.010$), que manifestam valores mais elevados ($M=19.95$, $DP=2.51$), que os participantes de psicologia ($M=18.92$, $DP=3.38$).

Tabela 5: Diferenças nas dimensões psicológicas em função do grau de formação

Variável /Dimensão	Licenciatura (n=41)		Mestrado (n=49)		Variância	
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>T</i>	<i>P</i>
Interpessoal	45.98	7.17	44.27	5.55	1.275	.206
Estudo	43.27	7.51	44.27	4.62	-.741	.461
Satisfação com a vida	18.90	4.23	18.69	4.12	.236	.814
Afetos positivos	17.93	4.02	18.33	3.41	-.511	.611
Afetos negativos	12.46	4.17	11.49	4.29	1.085	.281
Competências	23.10	3.63	22.16	3.80	1.191	.239
Cooperação	20.27	2.80	18.96	3.29	2.009	.048
Criatividade	9.98	2.45	10.27	2.40	-.565	.574
Valores	12.93	1.65	12.57	2.41	.801	.425
Empregabilidade	9.95	2.52	8.90	2.74	1.883	.063
Identidade	18.95	2.94	17.69	3.90	1.699	.093
Desenvolvimento	19.98	2.74	18.88	3.36	1.677	.097
Sucesso acadêmico	32.17	6.10	33.08	4.94	-.783	.436
Bem-estar subjetivo	24.37	9.13	25.53	8.49	-.626	.533

Ao observar a Tabela 5, podemos verificar que quanto ao grau de formação, o grupo de participantes que integram a licenciatura, manifestam maiores níveis quando comparados com os participantes que integram o mestrado, com uma diferença estatisticamente significativa na dimensão psicológica cooperação ($t=2.009$, $p=.048$). Os participantes que integram a licenciatura apresentam um valor médio de 20.27 ($DP=2.80$), enquanto os participantes que frequentam o mestrado apresentam uma média de 18.96 ($DP=3.29$).

Ao elaborar o teste não paramétrico *Kruskal Wallis*, foi possível verificar diferenças estatisticamente significativas nas dimensões dos afetos negativos ($F=7.220$, $p<.001$), na criatividade ($F=6.312$, $p<.001$), competências ($F=3.714$, $p=.012$), de cooperação ($F=2.795$, $p=.041$), de empregabilidade ($F=5.461$, $p<.001$), de identidade ($F=4.304$, $p=.006$), e de desenvolvimento ($F=2.787$, $p=.041$). A aplicação do método de contraste revela que a diferença observada nos afetos assume significado estatístico na comparação dos valores médios do grupo dos 18 aos 24 anos, com o grupo dos 25 aos 34 anos ($M=1.770$); com o grupo dos 35 aos 44 anos ($M=2.182$); e com o grupo dos 45 ou mais anos de idade ($M=3.801$).

Tabela 6: Diferenças nas dimensões psicológicas em função do grupo etário

Variável /Dimensão	18-24		25-34		35-44		45		Variância	
	(n=78)		(n=85)		(n=61)		(n=22)		F	P
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP		
Interpessoal	44.83	6.04	44.46	6.70	44.84	5.32	41.50	5.41	1.919	.127
Estudo	44.08	5.85	44.26	5.53	44.54	5.02	43.09	6.82	.371	.774
Satisfação com a vida	19.01	3.92	17.85	4.64	18.51	3.75	19.73	4.25	1.709	.166
Afetos positivos	18.28	3.56	17.81	3.54	17.90	3.65	18.14	2.90	.273	.845
Afetos negativos	12.35	4.12	10.58	3.96	10.16	3.74	8.55	2.92	7.220	.001
Competências	22.53	3.90	23.20	3.73	24.25	3.08	24.73	3.43	3.714	.012
Cooperação	19.69	3.33	19.40	2.94	20.56	2.59	20.91	2.54	2.795	.041
Criatividade	10.08	2.18	10.31	2.09	11.39	1.52	11.14	1.78	6.312	.001
Valores	12.83	2.12	12.82	1.59	12.98	1.67	12.77	1.77	.129	.943
Empregabilidade	9.26	2.71	9.68	2.62	10.51	2.58	11.41	1.84	5.461	.001
Identidade	18.26	3.49	18.45	3.43	19.43	2.88	20.73	2.90	4.304	.006
Desenvolvimento	19.53	3.15	18.95	2.97	20.36	2.35	19.41	3.19	2.787	.041
Sucesso acadêmico	33.04	5.25	32.01	5.32	32.25	3.76	33.23	4.99	.804	.493

A aplicação do método de contraste revela ainda que a diferença observada na criatividade assume significado estatístico na comparação dos valores médios do grupo dos 18 aos 24 anos com o grupo dos 35 aos 44 anos ($M=-1.317$); dos 25 aos 34 anos com o grupo dos 35 aos 44 anos ($M=-1.088$).

A diferença observada nas competências assume significado estatístico na comparação dos valores médios do grupo 18 aos 24 anos com o grupo dos 35 aos 44 ($M=-1.720$).

A diferença observada na empregabilidade assume significado estatístico na comparação dos valores médios do grupo dos 18 aos 24 anos com o grupo dos 35 aos 44 anos ($M=-1.252$) e com o grupo dos 45 ou mais anos de idade ($M=-2.153$); e entre o grupo dos 25 aos 34 anos com o grupo com 45 ou mais anos ($M=-1.727$).

A diferença observada na identidade assume significado estatístico na comparação dos valores médios do grupo dos 45 ou mais anos de idade, com o grupo dos 18 aos 24 anos ($M=-2.471$) e com o grupo dos 25 aos 34 anos ($M=-2.280$).

Tabela 7: Diferenças nas dimensões psicológicas em função dos anos de experiência profissional

Variável /Dimensão	0-3		04-12		13-21		22		Variância	
	(n=137)		(n=54)		(n=43)		(n=12)		F	P
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP		
Interpessoal	44.66	6.47	44.52	5.89	44.58	4.54	40.33	6.80	1.906	.129
Estudo	44.47	5.76	43.57	4.84	44.70	5.11	41.42	8.20	1.432	.234
Satisfação com a vida	18.63	4.43	17.87	4.10	19.23	3.32	18.25	4.69	.888	.448
Afetos positivos	18.34	3.63	17.15	3.24	18.21	3.53	17.50	2.78	1.624	.184
Afetos negativos	11.77	4.29	9.89	3.00	9.47	3.77	9.67	3.50	5.787	.001
Competências	22.80	4.01	23.98	2.93	24.26	3.20	24.25	3.31	2.738	.044
Cooperação	19.51	3.29	20.20	2.69	20.56	2.26	20.92	2.35	2.145	.095
Criatividade	10.30	2.21	10.54	1.67	11.42	1.50	10.92	2.35	3.543	.015
Valores	12.83	1.95	12.83	1.59	13.12	1.56	12.42	1.73	.545	.652
Empregabilidade	9.37	2.74	10.48	2.25	10.44	2.65	11.50	1.88	4.970	.002
Identidade	18.28	3.61	19.44	3.05	19.35	2.59	20.58	2.84	3.391	.019
Desenvolvimento	19.20	3.25	19.54	2.38	20.35	1.94	20.17	4.02	1.880	.134
Sucesso acadêmico	32.98	5.14	31.81	5.31	31.98	3.76	32.08	3.90	.972	.407

No que respeita a variável anos de experiência profissional, recorrendo ao teste não paramétrico *Kruskal Wallis*, foi possível observar diferenças estatisticamente significativas, quando comparado com as variáveis: afetos negativos ($F=5.787$; $p=.001$), competências ($F=2.738$; $p=.044$), criatividade ($F=3.543$; $p=.015$), empregabilidade ($F=4.970$; $p=.002$) e identidade ($F=3.391$; $p=.019$). Neste sentido, os indivíduos que tem até 3 anos de experiência profissional ($M=11.77$, $DP=4.29$) experienciam mais afetos negativos quando comparados com os restantes grupos.

Os indivíduos com experiência profissional compreendida entre os 13 e os 21 anos, manifestam maiores níveis de competência ($M=24.26$, $DP=3.20$) e de criatividade ($M=11.42$, $DP=1.50$).

Por sua vez, o grupo dos participantes com 22 ou mais anos de experiência demonstram maiores níveis de empregabilidade ($M=11.50$, $DP=1.88$) e de identidade ($M=20.58$, $DP=2.84$).

Após a análise de variância dos resultados das variáveis psicológicas em função dos fatores sociodemográficos, considerou-se pertinente analisar os dados e testar hipóteses por nós formuladas.

Relativamente à influência das vivências académicas sobre o sucesso académico formulámos a seguinte hipótese:

H1: A vivência acadêmica tem um efeito positivo e significativo no sucesso acadêmico dos participantes.

Para testar esta hipótese, efetuámos uma equação de regressão linear múltipla, através do método *Enter*, constituída pelas variáveis independentes das vivências interpessoais e do estudo do questionário das vivências académicas e tendo o sucesso acadêmico como variável dependente.

Tabela 8: Síntese da Equação de regressão linear múltipla para a variável dependente do sucesso acadêmico

Variável Independente	Variável Dependente	F	P	R ² _a	B	T	P
Interpessoal	Sucesso Académico	33.189	< .001	.208	.194	3,137	.002
Estudo					.351	5,666	< .001

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Os resultados apresentados na Tabela 8, indicam-nos que as relações interpessoais dos participantes têm um efeito positivo e significativo no sucesso acadêmico ($\beta = .194$; $p = .002$), assim como o estudo ($\beta = .351$; $p < .001$). Obteve-se um R^2_a no valor de .208, o que nos indica que as variáveis independentes são responsáveis por 20.8% da variabilidade do sucesso acadêmico. O modelo é estatisticamente significativo ($F(2, 243) = 33.189$; $p < .001$). Estes resultados permitiram confirmar a hipótese H1.

Considerando que diversa literatura salienta contributos das experiências de sucesso escolar com reflexões na satisfação e no bem-estar dos estudantes, formulámos a seguinte hipótese:

Hipótese 2: O sucesso acadêmico tem um efeito positivo e significativo no bem-estar dos participantes.

Para se testar esta hipótese realizou-se uma equação de regressão linear simples, constituída pelo sucesso acadêmico como variável independente e a variável composta do bem-estar subjetivo como variável dependente.

Tabela 9: Síntese da equação de regressão linear simples para a variável dependente do bem-estar subjetivo

Variável Independente	Variável Dependente	F	R ²	β	T	P
Sucesso Académico	BES	65.964	.213	.461	8.122	< .001

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Os resultados indicam que o sucesso académico dos participantes tem um efeito positivo e estatisticamente significativo no seu bem-estar subjetivo ($F(1,244) = 65.964$; $R^2 = .213$; $\beta = .461$; $p < .001$), ou seja, quanto mais elevado o sucesso académico dos participantes mais elevados os seus níveis de bem-estar. Deste modo, confirmou-se esta hipótese.

Com a finalidade de se testar a hipótese 3:

Hipótese 3: O sucesso académico dos participantes tem um efeito positivo e significativo no seu sucesso na carreira, realizaram-se várias regressões lineares simples tendo na equação, o sucesso académico como variável independente e as diversas dimensões do sucesso da carreira como variável dependente.

Tabela 10: Síntese das equações de regressões lineares simples para as variáveis dependentes do sucesso na carreira

Variável Independente	Variável Dependente	F	R ²	β	T	P
Sucesso Académico	Competências	40.046	.141	.375	6.328	<.001
	Cooperação	44.225	.153	.392	6.650	< .001
	Criatividade	47.735	.164	.405	6.909	< .001
	Valores	24.609	.092	.303	4.961	< .001
	Empregabilidade	9.722	.038	.196	3.118	.002
	Identidade	26.488	.098	.313	5.147	< .001
	Desenvolvimento	18.155	.069	.263	4.261	< .001

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Os resultados indicam que o sucesso académico dos participantes tem um efeito positivo e significativo nas suas competências ($F(1,244) = 40.046$; $R^2 = .141$; $\beta = .375$; $p < .001$), na sua cooperação ($F(1,244) = 44.225$; $R^2 = .153$; $\beta = .392$; $p < .001$), na sua criatividade ($F(1,244) = 47.735$; $R^2 = .164$; $\beta = .405$; $p < .001$), nos seus valores ($F(1,244) = 24.609$; $R^2 = .092$; $\beta = .303$; $p < .001$), na sua empregabilidade ($F(1,244) = 9.722$; $R^2 = .038$; $\beta = .196$; $p = .002$), na sua identidade ($F(1,244) = 26.488$; $R^2 = .098$; $\beta = .313$; $p < .001$) e no seu desenvolvimento ($F(1,244) = 18.115$; $R^2 = .069$; $\beta = .263$; $p < .001$). Os resultados observados nas várias equações de regressão, confirmam a hipótese.

Para se testar hipótese 4: realizou-se uma regressão linear múltipla.

Hipótese 4: O sucesso na carreira tem um efeito positivo e significativo no bem-estar dos participantes, realizou-se uma equação de regressão linear múltipla tendo como variáveis independentes, as diversas dimensões do sucesso na carreira (competências, cooperação, criatividade, valores, empregabilidade, identidade, desenvolvimento) e o bem-estar subjetivo como variável dependente.

Tabela 11: Síntese das equações de regressão linear múltipla para a variável dependente do bem-estar subjetivo

Variável Independente	Variável Dependente	F	<i>p</i>	R ² _a	β	t	<i>P</i>
Competências	BES	16.228	< .001	.303	.178	1.924	.056
Cooperação					.080	.928	.354
Criatividade					.219	3.037	.003
Valores					.026	.379	.705
Empregabilidade					.062	.848	.398
Identidade					.263	2.898	.004
Desenvolvimento					-.175	-2.150	.033

Nota. * *p* < .05; ** *p* < .01; *** *p* < .001

Os resultados indicam-nos que apenas a criatividade dos participantes dos participantes ($\beta = .219$; $p = .003$), a sua identidade ($\beta = .263$; $p = .004$) e o seu desenvolvimento ($\beta = -.175$; $p = .033$) têm um efeito positivo e significativo no seu bem-estar. As competências ($\beta = .178$; $p = .056$), a cooperação ($\beta = .080$; $p = .354$), os valores ($\beta = .026$; $p = .705$) e a empregabilidade ($\beta = .062$; $p = .398$), revelaram não ter um efeito estatisticamente significativo no bem-estar dos participantes. Obteve-se um R²_a no valor de .303, o que nos indica que as variáveis independentes são responsáveis por 30.3% da variabilidade do bem-estar. O modelo é estatisticamente significativo ($F(7, 238) = 16.228$; $p < .001$). Os resultados indicam-nos que esta hipótese se confirmou parcialmente.

Por último, para se testar a hipótese 5:

Hipótese 5: O sucesso na carreira tem um efeito mediador na relação entre o sucesso académico e o bem-estar dos participantes.

Seguiram-se os procedimentos de Baron & Kenny (1986), que sugerem a verificação de 3 condições previamente à realização no teste do efeito mediador.

A primeira condição é a de que a variável independente deve ter um efeito significativo na variável dependente. A segunda condição é a de que a variável independente deve ter um efeito significativo na variável mediadora. A terceira condição é a de que a variável mediadora deve ter um efeito significativo na variável dependente. Estas três condições foram testadas nas hipóteses 2, 3 e 4.

Depois de confirmados os três pressupostos anteriores, a relação entre a variável independente e a variável dependente deve ser significativamente enfraquecida (mediação parcial) ou não significativa (mediação total) quando a variável mediadora é incluída na equação de regressão.

Seguidamente apresenta-se uma tabela com a síntese das 3 condições previamente testadas para a realização do teste do efeito mediador (Tabela 12).

Tabela 12: Descrição do Teste de Mediação

	Teste	Análise	β	Resultados Esperados
1ª Condição	RLS	Sucesso Académico → Bem-estar	.461***	✓
	RLS	Competências	.375***	✓
	RLS	Cooperação	.392***	✓
	RLS	Criatividade	.405***	✓
2ª Condição	RLS	Sucesso Académico → Valores	.303***	✓
	RLS	Empregabilidade	.196**	✓
	RLS	Identidade	.313***	✓
	RLS	Desenvolvimento	.263***	✓
3ª Condição		Competências →	.178	X
		Cooperação →	.080	X
		Criatividade →	.219**	✓
	RLM	Valores → Bem-estar	.026	X
		Empregabilidade →	.062	X
		Identidade →	.263**	✓
		Desenvolvimento →	-.175*	✓

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Ao observar a primeira condição verificamos que a sucesso académico tem um efeito significativo no bem-estar subjetivo ($\beta=.461$; $p<.001$) dos participantes.

Quando se analisa a segunda condição, confirma-se que o sucesso académico tem um efeito significativo nas dimensões do sucesso na carreira, sendo estas: competências ($\beta=.375$; $p<.001$), cooperação ($\beta=.392$; $p<.001$), criatividade ($\beta=.405$; $p<.001$), valores ($\beta=.303$; $p<.001$), empregabilidade ($\beta=.196$; $p=.002$), identidade ($\beta=.313$; $p<.001$) e desenvolvimento ($\beta=.263$; $p<.001$).

Como se pode observar não se verifica a terceira condição em todas as dimensões do sucesso na carreira. Apenas será testado o efeito mediador da criatividade ($\beta=.219$; $p=.003$), da identidade ($\beta =.263$; $p=.004$) e do desenvolvimento ($\beta=-.175$; $p=.033$) na relação entre o sucesso académico e o bem-estar dos participantes deste estudo.

Com a finalidade de se testar este efeito mediador realizou-se uma regressão linear múltipla em dois passos. No primeiro passo introduziu-se como variável independente o sucesso académico e no segundo passo as variáveis mediadoras.

Tabela 13: Regressão linear múltipla

Variável Independente	β Step 1	β Step 2
Sucesso Académico	.461***	.298***
Criatividade		.168*
Identidade		.371***
Desenvolvimento		-.079
F	65.964***	35.784***
R_a^2	.210	.362
Δ	.213***	.160***

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Os resultados indicam-nos que apenas a criatividade ($\beta = .168$; $p = .014$) e a identidade ($\beta = .371$; $p < .001$) têm um efeito de mediação parcial na relação entre o sucesso académico e o bem-estar dos participantes, uma vez que ao introduzir-se na equação de regressão as variáveis mediadoras, o efeito da variável independente na variável dependente continua a ser significativo, mas diminui de intensidade. O acréscimo de variabilidade é estatisticamente significativo ($\Delta R_a^2 = .16$; $p < .001$). Os dois modelos são estatisticamente significativos.

Seguidamente realizou-se o teste de Sobel de modo a confirmar os efeitos mediadores. Os resultados indicam-nos que os efeitos mediadores se confirmam, tanto para a criatividade ($Z = 2.783$; $p = .005$) como para a identidade ($Z = 2.531$; $p = .011$).

5. Discussão dos resultados

Neste capítulo, procurou-se descrever de forma fundamentada todos os resultados expostos, confrontando-os com os objetivos deste estudo e com outras investigações na área das dimensões apresentadas.

O principal objetivo deste estudo foi estudar o papel do sucesso acadêmico e do sucesso na carreira na promoção do bem-estar subjetivo, na transição do ensino superior para o mercado de trabalho, em estudantes e profissionais das áreas da psicologia e de enfermagem.

Neste sentido é possível observar que existem associações estatisticamente significativas entre as dimensões de sucesso acadêmico, sucesso na carreira e bem-estar subjetivo.

Quanto ao construto bem-estar subjetivo, este encontra-se positiva e significativamente associado a todas as dimensões estudadas. Esta associação constitui indicadores de relação entre as variáveis de carreira e bem-estar subjetivo e são corroboradas por Connolly e Myers (2003).

O afeto positivo encontra-se positivamente associado com as dimensões interpessoal e de estudo das vivências acadêmicas; com o sucesso acadêmico; e com todas as dimensões de sucesso da carreira, o que significa que quanto mais elevados os níveis de afeto positivo melhores as relações interpessoais entre colegas, maior o seu sucesso acadêmico e na carreira.

A satisfação com a vida encontra-se positivamente associada com as dimensões interpessoal e de estudo das vivências acadêmicas; com o sucesso acadêmico; e com todas as dimensões de sucesso da carreira, o que nos indica que quanto maiores os níveis de satisfação dos participantes deste estudo, melhores as suas relações interpessoais e estudo, maior o seu sucesso acadêmico e na carreira. Estes resultados vão ao encontro do estudo realizado por Monteiro et al., (2008), que refere que os estudantes mais satisfeitos estão mais envolvidos nas suas aprendizagens.

No que concerne o sucesso acadêmico, este apresenta associações estatisticamente significativas com as diversas dimensões do sucesso na carreira, o que nos indica que relativamente aos participantes deste estudo, os que têm maior sucesso acadêmico são os que têm também um maior sucesso na carreira.

Quanto à variável sucesso acadêmico, os resultados indicam que o sucesso acadêmico dos participantes tem um efeito positivo e significativo no seu bem-estar, ou seja, quanto mais elevado o sucesso acadêmico dos participantes mais elevados os seus níveis de bem-estar. Os

resultados vão ao encontro dos estudos de Diener e Seligman (2002), que indicam que as relações interpessoais manifestadas no contexto acadêmico contribuem para o bem-estar; e com os estudos de Power (2008), que referem que os alunos que se conseguem organizar quanto às exigências acadêmicas apresentam maior desempenho e uma maior satisfação com a vida.

Importa referir que na análise dos resultados das dimensões psicológicas em função do género, verificou-se que o género feminino apresenta maiores níveis de competência no estudo, do que o género masculino. O que vai de encontro com o estudo de Cunha (2004), que refere que as mulheres são mais competentes com os métodos de estudo, desempenham os trabalhos que lhes são exigidos e revelam ser mais assíduas nas aulas que os homens.

O sucesso na carreira revelou um efeito positivo e significativo no bem-estar dos participantes. Os resultados indicam-nos que apenas a criatividade dos participantes dos participantes, a sua identidade e o seu desenvolvimento têm um efeito positivo e significativo no seu bem-estar.

Considerando, ainda, que a variável da criatividade exerce um efeito de mediação parcial na relação entre o sucesso académico e o bem-estar subjetivo dos participantes, o incremento de estratégias que favoreçam a promoção da criatividade dos indivíduos, contribuirá para o incremento das influências do sucesso académico sobre o bem-estar subjetivo.

Conclusão

Esta investigação demonstrou ser relevante para a compreensão da forma como os participantes experienciam ou experienciaram a sua vida académica, bem como percebem o seu sucesso académico e o sucesso na sua carreira.

Contribuiu de igual modo, para perceber a forma como ambos os construtos interferem no bem-estar dos inquiridos.

Conhecer as dimensões da carreira, do sucesso académico, das vivências académicas, e do bem-estar subjetivo é uma mais-valia para a intervenção do psicólogo da educação. Neste sentido cabe ao mesmo a intervenção psicológica junto da comunidade educativa de modo a desenvolver o bem-estar e competências cognitivas, académicas, sociais e profissionais dos alunos.

Quanto à população estudada, é caracterizada pela área da saúde, o que permitiu ter alguns indicadores que podem suportar intervenções junto de estudantes ou profissionais nas áreas que competem ajudar o próximo.

Quanto às limitações do presente trabalho, seria importante adquirir uma amostra mais heterogénea de participantes, não só no que se refere ao género, como também no estatuto desempenhado atualmente. O processo de recolha de dados também pode ser considerado como uma limitação, assim como o facto de os questionários aplicados serem questionários de autorrelato, o que pode ter enviesado os dados. Por último o facto de ser um estudo transversal, não permitiu estabelecer relações causais entre as variáveis, o que também é considerado como uma limitação.

Futuramente seria interessante reunir uma amostra de estudantes e profissionais de outras áreas nas quais esteja mais representativo o género masculino.

Um dos instrumentos que poderia ser utilizado em investigações futuras, seria a escala de significados da transição do ensino superior para o trabalho de Monteiro et al., (2015) pois iria avaliar a realização pessoal, a incerteza quanto ao término do curso, o desemprego e a responsabilidade no trabalho.

Seria importante também analisar todas as dimensões que intervêm nas vivências académicas dos alunos, para melhor compreender o impacto destas no bem-estar do estudante e posteriormente pensar em intervenções que promovam um melhor ajustamento à experiência universitária, que irá posteriormente se refletir no sucesso do estudante. Bem como, analisar todos os construtos de carreira para poder intervir de forma a proporcionar maior sucesso na mesma que contribuirá com maiores níveis de bem-estar.

Referências bibliográficas

- Almeida.L.S & Soares.A.P.(2002). Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r): Avaliação do ajustamento dos estudantes universitários. *Avaliação Psicológica*, 1 (2), 81-93.
- Almeida.L.S., Casanova, J.R., Hutz.C., Kaiser.V., Reppold.C., & Zanon.C. (2019). Escala de Satisfação com a Vida: Evidências de validade e precisão junto de universitários portugueses. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 6 (1), 15-23. DOI: 10.17979/reipe.2019.6.1.4617
- Almeida, L. S., Ferreira, J. A. G., & Soares, A. P. C. (1999). Questionário de Vivências Acadêmicas: Construção e validação de uma versão reduzida (QVA-r). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXXIII(3), 181-207. <http://hdl.handle.net/1822/12080>.
- Almeida, L. S., Soares, A. P. C. & Ferreira, J. A.(2002). Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r): Avaliação do ajustamento dos estudantes universitários. *Avaliação Psicológica*, 2, 81-93.
- Almeida, L. S. & Vasconcelos, R. (2008). Ensino superior em Portugal: Décadas de profundas exigências e transformações. *Innovación Educativa*, 18, 23-34. Retrieved from <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/26572/1/6.3.15.pdf>
- Araújo, A. M., Costa, A. R., Casanova, J. R., & Almeida,L. S. (2014b). Questionário de Perceções Acadêmicas Expectativas: Contributos para a sua validação interna e externa. *Revista E-Psi: Revista Eletrónica de Psicologia, Educação e Saúde*, 4(1), 156-178.
- Araújo.A. (2017) Sucesso no ensino superior: Uma revisão e Conceptualização. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 4 (2), 132-141. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.4.2.3207>.
- Arthur, M. B., Khapova, S. N., & Wilderom, C. P. M. (2005). Career success in a boundaryless world. *Journal of Organizational Behavior*, 26(2), 177-202. doi:10.1002/job.290.
- Astin, A. W. (1993). What matters in college? Fourcritical years revisited. San Francisco: Jossey-Bass.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment tocollege. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 179-189.
- Bariani. D.C.I.,Igue. A. E., & Milanese.B.V.P.(2008) Vivência acadêmica e expectativas de universitários ingressantes e concluintes.*Psico-USF*, 13 (2), 155-164.
- Brasil, V., Felipe,C.,Nora, M.M., Fravetto,R (2012). Orientação profissional e planejamento de carreira para universitários. *Cad. acad., Palhoça, SC*, 4 (1) 117-131.
- Campos, B. P. (1993). Consulta psicológica nas transições desenvolvimentais. *Cadernos de consulta psicológica*, 9, 5-9.
- Chanlat, j. F. (1995). Quais carreiras e para qual sociedade - I *Revista de Administração de Empresas*, 35, 68-75.
- Connolly, K. & Myers J. (2003). Wellness and mattering: The role of holistic factors in job satisfaction. *Journal of Employment Counseling*, 40(4), 152-160. DOI: 10.1002/j.2161-1920.2003.tb00866.x.
- Costa, L.V. (2013). Construção e validação de uma escala de percepção de sucesso na carreira. *ReCaPe Revista de Carreiras e Pessoas*, (3) 2-19.
- Delors, J., Al-Mufti, I., Amagi, I., Carneiro, R., Chung, F., Geremek, B., ... Nanzhao, Z. (2010). *Educação, um tesouro a descobrir: Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI*. São Paulo, Brasil: Cortez / Unesco. Retrieved from <http://unesdoc.unesco.org/images/0010/001095/109590por.pdf>

- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 39, 247-266.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 81-84.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 81-84.
- Dries, N. (2011). The meaning of career success: Avoiding reification through a closer inspection of historical, cultural and ideological contexts. *Career Development International*, 16(4), 364-384. doi:10.1108/13620431111158788.
- Dyke, L. S., & Murphy, S. A. (2006). How we define success: A qualitative study of what matters most to women and men. *Sex Roles*, 55(5-6), 357-371. doi:10.1007/s11199-006-9091-2
- Esteves, F., Galinha, I. C., & Pereira, C. R. (2014). Versão reduzida da escala portuguesa de afeto positivo e negativo – PANAS-VRP: Análise fatorial confirmatória e invariância temporal. *Revista Psicologia*, 28 (1), 53-65.
- Galinha, I., & Ribeiro, J. (2005). Contributions for the study of the Portuguese version of Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II - Psychometric study. *Análise Psicológica*, 2 (23), 219-227.
- Gonçalves, C. & Sousa, E. (2016) Satisfação com a formação superior e transição para o trabalho. *Revista de psicologia*, 25(1), 1-20.
- Grebennikov, L., & Shah, M. (2013). Monitoring trends in student satisfaction. *Tertiary Education and Management*, 19(4), 301-322. <https://doi.org/10.1080/13583883.2013.804114>.
- Cunha, Simone Miguez. A inteligência e as habilidades sociais na adaptação de alunos ao curso superior: um estudo com alunos do 1º ano do Instituto Militar de Engenharia. 2004. Dissertação (Mestrado), Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 2004.
- Gunz, H. P. & Heslin, P. A. (2005). Reconceptualizing career success. *Journal of Organizational Behavior*, 26, 105-111.
- Hall, D.; MIRVIS, P. The career is dead, long live the career: A relational approach to careers. San Francisco: Jossey-Bass, 1996.
- Hall, D. T. Careers in and out of organizations. California: Sage Publications, 2002.
- Harvey, L., & Williams, J. (2010). Fifteen years of Quality in Higher Education. *Quality in Higher Education*, 16(1), 3-36. <https://doi.org/10.1080/13538321003679457>.
- Jongbloed, B., & Vossensteyn, H. (2001). Keeping up performances: An international survey of performance based funding in higher education. *Journal of Higher Education Policy and Management*, 23(2), 127-145. <https://doi.org/10.1080/13600800120088625>.
- Kuh, G. D., Kinzie, J., Buckley, J. A., Bridges, B. K., & Hayek, J. C. (2006). *What matters to student success: A review of the literature (Commissioned Report)*. http://nces.ed.gov/IPEDS/research/pdf/Kuh_Team_Report.pdf
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43, 207-222. DOI: 10.2307/3090197.

- Lent, R. W., & Brown, S. D. (2006). Integrating person and situation perspectives on work satisfaction: A social-cognitive view. *Journal of Vocational Behavior*, 69, 236-247. DOI: 10.1016/j.jvb.2006.02.006.
- Lent, R. W., Singley, D., Sheu, H., Gainor, K. A., Brenner, B. R., Treistman, D., & Ades, L. (2005). Social Cognitive Predictors of Domain and Life Satisfaction: Exploring the Theoretical Precursors of Subjective Well-Being. *Journal of Counseling Psychology*, 5(3), 429-442. DOI:10.1037/0022-0167.52.3.429.
- Lent, R. W. & Worthington, R. L. (1999). Applying career development theories to the school-to-work transition process. *The Carrer Development Quarterly*, 47 (4), 291-296.
- Lima, P. & Coimbra, J. L. (2004). *Narrativas de investimento vocacional contributo para a revisão das práticas de orientação vocacional no contexto escolar*. Presented work in V Congresso Internacional de Galicia e Norte de Portugal de Formação Para o Trabalho. Retrieved from <https://repositorio.aberto.up.pt/bitstream/10216/62427/2/84841.pdf>.
- Lent, R. W., Taveira, M.C., & Costa-Lobo, C. (2012). Two tests of the social cognitive model of well-being in Portuguese college students. *Journal of Vocational Behavior*, 80(2), 362-371. DOI:10.1177/10690727116657821.
- Lopes, A. R. & Teixeira, M. O. (2012). Projetos de carreira, autoeficácia e sucesso escolar em ambiente multicultural. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 13(1), 7-14. Recuperado em 27 de setembro de 2017, de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbop/v13n1/03.pdf>.
- M. S. (2016). The effects of social identification and organizational identification on student commitment, achievement and satisfaction in higher education. *Studies in Higher Education*, 41(12), 2232-2252. <https://doi.org/10.1080/03075079.2015.1034258>
- Maatta, S., Nurmi, J - E. & Majava, E - M. (2002). Young adult's achievement and attributional strategies in the transition from school to work: Antecedents and consequences. *European Journal of Personality*, 16, 295-311.
- Monteiro, A. (2015). *(Re)significando a educação superior: Da educação à transição para o trabalho*. Unpublished doctoral dissertation, Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Monteiro, S. O. M., Tavares, J. P. C., & Pereira, A. M. C. (2008). Optimismo disposicional em estudantes. *Estudos de Psicologia*, 13(1), 23-29. doi:10.1590/S1413-294X200800010000.
- Mossini, F.E.S. (2019). Sucesso académico e bem-estar subjetivo na transição do ensino superior para o mundo do trabalho. Tese no âmbito do Programa Interuniversitário de Doutoramento em Psicologia, Especialidade em Psicologia da Educação, da Universidade de Coimbra e da Universidade de Lisboa.
- Magalhães, A., Machado, M. L., & Sá, M. J. (2012). *Satisfação os estudantes do ensino superior português*. Matosinhos: CIPES.
- Ng, T. W. H., & Feldman, D. C. (2014). Subjective career success: A meta-analytic review. *Journal of Vocational Behavior*, 85(2), 169-179. doi:10.1016/j.jvb.2014.06.001
- Ng, T., W. H. & Feldman, D. C. (2007). The School-to-work transition: a role identity perspective. *Journal of Vocational Behavior*, 71 (1), 114-134. Padovam, V. A. R., & Siqueira, M. M. M. (2008). Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Psicologia Teoria e Pesquisa*, 24 (2), 8. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722008000200010>.
- Nurmi, J. - E., Salmela-Aro, K. & Koivisto, P. (2002). Goal importance and related achievement beliefs and emotions during the transition from vocational school to work: Antecedents and consequences. *Journal of Vocational Behavior*, 60, 241-261.

- Ojeda, L., Navarro, R., L., & Flores, L., Y. (2011). Social Cognitive Predictors of Mexican American College Student's Academic and Life Satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 58(1), 61-71. doi: 10.1037/a0021687.
- Pascarella, E. T. & Terenzini, P. T. (2005). How college affects students: *A third decade of research*, Vol. 2. San Francisco, California: Jossey-Bass Publishers.
- Powers, C. I. (2008). Academic achievement and social involvement as predictors of life satisfaction among college students. *Psi Chi Journal on Undergraduate Research*, 13, 128-135.
- Pauli, J., Kilimnik, Z. M., Ruffatto, J., & Lazzarotto, J. (2017). Modelos de carreira, inclinações profissionais e satisfação com a vida. *RACE, Revista de Administração, Contabilidade e Economia*, 16(1), 305-326. <http://dx.doi.org/10.18593/race.v16i1.12195>.
- Powers, C. I. (2008). Academic achievement and social involvement as predictors of life satisfaction among college students. *Psi Chi Journal on Undergraduate Research*, 13, 128-135.
- Ramos, A. & Gonçalves, C. M. (2014). Escala de Satisfação com a Formação Superior (ESFS). In L. S. Almeida, M. R. Simões, & M. M. Gonçalves (Eds.), *Instrumentos e contextos de avaliação psicológica*, Vol. 2. (pp. 153-168). Coimbra, Portugal: Almedina.
- Ramos, L. A., Paixão, M., P., & Simões, M., F., (2011). Os Mecanismos sociocognitivos e o bem-estar psicológico: Proposta de um modelo Integrativo. *Revista Portuguesa de Pedagogia*. 45(2), 133-147. DOI: 10.14195/1647-8614_45-2_6.
- Russell, J. E. A. (2005). Work performance and careers. In S. D. Brown & R.W. Lent (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work*, 1, 203-224.
- Schlossberg, N. K. (1981). A model for analyzing human adaptation to transition. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2-18. <http://dx.doi.org/10.1177/001100008100900202>.
- Simões, A. (1992). Ulterior validação de uma escala de satisfação com a vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 26 (3), 503-515.
- Srikanthan, G., & Dalrymple, J. F. (2002). *Developing a holistic model for quality in higher education. Quality in Higher Education*, 8(3), 215-224. <https://doi.org/10.1080/1353832022000031656>.
- Soares, A. B., Francischetto, V., Dutra, B. M. S., Miranda, J. M., Nogueira, C. C. C., Leme, V. B. R., Araújo, A.M., & Almeida, L. S. (2014). O impacto das expectativas na adaptação acadêmica dos estudantes no Ensino Superior. *Revista PsicoUSF*, 19(1), 49-60.
- Santos, G. G. (2016). Career barriers influencing career success: A focus on academics perceptions and experiences. *Career Development International*, 21(1), 60-84. doi:10.1108/CDI-03-2015-0035.
- Schein, E. H. Identidade profissional: como ajustar suas inclinações a suas opções de trabalho. Nobel. Nobel: 1996.
- Schein, E. H. (1996). Career anchors revisited: Implications for career development in the 21th century. *Academy of Management Executive*, 10, 80-88.
- Silva, B. D. & Marques, M. F. (2001). Trajectórias de inserção profissional dos licenciados em Educação pelo Instituto de Educação e Psicologia da universidade do Minho. Em A. Gonçalves, L. S. Almeida, R. Vasconcelos & S. Caires (Orgs.), *Da Universidade para o Mundo do Trabalho: Desafios para um diálogo* (pp.205-226). Braga: Universidade do Minho.
- Suhail, K. & Chaudhry, H.R. (2004). Predictors of subjective wellbeing in an eastern Muslim culture. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(3), 359-376.

- Taveira, M. C. (2001). Preparação para a inserção sócio-profissional: Análise do observatório de emprego dos diplomados em Psicologia da Universidade do Minho. Em A. Gonçalves, L. S. Almeida, R. Vasconcelos & S. Caires (Orgs.), *Da Universidade para o Mundo do Trabalho: Desafios para um diálogo* (pp.281-296). Braga: Universidade do Minho.
- Teixeira, M. A. P. (2002). *A experiência de transição entre a universidade e o mercado de trabalho na adultez jovem*. Tese de Doutorado, Programa de Pósgraduação em Psicologia do Desenvolvimento, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- Teixeira, M. A. & Gomes, W. B. (2004). Estou me formando... e agora? Reflexões e perspectivas de jovens formandos universitários. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 5 (1), 47-62.
- Wendlandt, N. M. & Rochlen, A. B. (2008). Addressing the college-to-work transition. *Journal of Career Development*, 35 (2), 151-165.
- Vossensteyn, J. J., Kottmann, A., Jongbloed, B. W. A., Kaiser, F., Cremonini, L., Stensaker, B., Hovdhaugen, & Wollscheid, S. (2015). *Dropout and completion in higher education in Europe: Main report. European Union*. <https://doi.org/10.2766/826962>

Anexo 1- Consentimento informado

O presente estudo está a ser desenvolvido no âmbito da minha Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação, na Universidade do Algarve, sob orientação do Professor Doutor Luís Sérgio Vieira, e tem como objetivo estudar o papel do sucesso académico e do sucesso na carreira na promoção do bem-estar subjetivo, na transição do ensino superior para o mercado de trabalho, em estudantes e profissionais das áreas da psicologia e da enfermagem. Solicitamos a sua colaboração para este estudo com uma duração de aproximadamente 15 minutos.

Todos os dados que fornecer são anónimos e confidenciais, destinando-se apenas para este fim. A sua participação é voluntária, pelo que poderá desistir a qualquer momento, caso seja essa a sua vontade.

Em caso de dúvidas, pode contactar-me através do seguinte endereço eletrónico: a68799@ualg.pt

Obrigada pela sua colaboração!

Cheila Silva

Li e compreendi o consentimento informado, e aceito participar neste formulário, que visa estudar o papel do sucesso académico e do sucesso na carreira na promoção do bem-estar subjetivo, na transição do ensino superior para o mercado de trabalho, em estudantes e profissionais das áreas da psicologia e da enfermagem.

- Aceito participar
- Não aceito participar

Anexo 2- Questionário Sociodemográfico

Gênero

- Masculino
- Feminino

Idade

Área de formação

- Psicologia
- Enfermagem

Indique que função desempenha atualmente na sua área de formação

Indique quantos anos tem de experiência na sua área de formação

Anexo 3 - Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r; Almeida & Soares, 2002).

Anexo 4- Escala de Satisfação com a Vida (Simões, 1992)

Simões, A. (1992). Ulterior validação de uma escala de satisfação com a vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 26 (3),503-515.

Anexo 5- Escala portuguesa de afeto positivo e negativo (PANAS-VRP)

Galinha, I. C., Pereira, C. R., & Esteves, F. (2014). Versão reduzida da escala portuguesa de afeto positivo e negativo – PANAS-VRP: Análise fatorial confirmatória e invariância temporal. *Revista Psicologia*, 28 (1), 53-65.

Anexo 6- Escala de Percepção de Sucesso na Carreira

Costa, L.V. (2013). Construção e validação de uma escala de percepção de sucesso na carreira.
ReCaPe Revista de Carreiras e Pessoas, (3) 2-19.

Anexo 7- Escala de Perceção de Sucesso Académico

Mossini,F.E.S. (2019). Sucesso académico e bem-estar subjetivo na transição do ensino superior para o mundo do trabalho. Tese no âmbito do Programa Interuniversitário de Doutoramento em Psicologia, Especialidade em Psicologia da Educação, da Universidade de Coimbra e da Universidade de Lisboa.

Anexo 8 -Resultados do teste de Sobel

Sobel test statistic: 2.78327456

One-tailed probability: 0.00269066

Two-tailed probability:0.00538132

Sobel test statistic: 2.53190025

One-tailed probability: 0.00567231

Two-tailed probability:0.01134463