



**Variância da Adaptabilidade de Carreira de acordo com o  
Rendimento Académico de estudantes universitários**

Ana Rita Torres

UMinho | 2020



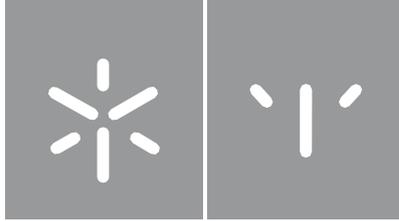
**Universidade do Minho**  
Escola de Psicologia

Ana Rita Nunes da Silva Torres

**Variância da Adaptabilidade de Carreira  
de acordo com o Rendimento Académico  
de estudantes universitários**

junho de 2020





**Universidade do Minho**

Escola de Psicologia

Ana Rita Nunes da Silva Torres

**Variância da Adaptabilidade de Carreira de  
acordo com o Rendimento Académico de  
estudantes universitários**

Dissertação de Mestrado

Mestrado Integrado em Psicologia

Trabalho efetuado sob a orientação da

**Doutora Ana Daniela Silva**

## **Direitos de autor e condições de utilização do trabalho por terceiros**

Este é um trabalho académico que pode ser utilizado por terceiros desde que respeitadas as regras e boas práticas internacionalmente aceites, no que concerne aos direitos de autor e direitos conexos.

Assim, o presente trabalho pode ser utilizado nos termos previstos na licença abaixo indicada.

Caso o utilizador necessite de permissão para poder fazer um uso do trabalho em condições não previstas no licenciamento indicado, deverá contactar o autor, através do RepositóriUM da Universidade do Minho.



**Atribuição-NãoComercial-SemDerivações**

**CC BY-NC-ND**

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

*Ana Rita Nunes da Silva Torres*

---

## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar, quero agradecer à minha orientadora, Doutora Ana Daniela Silva, por toda a ajuda prestada ao longo do processo de construção deste estudo. Agradeço ao meu grupo de investigação por todos os ensinamentos e momentos que partilhamos.

Quero agradecer à Soraia por todos os jantares, todas as partilhas e todos os abraços. Foste e serás sempre a minha companheira de viagem.

Aos meus melhores amigos, que me acompanharam neste processo e viveram esta fase em conjunto comigo. Em especial à minha melhor amiga Sílvia por todos os momentos, os bons e os menos bons.

Quero agradecer ao Pedro, à Mónica e Adelino por estarem comigo e apoiarem todas minhas decisões, desde o primeiro dia.

Agradeço às pessoas mais especiais da minha vida. Aqueles que me possibilitaram a oportunidade de estudar, de investir num futuro melhor para mim e que me apoiaram em todos os passos deste percurso, os meus pais.

A todos, Muito Obrigada!

### **Declaração de Integridade**

Declaro ter atuado com integridade na elaboração do presente trabalho académico e confirmo que não recorri à prática de plágio nem a qualquer forma de utilização indevida ou falsificação de informações ou resultados em nenhuma das etapas conducente à sua elaboração.

Mais declaro que conheço e que respeitei o Código de Conduta Ética da Universidade do Minho.

Universidade do Minho, 4 de junho de 2020

Ana Rita Nunes da Silva Torres

---

## **Variância da Adaptabilidade de Carreira de acordo com o Rendimento Académico de estudantes universitários**

### **Resumo**

A entrada para a universidade constitui uma fase de vida que coloca aos estudantes desafios ao nível académico e psicossocial. Este estudo explora a variância da adaptabilidade de carreira, de acordo com o rendimento académico de estudantes da Universidade do Minho, analisando a amostra total e ciclos de ensino. Participaram no estudo 476 estudantes de ambos os sexos (75,2% Mulheres), a frequentar diferentes anos e cursos universitários. Utilizou-se, para a recolha de dados, um questionário sociodemográfico e a escala *Adaptabilidade na Carreira* (Forma Universitária). O resultado da análise do teste ANOVA *Oneway*, indica que existe variância significativa, sendo que, estudantes com rendimento académico alto possuem maior preocupação, confiança e adaptabilidade de carreira. Em relação aos ciclos de ensino, os resultados indicam que os estudantes do 1º ciclo com rendimento académico alto revelam ter maior preocupação, confiança e adaptabilidade de carreira, enquanto que estudantes do 2º ciclo com rendimento académico alto apresentam apenas maior confiança. Estes resultados contribuem para a aliança entre as variáveis de carreira e variáveis educacionais, reforçando a importância das intervenções das universidades na adaptabilidade de carreira dos estudantes, podendo ser uma estratégia para trabalhar as dificuldades em relação ao planeamento futuro de carreira, sentimento de autoeficácia e de aprendizagem.

*Palavras-Chave:* adaptabilidade da carreira, desenvolvimento de carreira, estudantes universitários, rendimento académico

## **Variance of Career Adaptability according to Academic Achievement of university students**

### **Abstract**

The university course is a phase of life that presents students with academic and psychosocial challenges. This study explores the variance of career adaptability, according to academic achievement in students of University of Minho, analyzing the total sample and educational cycles. A total of 476 male and female university students (75,2% girls), attending different years and university courses participated in the study. A demographic data questionnaire and an *Adaptability in the Career* scale (University Form) were used for data collection. The results of the ANOVA *Oneway* test analysis show that there is significant variation, which means that students with higher academic achievement reveal higher levels in the dimensions of concern, confidence and career adaptability. In relation to the education cycles, the results indicate that 1st cycle students with high academic achievement reveal higher levels of concern, confidence and career adaptability, while 2nd cycle students with high academic achievement reveal more confidence. These results contribute to the alliance between career variables and educational variables, reinforcing the importance of university interventions in students' career adaptability, which can be a strategy to deal with difficulties in career planning, feeling of self-efficacy and learning.

*Keywords:* career adaptability, career development, university students, academic achievement

## Índice

Resumo.....	v
Abstract.....	vi
Introdução.....	8
Método.....	11
Participantes.....	11
Instrumentos.....	12
Questionário Sociodemográfico .....	12
Rendimento Académico na Universidade .....	12
Escala sobre a Adaptabilidade da Carreira (forma universitária) .....	12
Procedimentos.....	13
Recolha de Dados .....	13
Análise de Dados .....	13
Resultados .....	14
Discussão.....	16
Referências .....	20
Anexos .....	23

## **Introdução**

Desde o ano 2000, o número de estudantes a ter acesso ao Ensino Superior em Portugal, aumentou consideravelmente, sendo que, em 2019, entraram mais de 380 mil estudantes nas universidades do país (Direção-Geral de Estatística da Educação e Ciência, acedido em março de 2020). Na base destes dados, está subjacente uma crescente necessidade de uma melhor qualificação profissional e de aprendizagem contínua, exigida pelo mercado de trabalho da atualidade (Jenschke, 2003; Soares, 2000).

A entrada na universidade é um acontecimento significativo ao nível do desenvolvimento académico e psicossocial dos estudantes universitários (Almeida et al., 2007) pelos inúmeros desafios, novos e complexos, que lhe estão associados em diferentes áreas das suas vidas, como, por exemplo, adaptar-se a novas funções e responsabilidades e o afastamento do núcleo familiar (Assis & Oliveira, 2010) e dos amigos (Credé & Niehorster, 2012). Ambiel e Soares (2004), descreveram alguns dos desafios e dificuldades que os estudantes enfrentam no processo adaptativo à universidade, mais propriamente, ao nível do rendimento académico e desenvolvimento psicossocial, tais como as expectativas irracionais pré-universitárias dos estudantes e a exploração de novos papéis sociais associados a esta fase.

No entanto, a frequência do ensino superior é um marco privilegiado para a consolidação da identidade profissional e pessoal, onde se desenvolvem objetivos profissionais e planos para os implementar. Revelando, assim, a importância que as questões de carreira têm no contexto de ensino superior nos aspetos de desenvolvimento psicossocial, desempenho e satisfação académica (Zatti et al., 2017).

A carreira trata-se de um processo contínuo na vida do indivíduo, a partir de um passado com significado, de um presente com experiências e de um futuro planeado (Duarte et al., 2010). Dessa forma, o indivíduo e as experiências vividas, em interação mútua, constituem o desenvolvimento de carreira. Durante o percurso académico, o desenvolvimento de carreira compreende as experiências vividas durante esse período, onde a identidade profissional e pessoal estão em constante atualização (Zatti et al., 2017).

À medida que os estudantes avançam no seu percurso académico, apresentam uma perspetiva temporal mais adaptativa e funcional, que é uma dimensão importante para o bom funcionamento psicossocial (Ortuño et al., 2011). Segundo Zimbardo e Boyd (1999), a perspetiva temporal é um processo inconsciente em que as experiências sociais e pessoais são inseridas em marcos temporais, os quais ajudam os indivíduos a dar ordem, sentido e coerência às suas experiências. Sendo que,

aprofundar esta realidade experienciada pelos jovens, poderá ser uma vantagem tanto para os educadores, como também para os estudantes, no sentido de identificar fatores que possam facilitar não só a nível educacional, mas também ao nível social, potenciando o conhecimento das características de cada aluno e, assim, permitir equacionar formas de intervenção mais ajustadas às suas reais necessidades (Antunes et al., 2015), identificando fatores que promovam o bem-estar dos próprios (Teixeira et al., 2007).

O desenvolvimento da carreira é um processo que decorre ao longo de todo o ciclo de vida do ser humano, constituído por possíveis situações habituais e imprevisíveis (Fiorini, 2017), o que despoletou, na literatura, a criação de um novo conceito proposto, inicialmente, por Super e Knasel (1981), sendo este, a adaptabilidade de carreira.

Embora o conceito de Adaptabilidade de Carreira esteja associado primeiramente a Donald Super, foi Savickas (2005; 2013) quem lhe deu um avanço mais significativo (Ambiel, 2014), usando o conceito na sua Teoria da Construção da Carreira.

Savickas (1997) definiu, de uma forma geral, que a adaptabilidade retrata um conjunto de capacidades de se adequar a mudanças e ajustar-se a novas circunstâncias, sem dificuldades significativas. Mais tarde, Savickas (2013) conceitua a adaptabilidade da carreira como um processo psicossocial que revela a prontidão e os recursos do indivíduo para lidar com tarefas atuais e iminentes de desenvolvimento de carreira, transições ocupacionais e traumas pessoais. O autor, ainda, alegou a existência de competências comportamentais necessárias para a adaptação, englobando quatro dimensões, sendo elas, a preocupação, o controlo, a curiosidade e a confiança. A primeira dimensão traduz-se na preocupação que se refere à capacidade de planeamento do futuro profissional e dos desafios de carreira. O controlo, segunda dimensão, consiste na capacidade de preparação para o futuro profissional, incluindo, a responsabilidade, esforço, persistência e autodisciplina. A terceira dimensão, curiosidade, reflete na exploração de si e dos possíveis cenários futuros. Por fim, a confiança, diz respeito à disposição do indivíduo para implementar os planos profissionais e até que ponto acredita em si e na realização das tarefas de carreira (Savickas & Portefli, 2012).

Savickas (2005) considera que o indivíduo é adaptável em relação à sua carreira quando demonstra a preocupação a respeito do futuro enquanto trabalhador, o controlo pessoal sobre o futuro de sua carreira, curiosidade para explorar possíveis cenários futuros e confiança na procura de suas aspirações vocacionais.

A adaptabilidade da carreira traduz-se num processo que ocorre durante todo o ciclo de vida (Fiorini, 2017) capaz de facilitar as transições e desafios que surgem na carreira. Com base na literatura

existente, surgem investigações onde há uma maior relação do conceito de adaptabilidade de carreira a adultos, e não tanto a jovens, como também, estudos em que o conceito surge associado à transição do ensino superior para o mundo de trabalho. No entanto, como a adaptabilidade de carreira ocorre ao longo de todo o ciclo de vida do indivíduo (Savickas, 1997), torna-se particularmente importante nos desafios que os jovens enfrentam associados ao ensino superior, pois trata-se de um período em que o estudante se prepara para enfrentar os desafios relacionados à construção da sua carreira futura (Monteiro & Almeida, 2015).

Num estudo feito por Öncel (2014) realizado na Turquia com estudantes universitários sobre a validade das dimensões da Escala de Adaptabilidade de Carreira, podemos observar as relações das subescalas. A escala de preocupação relaciona-se com o planeamento futuro de carreira; as autoavaliações e o *locus* de controlo interno estão relacionadas com a dimensão de controlo; a personalidade proativa do indivíduo apresenta-se como tendo maior relação com a curiosidade; e, por fim, a confiança mostrou estar mais relacionada com a autoeficácia geral.

A formação e o impacto da educação superior, têm elevada importância para o futuro dos estudantes (Bardagi & Albanaes, 2015), onde se destaca o seu caráter formativo para o exercício profissional futuro. Um estudo realizado por Ambiel et al. (2016), sobre a relação entre a adaptabilidade de carreira e as vivências académicas em estudantes universitários brasileiros, verificou que um nível elevado de adaptabilidade de carreira e de vivência académica proporcionam uma maior oportunidade de desenvolvimento de carreira. Averiguaram, ainda, que a dimensão de preocupação está positivamente correlacionada com o desenvolvimento de carreira, possivelmente, por ambas partilharem características de planeamento do futuro profissional e de agir que se refletem no futuro dos estudantes. Além disso, segundo Monteiro e Almeida (2015), é importante que as universidades promovam intervenções ao nível da adaptabilidade de carreira aos estudantes, visto que é um processo que influencia positivamente na carreira dos próprios.

O rendimento académico também tem revelado ser importante para os estudantes universitários, pelo impacto que este tem nas futuras oportunidades de carreira (Richardson et al., 2012), sendo que, os resultados positivos obtidos pelos estudantes são um reflexo da realização escolar dos próprios. A literatura divulga que, estudantes com elevado rendimento académico, são percebidos como mais inteligentes, capazes de obter classificações académicas elevadas, com maior potencial para realização em várias áreas, e, também, são caracterizados por estarem intrinsecamente motivados para o envolvimento académico (Antunes et al., 2015).

A promoção do rendimento académico tem vindo a ser uma preocupação crescente por parte

das instituições do ensino superior, quer pela diminuição das taxas de insucesso, quer pela melhoria da formação e desenvolvimento de competências dos estudantes universitários (Monteiro et al., 2009).

A autoeficácia e o autoconceito parecem ter influência positiva na conduta dos estudantes, o que contribui para o rendimento académico (Neves & Faria, 2009). No entanto, segundo Pajares e Miller (1994), a autoeficácia dos estudantes tem um maior valor preditivo sobre a realização académica. Assim, os estudantes universitários com expectativas de autoeficácia académica tendem a ter um maior poder preditivo sobre os resultados académicos (Shunk, 1991). Portanto, rendimento académico está fortemente correlacionado com o sentimento de competência e eficácia.

A entrada para universidade é uma transição na vida de um jovem adulto que poderá ser geradora de stress devido às dificuldades que surgem, por parte dos estudantes, de gerir os desafios relacionados a esta fase (Santos & Almeida, 2001). O stress é percecionado pelos estudantes como sendo um fator que influencia, de forma negativa, o seu rendimento académico (Elias et al., 2009), na medida em que os primeiros anos de faculdade estão caracterizados, na literatura, por apresentarem um maior número significativo de fatores geradores de stress (Guerreiro-Casanova & Polydoro, 2010).

As características pré-universitárias, nomeadamente as notas de acesso ao ensino superior e a sua preparação académica, estão associadas ao percurso académico e, conseqüentemente, ao rendimento académico dos estudantes universitários (Almeida et al., 2007). No entanto, essa associação nem sempre é linear e verifica-se uma lacuna na literatura para a explicação de estudantes com bom rendimento académico no ensino secundário, terem resultados negativos no ensino superior (ou vice-versa).

Tendo por base o enquadramento teórico e com intuito de colaborar para o desenvolvimento de estudos nesta área, o objetivo deste estudo é analisar, na amostra total e nos ciclos de ensino, a variância da adaptabilidade de carreira, nas suas quatro dimensões, de acordo com o rendimento académico, baixo, médio e alto, dos estudantes universitários. Desta forma, procuramos potenciar uma influência positiva na trajetória de carreira dos estudantes universitários, podendo auxiliar na identificação de fatores associados à adaptabilidade em contexto universitário dos próprios.

## **Método**

### **Participantes**

Trata-se de uma amostra não probabilística de conveniência, constituída por 476 estudantes universitários da Universidade do Minho. Sendo que, 358 são mulheres (75.2%) e 118 são homens (24.8%), com idades compreendidas entre os 18 e os 53 anos ( $M = 21.9$ ;  $DP = 4.2$ ). Relativamente ao

ano do curso, 73 frequentavam o 1º ano (15.3%), 141 o 2º ano (29.7%), 133 o 3º ano (27.9%), 90 o 4º ano (18.9%), 31 o 5º ano (6.5%) e 8 frequentavam o 6º ano do curso (1.7%), ou seja, 347 estudantes (72.9%) estão no primeiro ciclo e 129 estudantes (27.1%) estão no segundo ciclo. Em relação ao rendimento académico, os participantes foram classificados em três grupos diferentes (baixo, médio e alto rendimento académico), sendo que, 60 estudantes (12.6%) têm baixo rendimento (entre 10 a 12 valores), 343 participantes (72.1%) têm médio (entre 13 a 15 valores) e 73 participantes (15.3%) têm alto rendimento académico (igual ou maior que 16 valores).

## **Instrumentos**

### ***Questionário Sociodemográfico***

Trata-se de um questionário constituído por questões pessoais do participante (e.g. sexo e idade), do seu percurso académico (e.g. respetivo curso e ano que frequentam) e média de curso, com o objetivo de recolha de informação para a pesquisa.

### ***Rendimento Académico na Universidade***

Para avaliarmos o rendimento académico dos estudantes universitários da Universidade do Minho foi questionado a todos os participantes a média escolar, classificando em três grupos diferentes: baixo, médio e alto rendimento académico. Sendo que, estudantes com baixo rendimento académico tinham média entre dez a doze valores, com médio rendimento académico tinham média entre treze e quinze valores, e, estudantes com alto rendimento académico, tinham média igual ou acima dos dezasseis valores.

### ***Escala sobre a Adaptabilidade da Carreira (forma universitária) – (Monteiro & Almeida, 2015; adaptado de Savickas & Porfeli, 2012)***

Composta por vinte e quatro itens que combinadas formam uma pontuação total que indica a adaptabilidade de carreira. Esses itens estão divididos em quatro subescalas: preocupação (e.g., item 3: “*Considero que sou capaz de preparar-me para o futuro*”), controlo (e.g., item 8: “*Considero que sou capaz de tomar decisões por mim próprio(a)*”), curiosidade (e.g., item 15: “*Considero que sou capaz de explorar alternativas antes de fazer uma escolha*”) e confiança (e.g., item 19: “*Considero que sou capaz de realizar tarefas de forma eficiente*”). Cada subescala tem seis itens correspondentes. A resposta aos itens é efetuada através de uma escala tipo *Likert* de 5 pontos, em que, 1 corresponde a “Muito pouco” e 5 corresponde a “Muito”. O coeficiente de alfa de *Cronbach* da escala total é de 0.92, enquanto que a pontuação das subescalas são 0.81 para a preocupação, 0.78 para o controlo, 0.84 para a curiosidade e 0.86 para a confiança (Monteiro & Almeida, 2015), apresentando, assim, como bons indicadores de

fiabilidade e propriedades adequadas para estudantes universitários portugueses. No presente estudo, os valores de consistência interna foram próximos dos encontrados no estudo de validação para Portugal, sendo que, o coeficiente de alfa de *Cronbach* da escala total é 0.91, enquanto que a pontuação das subescalas são 0.80 para a preocupação, 0.77 para o controlo, 0.80 para a curiosidade e 0.83 para a confiança, indicando, de igual forma, como bons indicadores de fiabilidade.

## **Procedimentos**

### ***Recolha de Dados***

O preenchimento dos questionários ocorreu em salas de aula da Universidade do Minho e em salas de estudo da Biblioteca Geral desta mesma Universidade. Assegurou-se que todos os participantes eram capazes de ler e compreender a língua portuguesa, cada um preencheu o questionário de forma individual e presencial, num único momento temporal. Todos os participantes receberam as mesmas instruções, garantindo, assim, a igualdade das condições de recolha de dados. A duração média da realização dos questionários rondou os vinte minutos. Os questionários foram preenchidos de forma voluntária, após os participantes serem informados sobre o objetivo do estudo e quando garantida a confidencialidade no tratamento e posterior divulgação dos dados. Reforçamos que, sendo questionários voluntários, os participantes poderiam abandonar a resposta aos mesmos, garantindo o cumprimento de todas as questões éticas inerentes.

### ***Análise de Dados***

As análises dos dados foram conduzidas através do programa *Statistical Package for Social Sciences* (IBM SPSS - versão 26). Estas análises permitiram analisar a variância da adaptabilidade de carreira, nas suas quatro dimensões, de acordo com o rendimento académico, baixo, médio e alto. Inicialmente, estudamos os pressupostos de normalidade e homogeneidade de variâncias entre grupos para a análise paramétrica ANOVA *Oneway*, e os mesmos não se cumpriam. No sentido de corrigir esses pressupostos, procedeu-se à realização das análises estatísticas sem a presença de *outliers*, no entanto, os pressupostos continuaram a não se verificar. Recorremos à transformação matemática das variáveis de modo a validar os pressupostos da análise paramétrica (Marôco, 2018), mas as condições exigentes à aplicação paramétrica não se cumpriam.

Contudo, e especialmente no caso de estudos com amostras superior a trinta (como é o caso no nosso estudo), o teste paramétrico ANOVA *Oneway*, mesmo não se tendo verificado normalidade e homogeneidade na amostra, continua a ser bastante robusto (Marôco, 2018). Comparamos, então, os resultados com a alternativa não paramétrica, o teste de *Kruskal-Wallis*, e ambos apresentam resultados

semelhantes. Como não existiram diferenças nos resultados, decidimos reportar os *outputs* da análise paramétrica ANOVA *Oneway*. Seguidamente, de forma a analisar a direção do efeito das variáveis estatisticamente significativas, realizamos o teste *Post-Hoc Scheffe* por ser o método mais versátil e conservado no estudo das diferenças entre os grupos (Homack, 2001).

## Resultados

Na Tabela 1 apresentam-se os resultados da análise da ANOVA *Oneway* que foi conduzida para testar o objetivo deste estudo, na amostra total.

**Tabela 1**

*Valores da análise da variância da Adaptabilidade de Carreira de acordo com o Rendimento Académico dos estudantes universitários, na amostra total*

	Rendimento Académico			F (2,473)	p
	Baixo	Médio	Alto		
	Média (DV)	Média (DV)	Média (DV)		
<b>Preocupação</b>	22.33 (3.90)	23.30 (3.14)	24.14 (3.07)	5.12	0.01*
<b>Controlo</b>	24.33 (3.55)	24.72 (2.86)	25.00 (2.53)	0.87	0.42
<b>Curiosidade</b>	22.93 (3.63)	23.04 (2.93)	23.86 (2.80)	2.42	0.09
<b>Confiança</b>	22.40 (3.66)	24.09 (2.80)	24.84 (2.95)	11.95	0.00*
<b>Adaptabilidade de Carreira</b>	92.00 (12.54)	95.15 (9.30)	97.84 (9.04)	5.93	0.00*

\*  $p < .05$

Como se pode observar na Tabela 1, o teste da ANOVA *Oneway* mostra que existem resultados estatisticamente significativos ( $p < .05$ ), rejeitando a hipótese nula, para as dimensões de preocupação [F(2, 473) = 5.12;  $p < .05$ ], confiança [F(2, 473) = 11.95;  $p < .05$ ] e na adaptabilidade de carreira geral [F(2, 473) = 5.93;  $p < .05$ ], indicando que existe variância de acordo com o rendimento académico dos estudantes nestas dimensões. De modo a analisar a direção desse efeito, o *Post-Hoc Scheffe*, permitiu entender onde se encontram as diferenças nas dimensões. Concretamente, estudantes com rendimento académico alto, denotam uma maior preocupação e adaptabilidade de carreira, comparativamente com estudantes com rendimento académico baixo, que têm menor preocupação e adaptabilidade de carreira. Enquanto que, na dimensão da confiança, os estudantes com rendimento académico alto e médio têm maior confiança, diferenciando-se de estudantes com rendimento académico baixo, que têm menor

confiança.

Nas Tabelas 2 e 3, estão representados os resultados relativamente à análise da variância da adaptabilidade de carreira de acordo com o rendimento académico, no primeiro e segundo ciclo, respetivamente.

## Tabela 2

*Valores da análise da variância da Adaptabilidade de Carreira de acordo com o Rendimento Académico dos estudantes universitários, no 1º ciclo*

	Rendimento Académico			F (2,344)	p
	Baixo	Médio	Alto		
	Média (DV)	Média (DV)	Média (DV)		
<b>Preocupação</b>	22.15 (4.13)	23.15 (3.04)	23.83 (3.09)	3.33	0.04*
<b>Controlo</b>	24.31 (3.40)	24.70 (2.94)	24.85 (2.42)	0.45	0.64
<b>Curiosidade</b>	22.77 (3.73)	22.88 (2.92)	23.54 (2.51)	1.05	0.35
<b>Confiança</b>	22.35 (3.83)	23.87 (2.88)	24.50 (2.84)	6.74	0.00*
<b>Adaptabilidade de Carreira</b>	91.58 (12.85)	94.61 (9.43)	96.72 (8.47)	3.29	0.04*

\*  $p < .05$

Através dos resultados da análise do teste da ANOVA *Oneway*, podemos observar, a partir da Tabela 2, que os estudantes do primeiro ciclo apresentam resultados estatisticamente significativos ( $p < .05$ ) nas dimensões da preocupação [ $F(2,344)=3.33$ ;  $p < .05$ ], confiança [ $F(2,344)=6.74$ ;  $p < .05$ ] e adaptabilidade de carreira geral [ $F(2,344)=3.29$ ;  $p < .05$ ], tal como acontece na amostra total. O *Post Hoc Scheffe*, permitiu verificar que estudantes do primeiro ciclo com rendimento académico alto, têm maior preocupação e adaptabilidade de carreira, do que estudantes com rendimento académico baixo. Estudantes com rendimento académico alto e médio têm maior confiança, enquanto que os estudantes com rendimento académico baixo diferenciam-se, e revelam ter menor confiança.

**Tabela 3**

Valores da análise da variância da Adaptabilidade de Carreira de acordo com o Rendimento Académico dos estudantes universitários, no 2º ciclo

	Rendimento Académico			F (2,126)	p
	Baixo	Médio	Alto		
	Média (DV)	Média (DV)	Média (DV)		
<b>Preocupação</b>	23.08 (2.87)	23.74 (3.40)	24.67 (3.03)	1.21	0.30
<b>Controlo</b>	24.42 (4.32)	24.78 (2.64)	25.26 (2.74)	0.44	0.64
<b>Curiosidade</b>	23.58 (3.29)	23.52 (2.92)	24.41 (3.21)	0.91	0.41
<b>Confiança</b>	22.58 (3.00)	24.74 (2.47)	25.41 (3.09)	4.76	0.01*
<b>Adaptabilidade de Carreira</b>	93.67 (11.55)	96.77 (8.76)	99.74 (9.80)	1.97	0.14

\* $p < .05$

Na Tabela 3, estão representados os resultados da análise de teste ANOVA *Oneway*, no segundo ciclo, onde percebemos que existe resultados estatisticamente significados ( $p < .05$ ) na dimensão de confiança [F(2,126)=4.76;  $p < 0,05$ ], mostrando que existe variância de acordo com o rendimento académico dos estudantes nesta dimensão. Verificamos, com o *Post Hoc Scheffe*, que estudantes com rendimento académico alto e médio, têm maior confiança que estudantes com rendimento académico baixo.

### Discussão

Neste trabalho, pretendeu-se estudar a variância da adaptabilidade de carreira, nas suas quatro dimensões (preocupação, controlo, curiosidade e confiança), de acordo com o rendimento académico (baixo, médio e alto) nos estudantes universitários. Realizamos esse estudo na amostra total e no primeiro e segundo ciclo, de modo a perceber as diferenças de resultados de variâncias entre os dois ciclos.

Os principais resultados, apontam que existe variância nas dimensões de preocupação, confiança e adaptabilidade de carreira, de acordo com o rendimento académico nos estudantes universitários, na amostra total. Estudantes com rendimento académico alto denotam ter maior preocupação. De acordo com Savickas (1997, 2013), estes estudantes têm uma maior capacidade de planeamento em relação ao seu futuro profissional e aos desafios e dificuldades ao longo da sua carreira. Na dimensão de confiança, é onde existe uma maior diferença entre estudantes com baixo rendimento académico com os estudantes de alto e médio rendimento académico, ou seja, estudantes com

rendimento acadêmico alto e médio, parecem estar mais predispostos para implementar os planos profissionais e lidar com os desafios de carreira, confiando mais em si e na realização das suas tarefas. Na adaptabilidade de carreira geral existem resultados estatisticamente significativos, sendo que os alunos com rendimento acadêmico alto pontuam mais nesta variável, indicando que, estes estudantes, segundo Savickas (1997, 2013) retratam um conjunto de capacidades mais adequadas às mudanças, denotam maior prontidão e facilidade de se ajustar a novas circunstâncias, dificuldades significativas e desafios que são inerentes ao desenvolvimento de carreira.

Em relação aos ciclos de ensino, os estudantes do primeiro ciclo tiveram resultados estatisticamente significativos na dimensão da preocupação e a adaptabilidade de carreira, indicando que estudantes com rendimento acadêmico alto pontuam mais nestas dimensões. Enquanto que, no segundo ciclo, não obtivemos estes resultados. No entanto, tanto no primeiro ciclo como também no segundo ciclo, a dimensão de confiança apresentou resultados estatisticamente significativos, nomeadamente, estudantes com rendimento acadêmico alto e médio têm maior confiança comparativamente com estudantes com rendimento acadêmico baixo. Com base nestes resultados e de acordo com Savickas (1997, 2013), os estudantes com rendimento acadêmico alto do primeiro ciclo têm maior capacidade de planeamento em relação ao seu futuro profissional, mais predisposição para implementar os planos profissionais e apresentam um conjunto de capacidades mais adequadas às mudanças. Por outro lado, estudantes com rendimento acadêmico alto do segundo ciclo parecem ter mais disposição para implementar os planos profissionais, acreditando mais em si e na realização das suas tarefas de carreira (Savickas & Portefli, 2012).

No estudo de Antunes, Morais e Martins (2015) averiguaram que os estudantes com elevado rendimento acadêmico, são percebidos como tendo maior potencial de realização em várias áreas e por estarem intrinsecamente mais motivados, o que vai ao encontro do nosso estudo apresentar valores mais elevados nas subescalas (na amostra total, primeiro e segundo ciclos) com estudantes com rendimento acadêmico alto. Segundo evidências de Shunk (1991), Pjares e Miller (1994) e Neves e Faria (2009), a autoeficácia apresenta influência positiva no rendimento acadêmico, o que significa que estudantes com níveis elevados de autoeficácia têm valores mais elevados no seu rendimento. Considerando os resultados, percebemos que a dimensão de confiança apresenta resultados estatisticamente significativos (na amostra total, primeiro e segundo ciclos) e que os estudantes com rendimento acadêmico alto pontuam mais nessa dimensão, o que corrobora o estudo realizado por Öncel (2014), onde demonstra que a autoeficácia está relacionada com a dimensão de confiança. Estudantes com melhores recursos de adaptabilidade de carreira, são os estudantes que também têm o rendimento

académico mais alto.

Outro resultado significativo observado nos resultados no primeiro ciclo, foi a dimensão de preocupação, sendo que, estudantes com rendimento acadêmico alto, têm maior preocupação do que estudantes com rendimento acadêmico baixo e médio. Os resultados explicam que estudantes com rendimento acadêmico alto do primeiro ciclo têm maior capacidade de planeamento futuro profissional e desafios de carreira, o que é interessante visto que o primeiro ciclo é caracterizado pela presença de diversos fatores de stress (Guerreiro-Casanova & Polydoro, 2010).

Por outro lado, Ortuño, Paixão e Janeiro (2011) referiram no seu estudo, que à medida que os estudantes avançam no percurso académico, apresentam uma perspetiva temporal mais adaptativa e funcional. Os estudantes do primeiro ciclo apresentaram resultados significativos nas dimensões de preocupação, confiança e adaptabilidade de carreira, enquanto que os estudantes de segundo ciclo apenas tiveram resultados significativos ao nível da confiança. À medida que avançam no percurso académico os estudantes mudam, ou seja, a relevância que vão dando a diferentes recursos da adaptabilidade de carreira poderão alterar-se. A preocupação poderá ser mais importante na fase inicial de adaptação ao ensino superior. Enquanto que, no segundo ciclo, poderão estar numa fase de implementação e transição para uma nova fase de vida futura, estando mais ativo o recurso de confiança. No entanto, os estudantes do primeiro e segundo ciclo da nossa amostra são de gerações diferentes. Nesse caso, não é possível avaliar a evolução da perspetiva temporal dos estudantes ao longo do percurso académico, sendo que, os resultados poderão estar influenciados por características da sua geração.

Estudantes com rendimento académico alto têm maior preocupação, confiança e adaptabilidade de carreira, o que pode sugerir que poderá existir uma articulação do desenvolvimento de carreira com a aprendizagem. Principalmente, com base nos resultados, salientamos a dimensão da confiança por estar mais evidenciada nos estudantes com rendimento académico alto e médio, tanto na amostra total, como nos ciclos de ensino, que parece estar fortemente aliada para a competência de carreira. Nesse sentido, seria importante as intervenções dos serviços de orientação e aconselhamento de carreira da universidade, promoverem a adaptabilidade de carreira e os recursos da preocupação e confiança, podendo ser uma estratégia interessante para trabalhar as dificuldades em relação ao planeamento futuro de carreira, o sentimento de autoeficácia e a aprendizagem dos estudantes no ensino superior.

De uma forma geral, o não cumprimento dos pressupostos poderá ser uma limitação, no entanto foram realizadas as análises sem *outliers* e os resultados verificados mantiveram-se, pelo que ainda com algumas reservas, poderemos ter confiança nos resultados obtidos. Sugerimos a necessidade de mais

estudos para aprofundar as relações entre a adaptabilidade de carreira e o rendimento académico. Mais concretamente, estudos que permitam responder a questões importantes para os estudantes universitários, como por exemplo, estudar o valor preditivo entre as duas variáveis. Por outro lado, também seria interessante perceber como se comportam as variáveis do estudo na questão da empregabilidade no final do percurso académico, no sentido de perceber como o rendimento académico e a adaptabilidade de carreira dos estudantes poderiam influenciar essa etapa de carreira nas suas vidas.

Neste estudo analisamos as variâncias nos diferentes ciclos. Estudos longitudinais que permitam seguir os mesmos estudantes ao longo do tempo podem contribuir para o estudo desta temática, permitindo verificar a evolução da adaptabilidade de carreira e os seus recursos ao longo da frequência no ensino superior. Desta forma, podemos perceber se os resultados, dos ciclos de ensino do nosso estudo, estão influenciados por questões geracionais.

Este trabalho contribuiu para a linha de estudos que reforçam o papel do desenvolvimento vocacional para a aprendizagem, ou seja, alia variáveis de carreira com variáveis educacionais, e com base nos resultados obtidos, conseguimos aferir que o rendimento académico está associado à aquisição de competências e recursos de gestão de carreira. Isto é, se trabalharmos no desenvolvimento de carreira, também estamos a promover o desenvolvimento académico.

Recomenda-se que as universidades invistam em intervenções que promovam a adaptabilidade de carreira aos estudantes universitários, visto que este processo pode influenciar positivamente a sua trajetória de carreira (Monteiro & Almeida, 2015). Por conseguinte, salienta-se a importância das intervenções de carreira no ensino superior, como a organização de *workshops*, seminários de carreira e atividades de desenvolvimento de carreira, como também a necessidade de facilitar e promover o acesso dos estudantes ao serviço de orientação e aconselhamento de carreira da sua universidade, implementando intervenções de apoio psicossocial. Desta forma, teremos uma influência positiva na trajetória de carreira dos estudantes universitários, facilitando o desenvolvimento académico, promovendo a adaptabilidade a este contexto e o rendimento académico dos estudantes neste percurso.

## Referências

- Almeida, L. S., & Soares, A. P. (2004). Os estudantes universitários: sucesso escolar e desenvolvimento psicossocial. In E. Mercuri, S. A. J. Polydoro, A. A. A. Dos Santos, A. D. Prette, A. P. Soares, C. A. Fior, E. M. A. Pereira, G. G. Pachane, I. C. D. Bariani, L. S. Almeida, R. Primi, R. P. C. Zenorine & Z. A. P. D. Prette (Eds.), *Estudante universitário: características e experiências de formação* (pp. 15-40). Cabral Editora e Livraria Universitária. <https://hdl.handle.net/1822/12086>
- Almeida, L. S., Soares, A. P., Guisande, M. A., & Paisana, J. (2007). Rendimento académico no ensino superior: Estudo com alunos do 1º ano. *Revista Galego-Portuguesa de Psicología y Educación*, 14(1), 207-220. <https://hdl.handle.net/1822/12071>
- Ambiel, R. A. (2014). Adaptabilidade de carreira: uma abordagem histórica de conceitos, modelos e teorias. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 15(1), 15-24. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=203035764004>
- Ambiel, R. A., Hernández, D. N., & Martins, G. H. (2016). Relações entre adaptabilidade de carreira e vivências acadêmicas no ensino superior. *Psicología desde el Caribe*, 33(2), 158-168. <https://doi.org/10.14482/psdc.33.2.7071>
- Antunes, A. P., Morais, F., & Martins, M. F. (2015). Rendimento académico elevado e características psicológicas associadas: Diferenciação dos alunos de mérito académico no ensino superior. In A. M. Araújo, A. A. Martins, A. F. Alves, A. O. Amaral & L. S. Almeida (Eds.), *Livro de atas: III Seminário Internacional Cognição, Aprendizagem e Desempenho* (pp. 122-130). <https://hdl.handle.net/10216/80894>
- Bardagi, M. P., & Albanaes, P. (2015). Relações entre adaptabilidade de carreira e personalidade: Um estudo com universitários ingressantes brasileiros. *Psicologia*, 29(1), 35-44. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v29i1.989>
- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133-165. <https://doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5>
- de Assis, A. D., & de Oliveira, A. G. B. (2010). Vida universitária e saúde mental: atendimento às demandas de saúde e saúde mental de estudantes de uma universidade brasileira. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental* 2(4-5), 159-177. <https://stat.necat.incubadora.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/1113/1305>
- Direção-Geral de Estatística da Educação e Ciência. (2019). Alunos matriculados no ensino superior: total e por sexo. Retirado de <https://www.pordata.pt/Portugal/Alunos+matriculados+no+ensino+superior+total+e+por+sexo-1048> (acedido em março, 2020).
- Duarte, M. E., Lassance, M. C., Savickas, M. L., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J. P., Guichard, J., Soresi, S., Van, E. R., & Vianen, A. E. M. (2010). A construção da vida: Um novo paradigma para entender a carreira no século XXI. *Interamerican Journal of Psychology*, 44(2), 392-406. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28420641020>
- Elias, A., Azevedo, V., & Maia, Â. (2009). Saúde e rendimento académico nos estudantes da Universidade do Minho: Percepção de áreas problemáticas. *Congresso Saúde e Qualidade de Vida* (pp. 292-302). <https://hdl.handle.net/1822/11205>
- Fiorini, M. C. (2017). Percepção do funcionamento familiar, diferenciação do self e adaptabilidade de carreira de estudantes universitários. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Santa Catarina]. *Repositório Institucional UFSC*. <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/177764>
- Guerreiro-Casanova, D., & Polydoro, S. (2010). Integração ao ensino superior: relações ao longo do primeiro ano de graduação. *Psicologia Ensino & Formação*, 1(2), 85-96.

- Homack, S. R. (2001). Understanding What ANOVA Post Hoc Tests Are, Really. *Annual Meeting of the Southwest Educational Research Association*. <https://eric.ed.gov/?id=ED449222>
- Jenschke, B. (2003). A cooperação internacional: Desafios e necessidades da orientação e do aconselhamento em face das mudanças mundiais no trabalho e na sociedade. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 4(1-2), 35-55. [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-33902003000100005&lng=pt&tlng=pt](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902003000100005&lng=pt&tlng=pt)
- Marôco, J. (2018). *Análise Estatística com o SPSS Statistics.: 7ª edição. ReportNumber, Lda.*
- Monteiro, S., Castro, M., Almeida, L., & Cruz, J. F. A. (2009). Alunos de excelência no ensino superior: Comunalidades e singularidades na trajetória académica. *Análise Psicológica*, 27(1), 79-87. <https://doi.org/10.14417/ap.184>
- Monteiro, S. & Almeida, L. S. (2015). The relation of career adaptability to work experience, extracurricular activities, and work transition in Portuguese graduate students. *Journal of Vocational Behavior*, 91, 106-112. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.09.006>
- Neves, S. P., & Faria, L. (2009). Auto-conceito e auto-eficácia: semelhanças, diferenças, inter-relação e influência no rendimento escolar. *Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais*, 6, 206-218. <https://hdl.handle.net/10284/1330>
- Öncel, L. (2014). Career adapt-abilities scale: Convergent validity of subscale scores. *Journal of Vocational Behavior*, 85(1), 13-17. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.03.006>
- Ortuño, V., Paixão, M. P., & Janeiro, I. (2011). Tempo e Universidade: A evolução da Perspectiva Temporal ao longo do percurso universitário. In L. Faria, A. Araújo, F. Morais, E. Sá, J. Pinto & A. Silva (Eds.), *Carreira, Criatividade e Empreendedorismo* (pp. 217-225). APDC Edições.
- Pajares, F., & Miller, M. D. (1994). Role of self-efficacy and self-concept beliefs in mathematical problem solving: A path analysis. *Journal of educational psychology*, 86(2), 193-203. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.86.2.193>
- Richardson, M., Abraham, C., & Bond, R. (2012). Psychological correlates of university students' academic performance: a systematic review and meta-analysis. *Psychological bulletin*, 138(2), 353-387. <https://doi.org/10.1037/a0026838>
- Santos, L., & Almeida, L. S. (2001). Vivências académicas e rendimento escolar: Estudo com alunos universitários do 1.º ano. *Análise psicológica*, 19(2), 205-217. <https://doi.org/10.14417/ap.354>
- Schunk, D. H. (1991). Self-efficacy and academic motivation. *Educational psychologist*, 26(3-4), 207-231. <https://doi.org/10.1080/00461520.1991.9653133>
- Savickas, M. L. (1997). Career adaptability: An integrative construct for life-span, life-space theory. *The Career Development Quarterly*, 45(3), 247-259. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.1997.tb00469.x>
- Savickas, M. L. (2005). The theory and practice of career construction. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counselling: Putting theory and research to work*, (pp. 42-70). John Wiley and Sons, Inc.
- Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counselling: Putting theory and research to work* (2ª.edição, pp. 147-183). John Wiley and Sons, Inc.
- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-Abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 661-673. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.011>
- Soares, D. H. P. (2000). As diferentes abordagens em orientação profissional. In M. D. Lisboa & D. H. P. Soares (Eds.), *Orientação profissional em ação: Formação e prática de orientadores*, (pp. 24-47).
- Super, D. E., & Knasel, E. G. (1981). Career development in adulthood: Some theoretical problems and a possible solution. *British Journal of Guidance & Counselling*, 9(2), 194-201.

<https://doi.org/10.1080/03069888108258214>

- Teixeira, M. A. P., Castro, G. D., & da Rosa Piccolo, L. (2007). Adaptação à universidade em estudantes universitários: um estudo correlacional. *Interação em Psicologia*, 11(2), 211-220. <https://doi.org/10.5380/psi.v11i2.7466>
- Zatti, F., Luna, I. N., Silva, N., & Feigel, G. L. R. (2017). Desenvolvimento de carreira de estudantes durante a graduação: análise de fundamentos epistemológicos em estudos nacionais. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 17(3), 150-158. <https://doi.org/10.17652/rpot/2017.3.13269>
- Zimbardo, P.G. & Boyd, J.N. (1999). Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual-Differences Metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>

## **Anexos**

## Anexo 1 – Declaração de Procedimentos Éticos



Universidade do Minho  
Escola de Psicologia

Universidade do Minho, Escola de Psicologia

### DECLARAÇÃO

Declaro, para os devidos efeitos, que a recolha de dados e procedimentos metodológicos levados a cabo na presente tese de mestrado, intitulada “Variância da Adaptabilidade de Carreira de acordo com o Rendimento Académico de Estudantes Universitários”, apresentada pela estudante Ana Rita da Silva Torres, seguiu os princípios de ética na investigação recomendados pela Seção das Ciências Sociais e Humanas da Comissão de Ética da Universidade do Minho (CECSH). Os dados do estudo foram recolhidos nos anos de 2016/17, datas anteriores ao Despacho RT-31 de 2019. Pelo fato da referida tese realizada no ano de 2020, utilizar dados recolhidos nas datas referidas, o processo e pedido de parecer à CECSH da UMinho foram elaborados pela estudante e avaliados, para fins de ensino-aprendizagem, mas não submetidos à CECSH-UMinho.

Braga, 25 de maio de 2020

A Orientadora

Assinado por : ANA DANIELA DOS SANTOS  
CRUZINHA SOARES DA SILVA  
Num. de Identificação: B1115113487  
Data: 2020.05.30 14:33:06+01'00'



Ana Daniela Silva