



**PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
DOUTORADO EM EDUCAÇÃO**

ANDRESSA PEREIRA DE SOUZA

**ANÁLISE DA EFICÁCIA DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO PARA O
DESENVOLVIMENTO DA ADAPTAÇÃO ACADÊMICA E AUTOEFICÁCIA NO
CONTEXTO UNIVERSITÁRIO**

Presidente Prudente - SP
2024

ANDRESSA PEREIRA DE SOUZA

**ANÁLISE DA EFICÁCIA DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO PARA O
DESENVOLVIMENTO DA ADAPTAÇÃO ACADÊMICA E AUTOEFICÁCIA NO
CONTEXTO UNIVERSITÁRIO**

Tese de Doutorado, apresentada à Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação, Universidade do Oeste Paulista, como parte dos requisitos para obtenção do título de Doutor em Educação. – Área de concentração: Educação.

Orientadora: Camélia Santana Murgio.

371.1
S729a Souza, Andressa Pereira de.
Análise da eficácia de um programa de intervenção
para o desenvolvimento da adaptação acadêmica e
autoeficácia no contexto universitário. / Andressa Pereira
de Souza. – Presidente Prudente, 2024.
137 f.: il.

Tese (Doutorado em Educação) - Universidade do
Oeste Paulista – Unoeste, Presidente Prudente, SP,
2024.

Bibliografia.
Orientadora: Prof^a. Dra. Camélia Santana Murgó.

1. Estudante universitário. 2. Intervenção. 3.
Eficácia. I. Título.

ANDRESSA PEREIRA DE SOUZA

**ANÁLISE DA EFICÁCIA DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO PARA O
DESENVOLVIMENTO DA ADAPTAÇÃO ACADÊMICA E AUTOEFICÁCIA NO
CONTEXTO UNIVERSITÁRIO**

Tese de Doutorado, apresentada à Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação, Universidade do Oeste Paulista, como parte dos requisitos para obtenção do título de Doutor em Educação. – Área de concentração: Educação.

Presidente Prudente, 15 de março de 2024.

BANCA EXAMINADORA

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Camélia Santana Murgio
Universidade do Oeste Paulista – Unoeste
Presidente Prudente - SP

Prof.^a Dr.^a Elisa Tomoe Moriya Schlünzen
Universidade do Oeste Paulista – Unoeste
Presidente Prudente - SP

Prof. Dr. Alex Sandro Gomes Pessoa
Universidade Federal de São Carlos- UFSCar
São Carlos - SP

Prof. Dr. Leonardo de Oliveira Barros
Universidade Federal da Bahia – UFBA
Salvador - BA

Prof.^a Dr.^a Maria Celeste da Rocha Simões
Universidade de Lisboa – ULisboa
Lisboa – PT

AGRADECIMENTOS

Agradeço imensamente à minha orientadora, **Prof^a Dr^a Camélia Santana Murgo**, que não apenas foi uma mentora incrível, mas desempenhou um papel fundamental em meu desenvolvimento como docente, pesquisadora e ser humano. Sua constante orientação, amizade, afeto e parceria foram inestimáveis. Camélia demonstrou confiança em meus interesses e ideias ousadas, além de acreditar no meu desejo de aprender e me desenvolver na área acadêmica. Não há palavras que possam expressar minha gratidão por sua orientação desde a graduação.

Expresso também minha profunda gratidão à minha família pelo apoio constante. Minha mãe, **Lourdes**, mesmo não entendendo completamente minhas escolhas e as incontáveis horas que dediquei aos estudos, sempre acreditou no meu potencial. Meu irmão, **Adriano**, foi apoio constante ao longo de todos os anos, incentivando-me a nunca desistir dos meus sonhos. A meu pai, **Antonio**, que, embora não esteja mais entre nós, dedicou anos de incentivo e suporte para que eu alcançasse minhas conquistas profissionais.

Agradeço aos amigos que têm acompanhado minha jornada desde os dias da graduação até o presente momento. Aos queridos amigos **Lara, Daniele, Dayane, Pedro, Rodrigo e Hiago**, e em especial às minhas amigas que estiveram sempre ao meu lado compartilhando vitórias e desafios, **Mariane**, a quem confidencio minhas conquistas e inquietações diariamente durante todo processo, e **Débora** pela parceria excepcional nos projetos profissionais e na vida, seu apoio foi essencial.

Minha gratidão se estende à minha banca de avaliação do mestrado/doutorado, cuja contribuição foi crucial para o desenvolvimento e aprimoramento deste trabalho. Aos professores e professoras **Raquel, Elisa,**

Leonardo, Alex e Maria Celeste, meus sinceros agradecimentos por seu apoio e orientação.

Agradeço também aos professores e colegas de graduação, mestrado e doutorado, assim como aos amigos de pós-graduação **João, Bruno, Bárbara, Dayane, Thiago, Maria e Marcello**, por serem pilares importantes em minha formação.

Por fim, agradeço aos alunos, tanto do curso de Medicina quanto de Psicologia, com os quais tive a oportunidade de contribuir em seus processos de formação. Agradeço também às coordenações de curso pelo espaço para atuar e me aprimorar profissionalmente.

“O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Brasil) CAPES – Código de Financiamento 001”.

“Aqueles que passam por nós, não vão sós, não nos deixam sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós”. (Antoine de Saint-Exupéry)

RESUMO

Análise da eficácia de um programa de intervenção para o desenvolvimento da adaptação acadêmica e autoeficácia no contexto universitário

Entre as temáticas que vem despertando interesse de pesquisadores do desenvolvimento humano, tendo em vista os impactos que podem ter na configuração das esferas pessoais, acadêmicas e profissionais do adulto, destacam-se a autoeficácia e a adaptação acadêmica. O objetivo geral da presente pesquisa foi elaborar e verificar a viabilidade e a eficácia de um programa para o favorecimento da adaptação acadêmica e o desenvolvimento da autoeficácia em estudantes universitários. Isso posto, a presente pesquisa foi dividida em seis artigos, os três primeiros artigos compõe três estudos de revisão da literatura, sendo eles: uma revisão integrativa de publicações nacionais acerca da adaptação acadêmica em estudantes universitários; uma revisão de escopo (*Scoping Review*) de publicações nacionais que abordaram o período da adultez emergente como temática principal; e uma revisão de escopo internacional sobre intervenções facilitadoras de adaptação acadêmica em estudantes universitários. O quarto artigo teve por objetivo verificar possíveis correlações entre a autoeficácia, o período da adultez emergente e adaptação acadêmica em estudantes universitários de cursos da graduação das diversas áreas do conhecimento por meio de um estudo correlacional. O quinto artigo apresenta os resultados do estudo de viabilidade do Programa Universitário de Promoção de Adaptação Acadêmica e Autoeficácia (PUP3A) correspondente ao objetivo geral da tese. O estudo de viabilidade permitiu identificar os potenciais e necessidades de ajustes necessários e por fim, o sexto e último artigo conduziu o estudo de avaliação da eficácia da proposta interventiva após estudo de viabilidade. Os estudos de revisão da literatura e o estudo correlacional foram essenciais para compreender o cenário nacional referente as temáticas principais, bem como suporte teórico para a elaboração do programa, um Manual de aplicação da proposta e um E-book para estudantes universitários referentes a estratégias de adaptação acadêmica. A avaliação do programa, nos estudos de viabilidade e eficácia, contaram significativamente com a análise de dados mistos, ressaltando a relevância e contribuição do programa para a adaptação dos estudantes à universidade, no papel desempenhado na formação ou

ajuste de crenças de autoeficácia ao longo do primeiro semestre do curso de graduação. Com base nos resultados, recomenda-se a continuidade de estudos adicionais para avaliar a efetividade do programa em outros contextos, e assim concluir as etapas de validação das propostas de intervenção. Bem como, formação docente para replicação da proposta interventiva via infusão curricular. Esses esforços suplementares têm o potencial de proporcionar uma compreensão mais completa do impacto do PUP3A e de sua aplicabilidade nos mais diversos ambientes acadêmicos, assim como implementar ações institucionais ou políticas educacionais que contribuam para o ajustamento dos estudantes universitários ao contexto acadêmico.

Palavras-chave: adaptação acadêmica; universitários; autoeficácia; intervenção; adulez emergente.

ABSTRACT

Analysis of the effectiveness of an intervention program for the development of academic adaptation and self-efficacy in the university context

Self-efficacy and academic adaptation are among the topics that have been arousing the interest of human development researchers, given the impact they can have on the configuration of adults' personal, academic, and professional spheres. The general objective of this research was to develop and verify the feasibility and effectiveness of a program to promote academic adaptation and the development of self-efficacy in university students. The first three articles comprise three literature review studies: an integrative review of national publications on academic adjustment in university students; a scoping review of national publications that addressed the period of emerging adulthood as the main theme; and an international scoping review on interventions that facilitate academic adjustment in university students. The aim of the fourth article was to verify correlations between self-efficacy, the period of emerging adulthood and academic adjustment in undergraduate university students from different areas of knowledge by means of a correlational study. The fifth article presents the results of the feasibility study of the University Program to Promote Academic Adaptation and Self-Efficacy (PUP3A) corresponding to the general objective of the thesis. The feasibility study made it possible to identify the potential and the need for necessary adjustments, and finally, the sixth and last article conducted a study to evaluate the effectiveness of the intervention proposal after the feasibility study. The literature review and correlational study were essential for understanding the national scenario in relation to the main themes, as well as providing theoretical support for the development of the program, a Manual for applying the proposal and an E-book for university students on academic adaptation strategies. The evaluation of the program, in the feasibility and effectiveness studies, relied significantly on mixed data analysis, highlighting the relevance and contribution of the program to the adaptation of students to university, in the role played in the formation or adjustment of self-efficacy beliefs throughout the first semester of the undergraduate course. Based on the results, it is recommended that further studies be conducted to assess the effectiveness of the program in other contexts, and thus

the intervention proposal via curricular infusion. These additional efforts have the potential to provide a more complete understanding of the impact of PUP3A and its applicability in the most diverse academic environments, as well as to implement institutional actions or educational policies that contribute to the adjustment of college students.

Keywords: academic adaptation; university students; self-efficacy; intervention; emerging adulthood.

LISTA DE SIGLAS

AEFS -	Autoeficácia na Formação Superior (Escala)
AND -	Operador booleano
ANOVA -	Analysis of variance
ASD -	Autism Spectrum Disorder
APA -	American Psychological Association - PsycInfo
B -	Beta
Box's M -	Teste M de Box
BCa -	Procedimento de Bootstrapping
BDTD -	Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações
BVS -	Biblioteca Virtual em Saúde
CAAE -	Certificado de Apresentação para Apreciação Ética
CAPES -	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
CBT -	Cognitive Behavioral Therapy Intervention
CCTPs -	Comprehensive College Transition Programs
CSP -	Connected Scholars Program
COPDMS -	Coping Oriented Personal-Disclosure Mutual-Sharing
DP -	Desvio Padrão
ERIC -	Institute of Education Sciences
EUA -	Estados Unidos da América
F -	Razão F é a estatística que utilizam para representar o teste ANOVA
FEUP -	Faculty of Engineering of the University of Porto - Project
HOPE -	Intervenções para promoção de Esperança
IBQ -	Questionário de Crenças Irracionais
IBGE -	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
ICSA -	Inventário de Comportamentos Sociais Acadêmicos
IDATE -	Inventários de Ansiedade A-Traço e Inventário de Ansiedade A-Estado
IDEA -	Inventário de Dimensões da Adulter Emergente
IHS -	Inventário de Habilidades Sociais
ISS -	Inventário de Habilidade Sociais
JASP -	Jeffrey's Amazing Statistics Program

KS -	teste de Kolmogorov-Smirnov
LILACS -	Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
LGBTQIA+ -	Lésbica, Gay, Bissexual, Trans/Travesti, Queer, Intersexo, Assexual, + termos
LSS -	Escala de Satisfação com a Vida
M -	Média
MANOVA -	Multivariate analysis of variance
MEDLINE -	Medical Literature Analysis and Retrieval System Online
N, n. -	Representa tamanho de amostra. N qualquer amostra, n amostra particular
OOP -	Oppression to Opportunity Program
OR -	Operador booleano
P -	Probabilidade
PANAS -	Cronograma de Afetos Positivos e Negativos
PRISMA -	Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses
PRISMA-ScR-	Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses extension for Scoping Reviews
PubMed -	National Library of Medicine
PUP3A -	Programa Universitário de Promoção de Adaptação Acadêmica e Autoeficácia
QVA -	Questionário de Vivências Acadêmicas
QVA-r -	Questionário de Vivências Acadêmicas – versão reduzida
r^2 -	Coeficiente de determinação
REBT -	Terapia Racional de Comportamento Emotivo
RSCP -	Regular School Counselling Program
SCIELO -	Scientific Electronic Library Online
SPSS -	Software IBM Statistical Package for social Science
STEPS -	Stepped Transition in Education Program for Students with ASD
t -	Teste t
TCC -	Terapia Cognitivo Comportamental
TCLE -	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
VIF -	Variance Inflation Factor

SUMÁRIO

	INTRODUÇÃO	14
ESTUDO 1	Adaptação acadêmica em universitários: revisão integrativa de literatura.....	25
ESTUDO 2	Brazilian emerging adults: scoping review.....	26
ESTUDO 3	Intervenções facilitadoras de adaptação acadêmica com estudantes universitários: scoping review.....	27
ESTUDO 4	Adaptação acadêmica: associações com autoeficácia e o período adulto emergente	56
ESTUDO 5	Programa universitário de promoção de adaptação acadêmica e autoeficácia – PUP3A: estudo de viabilidade	57
ESTUDO 6	Avaliação da eficácia do programa universitário - PUP3A.....	81
	CONSIDERAÇÕES FINAIS DA TESE	100
	REFERÊNCIAS DA TESE	104
	APÊNDICES	110
	APÊNDICE 1 - MANUAL PARA APLICADORES DO PUP3A.....	111
	APÊNDICE 2 - EBOOK ADAPTAÇÃO ACADÊMICA – ESTRATÉGIAS PARA ADAPTAÇÃO A UNIVERSIDADE NO PRIMEIRO ANO DE GRADUAÇÃO	112
	APÊNDICE 3 - QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO – ESTUDO 5.....	113
	APÊNDICE 4 - QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO – ESTUDO 4.....	114
	ANEXOS	115
ANEXO 1 -	QUESTIONÁRIO DE VIVÊNCIAS ACADÊMICAS REDUZIDO (QVA-R).	116
ANEXO 2-	INVENTÁRIO DE DIMENSÕES DA ADULTEZ EMERGENTE (IDEA)	119
ANEXO 3 -	ESCALA DE AUTOEFICÁCIA NA FORMAÇÃO SUPERIOR (AEFS)..	120
ANEXO 4 -	TCLE – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	122
ANEXO 5 -	FICHA DE AVALIAÇÃO DE SATISFAÇÃO COM O PROGRAMA, CLAREZA E COMPREENSÃO, GENERALIZAÇÃO – PARTICIPANTES	124
ANEXO 6 -	FICHA DE MONITORIZAÇÃO DO ENCONTRO – COORDENADORES DE SESSÃO.....	125
ANEXO 7 -	ATA DE QUALIFICAÇÃO DO MESTRADO.....	127
ANEXO 8 -	PARECER DA BANCA EXAMINADORA PARA O DOUTORADO DIRETO	128
ANEXO 9 -	PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA – ARTIGO 4.....	130
ANEXO 10 -	PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA – ARTIGO 5.....	134

INTRODUÇÃO¹

Com a ampliação das modalidades dos cursos de graduação e oferta de bolsas e/ou financiamentos pelas instituições de Ensino Superior, iniciar um curso de graduação, em tese, se tornaria mais fácil oferecendo a possibilidade de continuidade dos estudos e investimento na formação profissional. O estudante universitário pode optar, por exemplo, por iniciar cursos de graduação à distância ou presencial, de acordo com suas necessidades e condições, com possibilidade de solicitar bolsas de estudo ou financiamento estudantil em instituições de ensino particulares, oportunizando a entrada na universidade (Brasil, 2001; 2005; 2017).

Paralelamente, a entrada ao contexto universitário poderá repercutir mudanças na vida do indivíduo, em seus mais diversos âmbitos, seja a nível pessoal, acadêmico, vocacional e nas relações interpessoais (Almeida; Soares, 2004). Iniciar um curso de graduação pode subsidiar ao estudante aprimorar conhecimentos sobre determinada área, desenvolver e melhorar habilidades sociais ou de carreira, estabelecer relações interpessoais, construir e concretizar metas e objetivos pessoais, assim como poderia desencadear inseguranças, ansiedade, medo e dificuldades para adaptação do estudante. Portanto, o novo contexto exigirá que o estudante se adapte ao ambiente e as demandas universitárias para que o ingresso no Ensino Superior não lhe ocasione prejuízos em sua saúde física, saúde mental, prejudique suas relações interpessoais e o seu desempenho acadêmico (Fior *et al.*, 2022; Peron, 2019; Soares; Del Prette, 2015).

Tendo em vista as especificidades do ingresso ao Ensino Superior, o conceito de Adaptação Acadêmica é utilizado por pesquisadores para descrever e avaliar como ocorreria a entrada na universidade e quais as implicações da não adaptação dos estudantes universitários (Carlotto *et al.*, 2015; Fior *et al.*, 2022; Soares *et al.*, 2024). Em síntese a adaptação ao ambiente universitário consistiria em como o estudante interpreta e responde as demandas e atividades deste ambiente ao defrontar-se-á com estas situações (Teixeira *et al.*, 2008). Existem pesquisadores brasileiros buscam avaliar os impactos da adaptação acadêmica nos estudantes universitários (Bombardelli, 2018; Casanova *et al.*, 2018; Souza; Franco,

¹ Esta tese foi construída em formato de seis estudos, na qual os mesmos estão sendo submetidos a Revistas Científicas, portanto optou-se por retirá-los desse arquivo, deixando com exclusividade de cada publicação.

2018; Fior *et al.*, 2022; Polydoro; Guerreiro-Casanova, 2010; Sahão, 2019; Soares *et al.*, 2018).

Estas pesquisas se propõem a investigar desde as implicações da adaptação acadêmica na saúde mental, relações interpessoais, continuidade dos estudos, promoção de saúde no ambiente universitário, nos possíveis prejuízos da não adaptação, entre outras temáticas relacionadas a este período. A título de exemplo, a pesquisa de Souza, Lourenço e Santos (2016) investigou a adaptação à universidade com estudantes ingressantes de um curso de graduação em Psicologia. Os participantes de seu estudo eram estudantes de primeiro e segundo semestre do curso de Psicologia de uma universidade pública localizada no estado de Minas Gerais (Souza; Lourenço; Santos, 2016).

Os estudantes por meio de escrita espontânea anotavam em diários de bordo suas impressões, pensamentos, sentimentos, e comportamentos com relação a entrada na universidade, o processo de adaptação ao curso e as disciplinas que estavam cursando. Estes diários estavam disponíveis no ambiente virtual da universidade em duas disciplinas introdutórias do curso de Psicologia, e a partir dos dados coletados foi possível realizar a avaliação do ingresso a universidade em relação às dimensões de carreira, estudo, institucional, pessoal e interpessoal. Como resultados, os pesquisadores identificaram onze grandes temáticas presentes nos relatos dos estudantes em relação ao período de adaptação à universidade.

O ambiente da universidade; a avaliação da nova experiência; administração do tempo; as dinâmicas das aulas e das avaliações; as preferências por determinadas matérias e tópicos de estudo; atitudes proativas; os grupos de pares e a construção de amizades; os ambientes e aulas virtuais; as impressões iniciais; a relação trabalho-estudo e a relação professor-aluno foram identificadas como os principais temas nos diários analisados (Souza; Lourenço; Santos, 2016).

De modo semelhante, Peron *et al.* (2019) buscou verificar os marcadores de evasão e suas relações com a adaptação de estudantes universitários. A autora constatou em sua pesquisa que mapear e identificar os níveis de adaptação acadêmica no primeiro semestre do curso de graduação seria crucial para prever possíveis índices de evasão dos estudantes. O mapeamento de indicadores de adaptação com estudantes ingressantes seria importante não somente para prever a evasão, mas para subsidiar as instituições de ensino a elaborar e promover atividades ou intervenções que poderiam refletir na adaptação ao contexto

universitário, e por consequência repercutir na permanência do estudante no curso de graduação (Peron et al., 2019).

Outros aspectos de grande relevância para a adaptação dos estudantes são: o estabelecimento de rotina, organização dos materiais e atividades de estudo, planejamento de horários adequados para os estudos, realização de atividades extracurriculares, estabelecimento de relacionamentos interpessoais saudáveis, habilidades sociais, habilidades para enfrentamento em situações difíceis, bem como, o estabelecimento ou desenvolvimento de crenças de autoeficácia poderiam repercutir positivamente na adaptação do estudante universitário (Cabral; Matos, 2010; Carlotto; Teixeira; Dias, 2015; Ferreira, 2003; Fior *et al.*, 2022; Luca; Noronha; Queluz, 2018; Santos, Zanon; Ilha, 2019; Soares *et al.*, 2019).

Para além da adaptação ao ambiente, a condução de pesquisas que investigam os elementos essenciais e intervêm vislumbrando a adaptação acadêmica contribuiriam para o avanço do conhecimento e promoção de recursos para cursos de graduação, ao passo que o ensino superior interferiria diretamente no desenvolvimento pessoal, saúde (mental ou física), relacionamentos interpessoais e no desempenho acadêmico dos universitários (Souza; Franco, 2018; Sahão, 2019; Xavier; Nunes; Santos, 2008).

A fase/período do desenvolvimento humano denominada Adultez Emergente (Arnett, 2000) contempla grande parcela dos estudantes universitário no contexto brasileiro (Alvarenga, 2023; Brasil, 2011; Peduzzi, 2020), e este período do desenvolvimento poderia também exercer influência no processo de adaptação dos estudantes a vida universitária (Arnett, 2014).

O conceito de Adultez Emergente contempla o indivíduo adulto do século XXI, com idades entre 18 e 29 anos e algumas características próprias para este período. Este fenômeno denominado de Adultez Emergente vem sendo identificado, principalmente, em sociedades onde os processos de industrialização interferem diretamente nos aspectos socioeconômicos de determinada região, fornecendo possibilidades diversificadas no mundo do trabalho e a oferta de qualificação a nível superior (Arnett, 2000; Jensen, 2011; Arnett; Žukauskienė; Sugimura, 2014; Cohen-Scali *et al.*, 2022; Nelson, 2021; Vosylis; Klimstra, 2022).

Podem ser caracterizados como pertencentes ao mundo adulto atividades não muito prazerosas como: rotina de trabalho, despesas financeiras ou funções parentais desempenhadas em função da constituição de família. Pela ótica positiva

há a ampliação da rede social, de locais a serem visitados, possibilidade de deixar um emprego caso não seja de seu agrado (Andrade, 2006; Nelson, 2021). As características que se destacam em um adulto emergente irão variar conforme a cultura que o indivíduo está inserido (Arnett, 2000).

A esse respeito, os norte-americanos destacam cinco características deste período: Instabilidade e percepção de estar “no meio” entre a saída da adolescência e “ser” adulto de fato; otimismo e possibilidades; centrar-se em si próprio ou autofoco; sentir medo com relação a transição para vida adulta; possibilidade de explorar mais sobre sua identidade (Arnett, 2000; 2015; Arnett; Žukauskienė; Sugimura, 2014). Para os chilenos as características deste período identificadas no estudo conduzido por Barrera-Herrera e Vinet (2017) com sessenta universitários, esta etapa do desenvolvimento refere-se também a explorar melhor as vivências proporcionadas, construir a sua identidade pessoal, e o manejo de sentimentos, como o medo, do que pode vir a acontecer futuramente mediante a cada tomada de decisão (Barrera-Herrera; Vinet, 2017).

No Japão o movimento individualista seria predominante entre adultos desta faixa etária, à medida que cada vez mais os adultos emergentes focariam sua atenção e energia em trabalhar sua independência, identidade e agência de suas próprias vidas (Arnett; Žukauskienė; Sugimura, 2014). A atividade profissional e a personalidade também sofrem mudanças significativas devido às mudanças que ocorrem neste momento, tais como: entrada no mundo do trabalho, prolongamento dos anos em instituições de ensino, aumento das responsabilidades desde antes da entrada no ensino superior que podem ser associados ao que autores descrevem ocorrer no período da Adulter Emergente (Arnett; Žukauskienė; Sugimura, 2014; Tedesco, 2001).

No que se refere ao contexto brasileiro, o termo Adulter Emergente ainda não se expandiria a toda população da faixa etária de 18 a 29 anos, devido às condições econômicas, sociais e educacionais não permitirem o desenvolvimento de atividades que um adulto emergente desempenharia em sua descrição anterior. O contexto social mais amplo e econômico mais alto poderiam ser um indicativo maior para um sujeito vivenciar o que se espera para este período. Indivíduos com condições socioeconômicas menos favorecidas já adquiriram mais cedo responsabilidades de “adultos” sendo assim não teriam tanto tempo para focar no

desenvolver suas identidades, por exemplo (Arnet; Dutra-Thomé; Koller, 2018; Brandão; Saraiva; Matos, 2012; Souza; Murgu, 2022).

Adentrar ao contexto universitário englobaria desafios e mudanças que poderiam servir como condição para o desenvolver deste indivíduo, impulsionando este indivíduo conforme entra em contato com novas experiências e vivências específicas da universidade (Reitzle, 2006). Este contato com demandas universitárias e modificações a nível social e pessoal poderia ter implicações reais no desenvolvimento dos jovens, com relação a sua formação de identidade, autoconceito e autonomia (Andrade, 2016). Corroborar-se a importância de compreender de forma aprofundada o desenvolvimento dos adultos emergentes no Brasil, dado o fato de que uma das características mais acentuadas a este período é adquirir autonomia, além do envolvimento maior em experiências relacionadas ao meio social (Arnett, 2001; Jensen, 2011; Arnett; Žukauskienė; Sugimura, 2014).

Tendo em vista que nesta pesquisa, busca-se compreender as características da Adulter Emergente e suas aproximações com a Adaptação Acadêmica, outros construtos devem ser abordados dada a transversalidade que possuem em relação ao período da Adulter Emergente e por impactarem a Adaptação dos universitários. Dentre esses construtos, a Autoeficácia se destaca, a exemplo, na pesquisa de Guerreiro-Casanova e Polydoro (2011) os resultados identificaram que haveria correlações significativas entre a Autoeficácia e a Adaptação Acadêmica. O estabelecimento de crenças de autoeficácia contribui para a formação profissional e da identidade de adultos emergentes, desempenho acadêmico e qualidade de vida do estudante (Guerreiro-Casanova; Polydoro, 2011; Oliveira, 2008).

A Autoeficácia tem influência desde as escolhas e orientação profissional, quanto maiores as crenças de autoeficácia um indivíduo possui, maior a motivação, o empenho e a possibilidade de ampliação das oportunidades profissionais (Bandura *et al.*, 2001; Polydoro; Azzi, 2009). A possibilidade de trabalhar as crenças de autoeficácia por meio de intervenções com os estudantes universitários poderia contribuir significativamente para a promoção de Adaptação Acadêmica (Guerreiro-Casanova; Polydoro, 2011).

Nesse sentido, o conceito de Autoeficácia é definido como as crenças que um indivíduo estabelece sobre suas habilidades e capacidades para conduzir ou não determinadas ações, orientando-se para participação em atividades ou

apresentando comportamentos conforme interpreta sua capacidade de realizar ou não tal atividade (Bandura, 2001).

Estas crenças determinam se o estudante, por exemplo, iniciará ou não determinada atividade de estudo, ou o nível de empenho que o universitário emprega o que tais atividades requerem. A adaptação individual é norteada pelas crenças de autoeficácia, influenciando sobre motivação, otimismo, nível de enfrentamento para situações adversas, em que, por exemplo, os níveis de estresse seriam reduzidos via presença crenças adequadas sobre a capacidade de enfrentamento das adversidades (Bandura, 2001).

A autoeficácia poderia contribuir para uma adaptação a universidade mais adequada, pesquisas demonstraram que a Autoeficácia seria preditora para a satisfação com a experiência acadêmica e aumentaria significativamente em estudantes universitários com a implementação de propostas interventivas e na adaptação a este contexto (Barbosa *et al.*, 2018; Bortolatto *et al.*, 2021; Del Prette; Del Prette, 2017; Olaz; Medrano; Cabanillas, 2014;)

Conforme afirmam Santos, Zanon e Ilha (2019) a Autoeficácia contribui não somente no âmbito acadêmico e pessoal, mas também a nível interpessoal, como por exemplo, a autoeficácia para a interação social. Os resultados da pesquisa demonstraram que quanto mais autoeficazes os alunos eram para as relações interpessoais, mais satisfação com o curso eles apresentavam, o que pode contribuir para o estabelecimento e manutenção de relacionamentos interpessoais, que por sua vez se configuram como importantes fontes de suporte para o período de adaptação acadêmica (Dallagnol, 2018; Sahão, 2019; Santos; Zanon; Ilha., 2019)

A instituição de ensino também possui um papel de extrema importância na adaptação e permanência do estudante universitário ao curso de graduação, mediante a implementação de ações ou atividades que incluam e/ou forneçam ao estudante suporte para este período de adaptação a vida universitária.

Bombardelli (2018), a exemplo, descreveu que os coordenadores de curso poderiam contribuir para a adaptação dos estudantes identificando as principais necessidades dos universitários durante o primeiro semestre e assim adquiririam subsídios para elaborar e implementar ações para supri-las. Em consonância com Dallagnol (2018) que destacou as contribuições que os serviços psicológicos ou psicopedagógicos oferecidos pelas instituições de Ensino Superior para apoiar a

promoção da saúde mental e adaptar os alunos à universidade (Bombardelli, 2018; Dallagnol, 2018)

Corroborando as contribuições dos autores acerca da implementação de intervenções para promoção de adaptação acadêmica, Barbosa *et al.* (2018) realizaram um delineamento e avaliação de um programa cujo objetivo consistia em promover adaptação em estudantes com dificuldades de adaptar-se ao contexto universitário. Conduziram por meio de pesquisa-ação uma oficina com vinte e dois estudantes de cursos de graduação, e aplicaram instrumentos para avaliação da adaptação ao contexto universitários, tais como, diários de bordo, questionário de ajustamento acadêmico, formulários de avaliação pessoal a cada encontro e a escala de adaptabilidade de carreira.

Após a análise dos dados coletados identificaram como principais resultados que a oferta da oficina de Adaptação Acadêmica atendia as demandas dos estudantes e que os participantes desta oficina obtiveram melhora nos escores dos instrumentos utilizados para avaliar a Adaptação Acadêmica. As principais dimensões avaliadas que obtiveram resultados significativos foram as de “autoeficácia acadêmica” e a de “satisfação geral com a vida”, mas que no geral os dados obtidos demonstraram que esta intervenção contribuiu para a melhora nos índices de adaptação dos estudantes que participaram da oficina (Barbosa *et al.*, 2018).

Outra intervenção no contexto universitário para promoção de adaptação foi realizada por de Lima, Soares e Souza (2019), nesta pesquisa os autores se propuseram a intervir conduzindo um treinamento de habilidades sociais para estudantes universitários, os estudantes utilizariam estas habilidades em situações consideradas difíceis no contexto acadêmico. Participaram do treinamento estudantes no período inicial de cursos de graduação, e como resultados obtidos os autores destacaram que as dimensões pessoal, institucional e de estudo, avaliadas por meio do Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r) após as doze sessões de treinamento de habilidades sociais. Os estudantes demonstraram melhora significativa no desempenho acadêmico e foi identificada a confirmação da eficácia da pesquisa interventiva por meio do treinamento de habilidades sociais para os universitários (Lima; Soares; Souza, 2019).

Do mesmo modo, Bortolatto *et al.* (2021) em sua revisão sistemática de literatura reforçaram a importância e necessidade do treinamento de habilidades

sociais com estudantes universitários, os autores apresentaram dados de intervenções já publicadas e destacaram que tais propostas interventivas são relevantes para promoção de saúde mental, redução nos níveis de ansiedade e estresse e estabelecimento de crenças de autoeficácia para os universitários (Bortolatto *et al.*, 2021).

Além das pesquisas já mencionadas, Couto e Vicente (2018) também implementaram uma intervenção por meio de grupo terapêutico com estudantes universitários para promoção de Adaptação Acadêmica. Os participantes da pesquisa eram estudantes do curso de Psicologia, e para a avaliação das dimensões da adaptação utilizaram como instrumento o Questionário de Vivências Acadêmicas - versão reduzida QVA-r.

Após as sessões psicoterápicas a dimensão pessoal do instrumento, que corresponde a estabilidade emocional e afetiva, sentimento de otimismo, bem-estar psicológico e melhora na tomada de decisões foi identificada e destacada devido ao aumento significativo dos escores da dimensão nas respostas dos participantes após a intervenção quando comparada ao grupo controle. Participar da psicoterapia influenciou nos níveis de adaptação dos participantes do grupo interventivo que passaram de um escore com média adaptação para um escore de bastante adaptação, enquanto o grupo controle apresentou diminuição dos escores na dimensão pessoal (Couto; Vicente, 2018).

Avaliar e intervir para promover adaptação a universidade é uma temática relevante e necessária, estudos conduzidos por pesquisadores brasileiros evidenciam que problemas relacionados à Adaptação Acadêmica têm acometido parcela expressiva dos estudantes do Ensino Superior, o que acabaria implicando em índices de evasão indesejados e ociosidade de vagas nas universidades.

Justifica-se a importância do estudo em correlacionar à Adaptação Acadêmica e a Autoeficácia ao período denominado Adulterez Emergente para conceber se há interferência direta do desenvolvimento deste adulto na Adaptação ao contexto universitário. Uma vez que o desenvolvimento de habilidades facilita e favorece a adaptação a universidade e as condições necessárias para conclusão da graduação. A importância social da pesquisa está na compreensão das vivências acadêmicas e na possibilidade de planejamento de ações preventivas à evasão de universitários.

O objetivo geral desta pesquisa foi elaborar e verificar a eficácia do Programa Universitário de Promoção de Adaptação Acadêmica e Autoeficácia – PUP3A, que se destinava a favorecer a adaptação de estudantes universitários ao contexto acadêmico e desenvolver crenças de autoeficácia adequadas. Para tanto a pesquisa foi dividida em 6 estudos e apresentada a proposta para aplicação e verificação da eficácia do Programa Universitário de Promoção de Adaptação Acadêmica e Autoeficácia – PUP3A via manual de aplicação para coordenadores de grupo.

A fim de contemplar o objetivo desta pesquisa, foram consultadas bases de dados e produzidos estudos de revisão de literatura sobre as temáticas principais e um estudo de correlação com os temas (Adaptação Acadêmica, Autoeficácia e Adulter Emergente) antes de elaborar e testar a viabilidade e eficácia da proposta (Eldridge *et al.*, 2016). Os dois primeiros estudos de revisão de literatura recortaram o cenário nacional propositalmente para ampliar a compreensão de tais conceitos no território brasileiro. E após o planejamento e elaboração dos encontros interventivos foram conduzidos os estudos para avaliação da viabilidade da proposta, identificando e realizando modificações necessárias na estrutura e por fim o estudo cuja finalidade foi avaliar a eficácia do PUP3A.

Os três primeiros estudos correspondem a revisões de literatura, o primeiro executou uma revisão integrativa sobre publicações nacionais referentes ao período de adaptação acadêmica de estudantes universitários entre os anos de 2010 a 2020 baseada na extensão do protocolo PRISMA-ScR (Tricco *et al.*, 2018) utilizando-se dos seguintes bancos de dados: a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) que abrange a *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e a Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), a Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD) e o Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Artigo publicado na Revista “Brazilian Journal of Education, Technology and Society – BRAJETS” (Souza; Murgio, 2023).

O segundo apresenta uma *Scoping Review* estruturada conforme os procedimentos da extensão do protocolo PRISMA-ScR (Tricco *et al.*, 2018) que teve por objetivo realizar um mapeamento de conceitos principais, clarificando e identificando lacunas sobre o período da Adulter Emergente no Brasil. Nesta revisão foram utilizados os seguintes bancos de dados: a BVS que abrange a LILACS, SCIELO, BDTD, Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PEPSIC), Portal de

Periódicos da CAPES, e no *Institute of Education Sciences* (ERIC). Artigo publicado na Revista Trends in Psychology (Souza; Murgo, 2022).

Finalizando os artigos de revisão de literatura, o terceiro estudo contempla uma revisão do escopo desenvolvida conforme os procedimentos da extensão do protocolo PRISMA-ScR (Tricco *et al.*, 2018) sobre intervenções facilitadoras da Adaptação Acadêmica em estudantes universitários. Foram consultadas as bases de dados: o Portal de Periódicos da CAPES, PubMed – *National Library of Medicine*, e a *American Psychological Association* (APA - PsycInfo).

O estudo seguinte apresentou também dados de uma pesquisa quantitativa na modalidade de pesquisa exploratória com recorte temporal transversal que teve por objetivo verificar possíveis correlações entre autoeficácia e as dimensões da adaptação acadêmica e da adulez emergente em estudantes universitários brasileiros. Este artigo apresenta as estatísticas descritivas referentes ao perfil da adulez emergente em estudantes universitários, caracteriza os estudantes com relação às dimensões da adaptação acadêmica no período do fenômeno da adulez emergente.

Descreve o perfil de autoeficácia acadêmica dos estudantes com base em cinco dimensões: autoeficácia acadêmica, autoeficácia na regulação da formação, autoeficácia na interação social, autoeficácia em ações proativas e autoeficácia na gestão acadêmica, e analisa diferenças de médias entre as pontuações, considerando as variáveis gênero, faixa etária, regionalidade e cursos dos universitários.

Também foram verificadas possíveis correlações entre os escores obtidos no Questionário de Vivências Acadêmicas, na Escala de Autoeficácia e no Inventários de Dimensões da Adulez Emergente, bem como identifica o quanto a autoeficácia e a adulez emergente pode ser preditoras da adaptação acadêmica dos estudantes universitários. Utilizando um questionário sociodemográfico, Questionário de Vivências Acadêmicas em sua versão reduzida (QVA-r), Inventário de Dimensões da Adulez Emergente (IDEA) e a Escala de Autoeficácia na Formação Superior (AEFS) como instrumentos.

A verificação da viabilidade da proposta interventiva compõe o quinto estudo da presente tese, apresentando o Programa Universitário de Promoção de Adaptação Acadêmica e Autoeficácia (PUP3A) para estudantes de cursos de graduação, quanto avaliação da aceitabilidade/adesão, satisfação dos participantes

com o programa e coordenadores de grupo, compreensão/generalização dos conteúdos abordados e uma avaliação em dos coordenadores de grupo em relação a participação dos estudantes em todos os encontros interventivos.

E por fim, para atender aos critérios metodológicos de implementação de programas interventivos foi delineado e conduzido o sexto, e último estudo para verificação da eficácia do programa interventivo PUP3A para o favorecimento da Adaptação Acadêmica e o desenvolvimento da Autoeficácia em estudantes universitários.

A aplicação do programa de intervenção possuiu caráter de estudo piloto para complementar o primeiro estudo de verificação da viabilidade da proposta, avaliar as diferenças entre os grupos de intervenção e grupo controle nas fases pré e pós-intervenção, com vistas a encontrar dados para comprovação da eficácia do programa e analisar os resultados das aplicações dos instrumentos em relação a variáveis sociodemográficas como sexo, idade, ciclo do curso.

CONSIDERAÇÕES FINAIS DA TESE

O ingresso no ensino superior pode representar um desafio significativo para estudantes universitários, sendo que os fatores que desempenham um papel crucial nesse momento, sejam eles de natureza pessoal, acadêmica, social ou interpessoal. A falta de adaptação às exigências acadêmicas não apenas pode resultar em um desempenho insatisfatório nas atividades acadêmicas, mas também afetar negativamente a saúde geral desses estudantes.

Os contatos iniciais com o ambiente universitário, especialmente durante o primeiro ano de graduação, são fundamentais para determinar a adaptação do estudante ao curso. Desde os primeiros contatos com a universidade até o fim do segundo semestre letivo, os estudantes vivenciam o período mais crítico e decisivo para a adaptação ou não as demandas da universidade.

O objetivo principal da presente tese foi elaborar e implementar estudos que avaliassem a viabilidade de uma proposta interventiva para promover a adaptação acadêmica no contexto universitário. Isso inclui o desenvolvimento ou a manutenção de crenças de autoeficácia mais ajustadas e a compreensão de aspectos relacionados à fase do desenvolvimento conhecida como adultez emergente.

Para alcançar esse objetivo, foram desenhados e implementados seis estudos, utilizando diferentes tipologias e abordagens de pesquisa. Esses estudos não apenas identificaram a necessidade de abordar fatores protetivos para a adaptação de estudantes no início do curso, mas também resultaram na criação de um manual para a aplicação da proposta de intervenção e um eBook destinado aos estudantes universitários. Este eBook contém informações sobre o período de ingresso no ensino superior, técnicas de estudo, estratégias de aprendizagem, recursos para situações adversas, entre outros temas relacionados ao processo de adaptação acadêmica. Além disso, apresenta os principais elementos da autoeficácia e sua implicação no contexto universitário.

Os primeiros estudos consistiram em revisões de literatura, abordando publicações brasileiras sobre adaptação acadêmica no período de 2010 a 2020, produções nacionais sobre a adultez emergente desde os anos 2000 e intervenções, nacionais e internacionais, com o objetivo de promover a adaptação de estudantes universitários no início do curso. Essas revisões foram essenciais para compreender

o panorama brasileiro em relação às pesquisas sobre adaptação universitária e identificar elementos-chave para a elaboração da proposta interventiva.

A pesquisa correlacional avaliou as relações entre as dimensões da adaptação acadêmica, autoeficácia e adultez emergente. Os resultados sugerem associações entre esses conceitos, indicando que as dimensões da adultez e as crenças de autoeficácia são preditoras da adaptação acadêmica. Dais dados são significativos para compreender características específicas dos estudantes universitários no contexto nacional, assim como, identificar quais fatores influenciam diretamente no processo de adaptação acadêmica e quais ações poderão ser implementadas.

Durante o processo de elaboração e implementação da proposta, foram identificadas dificuldades, principalmente na organização de estratégias criativas para a divulgação e captação de participantes. A retenção de participantes em propostas interventivas com estudantes universitários mostrou-se desafiadora ao longo dos encontros.

A quantidade e a duração dos encontros foram planejadas com base em pesquisas anteriores, visando abordar de forma abrangente todas as dimensões dos conceitos. Cada encontro apresenta um referencial teórico próprio, objetivos bem definidos, programação com opções de atividades e recursos, tarefas de manutenção, sugestões para apresentações em PowerPoint e referências bibliográficas.

O estudo de eficácia foi conduzido por meio da integração curricular ou infusão curricular, uma estratégia adotada tanto para a implementação quanto para a avaliação do programa de intervenção. A integração universitária permite a incorporação de atividades ou conteúdos interventivos com uma finalidade específica em uma disciplina. Tal estratégia mostrou-se adequada, considerando que estudos anteriores presentes na literatura, bem como o próprio estudo de viabilidade, demonstram que a condução de propostas interventivas visando promover adaptação acadêmica no primeiro ano de intervenção é de suma relevância. A incorporação dessas propostas a um conteúdo curricular poderia se configurar ainda mais proveitosa.

Ao todo, 261 estudantes de graduação participaram de todas as etapas da pesquisa (número correspondente a soma dos 6 estudos). Os resultados atestam a importância de conduzir estudos de avaliação de necessidades e implementar

propostas institucionais para garantir uma transição satisfatória para o ensino superior. Apesar de os dados quantitativos do estudo de eficácia não serem estatisticamente significativos, as informações complementares dos participantes foram cruciais para afirmar que a proposta funciona. No entanto, novos estudos são necessários para uma avaliação mais abrangente.

A abordagem mista adotada na pesquisa revelou-se crucial para identificar elementos relevantes relacionados às demandas dos estudantes. Mesmo que as análises estatísticas não tenham alcançado resultados desejados, o presente trabalho contribui significativamente para a comunidade científica e para futuros estudantes que possam vivenciar as atividades propostas.

Dentre as principais limitações do estudo, destaca-se a escassez de materiais brasileiros sobre intervenções específicas em Adaptação Acadêmica, bem como a ausência de estudos que avaliem desde a viabilidade de uma proposta interventiva até sua efetividade. Outra limitação importante em nas etapas de coleta de dados foi a captação e continuidade de participantes, mesmo de forma remota (estudo 4). A efetiva participação nos estudos interventivos gera dificuldades amostrais, assim como nas fases pré e pós-intervenção dos estudos ocorrem perda amostral.

Na presente pesquisa, não foi possível realizar o estudo de efetividade da proposta, que avalia, por fim, após as etapas de viabilidade (avalia se a pesquisa é viável) e eficácia (avalia se a proposta, após ser implementada, apresenta alterações significativas nos aspectos que se propõe intervir). Este estudo busca verificar se a proposta estaria adequada a contextos diferentes com o mesmo público-alvo, como, por exemplo, a realização da mesma intervenção em diferentes regiões do Brasil. Novos estudos devem ser implementados para a avaliação da proposta após todas as etapas anteriormente conduzidas e com ajustes que contribuam para uma avaliação mais abrangente da proposta.

Além do estudo de efetividade, sugere-se a condução de futuros estudos com professores universitários, este por meio de formação de docentes para a replicação da proposta interventiva e avaliação desta em seus respectivos contextos. Essa formação pode ser conduzida com suporte do “Manual para Aplicadores” desenvolvido exclusivamente para a presente pesquisa, contendo informações referentes ao aporte teórico, atividades, objetivos, materiais suplementares e instrumentos avaliativos adequados para a intervenção.

Esta formação docente poderá contribuir não somente para ampliar os recursos e estratégias de professores que lecionam nos primeiros anos de cursos de graduação, mas prever ou intervir diretamente em taxas de evasão escolar, bem como potencializar discussões para a implementação de diretrizes curriculares e políticas educacionais no ensino superior.

Conclui-se que a implementação de ações para promover o ajustamento dos estudantes universitários pode ser um desafio para as instituições de ensino superior, dada a diversidade de propostas e fatores que influenciam a adaptação dos estudantes ao curso de graduação. A relevância e contribuição da presente tese residem na exploração da literatura, na apresentação de caminhos a seguir e na verificação de possíveis correlações entre os temas determinantes para a adaptação à universidade, bem como na elaboração e avaliação de uma intervenção eficaz.

A promoção da saúde, tanto física quanto mental, no ensino superior tem se revelado uma temática emergente e de extrema relevância. Isso se torna evidente à medida que aumenta a incidência de problemas de saúde mental em adultos no Brasil, especialmente dentro do contexto universitário. O ingresso no ensino superior representa um dos principais marcos para os adultos emergentes, e a promoção de um ajustamento adequado a esse contexto pode favorecer, em diversos níveis, uma melhor integração dos estudantes às demandas, evitando dificuldades adaptativas e contribuindo para sua saúde de maneira geral.

Além da inegável relevância da promoção da saúde mental no ensino superior, é crucial reconhecer os complexos desafios que os estudantes enfrentam neste ambiente. O aumento da pressão acadêmica, as expectativas elevadas e a competição intensificada podem gerar um ambiente propício ao desenvolvimento de transtornos mentais. Neste contexto, estratégias preventivas e programas de apoio psicológico tornam-se essenciais para fortalecer a resiliência dos universitários que enfrentam demandas acadêmicas e sociais.

Outro ponto a considerar é a necessidade de valorizar a diversidade de experiências e realidades enfrentadas pelos estudantes no ensino superior. Fatores como a adaptação a novos ambientes, a sobrecarga de responsabilidades financeiras e pressões socioculturais podem impactar significativamente o bem-estar mental dos estudantes. Portanto, uma abordagem holística para a promoção da saúde mental no ensino superior deve levar em conta a individualidade de cada estudante, promovendo um ambiente inclusivo que valorize a diversidade e ofereça

suporte personalizado para enfrentar desafios específicos que cada um poderá enfrentar durante sua jornada acadêmica.

REFERÊNCIAS DA TESE

ALMEIDA, Leandro S.; SOARES, Ana Paula. Os estudantes universitários: sucesso escolar e desenvolvimento psicossocial. *In*: MERCURI, Elizabeth *et al.* (org.).

Estudante universitário: características e experiências de formação. Taubaté: Cabral, 2004. p. 15-41, 2004. Disponível em:

https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/12086/1/Almeida_Soares_2004.pdf. Acesso em: 23 mar. 2024.

ALVARENGA, Cristiano. **Pesquisa revela perfil do estudante universitário**

brasileiro: mulheres, negros e estudantes de baixa renda estão cada vez mais presentes no ensino superior público. Comunica Universidade Federal de

Uberlândia. 2023. Disponível em: <https://comunica.ufu.br/noticias/2019/05/pesquisa-revela-perfil-do-estudante-universitario-brasileiro>. Acesso em: 23 mar. 2024.

ANDRADE, Cláudia. **Antecipação da conciliação dos papéis familiares e profissionais na transição para a idade adulta**: estudo diferencial e

intergeracional. 2006. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade do Porto, Porto, 2006. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/41636/2/29773.pdf>. Acesso em: 23 mar. 2024.

ANDRADE, Cláudia. A construção da Identidade, auto-conceito e autonomia em adultos emergentes. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 20, p. 137-146, 2016.

DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2175-3539/2015/0201944>.

ARNETT, Jeffrey Jensen. Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. **American psychologist**, v. 55, n. 5, p. 469, 2000.

<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.55.5.469>.

ARNETT, Jeffrey Jensen. Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence through midlife. **Journal of adult development**, v. 8, p. 133-143, 2001. <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1026450103225>

ARNETT, Jeffrey Jensen. **Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties**. New York: Oxford University Press, 2014. DOI:

<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>.

ARNETT, Jeffrey Jensen; ŽUKAUSKIENĖ, Rita; SUGIMURA, Kazumi. The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. **The Lancet Psychiatry**, v. 1, n. 7, p. 569-576, 2014. DOI:

[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(14\)00080-7](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(14)00080-7).

ARNETT, Jeffrey Jesen. **Why does it take so long to grow up today?** [abr. 2015]. TEDxPSU, 2015. Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=fv8KpQY0m6o&t=644s>. Acesso em: 23 mar. 2024.

ARNETT, Jeffrey Jensen; DUTRA-THOMÉ, Luciana; KOLLER, Silvia H. Adultez emergente: a proposta de uma nova perspectiva desenvolvimental sobre a transição para a vida adulta no Brasil. **Adultez Emergente no Brasil**, p. 13-23, set. 2018.

Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/333285145_Adultez_emergente_A_proposta_de_uma_nova_perspectiva_developimental_sobre_a_transicao_para_a_vida_adulta_no_Brasil. Acesso em: 23 mar. 2024.

BANDURA, Albert. Social cognitive theory: An agentic perspective. **Annual review of psychology**, v. 52, n. 1, p. 1-26, 2001. DOI:

<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>

BANDURA, Albert *et al.* Self-efficacy beliefs as shapers of children's aspirations and career trajectories. **Child development**, v. 72, n. 1, p. 187-206, 2001. DOI:

<https://doi.org/10.1111/1467-8624.00273>.

BARBOSA, Marcela de Moura Franco *et al.* Delineamento e avaliação de um programa de adaptação acadêmica no ensino superior. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v.19, n.1, p. 61-74, jan.-jun. 2018. Disponível em:

<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbop/v19n1/08.pdf>. Acesso em: 23 mar. 2024.

BARRERA-HERRERA, Ana; VINET, Eugenia V. Adultez emergente y características culturales de la etapa en universitarios chilenos. **Terapia psicológica**, v. 35, n. 1, p. 47-56, 2017. DOI:

<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082017000100005>.

BOMBARDELLI, Juliana Oliveira. **Fatores de permanência do ingressante no ensino superior em uma universidade privada comunitária do Rio Grande do Sul**. 2018. Dissertação (Mestrado em Gestão Educacional) - Universidade do Vale do Rio Sinos. Disponível em:

<http://www.repositorio.jesuita.org.br/handle/UNISINOS/7481>. Acesso em: 23 mar. 2024.

BORTOLATTO, Mariana de Oliveira *et al.* Treinamento em habilidades sociais com universitários: revisão sistemática da literatura. **Psico (Porto Alegre)**, p. 35692-35692, 2021. DOI:

<https://doi.org/10.15448/1980-8623.2021.1.35692>.

BRANDÃO, Tânia; SARAIVA, Luísa; MATOS, Paula Mena. O prolongamento da transição para a idade adulta e o conceito de adultez emergente: Especificidades do contexto português e brasileiro. **Análise Psicológica**, v. 30, p. 301-313, 2012.

Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.12/3336>. Acesso em: 23 mar. 2024.

BRASIL. Presidência da República. **Lei n. 10.260, de 12 de julho de 2001**. Dispõe sobre o Fundo de Financiamento ao estudante do Ensino Superior e dá outras providências. Brasília: Casa Civil, 2001. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/LEIS_2001/L10260.htm. Acesso em: 23 mar. 2024.

BRASIL. Presidência da República. **Lei nº 11.096, de 13 de janeiro de 2005**. Institui o Programa Universidade para Todos - PROUNI, regula a atuação de entidades

beneficentes de assistência social no ensino superior. Brasília: Casa Civil, 2005. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2005/Lei/L11096.htm. Acesso em: 23 mar. 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. **Mulheres são maioria entre os universitários, revela o Censo**. Brasília: MEC, 2011. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/ultimas-noticias/212-educacao-superior-1690610854/16227-mulheres-sao-maioria-entre-os-universitarios-revela-o-censo?msclkid=38b89803c0ae11ec9ff6b1a731cc95aa>. Acesso em: 23 mar. 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. **Decreto nº 9.057, de 25 de maio de 2017**. Regulamenta o art. 80 da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: http://legislacao.planalto.gov.br/legisla/legislacao.nsf/Viw_Identificacao/DEC%209.057-2017?OpenDocument. Acesso em: 23 mar. 2024.

CABRAL, Joana; MATOS, Paula Mena. Preditores da adaptação à universidade: O papel da vinculação, desenvolvimento psicossocial e coping. **Psychologica**, n. 52, v. 1, p. 55-77, 2010. DOI: https://doi.org/10.14195/1647-8606_52-14.

CARLOTTO, Rodrigo Carvalho; TEIXEIRA, Marco Antônio Pereira; DIAS, Ana Cristina Garcia. Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários. **Psico-UFS**, v. 20, p. 421-432, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200305>.

CASANOVA, Joana R. *et al.* Abandono no Ensino Superior: Impacto da autoeficácia na intenção de abandono. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 19, n. 1, p. 41-49, 2018. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=203058814006>. Acesso em: 23 mar. 2024.

COHEN-SCALI, Valérie *et al.* Emerging adults' representations of work: a qualitative research in seven countries. **Emerging Adulthood**, v. 10, n. 1, p. 54-67, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1177/2167696820963598>.

DALLAGNOL, Claudia. **Emoções, educação superior e processo de ensino e de aprendizagem**: uma análise dos enunciados de estudantes de um campus universitário do interior do Paraná. 2018. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Cascavel, 2018. Disponível em: <https://tede.unioeste.br/handle/tede/4150>. Acesso em: 23 mar. 2024.

DEL PRETTE, Almir; DEL PRETTE, Zilda Aparecida. **Psicologia das habilidades sociais na infância**: teoria e prática. São Paulo: Vozes Limitada, 2017.

COUTO, Daiane Bocard do; VICENTE, Carla Cristine. Psicoterapia de grupo com foco na adaptação acadêmica: um experimento com estudantes. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 18, n. 3, p. 812-830, 2018. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=451859374006>. Acesso em: 23 mar. 2024.

ELDRIDGE, Sandra M. *et al.* Defining feasibility and pilot studies in preparation for randomised controlled trials: development of a conceptual framework. **PloS one**, v. 11, n. 3, p. e0150205, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0150205>.
FERREIRA, Isabel Maria Esteves da Silva. **Adaptação e desenvolvimento psicossocial dos estudantes do ensino superior**. 2003. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade de Coimbra, Coimbra, 2003. Disponível em: <https://hdl.handle.net/10316/1011>. Acesso em: 23 mar. 2024.

FIOR, Camila Alves *et al.* Impacto da Autoeficácia e do rendimento acadêmico no abandono de estudantes do ensino superior. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 26, p. e235218, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-35392022235218>.

GUERREIRO-CASANOVA, Daniela Couto; POLYDORO, Soely. Autoeficácia e integração ao ensino superior: um estudo com estudantes de primeiro ano. **Psicologia: teoria e prática**, v. 13, n. 1, p. 75-88, 2011. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=193819303006> Acesso em: 23 mar. 2024.

JENSEN, Lene Arnett. **Bridging cultural and developmental approaches to psychology**: new syntheses in theory, research, and policy, p. 255-275, set. 2011. Disponível em: <https://academic.oup.com/book/25380>. Acesso em: 23 mar. 2024.

LIMA, Cláudio de Almeida; SOARES, Adriana Benevides; SOUZA, Marisangela Siqueira de. Treinamento de habilidades sociais para universitários em situações consideradas difíceis no contexto acadêmico. **Psicologia Clínica**, v. 31, n. 1, p. 95-121, 2019. DOI: <https://doi.org/10.33208/PC1980-5438v0031n01A05>.

LUCA, Luana; NORONHA, Ana Paula Porto; QUELUZ, Francine Náthalie Ferraresi Rodrigues. Relaciones entre estrategias de coping y adaptabilidad académica en estudiantes universitarios. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 19, n. 2, p. 169-176, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2019v19n2p169>.

NELSON, Larry J. The theory of emerging adulthood 20 years later: A look at where it has taken us, what we know now, and where we need to go. **Emerging Adulthood**, v. 9, n. 3, p. 179-188, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1177/2167696820950884>.

OLAZ, Fabian Orlando; MEDRANO, Leonardo Adrián; CABANILLAS, Gabriela A. Effectiveness of social skills training experiential method to strengthening social self efficacy of University students. **International journal of psychology and psychological therapy**, v. 14, n. 1, p. 377-396, 2014. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5684976.pdf>. Acesso em: 23 mar. 2024.

OLIVEIRA, José Egídio Barbosa. **A auto-eficácia como capital de identidade na transição para a adultez**. 2008. Dissertação (Mestrado) - Universidade do Porto, Porto, 2008. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/21543/2/29615.pdf>. Acesso em: 23 mar. 2024.

PEDUZZI, Pedro. Mapa do Ensino Superior aponta maioria feminina e branca. **Agência Brasil**, v. 21, p. 2020-05, 2020. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2020-05/mapa-do-ensino-superior->

[aponta-para-maioria-feminina-e-branca?msclid=24111f6bc0ae11ec8e4db5bbe2e8233f](https://tede.unioeste.br/bitstream/tede/4650/5/Vanessa_Demarchi_Peron_2019.pdf). Acesso em: 23 mar. 2024.
PERON, Vanessa Demarchi *et al.* **Adaptação acadêmica e relação com a evasão:** identificação de indicadores. 2019. Dissertação (Mestrado Profissional em Tecnologias, Gestão e Sustentabilidade) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Foz do Iguaçu, 2019. Disponível em:
https://tede.unioeste.br/bitstream/tede/4650/5/Vanessa_Demarchi_Peron_2019.pdf
Acesso em: 23 mar. 2024.

POLYDORO, Soely Aparecida Jorge; AZZI, Roberta Gurgel. Autorregulação da aprendizagem na perspectiva da teoria sociocognitiva: introduzindo modelos de investigação e intervenção. **Psicologia da educação**, n. 29, 2009. Disponível em:
<https://revistas.pucsp.br/index.php/psicoeduca/article/view/43061/28641>. Acesso em: 23 mar. 2024.

POLYDORO, Soely Aparecida Jorge; GUERREIRO-CASANOVA, Daniela C. Escala de auto-eficácia na formação superior: construção e estudo de validação. **Avaliação Psicológica**, v. 9, n. 2, p. 267-278, 2010. Disponível em:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=335027283011>. Acesso em: 23 mar. 2024.

REITZLE, Mathias. As conexões entre as transições da idade adulta e a autopercepção de ser adulto nos contextos mutáveis da Alemanha Oriental e Ocidental. **Psicólogo Europeu**, v.11, n.1, p. 25-38, 2006. DOI:
<http://dx.doi.org/10.1027/1016-9040.11.1.25>.

SAHÃO, Fernanda Torres. **Saúde mental do estudante universitário:** comportamentos que favorecem a adaptação ao ensino superior. 2019. Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual de Londrina, 2019. Disponível em:
<http://www.bibliotecadigital.uel.br/document/?code=vtls000229231>. Acesso em: 23 mar. 2024.

SANTOS, Acácia Aparecida Angeli dos; ZANON, Cristian; ILHA, Vanessa Domingues. Autoeficácia na formação superior: seu papel preditivo na satisfação com a experiência acadêmica. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 36, p. e160077, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-0275201936e160077>.

SOARES, Adriana Benevides; DEL PRETTE, Zilda Aparecida Pereira. Habilidades sociais e adaptação à universidade: Convergências e divergências dos construtos. **Análise Psicológica**, v. 33, n. 2, p. 139-151, 2015. Disponível em:
<https://www.academia.edu/download/40376220/911-3453-2-PB.pdf>. Acesso em: 23 mar. 2024.

SOARES, Adriana Benevides *et al.* Vivências, habilidades sociais e comportamentos sociais de universitários. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 34, 2018. DOI:
<https://doi.org/10.1590/0102.3772e34311>.

SOARES, Adriana Benevides *et al.* Situações interpessoais difíceis: relações entre habilidades sociais e coping na adaptação acadêmica. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 39, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003183912>.

SOARES, Adriana Benevides; DE ALMEIDA SANTOS, Zeimara; BRITO, Almir Diego. Preditores da adaptação acadêmica de iniciantes no curso de psicologia. **Revista Internacional de Educação Superior**, v. 10, p. e024003-e024003, 2024. DOI: <https://doi.org/10.20396/riesup.v10i00.8668325>.

SOUZA, Laura Augusto de; FRANCO, Sergio Roberto Kieling. Adaptação do jovem à universidade e o impacto no bem-estar psicológico do estudante de licenciatura em pedagogia. **Saúde em Redes**, v. 4, n. 2, p. 59-69, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.18310/2446-4813.2018v4n2p59-69>.

SOUZA, Luciana Karine de; LOURENÇO, Erika; SANTOS, Mariana Rúbia Gonçalves dos. Adaptação à universidade em estudantes ingressantes na graduação em psicologia. **Psicologia da Educação**, n. 42, p. 35-48, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/2175-3520.20150023>.

SOUZA, Andressa; MURGO, Camélia Santana. Adaptação Acadêmica em Universitários: Revisão Integrativa de Literatura. **Cadernos de Educação Tecnologia e Sociedade**, v. 16, n. 1, p. 71-83, 2023. DOI: <https://doi.org/10.14571/brajets.v16.n1.71-83>.

SOUZA, Andressa Pereira de; MURGO, Camélia Santana. Brazilian emerging adults: Scoping review. **Trends in Psychology**, p. 1-37, mar. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1007/s43076-022-00164-9>.

TEDESCO, Juan Carlos. **O novo pacto educativo**. São Paulo: Ática, 2001.

TEIXEIRA, Marco Antônio Pereira *et al.* Adaptação à universidade em jovens calouros. **Psicologia escolar e educacional**, v. 12, p. 185-202, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-85572008000100013>.

TRICCO, Andrea C. *et al.* PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): checklist and explanation. **Annals of internal medicine**, v. 169, n. 7, p. 467-473, 2018. DOI: <https://doi.org/10.7326/M18-0850>.

VOSYLIS, Rimantas; KLIMSTRA, Theo. How does financial life shape emerging adulthood? Short-term longitudinal associations between perceived features of emerging adulthood, financial behaviors, and financial well-being. **Emerging Adulthood**, v. 10, n. 1, p. 90-108, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1177/2167696820908970>.

XAVIER, Alessandra; NUNES, Ana Ignêz Belém Lima; SANTOS, Michelle Steiner. Subjetividade e sofrimento psíquico na formação do Sujeito na Universidade. **Revista mal-estar e subjetividade**, v. 8, n. 2, p. 427-451, 2008. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27180208>. Acesso em: 23 mar. 2024.