



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

Ciências Sociais e Humanas

Factores emocionais e cognitivos no (in) sucesso académico em alunos do 9º ano

Auto-regulação Emocional, Raciocínio, Perfeccionismo e Rendimento Académico

Sara Cristina Fonseca Fernandes

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre na especialidade

Psicologia Clínica e da Saúde

(2º ciclo de estudos)

Orientadora: Professora Doutora Ema Patrícia de Oliveira

Covilhã, Outubro de 2010

Dissertação de Mestrado realizada sob orientação da Professora Doutora Ema Patrícia de Lima Oliveira apresentado à Universidade da Beira Interior para a obtenção do Grau de Mestre em Psicologia, registado na DGES sob o 9463.

Dedicatória

*Dedico ti, Samuel, do princípio ao fim.
...por iluminares a minha vida com a tua presença.*

Factores emocionais e cognitivos no (in)sucesso académico em alunos do 9º ano: auto-regulação emocional, raciocínio, perfeccionismo e rendimento académico

Sara Cristina Fonseca Fernandes (Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, Universidade da Beira Interior)

RESUMO

Apesar do crescente número de trabalhos que se debruçam sobre a auto-regulação emocional, as contribuições no âmbito educacional, em particular, têm-se revelado bastante escassas. Neste sentido, o presente estudo pretende contribuir para uma melhor compreensão da auto-regulação emocional, tendo como principal objectivo analisar a relação entre este constructo e as habilidades cognitivas, o perfeccionismo e o rendimento académico dos estudantes, tomando em consideração as diferenças de género. A recolha de dados envolveu 142 estudantes do 9º ano de escolaridade, de escolas públicas do distrito de Castelo Branco, com a aplicação dos instrumentos “Emotional Regulation during Test-taking” (Schutz, DiStefano, Benson & Davis, 2004), “Bateria de Provas de Raciocínio 7/9” (Almeida & Lemos, 2007) e “Escala de Perfeccionismo - Versão Estudantes” (Stoeber & Rambow, 2007). Os resultados obtidos apontam para a existência de diferenças estatisticamente significativas quanto ao género, tanto ao nível da auto-regulação emocional como do perfeccionismo; bem como entre a auto-regulação emocional e rendimento académico. Para além disso, os resultados indicam existir correlações positivas e estatisticamente significativas entre auto-regulação emocional e as variáveis: rendimento académico, raciocínio e perfeccionismo, destacando-se, neste último, uma forte relação entre os Processos de Focalização nas Emoções e as suas sub-escalas Pensamento Desejoso e Auto-Culpabilização e as três dimensões do perfeccionismo analisadas. Assim, conclui-se que a auto-regulação emocional, o raciocínio, o rendimento académico e o perfeccionismo se apresentam como variáveis relevantes para um melhor conhecimento da vida académica dos alunos, pelo que se espera que este trabalho ajude a traçar novos caminhos na prossecução de novos estudos em torno da temática da auto-regulação emocional, tema ainda incipiente no contexto académico.

Palavras-chave: *auto-regulação emocional; habilidades cognitivas; perfeccionismo; rendimento académico; género.*

Emotional and cognitive factors in the academic (un)success among students in 9th grade: emotional self-regulation, reasoning, perfectionism and academic achievement

Sara Cristina Fonseca Fernandes (Clinic and health Psychology Master's Thesis, Universidade da Beira Interior)

ABSTRACT

Despite the growing number of studies that focus on emotional self-regulation, contributions in education, in particular, have proven to be quite scarce. In this sense, this study aims to contribute to a better understanding of the emotional self-regulation, with the main objective of analyzing the relationship between this construct and cognitive abilities, perfectionism and academic achievement of students, taking into account gender differences. The data was gathered from 142 students in the 9th grade in public schools in the district of Castelo Branco, with the application of several instruments, namely "Emotional Regulation During Test-taking" (Schutz, DiStefano, Benson & Davis, 2004), "Bateria de Provas de Raciocínio 7/9"(Almeida & Lemos, 2007), and "Perfectionism Scale - Student Version" (Stoeber & Rambow, 2007). The gathered results indicate the existence of statistically significant differences regarding gender, both in terms of emotional self-regulation as perfectionism, as well as between emotional self-regulation, and academic achievement. In addition, the results also indicate the existence of correlations between positive and statistically significant emotional self-regulation and the variables: academic performance, reasoning and perfectionism, especially in the latter, a strong relationship between the Processes of Focusing on Emotions and their sub-scales Wishful-Thinking and Self-Blame, and the three dimensions of perfectionism assessed. Thus, we conclude that the emotional self-regulation, reasoning, academic achievement and perfectionism appears as relevant variables for a better understanding of the academic life of students. Hopefully this work will contribute to help shaping new paths for further studies around the theme of emotional self-regulation, a topic still in its infancy in an academic context.

Key-words: emotional self-regulation; cognitive abilities; perfectionism; academic performance; gender.

Agradecimentos

O presente trabalho, aqui apresentado, é o resultado do apoio e da colaboração prestados por várias pessoas a quem, desde já, dirijo o meu sincero reconhecimento.

Agradeço, em primeiro lugar, e a quem reservo um lugar de destaque, à Professora Doutora Ema de Oliveira por todo o apoio, ensinamento e, sobretudo, por todo o encorajamento que me deu ao longo de todo o percurso, até chegar ao resultado final. Todos os conhecimentos e espírito crítico que me transmitiu mudaram a minha forma de ver e lidar com o “mundo”, algo que me será profundamente valioso na minha vida profissional futura.

Como não poderia deixar de ser, agradeço a todos os alunos do 9º ano - 3º Ciclo do Ensino Básico - que participaram no presente estudo. Agradeço, também, a disponibilidade, colaboração e a forma calorosa como os concelhos executivos, de todas as escolas contactadas, nos receberam.

Agradeço à minha mãe e irmão, que me acompanham desde sempre, independentemente das circunstâncias, apoiando-me e suportando-me cada vez que precisei, fazendo da minha existência algo menos solitário. A eles deixo aqui a minha homenagem e reconhecimento, pedindo-lhes que aceitem a minha gratidão.

Não poderia deixar de agradecer à minha “pretinha”, bem sei que nunca irá ler o que escrevi mas não poderia deixar de a incluir aqui, pois será uma das minhas mais belas lembranças. A ela agradeço toda a companhia, paz de espírito e tranquilidade, que me permitem afastar dos problemas do quotidiano.

A ti Samuel, obrigada pela tua presença na minha vida. O teu apoio foi, é e será sempre muito importante para mim. Agradeço-te por “navegares” comigo na mesma direcção, apesar de todas alegrias mas, também, angústias e tristezas. Obrigada por tudo, especialmente por me maneres ligada ao “mundo real” e fazeres do meu mundo um lugar melhor para eu viver e ser feliz.

Este trabalho nunca teria sido terminado sem a colaboração de todos, de todas as pessoas que conheci na minha vida. Cada uma delas deixou coisas em mim, que de alguma maneira aparecem em cada pensamento e acção por mim manifestado. A todos um bem-haja, por tudo aquilo que aprendi até hoje.

Agradeço a todas as pessoas que me ajudam a crescer, a todos em quem eu busquei conselho e encorajamento. Este trabalho é deles.

Obrigada!

ÍNDICE GERAL

Introdução.....	1
PARTE I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO	
1. Auto-regulação emocional.....	7
1.1. Biologia das emoções.....	8
1.2. Psicologia das emoções.....	11
1.3. Auto-regulação emocional no domínio académico	12
1.3.1. Ansiedade face aos testes.....	12
1.3.1.1. Auto-regulação emocional durante a realização de prova: Modelo de Schutz.....	14
1.3.1.2. Ansiedade face aos testes e estratégias de <i>coping</i>	16
1.3.1.3. Ansiedade face aos testes e diferenças de género	18
1.3.1.4. Ansiedade de desempenho em situações de actividade desportiva.....	18
1.3.2. Auto-regulação emocional e rendimento académico.....	20
2. O Perfeccionismo.....	22
2.1. O perfeccionismo e a saúde mental	24
2.2. Perfeccionismo no contexto académico	28
3. O Raciocínio	28
3.1. Raciocínio e rendimento académico.....	29
3.2. Raciocínio e regulação emocional	31
PARTE II - COMPONENTE EMPÍRICA	
4. Objectivos e hipóteses	34
5. Metodologia	35
5.1. Participantes	35
5.2. Instrumentos	36
Questionário sócio-demográfico	36
Emotional regulation during Test-taking Scale	37
Escala de Perfeccionismo (versão estudantes)	39
Bateria de Provas de Raciocínio Diferencial	40
Bateria de Provas de Raciocínio 7/9	41
Rendimento académico dos alunos	41
5.3. Procedimentos	42
6. Resultados.....	43
7. Discussão	58

Conclusões	70
Limitações do estudo.....	71
Implicações práticas deste estudo e directrizes para futuros estudos	72
Bibliografia	77

Lista de Anexos

Anexo 1 - Pedidos de autorização aos Encarregados de Educação

Índice de Quadros

Quadro 1: Estatística descritiva da amostra, tomando o género e a idade	36
Quadro 2: Consistência Interna (alpha de Cronbach) na <i>Emotional Regulation during Test-taking</i> (ERT).....	39
Quadro 3: Consistência Interna (alpha de Cronbach) na <i>Escala de Perfeccionismo</i> (EP).....	40
Quadro 4: Estatística Descritiva (média, desvio-padrão e valores mínimo e máximo) dos resultados na <i>Emotional Regulation during Test-taking</i> (ERT).....	43
Quadro 5: Estatística descritiva (média, desvio-padrão e valores mínimo e máximo) da Escala de Perfeccionismo - Versão Estudantes (EP)	45
Quadro 6: Correlações de Pearson entre auto-regulação emocional e perfeccionismo	46
Quadro 7: Correlações de <i>Pearson</i> entre auto-regulação emocional e rendimento académico	48
Quadro 8: Diferenças das médias na <i>Emotional Regulation during Test-taking</i> e teste-T, tomando em consideração o rendimento académico, pela comparação entre grupos (G1 e G2).....	50
Quadro 9: Correlações de Pearson entre auto-regulação emocional e raciocínio.....	52
Quadro 10: Diferenças das médias na <i>Escala de Perfeccionismo</i> , entre os grupos de alunos com pior (G1) e melhor rendimento académico (G2).....	54
Quadro 11: Diferenças de género na ERT	55
Quadro 12: Diferenças de género na Escala de Perfeccionismo.....	56

Índice de Figuras

Figura 1 - Dimensões básicas do perfeccionismo.....	26
---	----

“(. . .) every child capable of developing a resilient mini-set of strategies will be able to deal more effectively with stress and pressure, to cope with everyday challenges, to bounce back from disappointments, adversity and trauma, to develop clear and realistic goals, to solve problems, to relate comfortably with others, and to treat oneself and others with respect.”

(Goldstein & Brooks, 2005 in Macklem, 2008)