

## Artigo

# Programa Universitário de Promoção de Adaptação Acadêmica e Autoeficácia – PUP3A: Estudo de Viabilidade

## University Program to Promote Academic Adaptation and Self-Efficacy – PUP3A: Feasibility Study

### Intermitencia en el derecho a la educación de los adolescentes que cometen infracciones en Brasil

**Andressa Pereira de Souza**<sup>1</sup>  
**Nátalia Miranda Borges**<sup>2</sup>  
**Camélia Santana Murgo**<sup>3</sup>

Universidade do Oeste Paulista (UNOESTE) Presidente Prudente - SP, Brasil

#### Resumo

O Programa Universitário de Promoção de Adaptação Acadêmica e Autoeficácia é destinado a estudantes de graduação no primeiro ano no Ensino Superior visando o favorecimento e desenvolvimento de crenças de Autoeficácia e Adaptação ao contexto universitário. O objetivo do presente artigo foi avaliar a viabilidade de uma proposta interventiva para verificação do potencial de replicação para futuros estudos de eficácia e efetividade. Para avaliar a viabilidade do programa foi necessário realizar um recorte da proposta interventiva, tendo sido realizados três encontros sobre as temáticas: perspectivas de futuro profissional, desenvolvimento de recursos de aprendizagem, hábitos de estudos e estabelecimento de relações interpessoais. Participaram dos encontros 13 estudantes universitários da área da saúde, cursando o primeiro ano da graduação. Foram utilizados instrumentos para avaliar a satisfação, compreensão e generalização de conteúdo para os participantes e monitorização dos encontros pelos coordenadores de grupo. Os resultados permitiram identificar que houve adesão/aceitabilidade, compreensão e generalização do conteúdo dos encontros e a satisfação com programa. Dentre as adequações necessárias, a duração e quantidade

---

<sup>1</sup> Doutora em Educação pela (Universidade do Oeste Paulista - UNOESTE - 2024) com financiamento pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Especialista em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem (Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul - PUC-RS - 2023). Graduada em Psicologia pela UNOESTE (2019). Docente nos cursos de Psicologia, Pedagogia e Ciências Biológicas da UNOESTE. Orcid: <http://orcid.org/0000-0003-3730-2056>. E-mail: [andressasouzap4@gmail.com](mailto:andressasouzap4@gmail.com).

<sup>2</sup> Doutoranda em Educação na Universidade do Oeste Paulista - Bolsista (CAPES), Professora Bolsista Didática na Unesp em Presidente Prudente e Professora Instrutora na CAC (Casa do Aprendiz Cidadão). <https://orcid.org/0009-0004-3155-1478>. E-mail: [natmborges@hotmail.com](mailto:natmborges@hotmail.com).

<sup>3</sup> Possui graduação e licenciatura em Psicologia, Mestrado em Psicologia Escolar e Doutorado em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Pós-doutorado em Avaliação Psicológica pela Universidade São Francisco. Pós-Doutorado em Educação para Saúde na Universidade de Lisboa. É coordenadora do Curso de Psicologia do Campus UNOESTE - Jaú. Docente dos cursos de Psicologia e Medicina dos cursos do Campus UNOESTE - Presidente Prudente.. Docente titular e Coordenadora do Programa de Pós-Graduação - Mestrado e Doutorado em Educação - da Universidade do Oeste Paulista. Diretora Científica da FOPI - Fundação do Oeste Paulista de Inovação. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3932-7580>. E-mail: [camelia@unoeste.br](mailto:camelia@unoeste.br).



de encontros serão ampliados, incluindo temas como Estados afetivos/emocionais no processo de Adaptação Acadêmica, persuasão verbal e autorregulação.

### Abstract

The University Program for Promoting Academic Adaptation and Self-Efficacy is designed for first-year undergraduate students in higher education, aiming to enhance and develop beliefs in self-efficacy and adaptation to the university context. The objective of this article was to evaluate the feasibility of an intervention proposal to assess its potential for replication in future studies on efficacy and effectiveness. To assess the program's feasibility, a selection of the intervention proposal was necessary, involving three meetings on the following topics: professional future perspectives, development of learning resources, study habits, and establishment of interpersonal relationships. Thirteen university students from the health field, in their first year of undergraduate studies, participated in the meetings. Instruments were used to evaluate satisfaction, understanding, and content generalization for the participants, along with monitoring of the meetings by group coordinators. The results indicated that there was adherence/acceptability, understanding, and content generalization from the meetings, as well as satisfaction with the program. Among the necessary adjustments, the duration and number of meetings will be increased, including topics such as affective/emotional states in the academic adaptation process, verbal persuasion, and self-regulation.

### Resumen

El Programa Universitario de Promoción de Adaptación Académica y Autoeficacia está destinado a estudiantes de primer año de licenciatura en educación superior, con el objetivo de favorecer y desarrollar creencias de autoeficacia y adaptación al contexto universitario. El objetivo del presente artículo fue evaluar la viabilidad de una propuesta intervencionista para verificar su potencial de replicación en futuros estudios de eficacia y efectividad. Para evaluar la viabilidad del programa fue necesario realizar un recorte de la propuesta intervencionista, llevándose a cabo tres encuentros sobre las siguientes temáticas: perspectivas del futuro profesional, desarrollo de recursos de aprendizaje, hábitos de estudio y establecimiento de relaciones interpersonales. Participaron en los encuentros 13 estudiantes universitarios del área de la salud, cursando el primer año de la licenciatura. Se utilizaron instrumentos para evaluar la satisfacción, comprensión y generalización de contenido para los participantes, así como la monitorización de los encuentros por parte de los coordinadores de grupo. Los resultados permitieron identificar que hubo adherencia/aceptación, comprensión y generalización del contenido de los encuentros, así como satisfacción con el programa. Entre las adecuaciones necesarias, se ampliará la duración y cantidad de encuentros, incluyendo temas como estados afectivos/emocionales en el proceso de adaptación académica, persuasión verbal y autorregulación.

**Palavras-chave:** Adultos, Intervenção, Universitários.

**Keywords:** Adults, Intervention, University students.

**Palabras clave:** Adultos, Intervención, Universitarios.

## 1. Introdução

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. 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, da mesma forma que a inserção no Ensino Superior poderia ocasionar inseguranças, ansiedade, medo e dificuldades para adaptação do estudante. Portanto, este 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 (Almeida; Soares, 2004; Peron, 2019; Soares; Del Prette, 2015).

Tendo em vista as especificidades do ingresso de estudantes ao Ensino Superior, o conceito de Adaptação Acadêmica é utilizado por pesquisadores para avaliar como ocorre a entrada na universidade e quais as implicações da adaptação ou não adaptação dos estudantes universitários (Teixeira *et al.*, 2008). Em síntese a adaptação ao ambiente universitário consistiria no modo em que o estudante ao defrontar-se com as demandas e atividades deste ambiente as interpreta e responde a estas situações (Carlotto; Teixeira; Dias, 2015).

As crenças de autoeficácia podem contribuir para o processo de adaptação do estudante a universidade (Guerreiro-Casanova; Polydoro, 2011), e o estabelecimento destas pode ocorrer por meio de quatro fontes, as experiências diretas, situações em que os estudantes vivenciaram diretamente, experiências vicárias, situações ou eventos em que ocorreu a observação de acontecimentos ao vivo ou por meio de mediação simbólica, a exemplo, ler um artigo científico via internet sobre estratégias de estudo que podem contribuir para melhor desempenho acadêmico. Estados fisiológicos e afetivos, estados psicofisiológicos e afetivos que ocorrem durante a preparação ou realização de uma determinada ação, atividade, situação, e a persuasão verbal, orientações, feedbacks, opiniões, avaliações e elogios (Bandura, 1999; 2001).

Atualmente há poucas propostas interventivas implementadas no contexto internacional com estudantes universitários que se propuseram a promover em algum nível a adaptação acadêmica (De clerq *et al.*, 2016; He *et al.*, 2015; Marque-pinto *et al.*, 2007; Martins; Santos, 2019). Não existem pesquisas brasileiras que contemplem as temáticas adaptação acadêmica e autoeficácia em conjunto, há uma pesquisa que desenvolveu e avaliou um programa de adaptação acadêmica no ensino superior (Barbosa *et al.*, 2018), as demais pesquisas nacionais já conduzidas estão relacionadas a habilidades sociais (De Almeida Lima; Soares; De Souza, 2019; Ferreira; Oliveira; Vandenberghe, 2014), e habilidades assertivas (Sousa; Padovani, 2021).

Estudos de viabilidade e pilotos permitem aos pesquisadores avaliarem se a coerência entre os objetivos propostos e a metodologia utilizada, permitindo orientar e reorganizar, caso haja necessidade, a metodologia do estudo (Ismail; Kinchin; Edwards, 2018; Thabane *et al.*, 2010). A identificação da viabilidade do estudo ocorreu por meio do planejamento das etapas da intervenção e elaboração dos encontros com a população universitária acerca de uma proposta de intervenção para promoção de adaptação acadêmica nos estudantes universitários de 1º e 2º termos (Creswell; Clark, 2015).

Esta etapa é essencial para averiguar as potencialidades do programa, bem como avaliar processos, recursos, gerenciamento/gestão e minimizar eventuais erros ou dificuldades que possam surgir no curso do estudo (Durgante; Dell'aglio, 2018). Ao concluir esta etapa foram avaliadas as ações e atividades quanto à pertinência e aderência dos participantes. A aplicação piloto junto aos

estudantes propiciou subsídios que permitiram a realização de ajustes nas atividades, bem como avaliação de recursos para melhor adequação às especificidades do contexto educacional pesquisado.

## 2. Descrição da intervenção: Programa Universitário de Promoção de Adaptação Acadêmica e Autoeficácia – PUP3A

Serão abordados e discutidos os principais fundamentos das crenças de Autoeficácia, e suas respectivas dimensões, sendo elas: a autoeficácia acadêmica, que corresponde a capacidade de aprender e aplicar conhecimento adquirido; a autoeficácia na regulação da formação, que diz respeito a capacidade de autorregular as ações; a autoeficácia na interação social, que descreve a capacidade de estabelecer relacionamento com colegas e professores; a autoeficácia em ações proativas, o estudante seria capaz de aproveitar e promover oportunidades para maximizar sua formação e a autoeficácia na gestão acadêmica, que descreve a capacidade de envolvimento e cumprimento de prazos.

A perspectiva teórica de base é a Teoria Social Cognitiva. Para compreensão do período da adaptação acadêmica serão utilizados estudos teóricos/científicos que contemplam o período em questão. As dimensões de adaptação acadêmica a serem avaliadas são: A dimensão pessoal, ao qual contempla a percepção e autoavaliação de motivação, bem-estar físico e psíquico, tomada de decisões e demandas afetivas e emocionais. A dimensão interpessoal, que diz respeito aos relacionamentos interpessoais estabelecidos com colegas ou profissionais da instituição, rede apoio e autoavaliação de competências sociais. A dimensão carreira, correspondente aos sentimentos relacionados ao curso e as expectativas profissionais futuras, e a percepção de habilidades e competências para o desempenho na graduação. A dimensão estudo descreve os hábitos, planejamento, gestão e organização das atividades, tempo, recursos de aprendizagem e preparação para períodos de avaliação.

Por fim, a dimensão institucional, que aborda os sentimentos acerca da instituição, a satisfação dos estudantes e desejo de continuidade, e a avaliação da infraestrutura e suas possibilidades. Os encontros foram desenvolvidos objetivando contemplar todos os temas principais anteriormente descritos, os quais serão abordados e discutidos por meio de atividades de reflexão e autoavaliação, dinâmicas, e casos disparadores, estimulando também a interação e o compartilhamento das ideias entre os participantes. A seguir, será apresentado o planejamento dos encontros:

### Quadro 1 - Apresentação dos encontros

Encontros	Objetivos
<b>Apresentação da proposta</b>	Objetivos do encontro: - Realizar uma aproximação com os participantes;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentar a pesquisadora, os objetivos da pesquisa e duração dos encontros;</li> <li>- Definir um contrato e regras de funcionamento dos encontros;</li> <li>- Realizar a aplicação dos instrumentos de avaliação da adaptação acadêmica e autoeficácia dos estudantes;</li> <li>- Apresentar os conceitos abordados durante o encontro (Dimensão Pessoal, Interpessoal e Institucional e crenças de Autoeficácia na Interação Social e Gestão Acadêmica) relacionando-os com as atividades e dinâmicas propostas.</li> <li>- Avaliar a percepção dos participantes sobre o encontro.</li> </ul>
<b>Perspectivas sobre o futuro profissional</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Possibilitar discussões e reflexões sobre a influência das experiências diretas na formação profissional sobre as perspectivas para o futuro profissional.</li> <li>- Retomar a Dimensão Institucional via tarefa de manutenção;</li> <li>- Apresentar os conceitos de:             <ol style="list-style-type: none"> <li>I. Dimensão Institucional;</li> <li>II. Fonte Experiência Direta no estabelecimento de crenças de Autoeficácia.</li> <li>III. Autoeficácia Proativa;</li> <li>IV. Dimensão de carreira.</li> </ol> </li> </ul>
<b>Desenvolvendo recursos</b>	<p>Objetivos do encontro:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Possibilitar discussões e reflexões sobre o desenvolvimento de recursos, tais como:             <ol style="list-style-type: none"> <li>I. Estabelecimento de hábitos de estudo e gestão do tempo;</li> <li>II. Planejamento de estratégias e recursos de aprendizagem.</li> </ol> </li> <li>- Conceituar a Dimensão Estudo e sua implicação na Adaptação Acadêmica.</li> <li>- Apresentar os conceitos de Autoeficácia na Gestão Acadêmica, Ações Proativas e Regulação para a formação.</li> <li>- Apresentar a influência da Dimensão Interpessoal para desenvolvimento e desempenho nas atividades acadêmicas.</li> <li>- Apresentar à fonte de Experiência Vicária e sua influência no estabelecimento de crenças de autoeficácia e no processo de adaptação acadêmica.</li> </ul>
<b>Estabelecimento de relações interpessoais saudáveis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentar a relevância das relações interpessoais no processo de Adaptação Acadêmica;</li> <li>- Apresentar os conceitos e suas implicações no estabelecimento e manutenção das relações interpessoais, sendo:             <ol style="list-style-type: none"> <li>I. Autoeficácia na Interação Social;</li> <li>II. Dimensão Interpessoal;</li> <li>III. Dimensão Pessoal;</li> </ol> </li> </ul>
<b>Encerramento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retomar os objetivos e temáticas de cada encontro.</li> <li>- Avaliar a percepção dos participantes em relação a proposta de intervenção de forma geral;</li> <li>- Recolher sugestões e comentários dos participantes sobre a intervenção.</li> <li>- Reaplicação dos instrumentos (etapa de pós-teste)</li> <li>- Encerrar as atividades com o grupo.</li> </ul>

Fonte: Autoras, 2023.

Com vistas a avaliar a viabilidade dos encontros foram realizados três encontros propostos no programa a fim de avaliar em relação aos conteúdos

(clareza, compreensão e generalização), duração, satisfação dos participantes, bem como avaliar os coordenadores das atividades propostas.

### 3. Método

#### *Delineamento*

Trata-se de um estudo de viabilidade cujo objetivo é avaliar a pertinência e adequação da proposta interventiva para futuros estudos de eficácia e efetividade. Estudos de viabilidade utilizam recortes da intervenção proposta para avaliar o delineamento metodológico, averiguando o potencial da intervenção e necessidade de ajustes (National Institute For Health Research - NIHR, 2017).

Como estratégia para a checagem da viabilidade do Programa Universitário de Promoção de Adaptação Acadêmica e Autoeficácia – PUP3A foi realizado um recorte da proposta de intervenção para avaliar seu potencial realizar os ajustes, caso necessário, para condução de futuros estudos de eficácia. Foram elaborados um formulário de satisfação para os estudantes participantes, estes estudantes foram orientados a responder a este instrumento avaliativo para relatarem as dificuldades percebidas, as sugestões que gostariam de apresentar e avaliação das sessões realizadas e um formulário de monitorização dos aplicadores/observadores.

#### *Participantes*

A amostra contou com 13 estudantes de 1º e 2º termos, primeiro ano, (10 mulheres e 3 homens) de cursos de graduação da área da saúde, com idades de 18 a 26 anos. Todos os estudantes estavam matriculados em uma universidade privada do interior de São Paulo. Os critérios de inclusão foram: a) estar devidamente matriculados na instituição de ensino que ofertará a intervenção; b) participantes ingressantes que estejam cursando o 1º e 2º termo de graduação; c) e estudantes que manifestem interesse espontâneo em participar do programa. Também participou uma pesquisadora auxiliar para a condução e avaliação dos encontros.

#### *Instrumentos*

**I) Questionário sociodemográfico** (desenvolvido especificamente para esta pesquisa): contendo questões relativas ao gênero, faixa etária, curso de graduação e período do curso.

**I) Ficha de Avaliação de Satisfação com o Programa, Clareza e Compreensão, Generalização – Participantes** (Adaptado de Durgante, 2019). Instrumento autoaplicável em que os participantes da intervenção avaliam a Satisfação com o Programa; Clareza, Compreensão e Generalização dos conteúdos abordados nos encontros, bem como os coordenadores de grupo. Contém questões objetivas e dissertativas que avaliam a

satisfação dos participantes, permitindo que descrevam sugestões e comentários sobre percepções sobre o encontro.

**III) Ficha de monitorização do encontro – Coordenadores de sessão** (Da Cunha Moreira, 2020). Instrumento autoaplicável que avalia encontro a encontro via observação do coordenador de grupo o interesse, participação, as atividades, metodologia, materiais, ambiente e objetivos de cada encontro. O instrumento contém um espaço de “Notas” para os coordenadores preencherem a partir das observações e discussões.

#### *Aspectos éticos*

Para atender aos requisitos éticos em pesquisa com seres humanos segundo Resolução 510/2016 (Brasil, 2016) o projeto foi encaminhado e aprovado pelo comitê de ética em pesquisa CAEE (nº). Foi elaborado e obtido os consentimentos dos participantes via Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Utilizar o TCLE foi fundamental para esclarecimentos sobre o projeto, objetivos e potenciais da intervenção, sobre a participação voluntária, sigilo, eventuais ganhos ou possíveis prejuízos.

#### *Coleta dos dados*

A proposta de intervenção foi formulada para ser realizada em 05 encontros durante cinco semanas do primeiro semestre letivo. Os encontros tiveram duração de 1 hora e 30 minutos. Os encontros ocorreram de setembro a novembro de 2022. Os participantes no primeiro encontro foram orientados e realizaram o preenchimento dos TCLEs, bem como a cada encontro avaliaram por meio das fichas de avaliação de Satisfação com o Programa, Clareza e Compreensão, Generalização cada encontro.

## **4. Resultados e Discussão**

Para atender ao objetivo de avaliar os critérios de viabilidade da proposta interventiva para promoção de Adaptação Acadêmica e da Autoeficácia para universitários serão apresentados os resultados com base nas fichas de avaliação de satisfação preenchidas pelos participantes, que continha questões abertas e fechadas sobre os encontros, a ficha de monitorização dos encontros preenchida pelos coordenadores de sessão, e diários de campo dos coordenadores de grupo em relação às observações realizadas.

Constatou-se que realizar a divisão dos treze participantes em dois grupos distintos foi importante para atender a duração (1h30min) para cada encontro, e coletar via fichas de satisfação e comentários a viabilidade dos procedimentos e materiais utilizados.

Em relação a **Aceitabilidade/Adesão**: Os participantes foram convidados em dois momentos diferentes: após uma palestra *online* intitulada “Adaptação Acadêmica e Autoeficácia para universitários” e contatos em sala de aula. Foram enviados via *e-mails* de coordenação de cursos de graduação o convite e formulário de inscrição para a palestra anteriormente citada. Ao todo 100

estudantes se inscreveram e cerca de 60 participaram da reunião síncrona via *google meet* (Google Corp, 2017).

Após a apresentação da proposta, cerca de sete estudantes manifestaram interesse em participar do projeto diretamente e outros descreviam sobre a proposta ter relevância, mas não estavam disponíveis no momento. A autora marcou uma reunião com os alunos interessados em participar da proposta, e nenhum aluno compareceu. Estes dados identificam que houve demanda (Durgante; Dell’aglio, 2018) e adesão inicial dificultosa. A estratégia de recrutamento via palestra pode ser uma alternativa mediante ajustes, como por exemplo, o período de oferta, esta foi realizada no mês de setembro, um mês após o início do semestre e não obteve uma quantidade significativa de interessados posteriormente. Caso a mesma ocorra nos primeiros dias de aula poderia contribuir para melhor captação de participantes.

A última alternativa para maior participação foi vincular a pesquisa a uma atividade de extensão, para que os estudantes participantes pudessem ser certificados. Durante e após a palestra realizada alguns participantes questionaram sobre a certificação de sua participação na mesma, e após os esclarecimentos quanto a não certificação muitos saíram da reunião.

A segunda e última estratégia anteriormente mencionadas para o recrutamento de participantes foram as mais eficazes, ir até a sala de aula e apresentar a proposta, assim como a oferta de certificação aos participantes, foi essencial para atingir um número de participantes mínimo para a realização do estudo de viabilidade.

Não houve evasão de participantes, os 13 estudantes que se disponibilizaram a participar da pesquisa se mantiveram presentes até a conclusão do estudo. A não evasão neste estudo foi considerada muito satisfatória, demonstrando aceitabilidade da proposta interventiva. Em consonância com Wendt e Dell’Aglío (2021), considerou-se como fatores facilitadores para adesão a oferta de certificação aos participantes, a apresentação da proposta contar com apoio da instituição e dos coordenadores do curso para divulgação da proposta, bem como a satisfação com os coordenadores de grupo, avaliados como muito satisfatórios pelos participantes e a estrutura dos encontros/inversão estar em um formato multicomponentes.

Dentre as sugestões/comentários dos participantes na questão aberta “Por favor, inclua comentários e sugestões que você gostaria de fazer para melhorar o encontro” foram destacadas duas sugestões que reforçam as avaliações quanto a adesão e aceitabilidade:

P1 E2: Sugiro ter esse encontro no primeiro dia de aula dos alunos para eles terem o conhecimento.

P2 E2: mais pessoas deveriam participar; sugestão para pegar alguns minutinhos de alguma disciplina para todos terem acesso (P: Participante; E: Encontro).

Dados que corroboram os achados de Sousa e Padovani (2020) que embora a adesão dos participantes em sua pesquisa foi dificultosa, ao participar das atividades extracurriculares propostas em sua intervenção, os alunos identificaram os encontros como oportunidade de ampliação de recursos importantes para sua formação. E a importância destas iniciativas serem



implementadas logo no primeiro semestre, principalmente nos dois primeiros meses para melhor adaptação dos estudantes (Bombardelli, 2018; Peron, 2019).

A exemplo, o P6 descreve na questão “O encontro ajudou a você perceber mais as necessidades ou dificuldades do contexto universitário?” sobre como E3 teria contribuído em sua percepção das necessidades e dificuldades do contexto universitário: “Sim, fez perceber que minha rotina acadêmica pode ser adaptada para ser mais efetiva, além de conseguir me relacionar melhor com meus colegas e compartilhar experiências semelhantes” (Participante 6).

As dimensões de carreira (sentimentos relacionados ao curso, perspectiva de carreira, percepção de competências para o curso) interpessoal (criação de vínculos, competências de relacionamento) e estudo (hábitos de estudo, gestão de tempo, rotina e planejamento), bem como a autoeficácia para interação social (capacidade de relacionar-se com colegas e professores) e gestão acadêmica (capacidade de envolvimento e cumprimento de prazos) são os construtos abordados no encontro (Granado *et al.*, 2005; Polydoro; Guerreiro-Casanova, 2010) e identificados no discurso do participante.

Quanto à **Satisfação dos Participantes com o Programa e com os coordenadores de grupo**, os universitários avaliaram este tópico por meio da ficha de avaliação entre quatro opções (Insatisfeito; Regular; Satisfeito; Muito satisfeito), as seguintes questões “Em geral, como se sentiu durante o programa?”; “Qual a sua avaliação do coordenador do grupo?”; “Qual a sua satisfação com as aprendizagens no programa?”; e “Qual a sua satisfação com o tempo de duração das sessões?”. A avaliação dos participantes foi descrita como muito satisfatória para os itens “Em geral, como se sentiu durante o encontro?” e “Qual a sua avaliação sobre as coordenadoras do grupo?” dentre os treze participantes. E no item “Qual a sua satisfação com as aprendizagens no programa?” Onze participantes assinalaram a opção Muito Satisfeito e dois a opção Satisfeito.

Em relação a alternativa de “Qual a sua satisfação com o tempo de duração das sessões?” houve uma resposta para a opção Regular, os demais assinalaram as alternativas Satisfeito (4 participantes) e Muito Satisfeito (8 participantes). As fichas de avaliação de satisfação dos participantes permitiram identificar que a duração prevista para 1h30min estava adequada e poderia ser ampliada para 2 horas de duração caso haja disponibilidade levando em consideração os comentários e sugestões dos participantes como na pesquisa de Souza e Padovani (2021) que identificaram a necessidade de maior duração dos encontros interventivos. Sendo que a duração média de 2 horas por encontro é utilizada em diversas pesquisas (Borges; Ferreira, 2013; De Almeida Lima; Soares; De Souza, 2019; Ferreira; Oliveira; Vandenberghe, 2014; Wendt; Dell’aglio, 2021)

Pois, apesar de nenhum participante assinalar a opção Insatisfeito e apenas um participante a opção Regular quanto a satisfação com o tempo de duração dos encontros, quatro participantes descreveram no item “Por favor, inclua comentários e sugestões que você gostaria de fazer para melhorar o encontro” que identificavam a duração do encontro como curta para o desenvolver das atividades. Os comentários foram:

P1 E1: Apesar de curtinho, o encontro foi ótimo, bem leve, objetivo e descontraído.

P2 E2: O encontro foi ótimo, queria que tivesse mais tempo, gosto muito do uso da reflexão durante o mesmo.

P3 E2: gostaria que tivesse mais encontros e mais tempo de encontro pois já me ajudou muito.

P4 E3: Acredito que o encontro poderia ser mais denso em tempo e quantidade de questões, como forma de realmente melhorar essa autoavaliação e entender as relações geradas no momento. E continua quanto a percepção das necessidades ou dificuldades do contexto universitário: Consegui ter algumas reflexões, mas acredito que se durasse mais seria possível entender melhor essas dificuldades e como elas estão presentes na vida de cada um dos integrantes do grupo (P: Participante; E: Encontro).

Apenas um(a) participante descreveu que a duração do encontro era maior que necessário no E3: P7: “Muito legal a dinâmica (desenho de um coração) talvez diminuir um pouco o tempo de 1h30” (Participante 7). A avaliação da duração dos encontros, por parte dos aplicadores/observadores, via ficha de monitorização dos encontros no item “Os alunos conseguiram concluir as atividades no tempo proposto” identificou que os alunos conseguiram realizar as atividades propostas no tempo sugerido.

Em relação a **Compreensão/Generalização dos Conteúdos pelos Participantes**, os itens na ficha de avaliação variam entre (Nada; Muito Pouco; Bastante; Quase tudo), e as questões foram: “Foi fácil assistir a todas as sessões do encontro?”; “Entendeu os conteúdos abordados durante o encontro?” os resultados variaram entre as opções Bastante (9 participantes) e Quase tudo (4 participantes) nos dois itens respectivamente, e entre Bastante (7 participantes) e Quase tudo (6 participantes) para a questão “Quanto você aplicou na vida cotidiana os conteúdos abordados no encontro?”.

Foram utilizados slides para apresentação dos conceitos (dimensões da Adaptação Acadêmica e dimensões da autoeficácia) abordados nos encontros para que os participantes compreendessem melhor as temáticas e objetivos de cada encontro. A apresentação de tais conceitos foi fundamental para sanar quaisquer dúvidas acerca dos temas e proporcionar reflexões sobre eles no contexto dos estudos. A exemplo, a P1, descreve: “é muito importante o esse tipo de iniciativa com os estudantes para que os primeiros contatos com a universidade seja mais tranquilo” (Participante 1).

No primeiro encontro foram apresentados os conceitos de Adaptação Acadêmica (Teixeira *et al.*, 2008) e suas dimensões (pessoal, institucional, interpessoal, carreira e estudo- baseadas no instrumento QVA-r) (Granado *et al.*, 2005), possíveis implicações da não adaptação ao contexto universitário nas relações interpessoais, saúde, demandas acadêmicas e organização dos estudos (Almeida; Soares, 2004). O conceito de autoeficácia e suas dimensões (acadêmica, interação social, regulação da formação, ação proativa e gestão acadêmica) baseadas no instrumento AEFS (Polydoro; Guerreiro-Casanova, 2010) e suas interferências no contexto acadêmico (Bandura, 2001). Os critérios de inclusão dos participantes e a proposta interventiva (quantidade de encontros, tempo de duração, temas dos encontros e base teórica).

Foi essencial no primeiro contato com os estudantes que ao apresentar o conceito de autoeficácia fossem esclarecidos quais são as fontes de autoeficácia (experiência direta, experiência vicária, persuasão verbal e estados fisiológicos

e afetivos) (Bandura, 2001). Neste momento surgiram comentários dos participantes sobre as fontes de autoeficácia, a exemplo, P2 “nos períodos de prova a emocional influência demais nos estudos e na forma com que me sinto bem para realizar as provas” (Participante 2).

O mesmo ocorreu no encontro referente as perspectivas sobre o futuro profissional em que P3 E2 descreve no item da ficha de avaliação “O encontro ajudou a você perceber mais as necessidades ou dificuldades do contexto universitário?” sobre como o encontro ajudou a percepção sobre necessidades ou dificuldades do contexto universitário: “Sim, me fez perceber que tenho capacidades mas não coloco em prática por preguiça” (Participante 3).

Os participantes demonstraram compreender bem os conceitos apresentados em cada encontro por meio de suas avaliações nas fichas de avaliação de satisfação preenchidas tanto nas questões fechadas como abertas. Nos itens referentes a clareza e compreensão dos temas abordados nos encontros, em que os participantes deveriam avaliar entre as opções (nada, muito pouco, bastante, quase tudo) 10 dos 13 participantes avaliaram como Bastante nas questões “Foi fácil assistir ao encontro?”; “Entendeu os conteúdos abordados durante o encontro?” e 3 participantes assinalaram a opção Quase tudo.

Nas sugestões/comentários os participantes destacaram: P3: “O encontro está ótimo, muito bem estruturado e coeso” (Participante 3). E continua sua avaliação sobre as atividades estarem de acordo com a temática proposta para tal encontro “sim, e foram muito reflexivas”. Em concordância com o relato anteriormente mencionado outros participantes enfatizaram a relevância dos temas e reflexões propostos nos encontros da intervenção como:

P4 E1: um encontro muito esclarecedor e acolhedor, tive muitas reflexões e aprendizados. Gostaria que tivessem mais encontros e mais tempo de encontro pois já me ajudou muito.

P5 E3: sim. Além de melhorar nossa percepção sobre nossas relações fortalecemos os relacionamentos entre o grupo com as perguntas.

P3 E3: Sim, estão. Foi trabalhado as relações entre os alunos que mesmo convivendo diariamente, tem tão pouco conhecimento um do outro. (P: Participante; E: Encontro).

Os dados coletados via ficha de monitorização do encontro pelos coordenadores de grupo permitiram identificar que os participantes demonstraram muito interesse e atenção nas instruções e participavam ativamente das atividades propostas. Os dois avaliadores/observadores identificaram que os objetivos dos encontros foram contemplados e em concordância com a avaliação de satisfação dos participantes que afirmaram que estavam satisfeitos ou muito satisfeitos com relação a como se sentiram durante os encontros e que as atividades do encontro estariam alinhadas às temáticas propostas. Os comentários dos participantes via ficha de avaliação que reforçam tais dados no item “Por favor, inclua comentários e sugestões que você gostaria de fazer para melhorar o encontro” são:

P4 E3 descreve: Gostei muito do encontro, superou bastante minhas expectativas, pois imaginei que seria algo mais “parado”

e metódico. Me senti bem a vontade durante a dinâmica, pois foi um momento descontraído e quase não vi a hora passar.

P2 E2: um encontro muito esclarecedor e acolhedor, tive muitas reflexões e aprendizados. (P: Participante; E: Encontro).

Dentro as avaliações sobre como os encontros poderiam ter contribuído para a percepção de necessidades e dificuldades encontradas no contexto universitário avaliadas em um item específico para tal questão foram coletadas as seguintes respostas:

P3 E1: Me ajudou a perceber as influências.

P2 E2: ajudou muito tanto das necessidades quanto as dificuldades.

P3 E3: A faculdade é muito exigente e cansativa, ter bons relacionamentos e boas amizades acredito ser o ponto chave na nossa adaptação e para não abandonar o curso.

P4 E3: Já me considerava preparado para o que viria com a universidade antes de entrar, para alguma adversidade no primeiro termo me acomodei em relação as cobranças e estudar, porém, no âmbito social, é claro que desde o começo a turma está separada em “grupinhos” e a socialização era dada principalmente por meio de festa, eu realmente me isolei a um colega por causa disso sem problema, mas conhecer pessoas que falasse bastante com essa adaptação eu seria muito beneficiado com essa atividade. (P: Participante; E: Encontro).

Tais dados reforçam a importância da discussão das temáticas que envolvem a adaptação acadêmica e suas implicações, bem como de estratégias adaptativas que podem ser utilizadas pelos estudantes para que se adaptem e possuam crenças de autoeficácia mais ajustadas.

Em relação ao ambiente em que ocorreram as atividades, sala de aula em horários extra-aula, foi avaliada via ficha de monitorização dos coordenadores de grupo como adequada para a realização das atividades e favorecia a participação e expressão dos alunos. Os materiais e metodologias utilizadas demonstraram-se eficientes para motivar a participação dos alunos, ambos coordenadores de grupo, identificaram que os alunos se sentiam confortáveis de discutir e apresentar situações sobre o contexto acadêmico em todos os encontros. E com relação a avaliações dos participantes sobre as atividades do encontro estarem de acordo com a temática proposta para este encontro:

P1 E1: sim, e foram muito reflexivas.

P2 E2: sim, perfeitamente.

P3 E3: Sim, visando criar relações saudáveis e o barbante representou essa “teia” das relações.

P4 E3: Sim. Além de melhorar nossa percepção sobre nossas relações, também fortalecemos os relacionamentos entre o grupo com as perguntas. (P: Participante; E: Encontro).

Por fim, em relação à **generalização** dos conteúdos, oito participantes assinalaram a opção Bastante para a questão “Quanto você acredita que aplicará na vida cotidiana os conteúdos abordados no encontro?”, e cinco estudantes a opção Quase tudo.

A linguagem e conteúdo apresentado demonstrou-se adequada ao público-alvo em todas as avaliações quanto à clareza e compreensão dos conteúdos. A maior dificuldade identificada foi a captação de participantes, devem ser reajustadas as opções de apresentação e possibilidade de parceria com coordenadores de curso para que a proposta seja ofertada na primeira semana de aula ou inserida em alguma modalidade de atividade extensiva.

Entre as sugestões que surgiram sobre as temáticas a ser abordadas os participantes descreveram: No primeiro encontro um(a) participante sugeriu um encontro sobre gestão do tempo e estudos e outro participante rodas de conversa. A primeira sugestão é contemplada no plano de atividades do segundo encontro, bem como a segunda em todos os encontros há previsto um momento de troca e discussão das temáticas por meio de rodas de conversa.

Os participantes deixaram algumas sugestões no item “Se possível, dê exemplo(s) de temas ou situações em que você acredita ser pertinente abordar nos encontros futuros”, sendo elas: Trabalhar com “questões internas”; Relações entre calouros e veteranos; Atividades fora da universidade, mas que influencia o tema (adaptação à universidade); Convívio social e características individuais; Autodeterminação; Autocobrança e autoconfiança; Primeiro contatos com a universidade e curso; e como construir relações interpessoais saudáveis.

Por fim, considera-se que os critérios de viabilidade referentes a adesão/aceitabilidade, satisfação com a proposta e coordenadores de grupo, compreensão e generalização dos conteúdos foi contemplado. Com base nos instrumentos de avaliativos deste estudo foram identificadas a necessidade de alterações na estrutura da intervenção e tempo de duração dos encontros, e para tais reajustes foram considerados todos os materiais coletados como parte essencial de um processo de construção de conhecimento coletivo (Silva Filho; Barbosa, 2019).

O quadro 2 destaca as principais modificações na intervenção pós estudo de viabilidade:

**Quadro 2 - Modificações na estrutura da proposta**

PROPOSTA ANTES DO ESTUDO DE VIABILIDADE	PROPOSTA FINAL (MODIFICAÇÕES)
Apresentação da intervenção aos participantes via palestra, correio eletrônico dos coordenadores de curso, apresentação em sala de aula e vínculo como atividade extensiva	Apresentar a proposta em sala de aula no período inicial do semestre e vinculação da pesquisa em atividade extensiva.
Ficha de monitorização dos observadores	Incluir espaço maior nas notas para melhor descrição das observações
Tempo do encontro (1h30 min)	Alteração na duração do tempo dos encontros para 2 horas cada
Duração da intervenção - 5 encontros	Ampliação da quantidade de encontros para 8 encontros
Encontros com as temáticas 1.Apresentação da proposta; 2.Perspectivas sobre o futuro profissional; 3.Desenvolvendo recursos (Autorregulação, hábitos de estudo, gestão de tempo); 4.Estabelecimento de relações saudáveis; 5.Encerramento.	Modificações no título dos encontros e inclusão de novas temáticas a proposta: 1. Autoeficácia na gestão da Adaptação Acadêmica; 2. Crenças de Autoeficácia, Adaptação Acadêmica e formação profissional; 3. Autoeficácia na Gestão dos Estudos;

	<p>4. Relações interpessoais saudáveis e a Adaptação Acadêmica;  5. Persuasão Verbal e Adaptação Acadêmica;  6. Estados afetivos/emocionais no processo de Adaptação Acadêmica;  7. Autorregulação na Adaptação Acadêmica;  8. Conectando dimensões de Autoeficácia e Adaptação Acadêmica.</p>
--	--

Fonte: Autoras, 2023.

## 5. Considerações finais

O uso da ficha de avaliação de satisfação com o programa, clareza e compreensão, generalização dos participantes foi de extrema importância para avaliar encontro a encontro quais eram as potencialidades e quais ajustes eram necessários. Da mesma forma, a ficha de monitorização dos encontros pelos coordenadores/observadores garantiu uma avaliação da interação, ambiente e objetivos propostos. Além de se evidenciar necessários mais recursos para coleta de informações e falas dos participantes, como uso de gravadores e diários de campo estruturados podem ser de grande utilidade para coletar e armazenar ainda mais dados para posteriores análises. As principais limitações do estudo são a captação de participantes e a não condução do estudo de eficácia. Será apresentado posteriormente uma proposta de um estudo que cumprirá essa finalidade.

Todas as sugestões foram avaliadas e consideradas para adequação da proposta e possibilidade de ampliação dos encontros. O planejamento de 5 encontros a ser realizados em cinco semanas pode ser ampliado para até 8 encontros em oito semanas de duração ou concentração de temas que estejam vinculados em um mesmo encontro e ampliação do tempo de duração caso para duas horas cada, acrescentando a proposta temas como “Persuasão Verbal e Adaptação Acadêmica”; “Estados afetivos/emocionais no processo de Adaptação Acadêmica”, e “Autorregulação na Adaptação Acadêmica”.

## Referências

ALMEIDA, Leandro S.; SOARES, Ana Paula. Os estudantes universitários: sucesso escolar e desenvolvimento psicossocial. 2004. In: MERCURI, Elizabeth; POLYDORO, Soely A. J (Ed./Org.). **Estudante Universitário: Características e experiências de formação**, Taubaté: Editora e Livraria Universitária, 15-40. Disponível em: <https://hdl.handle.net/1822/12086>. Acesso 24 mai. 2023.

BANDURA, Albert; FREEMAN, William H.; LIGHTSEY, Richard. **Self-efficacy: The exercise of control**. 1999. Disponível em: <https://connect.springerpub.com/content/sgrjcp/13/2/158>. Acesso em 24 mai. 2023.

BANDURA, Albert. Social cognitive theory: An agentic perspective. **Asian journal of social psychology**, v. 2, n. 1, p. 21-41, 2001. Disponível em: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>. Acesso em: 24 mai. 2023.

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, 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/1026707/1984-7270/2019v19n1p61>. Acesso em 24 mai. 2023.

BORGES, Elisabete; FERREIRA, Teresa de Jesus Rodrigues. Relaxamento: Estratégia de intervenção no stress. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, n. 10, p. 37-42, 2013. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.26/17852>. Acesso em 24 mai. 2023.

BOMBARDELLI, Juliana Oliveira. **Fatores de permanência do ingressante no ensino superior em uma universidade privada comunitária do Rio Grande do Sul**. 2018. 204 f. Dissertação (Mestrado em Gestão Educacional) – Universidade do Vale do Rio Sinos (Programa de Pós-Graduação em Gestão Educacional), São Leopoldo, 2018. Disponível em: <http://www.repositorio.jesuita.org.br/handle/UNISINOS/7481> . Acesso em 24 mai. 2023.

BRASIL. Resolução Nº 510 de 7 de abril de 2016. Estabelece diretrizes éticas específicas para pesquisas em ciências humanas e sociais. **Conselho Nacional de Saúde**. Ministério da Saúde, p. 10, 2016. Disponível em: <https://www2.ufjf.br/comitedeetica/wp-content/uploads/sites/80/2016/06/Reso510.pdf>. Acesso em: 16 mai. 2023.

CARLOTTO, Rodrigo Carvalho; TEIXEIRA, Marco Antônio Pereira; DIAS, Ana Cristina Garcia. Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários. **Psico-USF**, v. 20, p. 421-432, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200305>. Acesso em 24 mai. 2023.

CRESWELL, John W.; CLARK, Vicki L. Plano. **Pesquisa de Métodos Mistos-: Série Métodos de Pesquisa**. Penso Editora, 2015.

DA CUNHA MOREIRA, Thaline. **Fontes de Autoeficácia para Escolha Profissional: Avaliação e Intervenção**. 2020. 213 f. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade São Francisco, Campinas, 2020. Disponível em: <https://www.usf.edu.br/galeria/getImage/427/5981248387042643.pdf>. Acesso em 24 mai. 2023.

DE ALMEIDA LIMA, Cláudio; SOARES, Adriana Benevides; DE SOUZA, Marisangela Siqueira. Treinamento de habilidades sociais para universitários em situações consideradas difíceis no contexto acadêmico. **Psicologia Clínica**, v. 31, n. 1, p. 95-121, 2019. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.33208/PC1980-5438v0031n01A05>. Acesso em 24 mai. 2023.

DE CLERCQ, Mikaël et al. Providing freshmen with a good “starting-block”. **Swiss Journal of Psychology**, v. 78, n. 69, p. 1-2. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1024/1421-0185/a000217>. Acesso em 24 mai. 2023.

DURGANTE, Helen Bedinoto; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco. Critérios metodológicos para a avaliação de programas de intervenção em psicologia. **Avaliação psicológica. São Paulo. Vol. 17, n. 1 (jan./mar. 2018), p. 155-162**, 2018. Disponível em: Acesso em 24 mai. 2023.

DURGANTE, Helen Bedinoto. **Desenvolvimento, implementação e avaliação do programa Vem Ser: programa de psicologia positiva para a promoção de saúde de aposentados**. 2019. 80 f. Tese (Doutorado em Psicologia), Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2019. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/194393>. Acesso em 24 mai. 2023.



FERREIRA, Vinicius Santos; OLIVEIRA, Maria Aparecida; VANDENBERGHE, Luc. Efeitos a curto e longo prazo de um grupo de desenvolvimento de habilidades sociais para universitários. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 30, p. 73-81, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722014000100009>. Acesso em 24 mai. 2023.

GRANADO, José Inácio F. et al. Integração acadêmica de estudantes universitários: Contributos para a adaptação e validação do QVA-r no Brasil. **Psicologia e Educação**, v. 4, n. 2, 1-11, 2005. Disponível em: <https://hdl.handle.net/1822/12089>. Acesso em 24 mai. 2023.

GUERREIRO-CASANOVA, Daniela Couto; POLYDORO, Soely AJ. 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: <https://www.redalyc.org/pdf/1938/193819303006.pdf>. Acesso em 24 mai. 2023.

GOOGLE CORP. Google Meet. Google Workspace for Education. 2017. Disponível em: <https://edu.google.com/workspace-for-education/meet/>. Acesso em: 16 mai. 2023.

HE, Jin et al. The effects of a Hope intervention on the academic adaptation of university freshmen. **Chinese Journal of Clinical Psychology**, v. 23, n. 4, p.750-755, 2015.

ISMAIL, Nashwa; KINCHIN, Gary; EDWARDS, Julie-Ann. Pilot study, Does it really matter? Learning lessons from conducting a pilot study for a qualitative PhD thesis. **International Journal of Social Science Research**, v. 6, n. 1, p. 1-17, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.5296/IJSSR.V6I1.11720>. Acesso em 24 mai. 2023.

MARQUES-PINTO, Alexandra et al. Programa de promoção da adaptação e prevenção do risco no ensino superior: Primeira aplicação. **Psychologica**, v. 45, p. 257-278, 2007. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/306942284\\_Programa\\_de\\_promocao\\_da\\_adaptacao\\_e\\_prevencao\\_do\\_risco\\_no\\_Ensino\\_Superior\\_Primeira\\_aplicacao\\_In\\_Psychologica](https://www.researchgate.net/publication/306942284_Programa_de_promocao_da_adaptacao_e_prevencao_do_risco_no_Ensino_Superior_Primeira_aplicacao_In_Psychologica). Acesso em 24 mai. 2023.

MARTINS, Rosana Maria Mohallem; SANTOS, Acácia Aparecida Angeli dos. Intervention in learning strategies: Study with new university students. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, v. 28, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-4327e2839>. Acesso em 24 mai. 2023.

NATIONAL INSTITUTE FOR HEALTH RESEARCH, NIHR (2017). Feasibility and pilot studies: Which programme should I apply to?. Disponível em: <https://www.nihr.ac.uk/glossary/>. Acesso em 16 mai. 2023.

PERON, Vanessa Demarchi. **Adaptação acadêmica e relação com a evasão: identificação de indicadores**. 2019. Dissertação (Mestrado em Tecnologias, Gestão e Sustentabilidade)), Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Foz do Iguaçu, 2019. Disponível em: <https://tede.unioeste.br/handle/tede/4650>. Acesso em 24 mai. 2023.

POLYDORO, Soely AJ; 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 24 mai. 2023.

SILVA FILHO, A. P.; BARBOSA, J. C. O potencial de um estudo piloto na pesquisa qualitativa (The potential of a pilot study in qualitative research). **Revista Eletrônica de Educação**, [S. l.], v. 13, n. 3, p. 1135–1155, 2019. DOI: 10.14244/198271992697.





Disponível em: <https://www.reveduc.ufscar.br/index.php/reveduc/article/view/2697>. Acesso em: 24 mai. 2023.

SOUSA, Conceição Reis de; PADOVANI, Ricardo da Costa. Assertive skills: a comparison of two group interventions with Brazilian university students. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 34, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s41155-021-00188-7>. Acesso em 24 mai. 2023.

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.scielo.pt/pdf/aps/v33n2/v33n2a01.pdf>. Acesso em: 15 out. 2024.

TEIXEIRA, Marco Antônio Pereira et al. Adaptação à universidade em jovens calouros. **Psicologia escolar e educacional**, v. 12, p. 185-202, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-85572008000100013>. Acesso em 24 mai. 2023.

THABANE, Lehana et al. A tutorial on pilot studies: the what, why and how. **BMC medical research methodology**, v. 10, p. 1-10, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/1471-2288-10-1>. Acesso em 24 mai. 2023.

WENDT, Bruna; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco. Programa em práticas educativas positivas para educadores sociais de instituições de acolhimento: Estudo de viabilidade. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, p. e52710918412-e52710918412, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i9.18412>. Acesso em 24 mai. 2023.

### Agradecimentos

Agradecimentos ao apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), por meio de uma bolsa de pesquisa do Programa de Apoio à Pós-Graduação de Instituições de Ensino Particulares (PROSUP). (Número do Prêmio: 88887.641055/2021-00).