

UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS CONTÁBEIS
DOUTORADO EM CIÊNCIAS CONTÁBEIS

TAÍS DUARTE SILVA

MEDIAÇÃO DO ESTRESSE E ENFRENTAMENTO NA RELAÇÃO DE
ESTRESSORES E AUTOEFICÁCIA COM O BEM-ESTAR DE PÓS-GRADUANDOS
EM CIÊNCIAS CONTÁBEIS

UBERLÂNDIA

2021

TAÍS DUARTE SILVA

**MEDIAÇÃO DO ESTRESSE E ENFRENTAMENTO NA RELAÇÃO DE
ESTRESSORES E AUTOEFICÁCIA COM O BEM-ESTAR DE PÓS-GRADUANDOS
EM CIÊNCIAS CONTÁBEIS**

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências Contábeis da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial para a obtenção do título de Doutora em Ciências Contábeis.

Área de Concentração: Contabilidade e Controladoria

Orientadora: Profa. Dra. Edvalda Araújo Leal

Coorientador: Prof. Dr. André Faro Santos

UBERLÂNDIA

2021



UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
Coordenação do Programa de Pós-Graduação em Ciências
Contábeis

Av. João Naves de Ávila, 2121, Bloco 1F, Sala 248 - Bairro Santa Monica,
Uberlândia-MG, CEP 38400-902

Telefone: (34) 3291-5904 - www.ppgcc.facic.ufu.br - ppgcc@facic.ufu.br



ATA DE DEFESA - PÓS-GRADUAÇÃO

Defesa de:	Tese de Doutorado Acadêmico Número 022- PPGCC				
Data:	10 de dezembro de 2021	Hora de início:	14:00h	Hora de encerramento:	16:55 h
Matrícula do Discente:	11813CCT009				
Nome do Discente:	Taís Duarte Silva				
Título do Trabalho:	Mediação do Estresse e Enfrentamento na Relação de Estressores e Autoeficácia com o Bem-estar de Pós-Graduandos em Ciências Contábeis				
Área de concentração:	Contabilidade e Controladoria				
Linha de pesquisa:	Controladoria				
Projeto de Pesquisa de vinculação:	PPGCC05: Educação Contábil				

Reuniu-se, por meio do sistema de web conferência, a Banca Examinadora, designada pelo Colegiado do Programa de Pós-graduação em Ciências Contábeis, assim composta: Professores Doutores: Denise Mendes da Silva (UFU), Gilberto José Miranda (UFU), André Faro Santos (UFS), Ana Cristina Garcia Dias (UFRGS), Eduardo Mendes Nascimento (UFMG) e Edvalda Araújo Leal orientadora da candidata.

Iniciando os trabalhos a presidente da mesa, Edvalda Araújo Leal, apresentou a Comissão Examinadora e a candidata, agradeceu a presença do público, e concedeu a discente a palavra para a exposição do seu trabalho. A duração da apresentação da discente e o tempo de arguição e resposta foram conforme as normas do Programa.

A seguir a senhora presidente concedeu a palavra, pela ordem sucessivamente, aos(às) examinadores(as), que passaram a arguir a candidata. Ultimada a arguição, que se desenvolveu dentro dos termos regimentais, a Banca, em sessão secreta, atribuiu o resultado final, considerando a candidata:

Aprovada

Esta defesa faz parte dos requisitos necessários à obtenção do título descrito na tabela acima. O competente diploma será expedido após cumprimento dos demais requisitos, conforme as normas do Programa, a legislação pertinente e a regulamentação interna da UFU.

Nada mais havendo a tratar foram encerrados os trabalhos. Foi lavrada a presente ata que após lida e achada conforme foi assinada pela Banca Examinadora.



Documento assinado eletronicamente por **Edvalda Araujo Leal, Professor(a) do Magistério Superior**, em 10/12/2021, às 18:25, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Denise Mendes da Silva, Professor(a) do Magistério Superior**, em 10/12/2021, às 18:29, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Gilberto José Miranda, Membro de Comissão**, em 10/12/2021, às 18:48, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Ana Cristina Garcia Dias, Usuário Externo**, em 13/12/2021, às 09:53, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **ANDRE FARO SANTOS, Usuário Externo**, em 13/12/2021, às 10:12, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Eduardo Mendes Nascimento, Usuário Externo**, em 20/12/2021, às 10:36, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://www.sei.ufu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **3163814** e o código CRC **7B8C1AB5**.

Ficha Catalográfica Online do Sistema de Bibliotecas da UFU
com dados informados pelo(a) próprio(a) autor(a).

S586 2021	<p>Silva, Taís Duarte, 1993- Mediação do estresse e enfrentamento na relação de estressores e autoeficácia com o bem-estar de pós-graduandos em Ciências Contábeis [recurso eletrônico] / Taís Duarte Silva. - 2021.</p> <p>Orientadora: Edvalda Araújo Leal. Coorientador: André Faro Santos. Tese (Doutorado) - Universidade Federal de Uberlândia, Pós-Graduação em Ciências Contábeis. Modo de acesso: Internet. Disponível em: http://doi.org/10.14393/ufu.te.2022.55 Inclui bibliografia. Inclui ilustrações.</p> <p>1. Contabilidade. I. Leal, Edvalda Araújo ,1967-, (Orient.). II. Santos, André Faro, -, (Coorient.). III. Universidade Federal de Uberlândia. Pós-Graduação em Ciências Contábeis. IV. Título.</p> <p style="text-align: right;">CDU: 657</p>
--------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Bibliotecários responsáveis pela estrutura de acordo com o AACR2:

Gizele Cristine Nunes do Couto - CRB6/2091

AGRADECIMENTOS

Eis que chegou o tão esperado momento de redigir essa página, o sinal de que mesmo em meio a tantas adversidades foi possível. Foram inúmeros desafios e momentos solitários nesse processo de doutorado, incluindo um forçado isolamento social. Durante esse percurso o apoio de algumas pessoas foi fundamental para que eu conseguisse concluir este trabalho. Deixo aqui meus agradecimentos.

À Profa. Dra. Edvalda Araújo Leal por acreditar em mim e ter aceitado trilhar esse caminho ao meu lado. Agradeço por ser sempre tão incentivadora e compreensiva, por ter me acolhido desde a graduação até ao doutorado, por ter propiciado tanto aprendizado. Suas contribuições foram essenciais na minha trajetória acadêmica. Uma orientadora maravilhosa, uma professora exemplar, uma pessoa incrível. Obrigada por tanto!

Ao Prof. Dr. André Faro Santos por ter aceitado coorientar esse trabalho. Foi uma feliz surpresa nesse doutorado. Desde o primeiro dia que conversamos sempre foi solícito, atencioso e paciente em todas as reuniões, propiciando diversas reflexões e contribuições, um exemplo de professor. Obrigada por tantos ensinamentos!

À Profa. Dra. Denise Mendes da Silva e ao Prof. Dr. Gilberto José Miranda pelas valiosas contribuições dadas a esse trabalho e por todas as oportunidades e aprendizados desde a graduação. Vocês são inspiradores, muito obrigada!

À Profa. Dra. Ana Cristina Garcia Dias e ao Prof. Dr. Eduardo Mendes Nascimento pelas valiosas contribuições que foram significativas para o desenvolvimento e aprimoramento desse trabalho.

Aos professores do Programa de Pós-Graduação em Ciências Contábeis por contribuírem com minha formação. E à Faculdade de Ciências Contábeis por tantas oportunidades acadêmicas e profissionais. Obrigada pelo acolhimento!

Aos meus pais, pelo apoio diário, desde o dia em que deixei a estrada de terra em busca do sonho de estudar. Agradeço por me incentivarem, mesmo em meio a tantas condições desfavoráveis. Posso ir longe, mas jamais esquecerei da minha origem. Levo comigo a bondade e simplicidade de vocês. Obrigada por tudo!

Aos meus irmãos pelas palavras de incentivo e aconselhamentos durante tantos momentos difíceis. Agradeço também por entenderem minhas ausências necessárias durante esse período.

À minha turma de doutorado com quem compartilhei tanto aprendizado, angústias e alegrias. Foi um prazer vivenciar essa experiência com vocês. E a todos os meus amigos pelo apoio ao longo dessa jornada.

A todos os colegas pós-graduandos que aceitaram participar dessa pesquisa e aos professores que ajudaram na divulgação deste trabalho. A participação de vocês foi fundamental!

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior pelo apoio financeiro. E à Universidade Federal de Uberlândia, por propiciar um ensino superior público de qualidade, possibilitando a realização de tantos sonhos.

A todos que direta ou indiretamente contribuíram para a conclusão desse trabalho. Muito obrigada!

“Nem tudo que enfrentamos pode ser modificado.
Mas nada pode ser modificado até que seja enfrentado.”

James Baldwin

RESUMO

Ao investigar o ambiente da pós-graduação, diversos autores têm percebido a existência de estressores com potencial de impactar negativamente o estado psicológico dos pós-graduandos. Contudo, de acordo com a abordagem teórica cognitiva do estresse, a forma como um estressor irá afetar um indivíduo dependerá de seu enfrentamento, podendo ser influenciado também por recursos pessoais. Diante do exposto, esse estudo teve o objetivo de avaliar a relação dos estressores e autoeficácia, mediados pelo estresse e enfrentamento, no bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis. Para tanto, realizou-se um *survey on-line* que contou com a participação de 366 discentes de 28 instituições de ensino. Eles responderam um questionário que contemplava a análise de estressores pelas escalas de Preocupações e Dificuldades, Escala de Autoeficácia-Geral, Escala de Estresse Percebido, *Brief Cope* e Questionário de Saúde Geral para mensuração do bem-estar, além de questões sobre o perfil dos respondentes. Após a organização dos dados, observaram-se alguns estressores mais frequentes, tais como a pressão interna por bom desempenho, a interferência dos estudos sobre outros aspectos da vida, a possibilidade de não atingir o desempenho esperado pela banca, a compatibilização da vida pessoal e familiar, a pressão para publicação e o tempo para estudar. Na média, os discentes apresentaram autoeficácia elevada ($M=31,24$) e a maioria deles (55,4%) apresentou nível de estresse alto. As estratégias de enfrentamento mais utilizadas foram enfrentamento ativo, autculpabilização e reinterpretação positiva. Para testar as hipóteses, utilizou-se da análise de mediação. Inicialmente, testou-se o modelo com todas as variáveis e, em sequência, com propósito confirmatório, realizou-se um novo teste considerando apenas as variáveis que apresentaram ao menos uma relação significativa. Por fim, com o intuito de aprimorar o modelo, realizou-se outro teste apenas com as variáveis mediadoras que apresentaram contribuição significativa em todos os caminhos analisados. Em observância aos modelos, foi possível verificar algumas relações isoladas, das quais destaca-se: a relação direta dos estressores com o estresse e do estresse com o bem-estar; relação inversa da autoeficácia com o estresse e direta com enfrentamento; e, por fim, relação direta do enfrentamento com o bem-estar. Na análise conjunta, concluiu-se que os estressores, mensurados por meio de preocupações e dificuldades peculiares à pós-graduação, bem como a autoeficácia dos estudantes, são mediados pelo estresse e por algumas estratégias de enfrentamento (reinterpretação positiva, autculpabilização e humor) e, assim, explicam o bem-estar psicológico dos pós-graduandos. Esse resultado confirma a tese proposta, de que o bem-estar psicológico é explicado pela relação entre os estressores e a autoeficácia geral, mediados pelo estresse e por estratégias de enfrentamento. Esses achados reforçam evidências anteriores e contribuem para o entendimento de como o bem-estar de pós-graduandos da área contábil pode ser impactado não só por estressores do ambiente acadêmico, mas também por recursos dos próprios discentes, como o uso do enfrentamento e a autoeficácia. A identificação dessas relações contribui ao fomentar o debate e especialmente ao fornecer respaldo para o planejamento e execução de ações institucionais que objetivem amenizar estressores do ambiente e fornecer preparo e apoio aos discentes para que eles desenvolvam a capacidade de enfrentar as adversidades da pós-graduação e, conseqüentemente, ter uma melhor experiência na realização de seus cursos de mestrado e/ou doutorado.

Palavras-chave: Estresse; Enfrentamento; Autoeficácia; Bem-estar; Pós-Graduandos; Ciências Contábeis.

ABSTRACT

When investigating the graduate environment, several authors have noticed stressors with the potential to negatively impact the psychological state of graduate students. However, according to the theoretical cognitive approach to stress, the way a stressor will affect an individual will depend on how they face it and other personal resources. That being said, this study aimed to evaluate the relationship between stressors and self-efficacy, mediated by stress and coping, in the psychological well-being of graduate students in Accounting. In order to do that, we carried out an online survey with the participation of 366 students from 28 educational institutions. They answered a questionnaire that included the analysis of stressors using the Worries and Difficulties scale, the General Self-efficacy Scale, the Perceived Stress Scale, Brief Cope and General Health Questionnaire to measure well-being, in addition to questions about the profile of respondents. After organizing the data, we observed some of the most frequent stressors: an internal pressure for good performance, the interference of studies in other aspects of life, the possibility of not achieving the performance expected by the panel, the reconciling of personal and family life, the pressure for publication, and time to study. On average, the students showed high self-efficacy ($M=31.24$) and most of them (55.4%) had a high level of stress. The most used coping strategies were active coping, self-blame and positive reinterpretation. To test the hypotheses, we used mediation analysis. Initially, the model was tested with all the variables and, in sequence, with a confirmatory purpose, a new test was carried out with only the variables that presented at least a significant relationship. Finally, in order to improve the model, we carried out another test with the mediating variables that presented a significant contribution in all analyzed paths. We verified some isolated relationships, such as: the direct relationship of stressors with stress and stress with well-being; an inverse relationship between self-efficacy and stress and a direct relationship with coping; and, finally, a direct relationship between coping and well-being. In the joint analysis, we concluded that the stressors, measured through concerns and difficulties peculiar to graduate studies as well as the self-efficacy of students, are mediated by stress and by some coping strategies (positive reinterpretation, self-blame and humor) and thus explain the psychological well-being of graduate students, which confirms the proposed thesis. These findings reinforce previous evidence and contribute to the understanding of how the well-being of graduate students in Accounting can be impacted not only by stressors in the academic environment, but also by the students' own resources, such as the use of coping and self-efficacy. The identification of these relationships contributes to fostering debate and supporting the planning and execution of institutional actions that aim to alleviate environmental stressors and provide preparation and support to students so that they develop the capacity to face the adversities of graduate studies, and consequently have a better experience in carrying out their master's and/or doctoral research.

Keywords: Stress; Coping; Self-efficacy; Well-being; Graduate students; Accounting Sciences

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Crenças de eficácia e expectativas de resultado	40
Figura 2 - Modelo teórico proposto	45
Figura 3 - Diagramas das relações entre X e Y	55
Figura 4 - Modelo testado na pesquisa	57
Figura 5 - Diagrama dos caminhos do Modelo B.....	74
Figura 6 – Diagrama dos caminhos do Modelo C	77

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Dimensões das Estratégias de Enfrentamento.....	27
Quadro 2 - IES brasileiras com programas de pós-graduação na área contábil	47
Quadro 3 - Composição do instrumento da pesquisa	51
Quadro 4 - Variáveis inseridas no modelo de mediação	56
Quadro 5 - Relações entre as variáveis na análise de mediação.....	56
Quadro 6 - Hipóteses da pesquisa.....	58
Quadro 7 - Síntese das hipóteses e resultados	80

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Perfil dos respondentes: características pessoais.....	59
Tabela 2 - Perfil dos respondentes: condições financeiras	60
Tabela 3 - Perfil dos respondentes: características acadêmico-profissionais	60
Tabela 4 - Perfil dos respondentes: instituição de ensino.....	62
Tabela 5 - Estressores: preocupações	63
Tabela 6 - Estressores: dificuldades	64
Tabela 7 - Autoeficácia geral dos pós-graduandos.....	66
Tabela 8 - Estresse dos pós-graduandos	67
Tabela 9 - Estratégias de enfrentamento usadas pelos pós-graduandos	67
Tabela 10 - Bem-estar dos pós-graduandos.....	68
Tabela 11 - Modelo A: efeitos totais e diretos.....	69
Tabela 12 - Modelo A: efeitos indiretos.....	70
Tabela 13 - Modelo A: efeitos indiretos totais	71
Tabela 14 - Modelo B: efeitos totais e diretos.....	72
Tabela 15 - Modelo B: efeitos indiretos	73
Tabela 16 - Modelo B: efeitos indiretos totais	73
Tabela 17 - Modelo C: efeitos totais e diretos.....	75
Tabela 18 - Modelo C: efeitos indiretos	76
Tabela 19 - Modelo C: efeitos indiretos totais	76

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	14
1.1 Contextualização	14
1.2 Problema de pesquisa	20
1.3 Objetivo	21
1.4 Justificativas e contribuições esperadas.....	21
2 REFERENCIAL TEÓRICO	24
2.1 Teoria cognitiva do estresse e o enfrentamento: aspectos conceituais e mensuração .	24
2.2 Estressores e estresse no ambiente da pós-graduação	30
2.3 Estratégias de enfrentamento: evidências no ambiente acadêmico	35
2.4 Autoeficácia: aspectos conceituais e mensuração	39
2.5 Autoeficácia: evidências no ambiente acadêmico	42
2.6 Modelo proposto.....	45
2.7 Tese proposta.....	46
3 ASPECTOS METODOLÓGICOS	47
3.1 Caracterização da pesquisa	47
3.2 População da pesquisa	47
3.3 Instrumento da pesquisa	49
3.4 Procedimentos da coleta, amostra e aspectos éticos	52
3.5 Análise dos dados	53
4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	59
4.1 Perfil dos respondentes	59
4.2 Análise descritiva dos estressores e autoeficácia.....	63
4.3 Análise descritiva do estresse, enfrentamento e bem-estar	67
4.4 Análise dos modelos	69
4.5 Discussão dos resultados	78
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	84
REFERÊNCIAS	91
APÊNDICE A – Questionário da pesquisa	102
APÊNDICE B – Convite da pesquisa	107
ANEXO A – Parecer do Comitê de Ética.....	108

1 INTRODUÇÃO

1.1 Contextualização

No ambiente da pós-graduação *stricto sensu*, problemas relativos à saúde mental e bem-estar dos pós-graduandos¹ têm atraído a atenção de pesquisadores (HUNTER; DEVINE, 2016; LEVECQUE *et al.*, 2017; PYHÄLTÖ *et al.*, 2012; PARK; SIBALIS; JAMIESON, 2021) que discutem, principalmente, os impactos associados às condições de trabalho no estado psicológico desses discentes. Apesar da crescente investigação do assunto, existe a demanda de que a comunidade acadêmica compreenda melhor tais problemas e às características dos estudantes² ou do ambiente que estejam relacionados a eles (EVANS *et al.*, 2018). Nota-se, também, a necessidade de um melhor entendimento das estratégias que podem auxiliar os discentes a enfrentarem os desafios, potenciais estressores da pós-graduação (WAIGHT; GIORDANO, 2018).

Em estudos que analisaram experiências de pós-graduandos nas mais diversas áreas, observa-se que a relação satisfatória com o orientador, a adequação às normas e as demandas do programa, e a segurança financeira estão entre os principais fatores que influenciam positivamente no processo de adaptação dos pós-graduandos (SANTOS; PERRONE; DIAS, 2015). Por outro lado, notam-se alguns aspectos frequentemente percebidos como desafiadores referentes ao processo de aquisição do conhecimento, como as relações interpessoais conflituosas com colegas ou orientadores e os obstáculos para obter recursos financeiros (PYHÄLTÖ *et al.*, 2012).

Em perspectiva similar, observa-se que a relação com orientador e dificuldades relacionadas ao desenvolvimento da pesquisa são citados como fatores com o potencial de aumentar o nível de estresse (BAZRAFKAN *et al.*, 2016) e prejudicar o bem-estar (DEVOS *et al.*, 2016; HUNTER; DEVINE, 2016) de pós-graduandos. O excesso de carga de trabalho acadêmico (CORNWALL *et al.*, 2018), as dificuldades para cumprir o prazo de entrega das atividades (BARRY *et al.*, 2018), as dificuldades em manter o equilíbrio entre a vida acadêmica e a pessoal (CORNWALL *et al.*, 2018; FARO, 2013a; EL-GHOROURY *et al.*, 2012), os problemas financeiros (EL-GHOROURY *et al.*, 2012;

¹ O termo pós-graduando(s), bem como pós-graduação utilizados nessa pesquisa referem-se à categoria *stricto sensu*

² Os termos estudante(s), discente(s), aluno(s) e pós-graduando(s) são tratados nessa pesquisa como sinônimos.

FARO, 2013a) e as pressões dos órgãos de financiamentos (WRIGHT; GIORDANO, 2018) também são citados como fatores estressores.

Os estudos citados anteriormente abordam fatores estressores na pós-graduação e retratam evidências empíricas de diversas áreas do conhecimento. Contudo, ressalta-se que as experiências na pós-graduação podem ser melhor entendidas a partir da percepção de que cada área de conhecimento tem suas particularidades, o que pode refletir na trajetória dos pós-graduandos (SILVA; BARDAGI, 2015). Baseando-se nessa perspectiva, a proposta desse estudo é direcionada a análise específica de pós-graduandos do curso de Ciências Contábeis, pertencente a área de Ciências Sociais Aplicadas. Portanto, apresentam-se, na sequência, algumas características desse curso.

Uma característica da área contábil refere-se ao direcionamento ao mercado de trabalho, pois é comum que a maior parte dos discentes comecem a trabalhar durante a graduação, o que também pode estar relacionado ao fato de esse curso ser ofertado, em muitas instituições, no período noturno, logo, os graduandos optam por adiar o ingresso em uma pós-graduação no nível de mestrado e, posteriormente, encontram dificuldades em fazê-lo (DURSO *et al.*, 2016). Nesse sentido, pressupõe-se também que os graduandos não tenham contato com as diversas experiências oferecidas no ambiente acadêmico, como a iniciação científica. Por consequência, ao ingressarem na pós-graduação podem se sentir despreparados para lidar com exigências e desafios da modalidade de ensino *stricto sensu* que requer atividades de pesquisas.

Outro aspecto a ser considerado na área contábil refere-se a amplitude de opções profissionais, que possibilita a atuação como analista, assistente, *controller*, perito, professor, dentre outros. Entende-se que esse aspecto é positivo no que tange a escolha de carreira, contudo, pressupõe-se que possa gerar mais anseio aos que decidem cursar uma pós-graduação. Em vista disso, nota-se em estudos anteriores (BARTH; ENSSLIN, 2014; MEURER; SOUZA; COSTA, 2019) que pós-graduandos em Ciências Contábeis se deparam com custos econômicos, sociais, entre outros, por vezes superiores a outras oportunidades. Especialmente para mestrandos, é comum que eles tenham decréscimo de renda. Isso geralmente ocorre devido à alta demanda dos estudos, que faz com que os discentes reduzam ou abandonem outras atividades profissionais para se dedicarem mais aos estudos, o que geralmente gera inseguranças e dúvidas.

É também oportuno mencionar que a pós-graduação em Ciências Contábeis, notadamente o doutorado, ficou por muitos anos (1978 a 2008) restrito a apenas uma instituição de ensino (Universidade de São Paulo). Atualmente são trinta e dois

programas: todos com mestrado e dezesseis também com doutorado. Tais cursos não abrangem todas as regiões do Brasil (não há na região Norte), e por isso muitos indivíduos interessados na qualificação deixam suas famílias e passam a residir em locais que oferecem a pós-graduação. Pressupõe-se que tal fato gera, para muitos estudantes, dificuldades financeiras para se estabelecerem e o distanciamento de entes próximos (pais, filhos, cônjuge), o que pode afetar o nível de estresse percebido dos pós-graduandos. De forma similar, isso ocorre com os estudantes da graduação, conforme exposto por Lameu, Salazar e Souza (2016).

O processo de expansão da pós-graduação em Ciências Contábeis, especialmente nas últimas décadas (após 2010), suscita ainda discussões quanto aos níveis de exigência nos programas em busca de consolidação dos cursos. Esse aspecto pode ser percebido nos achados de Rezende *et al.* (2017) ao identificarem que a idade dos programas se relaciona negativamente com o nível de estresse dos pós-graduandos em Ciências Contábeis. Na percepção desses autores, é mais comum que programas com menos tempo de existência sofram com mais pressão em busca de bons resultados nas avaliações institucionais.

A apresentação de características da área contábil faz-se relevante de modo a entender em que contexto o presente estudo é realizado, conquanto para fins de respaldo teórico consideram-se as evidências empíricas das mais diversas áreas de conhecimento, que abordam aspectos comuns quanto a pós-graduação. Assim, pontua-se que os desafios, preocupações e dificuldades citados no texto são entendidos no presente estudo como potenciais estressores para os pós-graduandos. Para entendimento do que são estressores, adota-se a perspectiva psicológica de Lazarus e Folkman (1984), que os definem como estímulos do ambiente (demanda, dano, ameaça ou carga) que podem gerar uma resposta estressante nos indivíduos ao se deparar com eles.

Considerando a existência de estressores no ambiente da pós-graduação, observa-se a ocorrência do estresse em pós-graduandos analisada de diferentes maneiras (ALTOÉ; FRAGALLI; ESPEJO, 2014; FARO, 2013b; MALAGRIS *et al.*, 2009; REZENDE *et al.*, 2017). Assim, é necessário evidenciar que o conceito de estresse, adotado no presente estudo, está no escopo da Psicologia e refere-se a “uma relação particular entre a pessoa e o ambiente que é avaliada pela pessoa como sobrecarregando ou excedendo seus recursos e colocando em risco sem bem-estar” (LAZARUS; FOLKMAN, 1984, p.19). Nesse mesmo sentido, o estresse também é entendido como um processo adaptativo, desenvolvido pelo organismo, quando se depara com determinadas situações, percebidas

como adversas à sua realidade (estressoras) e pode ser prejudicial quando ultrapassa a capacidade adaptativa do indivíduo (FARO; PEREIRA, 2013).

A forma como o estresse vai gerar efeitos na vida das pessoas é discutido nos mais diversos campos de análise (psicológico, biológico, etc.) (BIENERTOVA-VASKU; LENART; SCHERINGER, 2020). Nesse sentido, destaca-se que há na literatura, em especial na perspectiva biológica, a segregação dos efeitos do estresse em *eustress* (bom) e *distress* (ruim) (SELYE, 1976), conquanto essa classificação é criticada principalmente pela dificuldade em conceituar e delimitar o que seria esse bom estresse. Além disso, é preciso considerar que esses efeitos dependem de uma diversidade de interações do corpo com o ambiente e do histórico dessas interações (BIENERTOVA-VASKU; LENART; SCHERINGER, 2020). Perante essas diferenças, na presente pesquisa adota-se apenas o termo estresse (FARO; PEREIRA, 2013; LAZARUS; FOLKMAN, 1984), o qual será avaliado em diferentes níveis (do baixo ao muito alto) (FARO; PEREIRA, 2013) e baseado na perspectiva de que, a depender da forma e intensidade na qual o estresse afeta um indivíduo, ele poderá favorecer o surgimento de problemas físicos e psicológicos (MONROE, 2008).

A análise do estresse no âmbito da pós-graduação motiva a discussão do que poderia ser feito para que possíveis efeitos negativos do estresse fossem amenizados. Sob esse ponto de vista, evidências anteriores (BAZRAFKAN *et al.*, 2016; EL-GHOROURY *et al.*, 2012) já indicaram que algumas estratégias, como a busca de apoio social com familiares e *hobbies*, podem auxiliar pós-graduandos a lidar com o estresse para que eles desenvolvam suas atividades na pós-graduação e alcancem os objetivos pretendidos, mesmo diante dos obstáculos presentes nesse processo de formação acadêmica. Além disso, nota-se a necessidade de buscar meios que propiciem o desenvolvimento da capacidade de superação dos problemas encontrados durante o processo da pós-graduação (PYHÄLTÖ *et al.*, 2012).

O possível uso de estratégias para enfrentar o estresse é baseado na abordagem cognitivista do estresse. Essa abordagem explica o estresse por uma relação entre indivíduo e ambiente, considerando que o estresse não é causado somente por estressores, pois depende, também, de como o indivíduo percebe e interpreta a relação entre si mesmo – sua capacidade adaptativa – e o seu meio (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Tal abordagem assume a existência de demandas internas e externas, as quais afetam o indivíduo, que, em um primeiro momento, irá avaliá-las e, em um segundo momento, mobilizará formas para lidar com essa situação, o que resultará na tentativa de manejo do

estresse. Assim, são dois processos: o primeiro denominado avaliação cognitiva e o segundo denominado *coping* ou enfrentamento (LAZARUS; FOLKMAN, 1984).

O enfrentamento proposto por Lazarus e Folkman (1984) se refere aos esforços ou estratégias apresentadas por um indivíduo no gerenciamento das situações que ele vivencia, considerando que, a depender de como ocorre esse gerenciamento, essas estratégias podem minimizar o impacto do estressor, modificando a resposta do estresse. Dessa forma, tal abordagem considera os recursos disponíveis para enfrentar a situação e a possibilidade de utilizar uma ou várias estratégias, que vão contribuir para a explicação do grau de estresse percebido pela pessoa (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Nesse sentido, ressalta-se que a forma como um estressor afeta aspectos da saúde é influenciada pelas estratégias de enfrentamento (CARR; UMBERSON, 2013).

Essas estratégias de enfrentamento evidenciam a reação dos indivíduos frente ao estresse e podem ser subdivididas em diferentes tipos. Na presente pesquisa adota-se a perspectiva cognitiva com a classificação de quatorze estratégias proposta por Carver, Scheir, Weintraub (1989): enfrentamento ativo, planejamento, suporte instrumental, suporte emocional, expressão de sentimentos, reinterpretação positiva, negação, autodistração, desinvestimento comportamental, autculpabilização, religião, abuso de substâncias, humor e aceitação (CARVER, 1997; CARVER; SCHEIR; WEINTRAUB, 1989). Assume-se que o desenvolvimento dessas estratégias pode auxiliar os estudantes a lidar com os desafios ocasionados pela presença de estressores na pós-graduação.

Ao pontuar a possibilidade do enfrentamento do estresse, o presente estudo aborda também o papel da autoeficácia. Para tanto, ele considera a perspectiva teórica de Bandura (1977, 1997), o qual indica que a autoeficácia representa crenças do indivíduo que influenciam seu comportamento e podem auxiliar os esforços de enfrentamento, ou seja, podem contribuir para o controle do estresse. A autoeficácia também apresenta potencial de influenciar o aspecto emocional do ser humano, incluindo a fragilidade quanto ao desenvolvimento de transtornos negativos de estresse e depressão (BANDURA, 2006a). Em uma perspectiva mais ampla, há o entendimento de que as crenças de eficácia influenciem o comportamento, a motivação, os aspectos cognitivos e afetivos e o processo decisório dos indivíduos, o que, por consequência, pode potencializar ou fragilizar o desenvolvimento pessoal e a trajetória de vida de cada um (BANDURA, 2006b).

Ao considerar os diferentes níveis de eficácia que cada indivíduo pode ter, espera-se que aqueles que têm crenças de eficácia superiores sejam menos vulneráveis ao estresse (BANDURA, 2001). Da mesma forma, destaca-se que a autoeficácia, percebida como um

recurso pessoal de cada indivíduo, tem sido sugerida como um elemento com o potencial de afetar positivamente o bem-estar (SONNENTAG, 2015) e interferir em comportamentos relativos a mudanças e cuidados com a saúde (NUNES; FARO, 2019). Em análise da literatura, em pesquisa com estudantes de graduação (SALEH; CAMART; ROMO 2017), nota-se que a autoeficácia já foi citada como fator que pode prever o estresse; e de modo similar foi indicada como fator protetivo da saúde mental, conforme resultados de uma pesquisa realizada com público geral, incluindo estudantes (SCHÖNFELD *et al.*, 2019).

A investigação sobre o estresse, abrangendo a autoeficácia e o enfrentamento, mostra-se relevante ao refletir sobre efeitos que são frequentemente associados ao alto nível de estresse. Nesse sentido, cabe destacar evidências na literatura (COHEN; JANICKI-DEVERTS; MILLER, 2007) que indicam a relação do estresse com diversas condições de saúde física e mental. Em outras palavras, considera-se que a exposição ao estresse, a depender dos recursos de enfrentamento adotados, pode afetar negativamente as condições psicológicas, emocionais ou fisiológicas de um indivíduo (CARR; UMBERTSON, 2013) e assim influenciar o risco de doenças (COHEN; MURPHY; PRATHER, 2019).

Ao retratar possíveis efeitos do estresse na saúde e no desenvolvimento de doenças nos indivíduos, é pertinente pontuar que, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), “a saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade” (WORLD HEALTH ORGANIZATION [WHO], 2018). Em observância, nota-se que a saúde mental é parte fundamental do conceito de saúde e, nesse sentido, a OMS coloca que a saúde mental é “um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses normais da vida, pode trabalhar produtivamente e é capaz de fazer uma contribuição para sua comunidade” ([WHO], 2018).

O bem-estar, no que lhe concerne, é um conceito amplo, que tem como característica fundamental a experiência do indivíduo, de se sentir bem (SONNENTAG, 2015), e uma de suas abordagens na Psicologia é o que se denomina bem-estar psicológico. Esse se refere à plenitude do funcionamento de uma pessoa, sua autorrealização (RYAN; DECI, 2001; RYFF; KEYS, 1995). Pode também ser entendido como desenvolvimento e potencial do indivíduo (DODD *et al.*, 2021), percebido como um dos aspectos da saúde mental positiva (HUPPERT, 2014).

Na presente pesquisa, a análise dos possíveis efeitos do estresse se dá na perspectiva da saúde mental, considerando especificamente o bem-estar psicológico, também citado na pesquisa como bem-estar. Essa colocação faz-se necessária visto que estudos anteriores abordaram o bem-estar de diferentes formas, conforme indicado por Schmidt e Hansson (2018). Há, inclusive, estudos que utilizaram o bem-estar como variável na análise de saúde mental dos pós-graduandos (e. g. Levecque *et al.*, 2017). Conquanto, independente da forma de análise, considera-se o entendimento de Schmidt e Hansson (2018) de que o bem-estar reduzido tende a ser prejudicial aos estudantes, afetando negativamente a trajetória acadêmica deles.

Diante dos estudos apresentados nessa primeira seção, observa-se que a trajetória da pós-graduação é repleta de desafios potencialmente estressores. Portanto, identificar quais fatores contribuem efetivamente para o aumento do estresse dos discentes e de que forma eles são afetados é fundamental para o entendimento de como estão vivenciando a pós-graduação para a obtenção do título de mestre e/ou doutor. Nesse cenário, ao considerar a abordagem cognitiva do estresse, além de observar o ambiente, faz-se necessário considerar o papel do indivíduo frente as demandas desse ambiente, necessidade essa que motivou a investigação do problema de pesquisa apresentado na próxima seção.

1.2 Problema de pesquisa

Ao considerar estudos anteriores, em diferentes áreas do conhecimento, observou-se a investigação por estressores na pós-graduação (EL-GHOROURY *et al.*, 2012; FARO, 2013b), indicativos de problemas relacionados à saúde mental (BARRY *et al.*, 2018; EVANS *et al.*, 2018; LEVECQUE *et al.*, 2017) e, em menor proporção, identificaram-se, também, estudos que investigaram estratégias de enfrentamento para lidar com o estresse ou com situações estressoras na pós-graduação (EL-GHOROURY *et al.*, 2012; SANTOS; ALVES JÚNIOR, 2007). Especificamente na área contábil, verificaram-se estudos que analisaram a ocorrência do estresse, bem como alguns fatores que contribuem para essa ocorrência (ALTOÉ; FRAGALLI; ESPEJO, 2014; REZENDE *et al.*, 2017).

Em suma, os estudos citados indicam que o ambiente da pós-graduação tem sido percebido como desafiador, com variados elementos estressores, sendo que alguns desses foram associados à ocorrência de estresse e de outros transtornos psicológicos. Contudo, observou-se que na maior parte dos estudos a análise é restrita a identificação de

estressores, ou ao uso das estratégias de enfrentamento de forma isolada. Assim, percebeu-se a necessidade de uma melhor compreensão de como todos esses fatores (estressores, estresse, enfrentamento) se relacionam e simultaneamente impactam o bem-estar dos pós-graduandos. Além disso, ao enfatizar o papel do indivíduo frente as adversidades, conforme disposto pela abordagem cognitiva do estresse, entende-se ser importante analisar também outros recursos pessoais, portanto se acrescenta a avaliação da autoeficácia geral dos estudantes.

Assim, a proposta aqui apresentada se difere dos estudos anteriores ao abordar de forma conjunta a análise do ambiente (com a mensuração de estressores), o papel do indivíduo frente as adversidades (com a avaliação das estratégias de enfrentamento e autoeficácia) e, por fim, os efeitos do estresse no bem-estar dos pós-graduandos. Dessa forma, pretende-se responder a seguinte questão: qual a relação dos estressores e da autoeficácia, mediados pelo estresse e enfrentamento, na explicação do bem-estar psicológico de pós-graduandos da área contábil?

1.3 Objetivo

O objetivo geral do presente estudo pauta-se em avaliar a relação dos estressores e autoeficácia, mediados pelo estresse e enfrentamento, no bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis.

1.4 Justificativas e contribuições esperadas

Pesquisas que tenham pós-graduandos como alvo de investigação se justificam, pois esse público possui papel fundamental no desenvolvimento científico (LEVECQUE *et al.*, 2017). A nível Brasil, é nos cursos de pós-graduação que estão concentrados os pesquisadores e estudantes responsáveis pela maior parte da produção científica do país (OLIVEIRA, 2015), e a respeito disso cabe destacar o aumento do número de matrículas na pós-graduação, cerca de 60% entre 2010 e 2017³. Essa expansão aponta a necessidade de pesquisas que possibilitem conhecer e, de alguma forma, supervisionar aspectos e demandas referentes aos programas de pós-graduação (SANTOS; PERRONE; DIAS, 2015; SILVA; BARDAGI, 2015). Além disso, verifica-se (BLEICHER; OLIVEIRA,

³ Essa informação foi obtida a partir de dados disponibilizados pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

2016) que esse público por vezes não é contemplado nas políticas de assistência estudantil existentes nas instituições de ensino.

Ao examinar especificamente a pós-graduação em Ciências Contábeis, a expansão também é percebida. Cabe destacar que a escolha pela pós-graduação *stricto sensu* e, possivelmente, pela carreira acadêmica não é frequente, visto que, no decorrer do curso, a maior parte dos estudantes são direcionados ao mercado empresarial (DURSO *et al.*, 2016). Depreende-se que a maioria dos estudantes que ingressam na pós-graduação não tiveram anteriormente experiência ou contato com esse ambiente, e por isso pode existir a percepção de despreparo, que pode afetar de algum modo o cotidiano do estudante. Sobre esse aspecto, a presente pesquisa contribui ao investigar os discentes dessa área e os fatores que possam estar relacionados ao estresse, comparando-os com estudos anteriores que analisaram outros cursos.

Ao analisar o ambiente da pós-graduação, de modo geral, é oportuno mencionar que esse tem sido percebido como um espaço marcado por dificuldades, preocupações, problemas e estressores (CORNWALL *et al.* 2018; FARO, 2013b; PYHÄLTÖ *et al.*, 2012; REZENDE, 2016). Diante disso, a presente pesquisa contribui ao identificar no público investigado quais são os elementos estressores mais frequentes na área contábil. Ela também evidencia de que forma esses elementos estão relacionados com o bem-estar dos pós-graduandos, ampliando a discussão a respeito da possibilidade de reduzir esses estressores.

A análise das experiências vividas pelos pós-graduandos também aponta para a suscetibilidade deles quanto ao desenvolvimento de problemas relacionados à saúde mental (EVANS *et al.*, 2018; LEVECQUE *et al.*, 2017) e, por consequência, aos impactos negativos relacionados ao estresse, como a perda de foco e motivação (BARRY *et al.*, 2018) e maior probabilidade de abandono do curso (PYHÄLTÖ *et al.*, 2012). Entende-se que essas evidências justificam a presente pesquisa, a qual traz contribuições ao identificar estressores que afetam os discentes de forma negativa, colaborando para redução do bem-estar. Além disso, ela acrescenta a análise do enfrentamento e da autoeficácia, que podem interferir (amenizar) nos resultados negativos consequentes do estresse.

Além das consequências individuais, adversidades psicológicas sentidas por pós-graduandos podem trazer impactos organizacionais e sociais, dado que os pesquisadores afetados tendem a parar seus projetos ou mesmo mudar seus planos de carreira, o que, consequentemente, pode afetar toda a comunidade acadêmica e até a sociedade que espera

resultados dos estudos científicos (LEVECQUE *et al.*, 2017). Nesse sentido, entende-se que o presente estudo traz contribuições ao discutir uma problemática que pode gerar até mesmo impactos institucionais, buscando compreender e evidenciar os aspectos que precisam ser observados com mais cautela pelas instituições de ensino.

Diante do exposto, ressalta-se que, como contribuição teórica, a presente pesquisa busca a confirmação da relevância das estratégias de enfrentamento do indivíduo no gerenciamento do estresse, conforme apontado na Teoria Cognitiva (abordagem cognitivista) do Estresse. E, ao acrescentar a autoeficácia na análise, entende-se que o estudo contribui para explicar como os recursos pessoais se relacionam com o estresse e o enfrentamento e impactam o bem-estar. Espera-se, também, estender de forma empírica, o conhecimento quanto aos aspectos relacionados à ocorrência e possíveis efeitos negativos do estresse no bem-estar no âmbito da pós-graduação, notadamente na área contábil.

Em suma, como contribuição prática, os resultados da presente pesquisa fornecem dados empíricos da pós-graduação na área contábil, os quais poderão servir de base para que os docentes e coordenadores dos cursos possam avaliar as condutas adotadas no processo de acompanhamento e orientação das pesquisas dos discentes, bem como normas e estruturação dos cursos de pós-graduação. De uma forma mais ampla, espera-se que os resultados possam servir de suporte para implementar políticas institucionais com o intuito de amenizar os possíveis problemas relativos ao estresse, concedendo apoio aos discentes para que tenham mais qualidade de vida no âmbito acadêmico. Além disso, a divulgação desses achados traz contribuições diretas aos discentes ao evidenciar que a autoeficácia, que é um recurso pessoal, e as estratégias de enfrentamento, que são esforços comportamentais, podem auxiliá-los a não se sentirem afetados negativamente pelos estressores da pós-graduação.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Esse capítulo é destinado à apresentação das referências que fundamentam a presente pesquisa. Inicia-se pela teoria base, pela qual é possível entender aspectos conceituais do estresse, que abrange estressores e enfrentamento, bem como seus efeitos e caminhos para reduzir os possíveis danos. Em seguida, nas seções 2.2 e 2.3 têm-se estudos empíricos que abordaram essas variáveis no ambiente acadêmico. Já nas seções 2.4 e 2.5 elucidam-se aspectos teóricos e estudos anteriores sobre a variável autoeficácia. Na sequência, tem-se a apresentação do modelo que abrange todas as variáveis da pesquisa e, por último, a proposta da tese.

2.1 Teoria cognitiva do estresse e o enfrentamento: aspectos conceituais e mensuração

O estresse tem sido pesquisado há cerca de quatro décadas na área da saúde e se mostra cada vez mais evidente no cotidiano das pessoas. Geralmente, seu conceito é associado ao processo adaptativo do organismo humano quando esse se depara com determinadas circunstâncias (FARO; PEREIRA, 2013). Algumas diferenças teóricas são percebidas nas diferentes abordagens: a abordagem baseada na resposta preza essencialmente por questões biológicas relacionadas à reação do organismo; a abordagem baseada no estímulo abrange basicamente os elementos do ambiente que geram o estresse; e a abordagem cognitiva considera aspectos do indivíduo no surgimento do estresse (FARO; PEREIRA, 2013).

A Teoria Cognitiva do Estresse considera a interação existente entre o ambiente e o indivíduo e explica que o estresse será desenvolvido pelo indivíduo, originado não apenas por situações adversas como também pela forma como ele lida com tais situações (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Essa perspectiva apresentada no estudo de Lazarus e Folkman (1984), também conhecida como teoria transacional do estresse, tem servido de base na conceituação do estresse, bem como nos estudos de enfrentamento (BIGGS; BROUGH; DRUMMOND, 2017).

No escopo da abordagem cognitiva, Lazarus e Folkman (1984) consideram que o estresse é oriundo da relação entre o indivíduo e o ambiente quando nessa relação os recursos do indivíduo são excedidos, colocando seu bem-estar em situação de risco. Cohen, Kessler e Gordon (1997) ponderam que nessa conceituação, com enfoque

psicológico, é fundamental o processo de avaliação por parte do indivíduo, referente às suas habilidades para lidar com determinadas situações.

Lazarus e Folkman (1984) defenderam a importância de se considerar as características individuais no processo de desencadeamento do estresse, visto que cada indivíduo poderá demonstrar uma reação diferente frente a uma mesma situação, e também ressaltaram a importância dos processos cognitivos de cada indivíduo que interferem entre a situação e a reação. Partindo dessa perspectiva, os autores propuseram que o entendimento da ocorrência do estresse inicia-se pelo processo de avaliação cognitiva, a qual indica a categorização realizada pelo indivíduo frente a uma circunstância e a implicação dessa em seu bem-estar. Essa avaliação pode ser dividida em avaliação primária, avaliação secundária, e reavaliação.

Na avaliação primária, considera-se que uma situação poderá ser percebida pelo indivíduo como irrelevante, benigna ou estressante. Tal classificação indica, respectivamente, que a situação não afetou o bem-estar, afetou de forma positiva, ou que a pessoa vivenciou algum dano ou perda ou ainda que esteja diante de algum desafio ou ameaça que demanda esforços para se adaptar (ou seja, está se deparando com estressores). Cabe destacar que essa avaliação dependerá de fatores individuais, da percepção do indivíduo, como também de fatores contextuais da situação que está ocorrendo (LAZARUS; FOLKMAN, 1984).

A avaliação secundária é observada quando o indivíduo está diante de uma situação que já foi avaliada como estressante. Ele avaliará o que poderá fazer, quais as estratégias têm para lidar com essa situação, bem como as chances de elas funcionarem conforme o esperado (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Ainda nesse processo de avaliação cognitiva pode ocorrer a reavaliação, ou seja, mediante a mesma situação o indivíduo realiza uma nova avaliação que decorre a partir da disposição de outras informações que ele não tinha acesso e, assim, é possível alterar a percepção que se tinha anteriormente (LAZARUS; FOLKMAN, 1984).

Além da avaliação cognitiva, a teoria proposta por Lazarus e Folkman (1984) apresenta a ideia do enfrentamento (*coping*), que se refere aos “esforços comportamentais” desenvolvidos pelo indivíduo em situações em que necessite gerenciar uma situação estressante. Dessa forma, o *coping* pode ser visto como um processo que está entre a ocorrência de uma determinada situação e seus possíveis resultados. E a depender de seu funcionamento, traz resultados positivos para o indivíduo, que se adaptará bem mediante tal situação (RIBEIRO; RODRIGUES, 2004).

Na proposição da teoria cognitiva do estresse, são ressaltadas duas funções principais do *coping*: para resolver o problema que causa sofrimento (*coping* focado no problema), e para regular a resposta emocional diante desse problema (*coping* focado na emoção) (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Quando o foco é na emoção, o esforço será para gerir a sensação gerada pelo estresse. Quando for no problema, o esforço será direcionado ao elemento causador do estresse, com o intuito de modificá-lo. E esse direcionamento poderá ser tanto externo, para uma causa externa, quanto interno, com a perspectiva de redefinir a causa (FOLKMAN; LAZARUS, 1980; ANTONIAZZI; DELL'AGLIO; BANDEIRA, 1998).

As estratégias focadas na emoção visam reduzir o estresse, por exemplo, evitando certa situação ou buscando um valor positivo dela. E em alguns casos, ainda, elas podem aumentar o sofrimento, como a autculpa. Nesse último caso, primeiro tem-se uma piora da situação para, posteriormente, se beneficiar (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Já as estratégias focadas no problema são orientadas para o estressor; em alguns casos, com a intenção de destituí-lo; em outros casos para fugir do mesmo ou, ainda, para amenizar seus possíveis danos (CARVER, 2007).

Lazarus e Folkman (1984) evidenciam que as funções do enfrentamento se referem à utilidade de uma estratégia, porém a sua função, seu objetivo, não será necessariamente alcançado. Ou seja, a função pode ser diferente do resultado, que é o efeito gerado pela estratégia. Nesse sentido, cabe ressaltar que o enfrentamento pode ser afetado por restrições pessoais. Por exemplo, quando um indivíduo se depara com uma situação estressante, ele pode se sentir limitado para enfrentá-la devido a seus valores internos que limitam suas ações. Há casos também em que podem ocorrer restrições ambientais ou níveis de ameaça que impossibilitam o uso eficaz do enfrentamento (LAZARUS; FOLKMAN, 1984).

Folkman e Moskowitz (2004) ressaltam que os pesquisadores, ao investigar o enfrentamento, denotam expectativas de evidenciar os motivos pelos quais as pessoas apresentam resultados diferentes quando são acometidas pelo estresse. Com o desenvolvimento dessas pesquisas, os autores entenderam que o enfrentamento envolve diferentes dimensões e poderá ser afetado pelo ambiente e demandas que nele existem, bem como por recursos relacionados à personalidade do indivíduo que poderão alterar como o sujeito avalia e enfrenta o estresse.

Com o avanço dos estudos na teoria cognitiva do estresse, pesquisadores (FOLKMAN *et al.*, 1986; FOLKMAN; LAZARUS, 1988) buscaram meios de mensurar

o enfrentamento, identificando estratégias que as pessoas podem usar nas situações estressantes. Para tanto, propuseram a análise do enfrentamento por meio de uma escala em que responderiam a frequência do uso de estratégias, e tal escala foi testada em diferentes populações.

A análise do enfrentamento possibilitou identificar as estratégias em oito fatores distintos, sendo esses: confronto (direcionado a alterar a situação), afastamento (esforços para desprendimento), autocontrole (esforços em regular o próprio sentimento), suporte social (busca de suporte informacional), aceitação de responsabilidade (reconhecimento de seu papel diante do problema), fuga-esquiva (pensamento desejado), resolução de problemas (esforços direcionados ao problema), e reavaliação positiva (esforços para ter uma percepção positiva) (FOLKMAN *et al.* 1986; SAVÓIA; SANTANA; MEJIAS, 1996).

Baseando-se na teoria proposta por Lazarus e Folkman (1984), os pesquisadores Carver, Scheir e Weintraub (1989) propuseram outro instrumento e acrescentaram mais cinco formas de enfrentamento focado no problema e três formas de enfrentamento focado na emoção. Esse instrumento foi denominado de *Coping Orientation to Problems Experienced* (COPE), com 52 itens, e a partir do desenvolvimento dos estudos, ganhou outras versões (RIBEIRO; RODRIGUES, 2004). Considerando as dificuldades na aplicação do instrumento proposto por Carver, Scheir e Weintraub (1989) devido a sua extensão, alguns anos depois Carver (1997) apresentou a proposta do *Brief Cope*, uma escala reduzida, com 28 itens, que compõem 14 dimensões. Essas dimensões são apresentadas no Quadro 1.

Quadro 1 - Dimensões das Estratégias de Enfrentamento

Dimensão	Significado
Enfrentamento ativo	Ações destinadas a eliminar ou reduzir os estressores ou ainda amenizar seus efeitos.
Planejamento	É pensar nos meios para eliminar ou reduzir os estressores.
Suporte instrumental	Refere-se à busca por apoio social, no sentido de aconselhamento, assistência ou informação.
Suporte emocional	Refere-se à busca por apoio moral, compreensibilidade ou simpatia
Expressão de sentimentos	Refere-se à conscientização e exposição do estresse que está sentindo.
Reinterpretação positiva	Análise da situação estressante de modo positivo.
Negação	Não acreditar na existência do estressor.
Autodistração	Desinvestimento mental, se distrair para esquecer o estressor.
Desinvestimento comportamental	Não se esforçar ou desistir de objetivos vinculados ao estressor.
Autoculpabilização	Culpabilização pelas situações estressoras.
Dimensão	Significado
Religião	Busca por atividades religiosas diante das situações estressoras.
Abuso de substâncias	Uso de substâncias para lidar com as situações estressoras

Dimensão	Significado
Humor	Percebe a situação estressora levemente no sentido de humor
Aceitação	Refere-se à aceitação da realidade do estressor

Fonte: Baseado em Carver, Scheir e Weintraub (1989); Carver (1997); Maroco *et al.* (2014).

Considerando as dimensões da *Brief Cope* e as duas funções principais do enfrentamento, tem-se que as estratégias focadas no problema seriam aceitação, religião, planejamento, reinterpretação positiva, suporte instrumental, enfrentamento ativo, uso de suporte emocional, e humor. Já autodistração, expressão de sentimentos, autculpa, desinvestimento comportamental, negação, e abuso de substâncias seriam focadas na emoção (CARVER; SCHEIR; WEINTRAUB, 1989; TUNCAY *et al.* 2008).

Para Lazarus e Folkman (1984), as estratégias de enfrentamento apresentam potencial para afetar a saúde dos indivíduos, pois interferem na forma como uma pessoa pode lidar com eventos cotidianos, que podem atingir sua saúde. Na visão de Antoniazzi, Dell’Aglío e Bandeira (1998), com o uso do enfrentamento espera-se o desenvolvimento de uma reação que possibilite minimizar o estresse. Já Folkman e Moskowitz (2004) destacaram que, dentre as estratégias de enfrentamento, há aquelas que se relacionam com resultados negativos da saúde mental, como também há outras que se relacionam com resultados positivos. Carver (2007) apontou ainda que o uso das estratégias de enfrentamento não necessariamente será eficaz ao obter o resultado que é desejável.

Alguns estudos de revisão, por exemplo, Penley, Tomaka e Wiebe (2002), também ressaltaram a existência de diferentes efeitos das estratégias de enfrentamento na saúde, enfatizando a necessidade de considerar, na relação dessas variáveis, algumas características do ambiente, como os tipos de estressores. De modo similar, Skinner *et al.* (2003) destacaram que o enfrentamento adotado pelos indivíduos pode conduzir ao aumento ou diminuição dos efeitos das adversidades vividas, o que pode afetar o sofrimento a curto prazo e aspectos da saúde a longo prazo.

Ao relatar os diferentes impactos de estratégias de enfrentamento na saúde, Carver (2011) exemplificou que alguns tipos de estratégias, especialmente aquelas focadas na emoção, podem amenizar o sofrimento diante uma situação estressante a curto prazo, mas apresentam potencial de corroborar problemas de saúde a longo prazo. Isso pode ocorrer uma vez que o indivíduo pode ser tomado por comportamentos prejudiciais, e/ou se afastar de ações favoráveis à saúde (CARVER, 2011).

A resolução de uma situação estressora dependerá do tipo de enfrentamento, que poderá ser adaptativo ou desadaptativo (TAYLOR; STANTON, 2007). Essa classificação

tem sido adotada em estudos anteriores e, no caso da *Brief Cope*, as estratégias focadas no problema seriam as adaptativas e aquelas com foco na emoção seriam as desadaptativas (KASI *et al.*, 2012). Apesar da apresentação de estratégias entre adaptativas e desadaptativas, é importante ressaltar as diferenças entre cada situação analisada (CARVER, 1997; KASI *et al.* 2012), e é nessa perspectiva que situa-se a análise da presente pesquisa, a qual investiga o uso das estratégias por pós-graduandos, no ambiente acadêmico.

Ao considerar o potencial das estratégias de enfrentamento ao gerenciar o estresse, Roohafza *et al.* (2012) investigaram adultos que receberam um treinamento para melhorar as habilidades de enfrentar o estresse. A partir do acompanhamento desse público por quatro anos com o uso de entrevistas, instrumentos apropriados e análises estatísticas, os autores identificaram que houve o aumento significativo das estratégias de enfrentamento adaptativas, e a diminuição das desadaptativas e do estresse. Assim, os autores ressaltaram a importância desse tipo de treinamento, especialmente para pessoas que estejam em maior risco de desenvolver problemas de saúde mental.

De modo similar, Stächele *et al.* (2020) examinaram os efeitos de um programa de gerenciamento de estresse cognitivo-comportamental autoguiado com duração de seis semanas, que contou com 134 participantes. Todos eles realizaram as atividades do programa e posteriormente responderam ao questionário da pesquisa. Com o uso de grupo de controle, foi possível verificar que esses participantes tinham menor nível de estresse, e apresentaram melhoria quanto ao uso de habilidades de enfrentamento e qualidade do sono, o que denota a eficácia do programa que pode ser utilizado como forma preventiva a possíveis problemas oriundos do estresse.

Aprimorar habilidades de enfrentamento também é relevante no ambiente universitário. Conforme indicam Long, Halvorson e Lengua (2021), programas de treinamento podem ser benéficos para estudantes que lidam com alto estresse. Esses autores analisaram 208 estudantes que participaram de um treinamento baseado em atenção plena, com duração de seis semanas, e verificaram que houve melhora nas habilidades de enfrentamento, como no enfrentamento ativo, resiliência, entre outros, contribuindo, assim, para a melhoria do bem-estar dos estudantes. No mesmo sentido, Stillwell, Vermeesch e Scott (2017), em estudo teórico, indicaram que intervenções de autocuidado como ioga, trabalho de respiração, meditação, e atenção plena contribuem para redução do estresse percebido por estudantes.

Em síntese, a partir da adoção da abordagem cognitiva do estresse, enfatiza-se, na presente pesquisa, a análise da relação entre indivíduo e ambiente. Nesse sentido, apresenta-se, na próxima seção, estudos que investigaram o ambiente da pós-graduação com ênfase na análise dos fatores estressores.

2.2 Estressores e estresse no ambiente da pós-graduação

O ambiente da pós-graduação tem sido visto como um meio competitivo, com frequente ocorrência de inúmeras cobranças e exigências (SOUZA *et al.*, 2010; COSTA; NEBEL, 2018). Entretanto, a pós-graduação ainda é vista no senso comum como um “não trabalho”. Isso diverge da prática, visto a expansão do produtivismo acadêmico (VALADARES *et al.*, 2014), o qual reflete na rotina dos pós-graduandos que percebem tal produtivismo como um fator que gera reflexos negativos em seu estado de saúde física e psicológica (ESTÁCIO *et al.*, 2019). Nessa perspectiva, verifica-se que a trajetória na pós-graduação acarreta inúmeras exigências aos que escolhem esse caminho, podendo esses serem afetados por dificuldades e preocupações potencialmente estressoras (FARO, 2013a; REZENDE *et al.*, 2017).

Apesar de diferenças existentes em programas de pós-graduação no cenário internacional e brasileiro, pode-se observar também características em comum, tais como as inúmeras cobranças e pressões, muitas vezes relacionadas à produção científica. Considerando o cenário brasileiro, Alves, Espindola e Bianchetti (2012) destacaram o papel da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), e apontaram que em diversas situações as cobranças colocadas por essa instituição têm o potencial de influenciar e delinear ações dentro dos programas, inclusive os processos de orientação. De modo similar, Magnin *et al.* (2020) observaram que diversas políticas de avaliações e a maneira como são conduzidas potencializam a competitividade, o que aumenta a sobrecarga no trabalho dos pesquisadores.

Diversos outros fatores permeiam a vida na pós-graduação e vão além da produção científica— é o que mostra Santos, Perrone e Dias (2015). Essas autoras realizaram uma revisão de literatura, em bases nacionais e internacionais, e observaram que o processo de adaptação acadêmica na pós-graduação é influenciado por fatores pessoais, relacionais e institucionais. Assim, elas apontaram que o estudante poderá se sentir mais adaptado se tiver uma boa relação com orientador, se estiver mais ambientado com as normas e demandas do programa, e tiver segurança financeira.

Silva e Bardagi (2015) também destacaram a importância de se investigar a adaptação dos pós-graduandos. Ao analisar estudos brasileiros, as autoras observaram que, no decorrer da pós-graduação, existem inúmeros elementos que propiciam o desenvolvimento de sofrimento psicológico nos pós-graduandos, tais como fatores pessoais, como a gestão de tempo e fatores contextuais e de estrutura do programa como exigências de produtividade e falta de acompanhamento dos orientadores durante o processo de desenvolvimento da pesquisa (dissertação/tese).

Na visão de Silva e Bardagi (2015), aspectos relacionados ao bem-estar dos estudantes de pós-graduação têm atraído a atenção dos autores brasileiros, que buscam avaliar a satisfação bem como o sofrimento percebido por esse público, durante o mestrado e/ou doutorado. No cenário internacional essa temática também tem sido discutida. Conforme apontam Waight e Giordano (2018), o maior número de pesquisas a respeito da experiência de pós-graduandos, incluindo questões relacionadas a saúde mental, se devem ao crescimento do número desses estudantes.

Em um estudo de revisão, Hargreaves *et al.* (2017) perceberam que os níveis de estresse de doutorandos e as frustrações relacionadas ao desenvolvimento da pesquisa apresentaram aumento quando comparados aos de pesquisas desenvolvidas do ano de 2009 até o ano de 2014. Mackie e Bates (2018) ressaltaram que o alto estresse identificado em estudantes de doutorado está, em parte, associado às características do ambiente e que muitas dessas ainda não foram exploradas de modo a esclarecer essa relação (ambiente x estresse) para as instituições de ensino.

No tocante aos pesquisadores nacionais (ALTOÉ; FRAGALLI; ESPEJO, 2013; FARO, 2013a; FARO 2013b; MALAGRIS *et al.*, 2009; REZENDE *et al.*, 2017) que trataram o estresse na pós-graduação, Malagris *et al.* (2009) investigaram pós-graduandos de áreas diversas de uma instituição de ensino superior pública. Os autores identificaram que mais da metade (58,6%) dos respondentes estavam estressados (conforme Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp, adotado no estudo), que em algumas áreas de conhecimento havia maior ocorrência de estresse, e que discentes do sexo feminino e os respondentes que não tinham emprego apresentaram mais estresse.

No que se refere às diferenças da proporção de estudantes mais estressados nas áreas, Malagris *et al.* (2009) mencionaram ser necessário outros estudos para investigar os motivos. Em relação ao maior estresse identificado em discentes do sexo feminino, comparado a discentes do sexo masculino, os autores citaram que a literatura também tem identificado essa diferença. Ainda no que tange à maior ocorrência do estresse para quem

trabalha, comparado aos que não têm uma ocupação profissional, os autores citaram a falta de tempo como um dos elementos que afetam o estresse.

Faro (2013b) pesquisou pós-graduandos de diversas instituições brasileiras e identificou diferenças do nível de estresse na comparação de estudantes conforme as regiões em que estão localizadas as instituições, seu sexo, sua renda, entre os que têm e os que não têm ocupação profissional e entre os diferentes períodos que estão cursando. O autor destacou o maior nível de estresse na região Norte, ressaltando problemas estruturais mais visíveis nessa região, comparada às demais. Ele identificou maior nível de estresse nas discentes do sexo feminino, assim como em estudos anteriores. Também encontrou maior nível de estresse nos estudantes que estavam sem emprego e no período final do curso, o que segundo o autor pode estar associado à maior preocupação com os prazos para finalizar a pós-graduação. Faro (2013b) ressaltou, ainda, que a pressão por um bom desempenho foi a preocupação mais frequente, além das dificuldades financeiras e de compatibilização de horário que também foram recorrentes, e a média do estresse foi de 29,1 pontos, o que equivale ao ponto médio da escala adotada.

Em outro estudo, também realizado por Faro (2013a), foi possível identificar que os estressores percebidos pelos pós-graduandos brasileiros predizem o nível de estresse deles, destacando que tempo e recursos financeiros foram os estressores que mais explicaram as variações do estresse. O autor destacou que a questão do tempo se refere às dificuldades relacionadas ao equilíbrio entre a vida acadêmica e a vida pessoal, enquanto a questão financeira está associada à falta de recursos nesse período, em alguns casos pelo estudante se dedicar integralmente e não ter trabalho, ou também pelos poucos recursos institucionais.

No âmbito internacional, verificam-se também investigações do estresse na pós-graduação. El-Ghoroury *et al.* (2012), por exemplo, investigaram a ocorrência e causas do estresse em um curso de pós-graduação de Psicologia. Como resultado, verificaram que 70% dos estudantes se sentiram afetados, tanto no âmbito pessoal como profissional, por diversos estressores, principalmente relacionados às responsabilidades e pressões acadêmicas (que contemplam o cumprimento das diversas atividades relacionadas ao curso), problemas com finanças (dívidas), ansiedade e falta de equilíbrio entre trabalho e vida acadêmica.

A ocorrência do estresse na pós-graduação torna-se ainda mais preocupante ao verificar sua relação com o abandono do curso, conforme exposto no estudo de Pyhältö *et al.* (2012). Esses autores pesquisaram problemas enfrentados por estudantes de

doutorado e os classificaram em quatro categorias: 31% dos estudantes citaram processos gerais de trabalho (aquisição de competências genéricas, motivação, gestão do tempo, identidade como pesquisador); 29% mencionaram conhecimentos específicos de domínio (questões de metodologia ou definição da pesquisa); 21% falaram sobre supervisão e interações sociais na comunidade acadêmica; e 19% citaram a falta de recursos (escassez de bolsas).

Um estudo similar ao de Pyhältö *et al.* (2012) foi realizado por Hunter e Devine (2016), os quais investigaram a percepção de pós-graduandos sobre antecedentes do seu bem-estar emocional e a intenção de abandonar a academia. Os autores identificaram que 35,5% dos investigados apresentavam níveis moderados e altos de exaustão emocional e, quanto maior esse nível, maior era a probabilidade de abandonar os estudos. Em análise qualitativa, verificaram que a relação com orientador é um fator que afeta o bem-estar dos estudantes, sendo que a troca de orientador é uma situação altamente estressante durante um doutorado.

Outro aspecto que afeta o bem-estar de pós-graduandos é o andamento da pesquisa de conclusão de curso – é o que mostra o estudo com ex-alunos (concluintes e não concluintes de doutorado) realizado por Devos *et al.* (2016). Os referidos autores relataram que alguns estudantes, para conseguir avançar na pesquisa, vivenciaram um intenso sofrimento emocional, ocasionado por dificuldades na condução da pesquisa, por não terem um projeto de pesquisa definido, por terem que trabalhar em algo que não se sentiam bem e até por não se sentirem capazes, indicando que esse sofrimento foi, para alguns respondentes, determinante na decisão de abandonar o curso.

O desenvolvimento da pesquisa durante a pós-graduação também foi investigado por Barry *et al.* (2018). Esses autores identificaram que o estresse afetou diretamente o progresso da pesquisa, e alguns alunos relataram que atrasavam ou se tornavam menos produtivos e não se sentiam capazes de concluir suas tarefas. Os estudantes mencionaram ainda que o processo de orientação, a falta de recursos financeiros e a falta de domínio a respeito de questões específicas da pesquisa foram os maiores desafios enfrentados durante a realização de seus cursos.

Em uma perspectiva mais ampla, Cornwall *et al.* (2018) identificaram que os elementos estressores vivenciados por pós-graduandos podem ser divididos em nove principais áreas. Os autores investigaram estudantes da Nova Zelândia e, em ordem de maior frequência, evidenciaram que os estressores relatados eram: a pressão de tempo, a incerteza dos processos de doutorado, o pertencimento à comunidade acadêmica, o

isolamento social, o impacto financeiro, a carga de trabalho, o equilíbrio trabalho-vida, as dúvidas sobre as próprias habilidades e o engajamento na orientação.

Alguns dos estudos citados anteriormente evidenciaram que aspectos relacionados ao processo de escrita da pesquisa (dissertação/tese) está entre os elementos que afetam o bem-estar de pós-graduandos. Sabe-se, porém, que esse processo é geralmente centrado em alguns períodos dos cursos. Nesse sentido, Sverdlik e Hall (2019) se propuseram a investigar os níveis de bem-estar em três períodos do curso, sendo eles: os de realização das disciplinas; de exames de qualificação; e da dissertação/tese. Dentre os resultados encontrados, as principais diferenças foram percebidas no nível de estresse (variável considerada para mensurar bem-estar) entre a fase de qualificação em comparação com a fase de disciplinas.

Ao considerar a existência de elementos estressores e problemas vivenciados pelos pós-graduandos, verifica-se também a existência de outros sintomas psicológicos e físicos. Essa questão pode ser observada no estudo de Levecque *et al.* (2017), os quais identificaram sintomas como tristeza, problemas de sono e dificuldades para desenvolver atividades diárias, que indicavam maior risco de surgimento de problemas de saúde. Evans *et al.* (2018) também evidenciaram maior ocorrência de ansiedade e depressão nos pós-graduandos, associadas ao estilo da vida adotado por eles, o que denotam falta de equilíbrio com a vida pessoal e acadêmica.

De modo similar, ao analisar a saúde mental na pós-graduação, Park, Sibalis e Jamieson (2021) investigaram 62 pós-graduandos do Canadá. Desses, 60% apresentavam *burnout* (esgotamento profissional) e 33% tinham níveis problemáticos de estresse, ansiedade e/ou depressão. Eles também relataram que a elaboração da pesquisa (tese ou dissertação), os trabalhos de aulas e questões financeiras eram os fatores mais estressantes. Por meio de análise de regressão, os autores encontraram que o estresse financeiro e o menor senso de comunidade estavam associados significativamente aos maiores níveis de *burnout*.

Como pode ser verificado nos estudos citados, os desafios da pós-graduação são pesquisados em áreas diversas. Considerando, exclusivamente, pós-graduandos de contabilidade, identificou-se o estudo de Altoé, Fragalli e Espejo (2014), o qual objetivou identificar a ocorrência de estresse nessa população. As autoras identificaram que os respondentes apresentavam sintomas de estresse (insônia, cansaço constante, esquecimento, tensão muscular, angústia, irritabilidade), houve a predominância do estresse nos mestrandos – que segundo as autoras, pode estar associado ao

desconhecimento quanto à pós-graduação – e as mulheres se apresentaram mais estressadas, convergindo a literatura apresentada. Além disso, observou-se que os estudantes que estavam no período de qualificação demonstraram maior estresse, o que, na percepção das autoras, está associado ao prazo final para a conclusão da pesquisa.

Ainda na área contábil, destaca-se o estudo de Rezende *et al.* (2017), que investigaram pós-graduandos, e encontraram que as variáveis linha de pesquisa, condição de ser bolsista e idade do programa têm relação direta com nível de estresse. O nível foi considerado alto ou muito alto em quase metade dos investigados, e foi observado também que o desempenho dos alunos é afetado pelo nível de estresse. Os autores ressaltaram que tais variáveis precisam ser mais observadas pelos discentes, docentes e demais agentes envolvidos com a pós-graduação para amenizar possíveis problemas relacionadas ao estresse, e que são necessárias outras pesquisas que considerem o que pode ser feito para evitar tais problemas.

Em suma, os estudos apresentados evidenciam diversos fatores estressores que marcam a trajetória do pós-graduando, relacionados ao ambiente, ao cotidiano, à condução da pesquisa, às relações, entre outros, presentes durante a realização do curso. Apesar de os estudos abordarem estressores, nem todos investigaram de que forma eles podem afetar os discentes. Nesse sentido, segregando os estressores em dois grupos (preocupações e dificuldades), estabeleceram-se as seguintes hipóteses:

H1: A relação entre as preocupações e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelo estresse.

H2: A relação entre as dificuldades e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelo estresse.

Para o estabelecimento dessas hipóteses, consideraram-se, principalmente, características do ambiente de pós-graduação, as quais presume-se que favorecem o aumento do estresse e contribui para explicar o bem-estar dos pós-graduandos.

2.3 Estratégias de enfrentamento: evidências no ambiente acadêmico

As estratégias de enfrentamento referem-se ao que um indivíduo faz para gerir seu estresse (LAZARUS; FOLKMAN, 1984), desse modo, espera-se que elas possam trazer

contribuições frente aos desafios do ambiente acadêmico. A respeito disso, notam-se pesquisas que buscaram analisar seu uso (EL-GHOROURY *et al.*, 2012) e sua interferência em questões de adaptação acadêmica (CARLOTTO; TEIXEIRA; DIAS, 2015; OLIVEIRA *et al.*, 2014; PRITCHARD; WILSON; YAMNITZ, 2007), engajamento acadêmico (MARTÍNEZ; MENEGHEL; PEÑALVER, 2019), assim como em diversos aspectos psicológicos, como o bem-estar dos estudantes (FARO, 2013a; FREIRE *et al.*, 2018), o estresse (BAZRAFKAN *et al.* 2016; EISENBARTH, 2019; SANTOS; ALVES JÚNIOR, 2007; SUFYAN; GHOURI, 2019), o *burnout* (VIZOSO; ARIAS-GUNDÍN; RODRÍGUEZ, 2019) e a saúde mental (KARACA *et al.* 2019).

Na visão de Oliveira *et al.* (2014), o uso de estratégias de enfrentamento pode auxiliar no processo de adaptação acadêmica de universitários. Nesse sentido, Carlotto, Teixeira e Dias (2015) investigaram o uso de estratégias de enfrentamento em 412 universitários de instituições públicas de ensino, de diferentes cursos. Os autores identificaram maior uso de estratégias focadas no problema e, em menor uso, aquelas focadas na emoção; e que, na média, estudantes do sexo feminino utilizaram mais as estratégias. Eles observaram também que os subgrupos de estratégias de problema e suporte social apresentaram correlação positiva com fatores indicativos de adaptação acadêmica dos estudantes, enquanto a emoção e práticas religiosas tiveram correlação negativa.

Ainda ao considerar o processo de adaptação acadêmica, observou-se o estudo de Pritchard Wilson e Yamnitz (2007) que trata da relação do enfrentamento na adaptação e sofrimento de universitários no primeiro ano de curso. A partir da análise de 242 respondentes, em dois momentos distintos, início e final do ano, os autores identificaram que a saúde física e psicológica autorrelatada apresentou queda do primeiro para o segundo momento, e que as estratégias de enfrentamento mensuradas pela *Brief Cope*, relacionadas à autculpa, negação e aceitação contribuíram na previsão de resultados ruins da saúde.

De modo similar, Vizoso, Arias-Gundin e Rodriguez (2019) buscaram entender o papel do enfrentamento e do otimismo frente a síndrome de *burnout* (estresse crônico) de universitários. A partir da análise com equações estruturais, com uma amostra de 532 estudantes espanhóis, eles verificaram que o enfrentamento desadaptativo relacionava-se positivamente com *burnout*, enquanto o adaptativo e o otimismo relacionavam-se de forma negativa. Por fim, eles notaram o impacto direto do *burnout* no desempenho

acadêmico, o que potencializa a necessidade de prevenção para que os estudantes não sofram com essa síndrome.

Já Freire *et al.* (2018), em uma perspectiva mais positiva, verificaram se o perfil de enfrentamento poderia influenciar o bem-estar. Com uma amostra de 1402 universitários da Espanha, e com a realização de uma análise multivariada de covariância, encontraram que os discentes que utilizavam mais estratégias de reinterpretação positiva, busca de apoio e planejamento apresentaram maior bem-estar. Com esses resultados, os autores sugerem a necessidade de flexibilidade e combinação no uso de estratégias para contribuir efetivamente e de forma benéfica na vida dos estudantes.

Martínez, Meneghel e Peñalver (2019), por sua vez, objetivaram identificar o enfrentamento do ponto de vista de diferenças entre gêneros. Ao investigar 767 universitários, de áreas distintas, observaram que discentes do sexo feminino apresentaram maiores índices de enfrentamento das categorias de suporte emocional, suporte instrumental e expressão de sentimentos, enquanto no sexo masculino predominaram as categorias de reinterpretação positiva, humor e aceitação. Apesar dessas diferenças, eles verificaram que em ambos os sexos as categorias de enfrentamento ativo e o planejamento contribuíram para maior engajamento acadêmico (estado mental positivo dos estudantes), o que contribuiu positivamente no desempenho e satisfação acadêmica.

Em análise semelhante, Eisenbarth (2019) examinou a relação entre enfrentamento e gênero em 409 discentes de diferentes cursos e de diferentes períodos. Com o uso da *Brief Cope*, ele verificou que as estratégias de desinvestimento comportamental e autculpa, utilizadas pelos homens, contribuíram na previsão do estresse. Já no caso das mulheres, as estratégias mais significativas foram de negação e autculpa. Os resultados evidenciam diferenças que podem auxiliar no entendimento do comportamento dos discentes, bem como no impacto que cada estratégia pode gerar.

Além do enfrentamento, variáveis como autoestima e suporte social foram analisadas a fim de verificar se elas se relacionavam com estresse e saúde mental no ambiente acadêmico, o que pode ser visto no estudo de Karaca *et al.* (2019). Esses autores investigaram 516 universitários e identificaram que o estresse é um fator de risco para o desenvolvimento de problemas relativos à saúde mental, ou seja, quanto mais estressado, maior é a probabilidade de o estudante desenvolver algum transtorno psíquico. Em contraste, algumas estratégias de enfrentamento (otimismo, resolução de problemas,

transferência), a autoestima e a presença de apoio social atuavam como fatores de proteção a saúde mental.

Nota-se que os estudos citados anteriormente foram realizados com discentes de graduação, e em menor quantidade verifica-se também estudos com pós-graduandos. Um exemplo é o trabalho de Santos e Alves Júnior (2007) que apresenta uma análise do estresse e das estratégias de enfrentamento de 27 mestrados em ciências da saúde de uma instituição de ensino brasileira. Eles verificaram que cerca de 40% da amostra apresentava estresse, conforme resultados da escala de Lipp; e era predominante o uso de estratégias de enfrentamento com foco no problema, que foram mais usadas por respondentes do sexo masculino que não apresentaram estresse na escala utilizada. A partir dos resultados encontrados, os autores ressaltaram a importância de entender o estresse na pós-graduação, visto que ele pode trazer prejuízos aos estudantes.

Da mesma forma, El-Ghoroury *et al.* (2012) investigaram o uso de estratégias de enfrentamento em pós-graduandos de Psicologia. Os autores utilizaram um instrumento que possibilitava mensurar estratégias e recursos para gerenciar desafios pessoais e profissionais. As estratégias mais usadas pelos respondentes (mais de 50% relataram usar) foram o apoio de amigos, dos familiares e dos colegas de classe, a prática regular de exercícios físicos e alguns *hobbies*; já as menos utilizadas referem-se a busca de programas de internação, assistência e grupos de autoajuda. Observou-se também que mesmo se sentindo afetados por estressores, os estudantes relatam dificuldades ao adotar algumas estratégias, especialmente por falta de tempo ou de recursos financeiros.

Faro (2013a) investigou o enfrentamento de 2150 pós-graduandos brasileiros e propôs a constituição de um modelo para explicar o bem-estar subjetivo, considerando também o estresse e estressores. Ele utilizou a Escala de Modos de Enfrentamento de Problemas e verificou que as estratégias mais utilizadas foram, respectivamente: foco no problema, busca por suporte social, foco na emoção e busca pela religiosidade. Destaca-se que, no modelo final, ficou apenas o enfrentamento focado no problema, o qual prediz positivamente a variabilidade do bem-estar associado ao menor nível de estresse.

A partir de uma perspectiva qualitativa, Bazrafkan *et al.* (2016) investigaram estratégias que doutorandos utilizaram para lidar com a ansiedade e o estresse na pós-graduação. A partir da análise de entrevistas e observações, os autores identificaram que as principais estratégias usadas foram: comunicação eficiente com amigos, colegas e familiares, atividades como uso de *internet*, ouvir música, assistir filmes e fazer atividades físicas. Na visão dos autores, os relatos apontam a necessidade de que os

discentes conheçam os fatores que provocam seu estresse para que consigam adotar estratégias que os auxiliem, possibilitando concluir o doutorado.

Outra forma de enfrentamento observada por Sufyan e Ghouri (2019) está no apoio de pares. Esses autores investigaram o estresse na pós-graduação com o objetivo de identificar o papel dos pares no desenvolvimento desse estresse. Como resultados do estudo, eles concluíram que o apoio dos pares contribui com o processo de enfrentamento, de modo que os estudantes com mais apoio têm maior probabilidade de enfrentar o estresse durante a pós-graduação.

Em suma, observou-se na literatura indicativos do uso e da relevância das estratégias de enfrentamento no ambiente acadêmico, e mais pesquisas com estudantes de graduação do que de pós-graduação. Verificou-se, também, que essas estratégias, mensuradas de diferentes maneiras, têm o potencial de interferir em diversos aspectos psicológicos dos estudantes. Esses achados, bem como as discussões a respeito dos estressores e da abordagem cognitiva do estresse nas seções anteriores, embasam a elaboração das seguintes hipóteses:

H3: A relação entre as preocupações e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelas estratégias de enfrentamento.

H4: A relação entre as dificuldades e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelas estratégias de enfrentamento.

Em suma, essas hipóteses reforçam o papel do estudante frente as situações adversas potencialmente estressantes do ambiente acadêmico, considerando que ele poderá aderir às estratégias de enfrentamento, o que conseqüentemente espera-se que irá afetar seu nível de bem-estar.

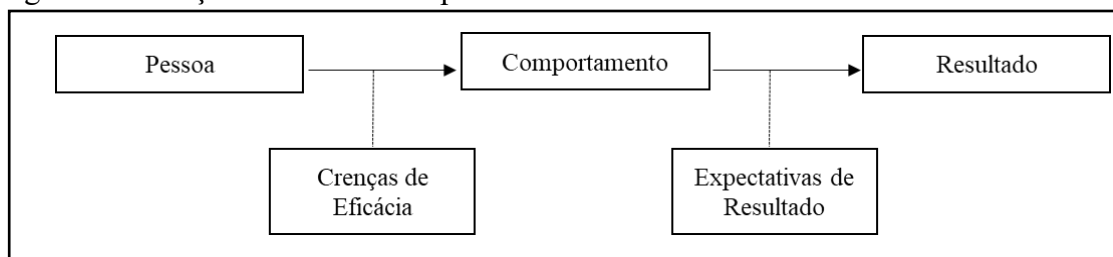
2.4 Autoeficácia: aspectos conceituais e mensuração

A autoeficácia apresenta-se como um conceito essencial na Teoria Social Cognitiva (BANDURA, 1997; BANDURA, 2006b). Nessa teoria, incorpora-se a perspectiva da agência humana (BANDURA, 2001), a qual evidencia o potencial do indivíduo em influenciar de modo intencional seu próprio funcionamento e os acontecimentos de sua vida (BANDURA, 2008). Assume-se a diversidade da capacidade

humana, expondo a existência de um sistema de crenças de eficácia, que são pessoais e se relacionam com diferentes ações humanas, além de pensamentos, motivação e estados afetivos e fisiológicos (BANDURA, 1997).

As crenças ou expectativas de eficácia, conforme colocado por Bandura (1977), se diferenciam por variações dimensionais de magnitude (referem-se ao nível de dificuldade de uma experiência), generalidade (uma experiência pode criar expectativas mais específicas ou mais generalizadas) e força (expectativas mais fortes auxiliam nos esforços ao enfrentar uma experiência), que podem interferir no desempenho do indivíduo. O autor ressalta que as expectativas de eficácia se referem à confiança de que é possível ter sucesso no comportamento necessário para se obter resultado em uma experiência. Enquanto isso, as expectativas de resultado indicam a estimativa de que um determinado comportamento conduzirá a um determinado resultado (BANDURA, 1977). Essa relação pode ser observada na Figura 1.

Figura 1 - Crenças de eficácia e expectativas de resultado



Fonte: Elaborada com base em Bandura (1977,1997).

Em relação às expectativas de resultado, Bandura (1997) destaca três formas que podem servir de incentivo ou desincentivo. Essas se distinguem em efeitos físicos relacionados ao comportamento; efeitos sociais, que consideram a relação com outras pessoas; e ainda a autoavaliação, sobre o próprio comportamento. O resultado será consequência do desempenho do indivíduo (BANDURA, 1997). Ainda considerando a Figura 1, cabe destacar que as expectativas de eficácia são determinadas por algumas fontes de informação. Segundo Bandura (1977, 1997), são quatro principais: i) experiência direta que é a categoria de maior influência, pois baseia-se nas experiências pessoais; ii) experiência vicária que refere-se à observação dos esforços utilizados por outros, e que possibilita compará-los com suas próprias capacidades; iii) persuasão verbal/social que evidencia o que a pessoa obtém de informações a partir do julgamento de outras pessoas; e iv) estados fisiológicos que refere-se às sensações percebidas em determinadas situações.

Cabe ressaltar que a influência da informação sobre as expectativas de eficácia vai depender da avaliação cognitiva do indivíduo (BANDURA, 1977). Assim, nota-se que a autoeficácia está voltada para a crença de um indivíduo, na autoavaliação que ele apresenta em relação a sua capacidade em ter determinadas ações, ou as suas habilidades frente as situações. As crenças têm potencial de influenciar as ações que o indivíduo desenvolverá e, dessa forma, uma pessoa com autoeficácia elevada apresenta expectativa de resultados favoráveis no que se refere às suas ações (BANDURA, 1997).

Na visão de Bandura (2004), a maior percepção de autoeficácia conduz o indivíduo ao maior planejamento de metas e compromisso em alcançá-las. Assim, a autoeficácia elevada favorece a forma com que as pessoas tratam os desafios, fazendo-as mais persistentes (SCHWARZER; HALLUM, 2008). Já o indivíduo com baixa percepção de autoeficácia é mais propenso a desistir de tentar superar um desafio (BANDURA, 2004), tem uma maior preocupação com as dificuldades do que com possíveis formas de resolvê-las, e é evidente que o seu desempenho em determinadas atividades vai estar relacionado com suas crenças (SCHWARZER; HALLUM, 2008).

Bandura (2001) indicou que as crenças de eficácia interferem na ação do indivíduo para que sejam direcionadas ao resultado esperado, e quando as crenças são elevadas espera-se menor vulnerabilidade ao estresse. Bandura (2004) também indicou que a maior eficácia está relacionada ao maior comprometimento da pessoa para alcançar os resultados desejados em seus objetivos. Quando as crenças são baixas as expectativas são de que os esforços não resultaram em bons resultados, logo, observa-se que as crenças podem afetar direta ou indiretamente o comportamento relacionado à saúde.

A autoeficácia, para Bandura (1993), pode ser entendida em perspectivas diferentes. Um indivíduo pode apresentar crenças significativas de autoeficácia em um determinado aspecto da vida e em outro não ter essas crenças. Bosscher e Smit (1998) ressaltam que, na teoria da autoeficácia, tem-se essa ênfase de especificidade, ou seja, crenças específicas para cada aspecto, porém esses autores ressaltam a possibilidade de crenças generalizadas de autoeficácia. Essa percepção de crenças gerais de autoeficácia é identificada pelo conceito de autoeficácia geral (SBICIGO *et al.*, 2012), o qual considera as crenças dos indivíduos de forma ampla diante de possíveis desafios (SCHWARZER; JERUSALEM, 1995). Em estudos anteriores, a autoeficácia foi frequentemente avaliada por meio da Escala de Autoeficácia Geral Percebida (SBICIGO *et al.*, 2012).

No que se refere à relação da autoeficácia com aspectos da saúde mental dos indivíduos, Schönfeld *et al.* (2019) observam divergências nos resultados, mas percebem

o predomínio de efeitos benéficos para a saúde mental. A partir dos estudos apresentados, ressalta-se a relevância da autoeficácia na investigação do estresse e do enfrentamento, pois se entende que as crenças de eficácia apresentadas por um indivíduo podem interferir em seu comportamento, o que afetaria o uso das estratégias e, por consequência, seu nível de estresse e indicadores de saúde. Nesse sentido, apresenta-se na próxima seção alguns estudos que abordaram a autoeficácia no ambiente acadêmico.

2.5 Autoeficácia: evidências no ambiente acadêmico

A autoeficácia tem-se mostrado relevante nas pesquisas referentes ao ambiente educacional (DINTHER; DOCHY; SEGERS, 2011). Além de afetar a aprendizagem, ela já foi identificada na relação com aspectos como motivação e metacognição (BARTIMOTE-AUFFLICK *et al.*, 2015) e investigada (BODYS-CUPAK *et al.*, 2016, 2016; CREGO *et al.*, 2016; HE *et al.*, 2018; HUERTA *et al.*, 2016; JACKMAN; SISSON, 2021; LIU *et al.*, 2019; NAVARRO-MATEU *et al.*, 2020; PRIESACK; ALCOCK, 2015; SALEH; CAMART; ROMO, 2017; SCHÖNFELD *et al.*, 2016; SCHÖNFELD *et al.*, 2019; SHILPA; PRASAD, 2017; SIDDIQUI, 2018; ZHAO *et al.*, 2015) como variável que pode influenciar diversos fatores psicológicos dos estudantes.

No estudo realizado por Saleh, Camart e Romo (2017), a autoeficácia foi identificada como uma das variáveis que contribuem para a predição do estresse de universitários. As autoras investigaram 483 estudantes franceses e observaram que a maior parte (62,7%) deles apresentou baixa autoeficácia, a qual apresentou, no modelo de regressão, uma relação inversa com o nível de estresse. Para as autoras, isso evidencia a importância de desenvolver o senso de autoeficácia dos estudantes para amenizar problemas relacionados ao estresse.

A relação inversa da autoeficácia com o estresse também foi verificada por Siddiqui (2018), em sua pesquisa com 267 estudantes de Medicina da Arábia Saudita. A autora observou que os respondentes mais jovens apresentaram maior autoeficácia do que aqueles com idade superior. Ela também ressaltou a importância de intervenções direcionadas à autoeficácia e consequentes cuidados pessoais a saúde psicológica dos discentes no âmbito acadêmico.

De modo similar, Shilpa e Prasad (2017) indicaram que a autoeficácia mais elevada possibilita a redução do estresse e têm relação positiva com a felicidade, conforme análise de regressão com dados coletados de 152 discentes de Engenharia da

Índia. Já Priesack e Alcock (2015), ao investigar 108 estudantes de Enfermagem do Reino Unido, verificaram que a autoeficácia se correlacionava positivamente com o bem-estar psicológico. É válido pontuar que esses dois estudos abordaram variáveis distintas (bem-estar e felicidade), contudo, ambos denotam o papel relevante da autoeficácia de modo a auxiliar os discentes mediante os desafios vividos no ambiente universitário.

A relação entre o bem-estar e a autoeficácia também foi investigada no estudo de He *et al.* (2018), a partir da análise de 538 discentes de Enfermagem na Austrália. Com uso da técnica de regressão, os autores identificaram que o estresse se associava negativamente com bem-estar, enquanto outras variáveis como apoio social, resiliência e autoeficácia estavam associadas positivamente com o bem-estar. Em vista dos resultados encontrados, os autores enfatizaram a necessidade de preparar os discentes durante o curso, para que eles possam lidar melhor com as exigências profissionais.

Outra variável investigada na relação da autoeficácia e estresse foi a saúde mental, como pode ser observado no estudo de Schönfeld *et al.* (2016). A partir de uma investigação ampla em três países, com quatro grupos, sendo um constituído por participantes diversos e três exclusivamente de universitários, os autores observaram que a autoeficácia serviu para amortecer os efeitos do estresse diário, mediando a relação entre os estressores diários e a saúde mental.

Posteriormente, Schönfeld *et al.* (2019) pesquisaram o papel mediador da autoeficácia na relação de estressores diários, sintomas psicopatológicos e bem-estar subjetivo. A análise de 2160 universitários da China foi realizada em três momentos distintos e indicou que os estressores estavam relacionados ao aumento de sintomas de depressão, ansiedade, estresse e redução do bem-estar. Já a autoeficácia possui papel mediador, para a proteção da saúde mental, evidenciando que os efeitos do estresse podem ser alterados pela interpretação que o indivíduo tem de sua capacidade de lidar com algumas situações.

A partir da perspectiva de que a autoeficácia pode afetar o estresse, Bodys-Cupak *et al.* (2016) avaliaram graduandos de Enfermagem atuando em aulas práticas. Os autores averiguaram também o enfrentamento adotado pelos estudantes, identificaram uma correlação inversa entre a autoeficácia e estresse e verificaram que a maior percepção de autoeficácia se associava ao maior uso de enfrentamento ativo, planejamento, reinterpretção positiva, aceitação e busca de suporte emocional.

Crego *et al.* (2016) também investigaram a autoeficácia em conjunto com o estresse e enfrentamento em universitários no período de avaliações. Os autores

identificaram que as estratégias caracterizadas como racionais (como reinterpretação positiva, busca de apoio social) foram positivamente associadas à autoeficácia para realizar as avaliações; já as estratégias caracterizadas como emocionais (como expressão de emoções negativas) foram negativamente associadas à autoeficácia. Eles verificaram, ainda, que o maior estresse estava associado a menores notas e que a autoeficácia servia como mediadora nessa relação, podendo amenizar esses efeitos negativos do estresse.

Ainda a respeito da relação da autoeficácia com o enfrentamento, destaca-se o estudo de Zhao *et al.* (2015), realizado com universitários de Enfermagem que estavam estudando e desenvolvendo atividades práticas. Na análise realizada, a autoeficácia apresentou impacto positivo na predição do uso de algumas estratégias (de se manter positivo e resolver problemas) e atuou moderando os efeitos do estresse. Diante de tais achados, os autores indicaram que a autoeficácia deve ser reforçada na perspectiva de que o estresse, potencialmente prejudicial, seja reduzido.

No mesmo sentido, Navarro-Mateu *et al.* (2020) analisaram o impacto da inteligência emocional e autoeficácia no estresse em 477 universitários da Espanha. Para tanto, utilizaram modelos de equações estruturais, que permitiu verificar que a clareza emocional, uma das dimensões de inteligência emocional, e a autoeficácia se relacionam significativa e negativamente ao estresse. Essa relação é ainda maior quando se compara altos níveis de estresse com baixos níveis de autoeficácia. Para os autores, esses achados são relevantes e reforçam a necessidade do gerenciamento do estresse, para que os estudantes tenham melhor desempenho em seus estudos.

Em estudos que investigaram exclusivamente pós-graduandos, observa-se a autoeficácia tratada de modo mais específico. Por exemplo, Huerta *et al.* (2016) analisaram a autoeficácia da escrita, identificando que a maior autoeficácia era associada a menor ansiedade. E Liu *et al.* (2019) observaram que a autoeficácia da pesquisa no doutorado relaciona-se negativamente com níveis de ansiedade e depressão. Apesar de serem medidas específicas de autoeficácia, elas têm por base a mesma perspectiva teórica da autoeficácia geral, e os resultados desses estudos sugerem sua relevância para amenizar efeitos prejudiciais de adversidades psicológicas enfrentadas pelos estudantes.

Outra pesquisa que indica o papel da autoeficácia na pós-graduação é a de Jackman e Sisson (2021). Esses autores realizaram entrevistas com doutores recém-formados na Inglaterra e observaram que a autoeficácia foi citada como um dos fatores que contribuem para o bem-estar durante o doutorado. Na percepção dos autores, quando os participantes sentiam seu bem-estar elevado, eles estavam mais confiantes, ou seja,

percebiam maior autoeficácia, mais confiança em suas próprias habilidades para concluir seu doutorado e, conseqüentemente, conseguiam perceber menos estresse em situações desafiadoras e ter êxito no que queriam realizar.

Considerando os estudos anteriores apresentados nessa seção, entende-se que a autoeficácia é um recurso com potencial de proteção quanto a resultados negativos na saúde mental ou bem-estar. Assim, formularam-se as seguintes hipóteses:

H5: A relação entre a autoeficácia geral e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelo estresse.

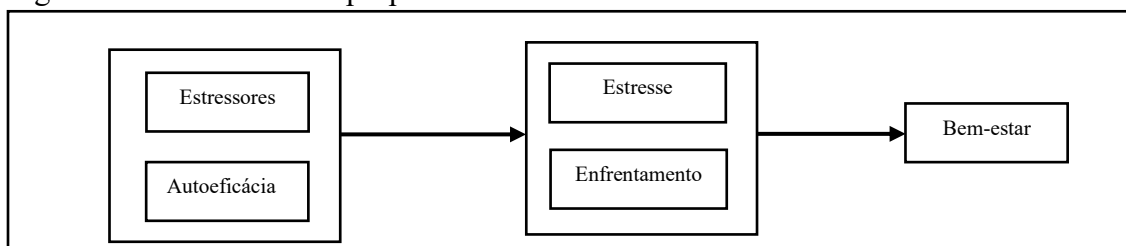
H6: A relação entre a autoeficácia geral e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelas estratégias de enfrentamento.

Nota-se que essas hipóteses consideram também os pressupostos teóricos de Bandura (1997), os quais enfatizam o papel da autoeficácia no comportamento individual mediante situações desafiadoras. Portanto, espera-se que autoeficácia dos pós-graduandos contribuam para explicar o seu bem-estar.

2.6 Modelo proposto

Após a exposição das hipóteses da pesquisa, nas seções anteriores, apresenta-se a proposta do modelo teórico da pesquisa, evidenciado pela Figura 2.

Figura 2 - Modelo teórico proposto



Fonte: Elaborada pela autora.

O modelo apresentado evidencia as variáveis de forma simplificada, pois, na análise, os estressores são divididos em preocupações e dificuldades, todas relacionadas ao ambiente da pós-graduação. E o enfrentamento abrange quatorze estratégias, conforme

disposto no referencial teórico. Ressalta-se que o modelo tem por base a abordagem cognitiva do estresse de Lazarus e Folkman (1984), portanto contempla as condições do ambiente, mensuradas pelos estressores; a avaliação do indivíduo mensurada pelo uso das estratégias de enfrentamento e o estresse (como resultado da relação ambiente x indivíduo).

Ao aplicar o modelo no presente estudo, considera-se que os pós-graduandos: i) estão constantemente se deparando com situações estressoras, ii) têm suas próprias crenças de eficácia, ou seja, um nível de autoeficácia; iii) têm um determinado nível de estresse; iv) podem fazer uso estratégias de enfrentamento; e iv) têm um determinado nível de bem-estar. Todos esses aspectos são analisados no modelo de forma sequencial, por meio da seguinte hipótese:

H7: A relação entre as preocupações, as dificuldades e a autoeficácia geral com o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é explicada pela mediação do estresse e das estratégias de enfrentamento.

Essa hipótese engloba todas as anteriores e permite a análise do modelo em sua totalidade. Assim, sua confirmação comprova a existência e o funcionamento do modelo proposto no público investigado. Além disso, é a hipótese que evidencia de maneira mais explícita a análise da tese proposta, apresentada em sequência, na seção 2.7.

2.7 Tese proposta

Após a apresentação do capítulo 2, que serviu de embasamento para a proposta do modelo apresentado na seção anterior, e considerando o escopo deste estudo em contribuir com a literatura, especialmente com a discussão de pesquisadores que investigaram aspectos relacionados ao estresse (EL-GHOROURY *et al.*, 2012; PYHÄLTÖ *et al.*, 2012; FARO, 2013b; REZENDE *et al.*, 2017; BARRY *et al.*, 2018; PARK; SIBALIS; JAMIESON., 2021) e ao bem-estar (FARO, 2013a; HUNTER; DEVINE, 2016; LEVECQUE *et al.*, 2017; SCHMIDT; HANSSON, 2018) em discentes de pós-graduação, estabeleceu-se a **tese de que o bem-estar psicológico de pós-graduandos é explicado pela relação entre estressores e autoeficácia geral, mediados pelo estresse e por estratégias de enfrentamento.**

3 ASPECTOS METODOLÓGICOS

Neste capítulo, apresentam-se os procedimentos adotados para alcançar o objetivo proposto na presente tese. Inicialmente evidencia-se a caracterização da pesquisa; na sequência, a população, o instrumento utilizado, e os procedimentos para coleta; e, por fim, alguns aspectos referentes à análise dos dados.

3.1 Caracterização da pesquisa

Ao investigar determinados aspectos referentes à trajetória dos estudantes na pós-graduação, a presente pesquisa segue uma abordagem objetiva no que tange aos pressupostos ontológicos e positivista em relação aos pressupostos epistemológicos. É um estudo tipo *survey* e transversal, que avaliou a percepção dos participantes em um único momento. Ele adota uma abordagem quantitativa, com método hipotético-dedutivo, que possibilitou identificar de que forma se relacionam os aspectos investigados.

3.2 População da pesquisa

A população do presente estudo abrange todos os discentes matriculados, no período da coleta de dados (out./dez. 2020), em programas de pós-graduação *stricto sensu* em Ciências Contábeis, de instituições de ensino superior (IES) brasileiras públicas e privadas. A identificação desses programas se deu por meio do site da CAPES, adotando como critério de busca a área de avaliação.

Observa-se, no Quadro 2, que ao todo são 29 instituições que ofertam os cursos de mestrado e doutorado.

Quadro 2 - IES brasileiras com programas de pós-graduação na área contábil

Instituição	Sigla	Tipo de IES	Tipo de Curso*	Estado da IES
Faculdade Fipecafi	FIPECAFI	Privada	MP	SP
Fundação Escola de Comércio Álvares Penteado	UNIFECAP	Privada	M	SP
Fundação Instituto Capixaba de Pesquisa em Contabilidade, Economia e Finanças-ES	FUCAPE-ES	Privada	M/D/MP/DP	ES
Fundação Instituto Capixaba de Pesquisa em Contabilidade, Economia e Finanças-MA	FUCAPE-MA	Privada	M	MA
Fundação Instituto Capixaba de Pesquisa em Contabilidade, Economia e Finanças-RJ	FUCAPE-RJ	Privada	MP	RJ

Instituição	Sigla	Tipo de IES	Tipo de Curso*	Estado da IES
Fundação Universidade Federal de Mato Grosso do Sul	UFMS	Pública	M	MS
Pontifícia Universidade Católica de São Paulo	PUC-SP	Privada	MP	SP
Universidade Comunitária da Região de Chapecó	UNOCHAPECO	Pública	M	SC
Universidade de Brasília	UNB	Pública	M/D	DF
Universidade de São Paulo	USP	Pública	M/D	SP
Universidade de São Paulo/ Ribeirão Preto	USP-RP	Pública	M/D	SP
Universidade do Vale do Rio Sinos	UNISINOS	Privada	M/D	RS
Universidade Estadual de Maringá	UEM	Pública	M	PR
Universidade Estadual do Oeste do Paraná	UNIOESTE	Pública	M	PR
Universidade Estadual do Rio de Janeiro	UERJ	Pública	M	RJ
Universidade Federal da Bahia	UFBA	Pública	M	BA
Universidade Federal da Paraíba	UFPB	Pública	M/D	PB
Universidade Federal de Goiás	UFG	Pública	M	GO
Universidade Federal de Minas Gerais	UFMG	Pública	M/D	MG
Universidade Federal de Pernambuco	UFPE	Pública	M/D	PE
Universidade Federal de Santa Catarina	UFSC	Pública	M/D	SC
Universidade Federal de Uberlândia	UFU	Pública	M/D	MG
Universidade Federal do Ceará	UFC	Pública	M/D/MP	CE
Universidade Federal do Espírito Santo	UFES	Pública	M/D	ES
Universidade Federal do Paraná	UFPR	Pública	M/D	PR
Universidade Federal do Rio de Janeiro	UFRJ	Pública	M/D	RJ
Universidade Federal do Rio Grande	FURG	Pública	M	RS
Universidade Federal do Rio Grande do Norte	UFRN	Pública	M	RN
Universidade Federal do Rio Grande do Sul	UFRGS	Pública	M	RS
Universidade Federal Rural de Pernambuco	UFRPE	Pública	M	PE
Universidade Presbiteriana Mackenzie	MACKENZIE	Privada	MP/DP	SP
Universidade Regional de Blumenau	FURB	Pública	M/D	SC

Fonte: Elaborado com os dados da Capes (2020).

Nota:*M: mestrado acadêmico; D: doutorado acadêmico; MP: mestrado profissional; DP: doutorado profissional

Ao considerar as 29 instituições, verifica-se a oferta de 28 cursos de mestrado acadêmico, 15 de doutorado acadêmico, 6 de mestrado profissional e 2 de doutorado profissional. Os programas estão presentes em 16 estados de 4 regiões brasileiras (Centro-Oeste, Nordeste, Sul e Sudeste), com predominância da região Sudeste e destaque para o estado de São Paulo, que contém a maior quantidade de cursos. Nota-se, ainda, que há uma IES (FUCAPE) que oferece cursos em três estados, e outra (USP) que oferece cursos em duas cidades do mesmo estado.

Após identificar as IES, buscaram-se informações a respeito do quantitativo de discentes nos sites dos programas e na Plataforma Sucupira, a qual dispõe de informações

certificadas pela CAPES. A busca em fontes diferentes se deve ao fato de que nem todos os sites dos programas tinham essas informações. Após consolidar os números de cada IES, obteve-se o total de 1.533 discentes, todos matriculados no momento da realização dessa pesquisa (out./dez. 2020). Ressalta-se que esse é um número aproximado, visto que as atualizações nos sites não necessariamente ocorrem de modo instantâneo.

3.3 Instrumento da pesquisa

Para realizar o objetivo proposto na presente pesquisa, utilizou-se um questionário, organizado pela pesquisadora, que apresentou inicialmente o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e foi posteriormente dividido em sete seções que contemplavam seis instrumentos propostos e já validados em estudos anteriores. Além desses, foram colocadas algumas questões baseadas na literatura investigada, usadas para fins de descrição da amostra.

Na primeira e segunda seção do questionário, utilizaram-se as escalas propostas por Faro (2013b), as quais apresentam os estressores classificados em preocupações e dificuldades peculiares à rotina da pós-graduação. São quinze itens referentes às preocupações, em que os discentes responderam por meio de uma escala do tipo *Likert* de 0 (nada preocupado) a 4 (muito preocupado); e quatorze itens indicando dificuldades, que também foram respondidos em uma escala de 0 (nada difícil) a 4 (extremamente difícil). Assim, foi possível analisar cada item individualmente, bem como estabelecer uma pontuação geral de cada escala, que poderia variar de 0 a 60 e 0 a 56 pontos respectivamente.

Na terceira seção do questionário para identificar o estresse, utilizou-se a Escala de Estresse Percebido, na versão traduzida e validada por pesquisadores brasileiros (LUFT *et al.*, 2007) da *Perceived Stress Scale (PSS)* originalmente criada por Cohen, Kamarck e Mermelstein (1983). No estudo de Luft *et al.* (2007), a escala apresentou boa consistência interna (Alfa de *Cronbach* $\alpha = 0,82$), e um resultado similar é apontado por Dias *et al.* (2015) que também indicaram boas qualidades psicométricas da escala (Alfa de *Cronbach* $\alpha = 0,83$). Ao aplicar essa escala com pós-graduandos, Faro (2013b) identificou um Alfa de 0,88.

A PSS é constituída por quatorze questões, as quais contemplam situações estressoras que os respondentes tenham vivenciado no último mês (anterior ao momento em que estava respondendo o instrumento). As situações foram avaliadas pelos indivíduos

mediante uma escala do tipo *Likert*, que variava de 0 (nunca) a 4 (sempre). Ela possibilitou estabelecer uma pontuação final que poderia variar de 0 a 56 para cada respondente. Quanto maior a pontuação, maior é o estresse percebido.

Na quarta seção, baseando-se na teoria cognitiva do estresse, investigaram-se as possíveis estratégias de enfrentamento utilizadas pelos pós-graduandos. Para isso, utilizou-se a Escala *Brief COPE*, na sua versão em língua portuguesa, validada em uma amostra de indivíduos portugueses e brasileiros por Maroco *et al.* (2014), traduzida da original criada por Carver, Scheir e Weintraub (1989). Na análise realizada por Maroco *et al.* (2014), a escala apresentou validade convergente e consistência interna adequadas com valores de Alfa de *Cronbach* superiores a 0,60 em todos os fatores.

A *Brief COPE* é constituída por vinte e oito questões, respondidas a partir de escala tipo *Likert* de 0 (nunca fiz isto) a 4 (faço sempre isto). Para fins de análise essas questões são consolidadas em quatorze grupos de estratégias (enfrentamento ativo, planejamento, suporte instrumental, suporte emocional, religião, reinterpretação positiva, autculpabilização, aceitação, expressão de sentimentos, negação, autodistração, desinvestimento comportamental, uso de substâncias, humor) que se referem às ações que o indivíduo pode adotar para lidar com situações estressantes (CARVER; SCHEIR; WEINTRAUB, 1989).

Na quinta seção do questionário, para mensurar a autoeficácia dos estudantes, adotou-se a Escala de Autoeficácia Geral Percebida (EAGP), versão traduzida e validada por Sbicigo *et al.* (2012) da *General Perceived Self-Efficacy*, de autoria de Schwarzer e Jerusalem (1995). Com o uso dessa escala, buscou-se identificar a crença que um indivíduo tem de sua própria competência para lidar com situações estressoras (SCHWARZER; JERUSALEM, 1995). No estudo realizado por Sbicigo *et al.* (2012) a escala apresentou evidências de validade com boa consistência interna (Alfa de *Cronbach* $\alpha = 0,85$).

A EAGP é constituída por dez questões, todas com sentido positivo, que em conjunto possibilitam a mensuração do construto da autoeficácia geral (ARAÚJO; MOURA, 2011). As respostas variavam de 1 (não é verdade a meu respeito) a 4 (é totalmente verdade a meu respeito) e possibilitaram o cálculo de uma pontuação final (0 a 40). Quanto maior essa pontuação, maior o senso de eficácia do indivíduo (SCHWARZER; JERUSALEM, 1995).

Na sexta seção, utilizou-se o Questionário de Saúde Geral (QSG-12), validado no Brasil por Gouveia *et al.* (2003). Esse instrumento foi utilizado na presente pesquisa com

a finalidade de mensurar o bem-estar psicológico, o que é justificado a partir de resultados de estudos anteriores (BORGES; ARGOLO, 2002; GOUVEIA *et al.*, 2012), os quais evidenciaram a qualidade do QSG para esse uso. Além disso, no presente estudo adota-se a perspectiva conceitual de que o bem-estar psicológico é parte essencial na concepção da saúde, conforme conceito da Organização Mundial de Saúde.

O QSG-12 é composto por 12 questões, nas quais o respondente deveria considerar o quanto tem vivenciado cada situação exposta. As repostas variavam de 1 (absolutamente não) a 4 (muito mais do que de costume) e possibilitaram o cálculo de uma pontuação final (12 a 48). A qualidade estrutural da escala foi certificada por Gouveia *et al.* (2003), que indicaram o uso da análise bifatorial, cujos valores de Alfa de Cronbach foram 0,66 e 0,81. Gouveia *et al.* (2012) também identificaram boas propriedades psicométricas (Alfa superior a 0,8) e sugeriram seu uso com análise unifatorial.

Por fim, na última seção, buscou-se levantar algumas características dos respondentes. Elas foram identificadas de diferentes formas com respostas abertas e de múltipla escolha, são elas: tipo de curso (mestrado, doutorado ou pós-doutorado), linha de pesquisa (conforme a tese ou dissertação desenvolvida), fase que está cursando, instituição em que realiza o curso, se é bolsista, se trabalha, se atuou em atividade acadêmica na graduação, sexo, idade, estado civil, renda familiar mensal, se buscou por atendimento psicológico e o quanto associava o nível de estresse com o fato de estar cursando a pós-graduação.

As seções do questionário, utilizado para a coleta de dados, são evidenciadas sistematicamente no Quadro 3.

Quadro 3 - Composição do instrumento da pesquisa

Seção	Variável	Formato de mensuração	Objetivo
1	Preocupações	Escala de Preocupações de Faro, (2013b). Escala numérica de 5 pontos, com 15 itens.	Identificar as principais preocupações que atingem os pós-graduandos.
2	Dificuldades	Escala de Dificuldades de Faro (2013b). Escala numérica de 5 pontos com 14 itens.	Identificar as principais dificuldades que atingem os pós-graduandos.
3	Estresse	Perceived Stress Scale de Cohen, Kamarck e Mermelstein (1983). Escala numérica de 5 pontos com 14 itens.	Identificar o nível de estresse percebido pelos pós-graduandos.
4	Estratégias de Enfrentamento	Brief Cope de Carver, Scheir e Weintraub (1989). Escala numérica de 5 pontos com 28 itens.	Identificar as estratégias de enfrentamento adotadas pelos pós-graduandos.
5	Autoeficácia	General Perceived Self-Efficacy de Schwarzer e Jerusalem (1995). Escala numérica com 10 itens.	Identificar a percepção de autoeficácia geral dos pós-graduandos.

Seção	Variável	Formato de Mensuração	Objetivo
6	Bem-estar (psicológico)	Questionário de Saúde Geral -Gouveia et al. (2003). Escala numérica com 12 itens.	Identificar o nível de bem-estar psicológico dos pós-graduandos.
7	Características dos respondentes	Questões fechadas e abertas	Identificar o perfil dos pós-graduandos.

Fonte: Elaborado pela autora.

As variáveis apresentadas no Quadro 3 foram utilizadas para caracterizar a amostra e alcançar o objetivo proposto. O maior detalhamento de como cada variável foi obtida e utilizada na análise estatística é indicado na seção 3.5. Ressalta-se, ainda, que todos os instrumentos estão apresentados no anexo desse trabalho.

3.4 Procedimentos da coleta, amostra e aspectos éticos

Após a organização do questionário, ele foi hospedado em uma plataforma *online* (*SurveyMonkey*®). Realizou-se um primeiro pré-teste com o intuito de verificar a compreensão dos instrumentos e, para tanto, a pesquisadora selecionou por acessibilidade um público similar ao público-alvo da pesquisa, sendo dezesseis pessoas que já fizeram doutorado e/ou mestrado em Ciências Contábeis. Todos eles receberam um e-mail/convite com o *link* de acesso ao questionário para que pudessem respondê-lo e apontar sugestões. Obteve-se o retorno de treze participantes, que responderam todo o questionário e enviaram algumas sugestões e/ou dúvidas por e-mail.

As principais dúvidas estavam relacionadas a apresentação de algumas questões, em alguns casos pela escrita da pergunta, em outros pelo formato das respostas disponíveis. Todas as questões da 1ª a 6ª seção do questionário foram mantidas por se tratar de instrumentos validados. Contudo, a pesquisadora fez alguns ajustes, e acrescentou algumas informações complementares na frente dessas questões para esclarecer essas dúvidas. Os participantes também citaram a repetição de algumas questões do questionário, logo, a pesquisadora observou que elas haviam sido duplicadas no momento de colocar na plataforma, assim foram excluídas após revisão. Apesar das dúvidas, de modo geral, eles relataram que o questionário estava compreensível.

Com o questionário finalizado, buscou-se contatar os discentes por meio das coordenações dos programas de Ciências Contábeis. Assim, em um primeiro momento a pesquisadora buscou o contato dos coordenadores nos próprios sites dos programas e enviou um e-mail para verificar se eles poderiam divulgar a pesquisa para os discentes.

Todos que responderam concordaram em divulgar, e alguns pediram para enviar no mesmo e-mail, outros pediram para enviar no e-mail da secretaria e uma instituição pediu para preencher uma ficha, de modo a formalizar o pedido. No caso em que não houve resposta do coordenador, a pesquisadora enviou outro e-mail com o mesmo conteúdo para as secretarias, e apenas um programa não retornou. No caso desse programa que não havia retornado, buscou-se o contato de dois professores para que eles pudessem auxiliar na divulgação, e mesmo assim não foi obtida nenhuma resposta.

A pesquisa foi divulgada para todos os programas em pelo menos dois momentos, com uma diferença média de vinte dias entre o primeiro e segundo envio. Em menor quantidade, identificaram-se alguns contatos dos discentes dispostos no site dos programas, e nesses casos o e-mail foi enviado diretamente para eles. A partir do acompanhamento das respostas foi possível verificar as instituições que estavam com participação reduzida, e para essas um novo e-mail foi enviado. O período da coleta foi do início de outubro ao final de dezembro de 2020, momento atípico em que todos os discentes estavam assistindo aulas em formato remoto, em virtude da paralisação das aulas presenciais devido à pandemia da Covid-19.

Após o encerramento da coleta, verificou-se que 553 discentes começaram a preencher o questionário da pesquisa. Entretanto, parte desses discentes desistiram. Alguns responderam todo o questionário, mas em tempo inferior ao mínimo estimado e, portanto, foram desconsiderados. Além disso, foram considerados apenas os discentes que afirmaram ter estudado ou estarem estudando em ambiente *on-line* durante o ano em que a coleta foi realizada. Esse critério foi adotado para certificar que todos os participantes estavam em situação similar. Dessa forma, obteve-se uma amostra de 366 participantes, que equivale a aproximadamente 24% da população investigada.

Ressalta-se que o instrumento e o projeto de pesquisa foram submetidos para avaliação do Comitê de Ética, na instituição em que a pesquisa foi proposta. Após análise, o comitê solicitou mais algumas informações que foram esclarecidas pela pesquisadora e, posteriormente, concedeu aprovação para a realização da pesquisa com o número 29141019.9.0000.5152 que indica o registro de apreciação ética.

3.5 Análise dos dados

A análise dos dados contemplou basicamente duas etapas. Na primeira etapa realizou-se a estatística descritiva com o intuito de demonstrar sistematicamente as

variáveis investigadas no presente estudo. Assim, iniciou-se evidenciando a distribuição de frequência de cada uma das variáveis referentes ao perfil dos respondentes, as quais foram organizadas segregando aspectos pessoais, financeiros e acadêmico-profissionais. Para as demais variáveis oriundas de escalas, apresentou-se a análise de confiabilidade com o uso do Alfa de *Cronbach*, conforme indicado em Hair *et al* (2005).

Da mesma forma apresentou-se a distribuição de frequência referente a cada estressor investigado, considerando a separação entre preocupações e dificuldades, conforme instrumento adotado, além das medidas estatísticas referentes a pontuação final, obtida pela soma dos itens de cada escala. Em seguida, evidenciou-se a frequência das respostas dos itens que formaram a autoeficácia e as medidas estatísticas do seu escore, obtido pela soma dos itens, podendo variar entre 0 e 40.

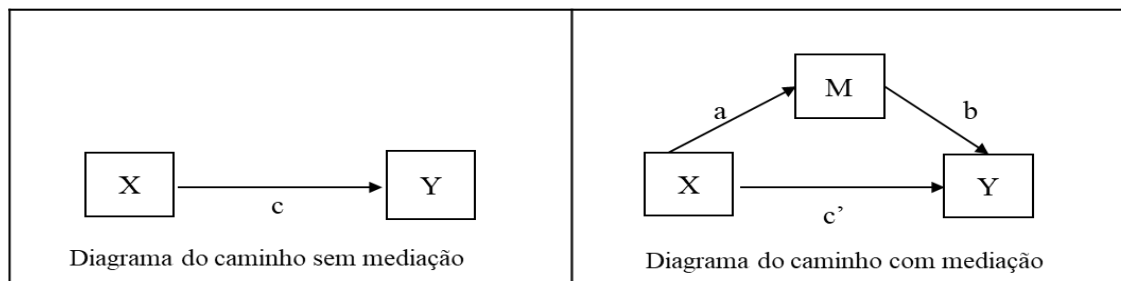
Ainda na análise descritiva, apresentou-se a variável estresse de duas formas: estatisticamente pela sua pontuação e em níveis expostos por frequência. Para tanto, calculou-se a pontuação de cada respondente a partir da soma das quatorze questões, podendo essa variar de 0 a 56. O cálculo foi realizado a partir da soma das questões negativas (1,2,3,8,11,12,14) com a inversão de pontos das questões positivas (4,5,6,7,9,10,13). Com essa pontuação, apresentou-se o estresse em quatro níveis (baixo, médio, alto e muito alto), conforme adotado por Faro e Pereira (2013), e baseado no método das separatrizes de *Tukey* (quartis da escala 25%, 50% e 75%).

Em continuidade, expuseram-se as medidas estatísticas referentes ao enfrentamento, considerando o agrupamento das estratégias conforme proposto por Carver, Scheir e Weintraub (1989). E, por fim, têm-se as medidas estatísticas do bem-estar psicológico, variável avaliada pelo escore da escala, calculado a partir da soma dos itens positivos (1,3,4,7,8,12), com inversão dos itens negativos (2,5,6,9,10,11), que resulta em uma pontuação final que pode variar de 12 a 48 e é interpretada em sentido positivo, ou seja, quanto maior, mais elevado está o bem-estar.

Na segunda etapa desenvolveu-se a análise de mediação, que possibilitou testar as hipóteses da pesquisa. A mediação ocorre a partir de um modelo causal em que se tem a relação de no mínimo três variáveis (BARON; KENNY, 1986). Assim, é esperado que exista: um caminho **a** entre uma variável independente (X) para uma variável mediadora (M); o caminho **b** de M para a variável dependente (Y) e o caminho **c'** que evidencia a relação direta de X para Y com efeito ajustado a partir de M. É relevante observar ainda que na ausência de outras variáveis, X e Y poderiam se relacionar pelo caminho **c**

(MACKINNON, 2008). Esses caminhos são esquematizados na Figura 3 e demonstram um modelo de mediação simples, com apenas uma mediadora.

Figura 3 - Diagramas das relações entre X e Y



Fonte: Elaborada pela autora com base em Mackinnon (2008).

Na análise de um modelo de mediação, considera-se que existem efeitos diretos ($c' = X \Rightarrow Y$) e efeitos indiretos ou mediados ($a*b = X \Rightarrow M \Rightarrow Y$). Esses poderão ser analisados também com os efeitos totais, os quais podem ser entendidos pelo caminho c , que na mediação seria composto pelos caminhos c' e pela interação dos caminhos a e b ($a*b$). Assim, ao comparar c e c' será possível verificar se houve uma mediação parcial, ou seja, os efeitos de c' foram menores que c ou uma mediação total quando o c' não foi significativo. Em suma, para entender a mediação é importante avaliar todos esses caminhos, mas principalmente a análise dos efeitos indiretos (MACKINNON, 2008).

Para realizar a análise de mediação, utilizou-se na presente pesquisa o teste dos produtos dos coeficientes. Esse teste é baseado nos estimadores ab , oriundos dos efeitos indiretos (MACKINNON, 2008). Eles são obtidos por meio das equações de regressão, realizada com aplicação do método *Robust Diagonally Weighted Least Squares* (DWLS). Tal método é considerado uma técnica robusta que utiliza matriz de correlação policórica (DISTEFANO; MORGAN, 2014) indicado para a análise de dados ordinais, pois não demanda normalidade dos dados e possibilita estimativas mais precisas do que outros estimadores (LI, 2016; DISTEFANO; MORGAN, 2014).

Dessa forma, a análise de mediação foi utilizada, pois presumia-se a existência de variáveis intervenientes que explicariam a relação das variáveis independentes com a variável dependente. Todos os testes para mediação foram realizados por meio do *software JASP*. Para tanto, foram consideradas as variáveis oriundas dos instrumentos, conforme já explicado nessa seção. Assim, tem-se variáveis independentes, mediadoras e a variável dependente, conforme exposto no Quadro 4.

Quadro 4 - Variáveis inseridas no modelo de mediação

Tipo de variável	Nome no modelo	Variável (significado)
Independente (VI ou X)	Preoctotal Difictotal Autoeftotal	Preocupações Dificuldades Autoeficácia
Mediadora (M)	Pss Cope*	Estresse Enfrentamento
Dependente (VD ou Y)	Qsg	Bem-estar psicológico

Fonte: Elaborado pela pesquisadora.

Nota: *A variável “cope” é segregada em diferentes estratégias.

Ao considerar a quantidade de variáveis no Quadro 4, nota-se que a presente pesquisa utilizou a análise de mediação múltipla, já que contém mais de um mediador. Isso não interfere na condução da análise, que segue a mesma lógica da mediação simples, apresentada na Figura 3. Assim, evidencia-se, no Quadro 5, como as variáveis foram consideradas na análise.

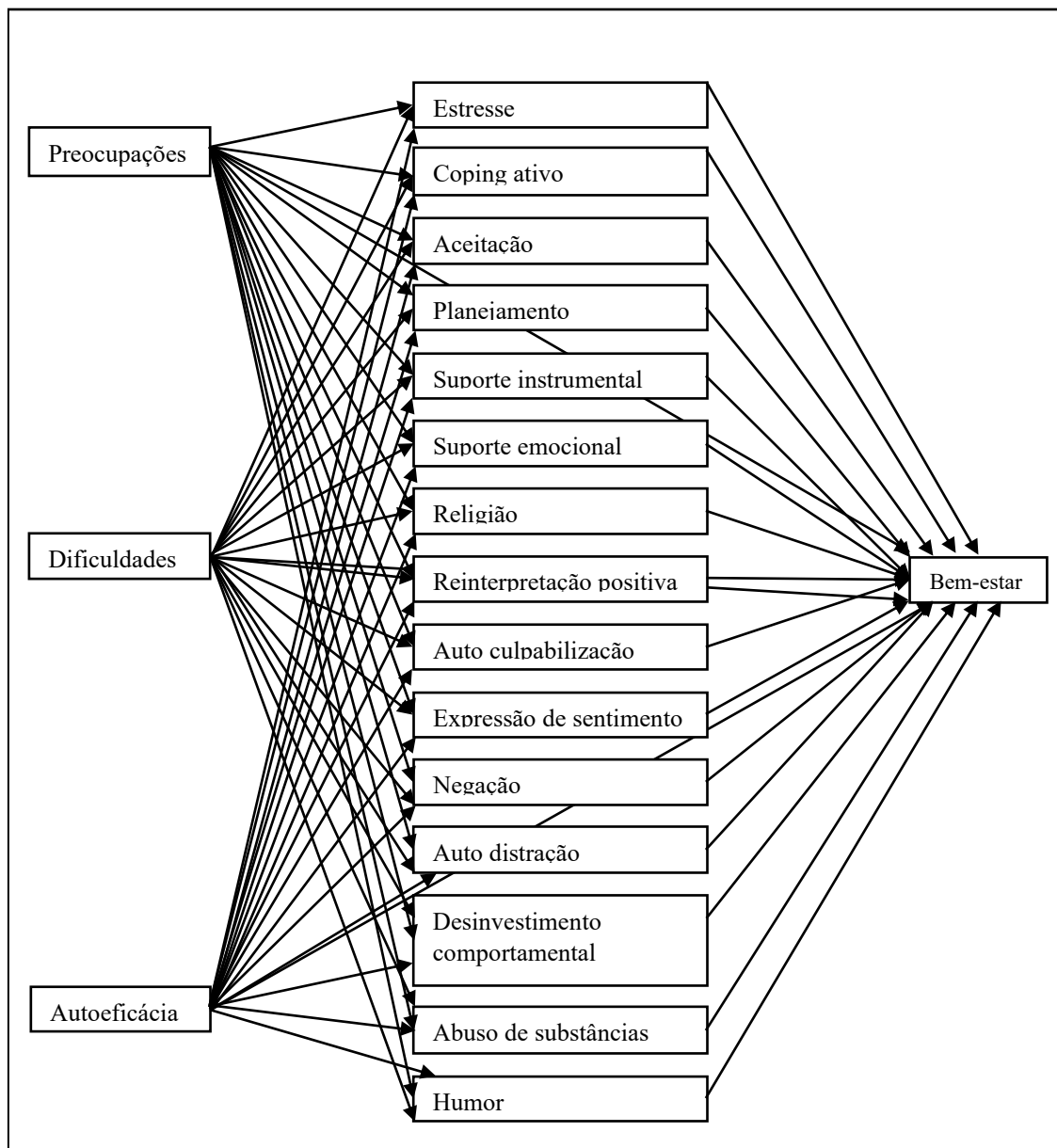
Quadro 5 - Relações entre as variáveis na análise de mediação

Tipo de variável	Variável	Caminho	Tipo de efeito
X1=>Y	Preoctotal=>Qsg	c	Efeito total
X2=>Y	Difictotal=>Qsg	c	Efeito total
X3=>Y	Autoeftotal=>Qsg	c	Efeito total
X1=>M1	Preoctotal=>Pss	a	Efeito indireto
X1=>M2	Preoctotal=>Cope	a	Efeito indireto
X2=>M1	Difictotal=>Pss	a	Efeito indireto
X2=>M2	Difictotal=>Cope	a	Efeito indireto
X3=>M1	Autoeftotal=>Pss	a	Efeito indireto
X3=>M2	Autoeftotal=>Cope	a	Efeito indireto
M1=>Y	Pss=>Qsg	b	Efeito indireto
M2=>Y	Cope=>Qsg	b	Efeito indireto
X1=>Y	Preoctotal=>Qsg	c'	Efeito direto
X2=>Y	Difictotal=>Qsg	c'	Efeito direto
X3=>Y	Aeftotal=>Qsg	c'	Efeito direto

Fonte: Elaborado pela autora.

Observa-se, resumidamente, a relação entre as variáveis pelos caminhos (a, b, c, c') que constituem a análise de mediação. Ressalta-se que, por se tratar de um modelo de mediação múltipla, contempla também efeitos indiretos totais, não citados no Quadro 5, os quais são formados pela consolidação dos efeitos indiretos. Já o enfrentamento (cope) está descrito como se fosse único para fins de simplificar a explicação, e é composto por quatorze variáveis. Diante do exposto, apresenta-se com maior detalhamento, na Figura 4, o modelo testado na pesquisa.

Figura 4 - Modelo testado na pesquisa



Fonte: Elaborada pela autora.

Para a análise estatística, considerou-se o enfrentamento segregado nas quatorze estratégias: enfrentamento ativo (copeca), aceitação (copeat), planejamento (copepl), suporte instrumental (copesi), suporte emocional (copese), religião (copere), reinterpretação positiva (coperp), autoculpabilização (copeac), expressão de sentimentos (copees), negação (copeng), auto distração (copead), desinvestimento comportamental (copedc), abuso de substâncias (copeas) e humor (copehu). Para fins de declaração das hipóteses dessa pesquisa, consideraram-se essas estratégias de modo único, conforme exposto no Quadro 6.

Quadro 6 - Hipóteses da pesquisa

Hipóteses	Efeito analisado
H1: A relação entre as preocupações e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelo estresse.	Efeito Indireto $X1 \Rightarrow M1 \Rightarrow Y$
H2: A relação entre as dificuldades e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelo estresse.	Efeito Indireto $X2 \Rightarrow M1 \Rightarrow Y$
H3: A relação entre as preocupações e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelas estratégias de enfrentamento.	Efeito Indireto $X1 \Rightarrow M2 \Rightarrow Y$
H4: A relação entre as dificuldades e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelas estratégias de enfrentamento.	Efeito Indireto $X2 \Rightarrow M2 \Rightarrow Y$
H5: A relação entre a autoeficácia geral e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelo estresse.	Efeito Indireto $X3 \Rightarrow M1 \Rightarrow Y$
H6: A relação entre a autoeficácia geral e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelas estratégias de enfrentamento.	Efeito Indireto $X3 \Rightarrow M2 \Rightarrow Y$
H7: A relação entre as preocupações, as dificuldades e a autoeficácia geral com o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é explicada pela mediação do estresse e das estratégias de enfrentamento.	Efeito Indireto Total $X1 \Rightarrow M1$ e $M2 \Rightarrow Y$ $X2 \Rightarrow M1$ e $M2 \Rightarrow Y$ $X3 \Rightarrow M1$ e $M2 \Rightarrow Y$

Fonte: Elaborado pela autora.

Nota-se que as hipóteses H3, H4, H6 e H7 contemplam as estratégias de enfrentamento, as quais foram declaradas como uma só. Entretanto, na análise de mediação, cada uma das quatorze estratégias foi testada individualmente, o que poderia resultar na confirmação parcial das hipóteses, nos casos em que ao menos uma estratégia se mostrasse significativa na relação observada.

Por fim, enfatiza-se que todas as hipóteses foram testadas pelos efeitos indiretos, visto que eles mostram efetivamente a mediação. Contudo, os efeitos diretos e totais também foram observados, pois contribuem para a explicação da análise como um todo. Finalizada a exposição dos procedimentos metodológicos, tem-se no próximo capítulo a apresentação e discussão dos resultados.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Neste capítulo, evidenciam-se os resultados encontrados na presente pesquisa. Inicialmente tem-se a análise das características dos respondentes que compõem a amostra investigada. Na sequência, apresenta-se a análise descritiva das variáveis, constituídas com o uso de diferentes escalas. Em continuidade, evidencia-se a análise dos modelos, conforme proposta da pesquisa. E, por fim, tem-se a discussão dos resultados encontrados.

4.1 Perfil dos respondentes

A apresentação de características da amostra é relevante para que se conheça o público investigado, constituído por 366 pós-graduandos da área contábil. Todos esses, no momento da pesquisa, estavam realizando suas aulas em formato *on-line* devido a suspensão de aulas presenciais ocasionada pela disseminação da pandemia Covid-19. Evidencia-se na Tabela 1 algumas características pessoais dos participantes.

Tabela 1 - Perfil dos respondentes: características pessoais

Sexo	F	%
Feminino	182	49,73
Masculino	184	50,27
Idade	F	%
22 a 26	81	22,13
27 a 31	96	26,23
32 a 36	75	20,49
37 a 41	56	15,30
a partir de 42	58	15,85
Estado civil	F	%
Divorciado(a)	12	3,28
Solteiro(a)	174	47,54
União estável ou casado(a)	179	48,91
Viúvo(a)	1	0,27

Fonte: Elaborada pela autora.

Nota-se que a amostra é equilibrada no que se refere à variável sexo, com diferença de apenas dois discentes a mais do sexo masculino. Sobre a idade, os discentes responderam o número exato, mas para fins de análise optou-se por apresentar em faixas, assim observa-se que a maior faixa etária é de 27 a 31 anos (26,23%), sendo que mais da

metade tem no máximo 36 anos. Em relação ao estado civil, a maior parte (48,91%) declarou ter união estável ou ser casado(a) e quase a mesma quantidade declarou-se como solteiros(as). A minoria é divorciado(a) ou viúvo(a).

Na Tabela 2, evidencia-se a renda familiar mensal declarada pelos pós-graduandos. Essa variável possibilita ter uma estimativa das condições financeiras do público investigado.

Tabela 2 - Perfil dos respondentes: condições financeiras

Renda familiar mensal	f	%
Até 2 salários mínimos	38,00	10,86
Acima de 2 até 4 salários mínimos	81,00	23,14
Acima de 4 até 10 salários mínimos	139,00	39,71
Acima de 10 até 20 salários mínimos	57,00	16,29
Acima de 20 salários mínimos	35,00	10,00

Fonte: Elaborada pela autora.

A partir da declaração da renda em cinco níveis, verificou-se que a maioria dos discentes (39,71%) declararam ter a renda familiar no terceiro nível (4 a 10 salários), dentre as opções elencadas. Contudo, mais de 33% têm rendas inferiores (até 4 salários) e uma minoria (10 %) tem o nível mais alto de renda (acima de 20 salários). É oportuno mencionar que aspectos relativos à condição financeira estão entre os estressores da pós-graduação que são investigados nessa pesquisa.

Na sequência, a partir dos dados apresentados na Tabela 3, é possível conhecer algumas características acadêmico-profissionais dos pós-graduandos.

Tabela 3 - Perfil dos respondentes: características acadêmico-profissionais

Curso	f	%
Mestrado acadêmico	228	62,30
Doutorado acadêmico	101	27,60
Pós-doutorado	1	0,27
Mestrado profissional	25	6,83
Doutorado profissional	11	3,01
Fase do curso	f	%
Cursando créditos	206	56,28
Créditos concluídos e elaborando a pesquisa	118	32,24
Em fase de conclusão da pesquisa	38	10,38
Já defendeu e está realizando ajustes finais	4	1,09
Linha da pesquisa	f	%
Controladoria e contabilidade gerencial	135	36,89

Linha de pesquisa					
Contabilidade para usuários externos			71	19,40	
Mercados financeiros, de créditos e capitais			41	11,20	
Educação e pesquisa em contabilidade			23	6,28	
Contabilidade pública			46	12,57	
Outro			50	13,66	
É bolsista	F	%	Está trabalhando	f	%
Não	232	63,39	Não	132	36,07
Sim	134	36,61	Sim	234	63,93
Experiência acadêmica na graduação				f	%
Não				239	65,30
Sim				127	34,70

Fonte: Elaborada pela autora.

Observa-se que a maior parte dos respondentes (62,30%) estão matriculados em cursos de mestrado acadêmico. É válido pontuar ainda que 9,84% dos participantes são de cursos profissionais. Em relação à fase em que estão em seus cursos, nota-se que a maior parte (56,28%) está no período inicial, ou seja, na fase de cursar as disciplinas ou no período de elaborar a pesquisa (32,24%), que abrange a coleta de dados, análise, entre outras etapas.

No que se refere à linha de pesquisa, os discentes deveriam indicar em qual área classificam sua tese ou dissertação, independente de divisões existentes nos programas. A maioria (36,89%) considerou que seria a linha de ‘controladoria e contabilidade gerencial’, enquanto a linha de ‘educação e pesquisa em contabilidade’ foi a menos indicada (6,28%). Ressalta-se que o respondente tinha a opção de assinalar ‘outro’, caso não tivesse definido sua linha, ou ainda não se enquadrasse em uma das opções apresentadas.

Sobre a ocupação dos discentes, 36,61% são bolsistas e a maior parte desses dedicam-se integralmente ao curso. Por outro lado, 63,93% têm um trabalho. Ao comparar as duas informações, conclui-se que há apenas uma minoria (7,38%) que não trabalha nem são bolsistas. A respeito disso, pontua-se que a busca pelo trabalho, para alguns, pode não ser uma escolha, mas uma necessidade para obter recursos financeiros. Nesse caso, a divisão do tempo com um trabalho pode afetar a dedicação dos estudos durante a pós-graduação.

A respeito da atuação em atividades acadêmicas durante a graduação, observa-se que a maioria dos respondentes (65,30%) relataram não ter passado por essa experiência. Destaca-se que tais atividades geralmente possibilitam experienciar tarefas comuns do

ambiente acadêmico, e algumas delas também frequentes durante o curso de mestrado e/ou doutorado. Ainda referente as características da amostra, apresenta-se na Tabela 4 a quantidade de respondentes por programas de pós-graduação.

Tabela 4 - Perfil dos respondentes: instituição de ensino

Instituição	F	%
FIPECAFI	4	1,09
FUCAPE- ES	17	4,65
FUCAPE-MA	2	0,55
FUCAPE-RJ	2	0,55
FURB	20	5,46
FURG	12	3,28
MACKENZIE	11	3,01
PUC	1	0,27
UEM	10	2,73
UFBA	10	2,73
UFC	9	2,46
UFES	13	3,55
UFG	23	6,28
UFMG	21	5,74
UFMS	7	1,91
UFPB	11	3,01
UFPE	10	2,73
UFPR	12	3,28
UFRGS	4	1,09
UFRJ	14	3,83
UFRN	5	1,37
UFRPE	10	2,73
UFSC	14	3,83
UFU	34	9,29
UNB	16	4,37
UniFECAP	3	0,82
UNIOESTE	14	3,83
UNISINOS	7	1,91
UNOCHAPECÓ	22	6,01
USP	14	3,83
USP/RP	13	3,55
Não indicado	1	0,27

Fonte: Elaborada pela autora

Observa-se que, na maior parte das instituições, houve mais de dez participantes. Considerando os maiores números absolutos de participações, destaca-se: UFU, UFG, UNOCHAPECO, UFMG e FURB. Dessas, três têm cursos de mestrado e doutorado e

duas apenas o curso de mestrado. E de todas as instituições que ofertam cursos de doutorado e/ou mestrado na área contábil, apenas uma não participou. Verifica-se que a maior parte dos respondentes (87 %) são de instituições públicas.

4.2 Análise descritiva dos estressores e autoeficácia

Conforme disposto na metodologia, optou-se por mensurar os estressores por meio de duas escalas, e a primeira delas refere-se às preocupações na pós-graduação. Na Tabela 5 evidencia-se a frequência de respostas que permite visualizar como os discentes avaliaram cada item da escala.

Tabela 5 - Estressores: preocupações

Item	0	1	2	3	4
	%	%	%	%	%
P1-Pressão interna pelo bom desempenho (cobrança pessoal elevada etc.).	0,82	1,09	12,02	40,44	45,63
P2-Interferência da demanda dos estudos sobre outros aspectos de sua vida.	0,82	2,19	20,49	45,08	31,42
P3-Aproveitamento das disciplinas ofertadas.	2,46	9,84	25,68	45,08	16,94
P4-Baixa quantidade de contatos com o orientador.	19,67	21,31	31,42	13,93	13,66
P5-Dificuldade do tema escolhido.	3,01	14,21	27,05	31,15	24,59
P6-Pressão externa acerca da conclusão (social, acadêmica etc.).	5,19	15,57	25,14	26,23	27,87
P7-Aproveitamento das supervisões.	7,38	20,49	35,79	25,41	10,93
P8-Apresentações orais.	7,65	18,58	31,69	19,4	22,68
P9-Possibilidade de não atingir o desempenho esperado pela banca	1,64	7,92	23,77	29,24	37,43
P10-Questões financeiras por estar estudando em tempo parcial ou integral.	17,76	19,95	20,77	18,31	23,22
P11-Tempo para concluir a tese ou dissertação.	4,10	10,93	27,05	29,51	28,42
P12-Questões relativas ao calendário e prazos da pós-graduação.	2,73	10,38	29,51	29,24	28,14
P13-Questões relativas ao horário das aulas na pós-graduação.	16,39	28,14	30,87	15,57	9,02
P14-Possível decepção quanto à inserção profissional	14,48	21,86	23,5	15,57	24,59
P15-Possibilidade de notas inferiores às esperadas.	7,10	16,94	29,24	27,87	18,85
Pontuação Geral de Preocupações	Mín.	Máx.	Me	Md	Dp
	7,00	60	36,97	37,50	9,80

Nota: 0=nada preocupado(a); 1=pouco preocupado(a); 2=às vezes preocupado(a); 3=muito preocupado(a); 4=extremamente preocupado(a)

Mín=Mínimo; Máx=Máximo; Me=Média; Md=Mediana; Dp=Desvio padrão

Fonte: Elaborada pela autora.

Dentre os itens percebidos como mais preocupantes pelos respondentes, destacam-se pressão interna pelo bom desempenho (P1); interferência da demanda dos estudos sobre outros aspectos de sua vida (P2) e possibilidade de não atingir o desempenho esperado pela banca (P9). Entre os menos preocupantes, ressalta-se a baixa

quantidade de contatos com o orientador (P4); questões financeiras por estar estudando em tempo parcial ou integral (P10) e questões relativas ao horário das aulas na pós-graduação (P13). Avaliou-se também as medidas estatísticas referentes à pontuação total das preocupações e a média foi 36,97, ou seja, acima da metade da escala. Houve a ocorrência de pontuação máxima, o que evidencia que os todos itens foram percebidos como extremamente preocupantes.

Ao comparar esses resultados com a literatura, nota-se que a demanda dos estudos sobre outros aspectos da vida, que pode ser percebida pela P2, tem sido uma preocupação frequente na pós-graduação, sendo discutida na perspectiva de falta de equilíbrio conforme visto nos estudos de El-Ghoroury *et al.* (2012), Cornwall *et al.* (2018) Evans *et al.* (2018) e Levecque *et al.* (2017). A predominância da P1 e P2 também foram identificadas nos estudos de Faro (2013b) ao investigar diferentes cursos; e no estudo de Rezende (2016), que contemplou exclusivamente pós-graduandos da área contábil. Assim, nota-se que, além dos fatores externos, os próprios discentes se pressionam na expectativa de ter bons resultados nos estudos.

A segunda parte da investigação dos estressores se deu por meio da escala de dificuldades. Da mesma forma, apresenta-se a frequência das respostas que possibilita a análise dos itens individualmente.

Tabela 6 - Estressores: dificuldades

Item	0	1	2	3	4
	%	%	%	%	%
D1-Relacionamento com os outros alunos.	37,16	33,06	24,04	4,92	0,82
D2-Relacionamento aluno-orientador.	44,54	24,32	22,68	6,01	2,46
D3-Relacionamento aluno-coordenação.	42,35	33,33	16,39	5,74	2,19
D4-Falta de motivação.	12,57	19,67	36,61	18,85	12,30
D5-Mudança do tema inicialmente proposto.	21,59	24,59	24,86	16,12	12,84
D6-Incompatibilidade entre o tema desejado e o proposto pelo orientador.	35,79	23,77	22,13	10,93	7,38
D7-Falta de incentivo.	18,58	25,14	28,42	14,21	13,66
D8-Prazos de entrega dos trabalhos das disciplinas.	4,65	8,47	34,43	29,78	22,68
D9-Prazo para confecção da tese ou dissertação.	6,01	12,30	34,97	25,41	21,31
D10-Aspectos financeiros da pesquisa.	26,50	26,78	24,32	11,48	10,93
D11-Aspectos financeiros pessoais.	14,48	20,22	28,14	17,49	19,67
D12-Compatibilizar os estudos com a vida pessoal e familiar.	1,37	6,83	19,40	26,23	46,18
D13-Tempo para estudar.	5,19	11,48	28,42	29,51	25,41
D14-Pressão para publicação.	2,73	6,83	21,86	27,87	40,71
Pontuação Geral Dificuldades	Mín.	Máx.	Me	Md	Dp
	0	51,00	26,98	27,00	9,25

Nota: 0=nada difícil; 1=pouco difícil; 2=às vezes difícil; 3=muito difícil; 4=extremamente difícil

Mín=Mínimo; Máx=Máximo; Me=Média; Md=Mediana; Dp=Desvio padrão

Fonte: Elaborada pela autora.

Verifica-se que três itens foram percebidos como extremamente difíceis por mais de 25% dos discentes, sendo esses: compatibilizar os estudos com vida pessoal e familiar (D12); pressão para publicação (D14) e tempo para estudar (D13). Em contrapartida, os três itens mais avaliados como nada difícil foram: relacionamento aluno-orientador (D2); relacionamento aluno-coordenação (D3) e relacionamento com outros alunos (D1). Em relação aos valores totais, tem-se a média 26,9, também acima da metade da escala.

A dificuldade com maior percentual no presente estudo (D12) é similar a questão de ‘compatibilizar vida pessoal com trabalho’ discutido por El-Ghoroury *et al.* (2012) e Cornwall *et al.* (2018). Nesse mesmo sentido, Waight e Giordano (2018) indicaram o excesso de trabalho como elemento que afeta o bem-estar de pós-graduandos. Já a pressão para publicação (D14) é consistente com o produtivismo percebido no ambiente acadêmico, conforme discutido por Estácio *et al.* (2019). No estudo de Rezende (2016) também se notou a predominância de D12 e D14.

No tocante aos resultados das dificuldades menos percebidas, notam-se divergências quanto a estudos anteriores (HUNTER; DEVINE, 2016; BARRY *et al.*, 2018) que destacaram como estressante a relação entre aluno-orientador. Depreende-se, assim, que os participantes dessa pesquisa têm relações satisfatórias com seus orientadores que não os afetam negativamente. Outro aspecto que merece destaque refere-se à questão financeira, que apresentou frequência similar em todas as opções de respostas. Presume-se que isso possa ser explicado pelo fato que a maior parte dos participantes apresentarem renda no nível 3, que é o intermediário, conforme os níveis avaliados na Tabela 2. Contudo, tal indicativo não ameniza as possíveis dificuldades financeiras enfrentadas por parte dos discentes, que podem, inclusive, ser o motivo pela busca de trabalho durante a pós-graduação.

A confiabilidade dessas escalas foi confirmada pelo Alfa de *Cronbach*, que apresentou para escalas de preocupações e dificuldades, respectivamente, os valores de 0,856 e 0,841 – ambos valores acima do recomendado por Hair *et al.* (2005). Na sequência, apresenta-se na Tabela 7 os itens que formaram a autoeficácia geral (alfa de 0,882) percebida dos pós-graduandos.

Tabela 7 - Autoeficácia geral dos pós-graduandos

	1	2	3	4	
Item	%	%	%	%	
AE1-Eu posso resolver a maioria dos problemas, se fizer o esforço necessário.	1,64	5,19	43,72	49,45	
AE2-Mesmo que alguém se oponha eu encontro maneiras e formas de alcançar o que quero	1,91	9,84	57,65	30,60	
AE3-Tenho facilidade para persistir em minhas intenções e alcançar meus objetivos	3,83	6,56	49,45	40,16	
AE4-Tenho confiança para me sair bem em situações inesperadas	2,73	16,67	54,65	25,96	
AE5-Devido às minhas capacidades, sei como lidar com situações imprevistas	2,46	15,57	62,57	19,40	
AE6-Consigo sempre resolver os problemas difíceis quando me esforço bastante.	0,82	4,92	54,10	40,16	
AE7-Eu me mantenho calmo mesmo enfrentando dificuldades porque confio na minha capacidade de resolver problemas	6,83	27,05	49,45	16,67	
AE8-Quando eu enfrento um problema, geralmente consigo encontrar diversas soluções	1,91	22,95	58,74	16,39	
AE9-Se estou com problemas, geralmente encontro uma saída	0,27	7,38	65,57	26,78	
AE10-Não importa a adversidade, eu geralmente consigo enfrentar enfrentá-la	0,82	10,66	57,38	31,15	
Pontuação Geral de Autoeficácia	Mín.	Máx.	Me	Md	Dp
	14,00	40,00	31,24	31,00	4,75

Nota:1=não é verdade a meu respeito; 2=É dificilmente verdade a meu respeito; 3=É moderadamente verdade a meu respeito;4=É totalmente verdade a meu respeito

Mín=Mínimo; Máx=Máximo; Me=Média; Md=Mediana; Dp=Desvio padrão

Fonte: Elaborada pela autora.

A partir da segregação em itens, destaca-se que aqueles com maior identificação dos discentes foram AE1, AE3 e AE6, o que sugere que os respondentes se percebem com alta capacidade de resolução de problemas. Apesar dos três itens citados, de modo geral, nota-se que as respostas ficaram concentradas nas pontuações 3 e 4, enquanto na pontuação 1 todas as respostas foram menores que 10%. Esses dados, quando analisados na pontuação final, apontam que na média a autoeficácia percebida é de 31 pontos, ou seja, na média a amostra apresenta autoeficácia elevada.

É relevante ressaltar que a autoeficácia evidencia a percepção que um indivíduo tem da própria capacidade (BANDURA, 1997) e quando elevada contribui para que ele possa superar situações desafiadoras (SCHWARZER; HALLUM, 2008). Além disso, o quanto os estudantes se sentem confiantes é um aspecto positivo para que eles consigam desenvolver suas atividades de pesquisa na pós-graduação (JACKMAN; SISSON, 2021). Diante dessa perspectiva teórica e da descrição da Tabela 7, espera-se que os pós-graduandos tenham bons resultados diante dos estressores que estão vivenciado, o que poderá ser confirmado na análise do modelo proposto.

4.3 Análise descritiva do estresse, enfrentamento e bem-estar

Nessa seção, evidencia-se o estresse percebido pelos pós-graduandos. A mensuração do estresse se deu pela escala PSS, cuja pontuação pode variar de 0 a 56 e também pode ser analisada em níveis, conforme consta na Tabela 8.

Tabela 8 - Estresse dos pós-graduandos

Escore	Mín.	Máx.	Me	Md	Dp
	0,00	56,00	31,85	32,00	8,50
Níveis	Baixo	Médio	Alto	Muito Alto	Total
	1,64%	34,15%	55,46%	8,74%	100,00%

Nota: Mín=Mínimo; Máx=Máximo; Me=Média; Md=Mediana; Dp=Desvio padrão

Fonte: Elaborada pela autora.

Na média, a amostra apresentou 31,85 pontos, um valor pouco acima da metade da escala e considerado alto estresse. Já no mínimo e máximo, observou-se o alcance das extremidades da escala. Na análise dessas pontuações convertidas em níveis, observa-se que a maior parte da amostra apresenta estresse alto (55,46%), e 8,74% muito alto. Notou-se que a média dos respondentes foi próxima do ponto médio da escala, o que também ocorreu no estudo de Rezende *et al.* (2017). Em conjunto, o percentual de discentes com nível alto e muito alto foram superiores aos encontrados nos estudos de Rezende *et al.* (2017) e Faro (2013b).

Considerando o estresse apresentado, os discentes foram questionados sobre o quanto eles percebiam que seu estresse estava associado ao fato de fazerem pós-graduação. Em uma escala de 0 a 10, obteve-se uma média maior que 7, o que sugere que a maior parte desse estresse advém da rotina acadêmica. Também foram questionados se eles buscaram algum tipo de ajuda psicológica ou psiquiátrica após o início do curso, e 26% dos estudantes afirmaram que buscaram.

No que tange ao enfrentamento adotado pelos discentes, apresentam-se os quatorze tipos de estratégias, mensurados pela *Brief Cope*.

Tabela 9 - Estratégias de enfrentamento usadas pelos pós-graduandos

Dimensão da estratégia	Mín.	Máx.	Me	Md	Dp
Enfrentamento ativo	1,00	8,00	5,36	5,00	1,34
Planejamento	0,00	8,00	5,88	6,00	1,47
Suporte instrumental	0,00	8,00	4,51	5,00	1,96
Suporte emocional	0,00	8,00	4,40	4,00	2,14
Religião	0,00	8,00	4,58	5,00	2,77

Dimensão da estratégia	Mín.	Máx.	Me	Md	Dp
Reinterpretação positiva	0,00	8,00	5,04	5,00	1,93
Autoculpabilização	0,00	8,00	5,29	5,00	1,93
Aceitação	1,00	8,00	4,71	5,00	1,58
Expressão de sentimentos	0,00	8,00	4,27	4,00	1,98
Negação	0,00	8,00	1,69	1,00	1,76
Auto distração	0,00	8,00	4,27	4,00	1,90
Desinvestimento comportamental	0,00	8,00	0,99	0,00	1,45
Abuso de substâncias	0,00	8,00	1,21	0,00	1,89
Humor	0,00	8,00	2,81	3,00	1,89

Nota: Mín=Mínimo; Máx=Máximo; Me=Média; Md=Mediana; Dp=Desvio padrão

Fonte: Elaborada pela autora.

Nota-se que, das estratégias mais utilizadas que alcançaram média acima de 5, têm-se na seguinte ordem: planejamento, enfrentamento ativo, autoculpabilização e reinterpretação positiva. Das menos utilizadas, têm-se desinvestimento comportamental, abuso de substâncias, negação e humor. Ao considerar as funções principais das estratégias, nota-se que, das mais utilizadas pela amostra do presente estudo, apenas uma é focada na emoção (autoculpabilização); e, das menos utilizadas, apenas uma é focada no problema (humor). Em suma, as estratégias adaptativas foram as mais adotadas pelos respondentes.

Na sequência, evidencia-se na Tabela 10 algumas medidas relativas ao bem-estar, mensurado pelo QSG-12.

Tabela 10 - Bem-estar dos pós-graduandos

Escore	Mín.	Máx.	Me	Md.	Dp
	12,00	48,00	29,29	29,00	7,09

Nota: Mín=Mínimo; Máx=Máximo; Me=Média; Md=Mediana; Dp=Desvio padrão

Fonte: Elaborada pela autora.

Observa-se que a média (29,29) dos respondentes está situada um pouco abaixo do ponto central da escala, e esse resultado indica que os discentes estão mais próximos do bem-estar reduzido. Para entender esse valor, considera-se que a menor pontuação aponta para piores condições de bem-estar, ou bem-estar reduzido. Destaca-se ainda que as escalas de estresse, enfrentamento e bem-estar apresentaram, respectivamente, alfa de 0,905; 0,805 e 0,876, ou seja, todos sugerem consistência satisfatória das escalas, como já evidenciado na literatura.

4.4 Análise dos modelos

Considerando o objetivo do trabalho, realizou-se a análise de mediação por meio da regressão. Ressalta-se que as variáveis relativas aos estressores (preocupações e dificuldades) e a autoeficácia são declaradas como variáveis independentes (preditoras), as variáveis de estresse e enfrentamento como variáveis mediadoras e a variável que mensura o bem-estar como variável dependente.

Para apresentar os resultados, optou-se por evidenciar o processo de evolução dos modelos, os quais são apresentados da seguinte forma: **i) Modelo A:** evidencia a testagem do modelo completo conforme disposto no referencial; **ii) Modelo B:** evidencia todas as variáveis que apresentaram ao menos uma relação significativa; **iii) Modelo C:** evidencia somente as variáveis que contribuíram significativamente em todas as relações observadas. Os três modelos são apresentados separadamente, mas tem o mesmo objetivo. Isso possibilita testar as hipóteses e responder à pesquisa.

i) Modelo A

Com o propósito de evidenciar todo o processo de análise realizado, apresenta-se inicialmente, na Tabela 11, os efeitos totais. Eles indicam as relações das variáveis preocupações, dificuldades e autoeficácia com o bem-estar, na ausência de qualquer outra variável. Em conjunto, têm-se os efeitos diretos, que representam essas mesmas relações, porém considerando a inserção das variáveis mediadoras.

Tabela 11 - Modelo A: efeitos totais e diretos

Efeitos Totais (X → Y)							I.C. 95%		
		Caminho	Estimativa	E. P.	z-valor	p-valor	Inferior	Superior	
Preoetotal	→	Qsgtotal	c	-0.225	0.060	-3.771	< .001*	-0.341	-0.108
Difictotal	→	Qsgtotal	c	-0.214	0.058	-3.696	< .001*	-0.327	-0.100
Autoeftotal	→	Qsgtotal	c	0.391	0.045	8.723	< .001*	0.303	0.479
Efeitos Diretos (X → Y)									
Preoetotal	→	Qsgtotal	c'	-0.101	0.054	-1.870	0.061	-0.207	0.005
Difictotal	→	Qsgtotal	c'	-0.010	0.051	-0.202	0.840	-0.109	0.089
Autoeftotal	→	Qsgtotal	c'	0.097	0.049	1.989	0.047*	0.001	0.192

Nota: E.P.=Erro padrão; I.C.=Intervalo de confiança. Os asteriscos (*) no p-valor indicam que as relações foram significantes ao nível de 5%.

Fonte: Elaborada pela autora.

Pela análise dos efeitos totais, verifica-se que as três variáveis independentes (preocupações, dificuldades e autoeficácia), quando analisadas de forma isolada, impactam a variável dependente (bem-estar) de forma significativa. Os estressores se relacionam negativamente com o bem-estar, e a autoeficácia relaciona-se de forma positiva. Quando se insere as variáveis mediadoras (estresse e enfrentamento), a relação dos estressores com o bem-estar perde a significância. A autoeficácia se mantém, mas com estimativa menor. Esses primeiros indicativos ($c' < c$) sugerem haver mediação no modelo testado, sendo parcial na análise da autoeficácia e total na análise das preocupações e dificuldades.

Para verificar como se dá a mediação, evidencia-se, na Tabela 12, os efeitos indiretos encontrados. Assim, é possível visualizar o impacto que cada variável independente provocará no bem-estar, a depender do caminho analisado (ab), ou seja, de qual mediação está submetida.

Tabela 12 - Modelo A: efeitos indiretos

X=>M=>Y	Caminho	Est.	E.P.	z-valor	p-valor	I.C. 95%	
						Inf.	Sup.
Preoctrtotal → Pssttotal → Qsgtotal	ab	-0.103	0.031	-3.304	< .001*	-0.163	-0.042
Preoctrtotal → copesi → Qsgtotal	ab	8.125e-4	0.009	0.090	0.928	-0.017	0.019
Preoctrtotal → copese → Qsgtotal	ab	-0.008	0.009	-0.885	0.376	-0.025	0.009
Preoctrtotal → copere → Qsgtotal	ab	0.003	0.006	0.468	0.640	-0.008	0.014
Preoctrtotal → coperp → Qsgtotal	ab	0.023	0.012	2.001	0.045*	4.730e-	0.046
Preoctrtotal → copeac → Qsgtotal	ab	-0.035	0.017	-1.993	0.046*	-0.069	-5.684e-
Preoctrtotal → copeat → Qsgtotal	ab	7.302e-4	0.007	0.105	0.916	-0.013	0.014
Preoctrtotal → copees → Qsgtotal	ab	0.003	0.005	0.640	0.522	-0.006	0.013
Preoctrtotal → copeng → Qsgtotal	ab	-0.001	0.010	-0.116	0.908	-0.021	0.019
Preoctrtotal → copead → Qsgtotal	ab	-0.003	0.004	-0.590	0.555	-0.011	0.006
Preoctrtotal → copedc → Qsgtotal	ab	7.008e-4	0.003	0.245	0.806	-0.005	0.006
Preoctrtotal → copeas → Qsgtotal	ab	-0.005	0.006	-0.920	0.357	-0.016	0.006
Preoctrtotal → copehu → Qsgtotal	ab	-0.005	0.008	-0.610	0.542	-0.021	0.011
Preoctrtotal → copeca → Qsgtotal	ab	0.005	0.010	0.551	0.582	-0.013	0.024
Preoctrtotal → copepl → Qsgtotal	ab	-0.001	0.009	-0.152	0.879	-0.018	0.016
Dificttotal → Pssttotal → Qsgtotal	ab	-0.167	0.033	-5.084	< .001*	-0.231	-0.102
Dificttotal → copesi → Qsgtotal	ab	-2.719e-4	0.003	-0.088	0.930	-0.006	0.006
Dificttotal → copese → Qsgtotal	ab	7.920e-4	0.003	0.296	0.767	-0.004	0.006
Dificttotal → copere → Qsgtotal	ab	3.208e-5	0.001	0.027	0.978	-0.002	0.002
Dificttotal → coperp → Qsgtotal	ab	-0.031	0.014	-2.312	0.021*	-0.058	-0.005
Dificttotal → copeac → Qsgtotal	ab	-0.003	0.007	-0.423	0.672	-0.017	0.011
Dificttotal → copeat → Qsgtotal	ab	-5.740e-4	0.005	-0.105	0.916	-0.011	0.010
Dificttotal → copees → Qsgtotal	ab	0.006	0.008	0.732	0.464	-0.010	0.023
Dificttotal → copeng → Qsgtotal	ab	-4.984e-5	5.635e-	-0.088	0.930	-0.001	0.001
Dificttotal → copead → Qsgtotal	ab	-0.004	0.007	-0.612	0.540	-0.017	0.009
Dificttotal → copedc → Qsgtotal	ab	0.001	0.004	0.251	0.802	-0.007	0.009
Dificttotal → copeas → Qsgtotal	ab	-7.531e-4	0.003	-0.236	0.813	-0.007	0.005
Dificttotal → copehu → Qsgtotal	ab	-9.448e-4	0.008	-0.113	0.910	-0.017	0.015
Dificttotal → copeca → Qsgtotal	ab	-0.005	0.009	-0.550	0.583	-0.024	0.013
Dificttotal → copepl → Qsgtotal	ab	0.001	0.009	0.153	0.878	-0.017	0.020

X=>M=>Y	Caminho	Est.	E.P.	z-valor	p-valor	I.C. 95%	
						Inf.	Sup.
Autoeftotal → Psstotal → Qsgtotal	ab	0.171	0.029	5.899	< .001*	0.114	0.228
Autoeftotal → copesi → Qsgtotal	ab	1.212e -4	0.001	0.090	0.928	-0.003	0.003
Autoeftotal → copese → Qsgtotal	ab	1.221e -4	0.002	0.059	0.953	-0.004	0.004
Autoeftotal → copere → Qsgtotal	ab	7.510e -4	0.002	0.395	0.693	-0.003	0.004
Autoeftotal → coperp → Qsgtotal	ab	0.060	0.020	2.973	0.003*	0.020	0.099
Autoeftotal → copeac → Qsgtotal	ab	0.021	0.010	2.119	0.034*	0.002	0.040
Autoeftotal → copeat → Qsgtotal	ab	0.001	0.013	0.106	0.916	-0.024	0.026
Autoeftotal → copees → Qsgtotal	ab	0.002	0.003	0.593	0.553	-0.004	0.007
Autoeftotal → copeng → Qsgtotal	ab	-1.880e -4	0.002	-0.116	0.908	-0.003	0.003
Autoeftotal → copead → Qsgtotal	ab	-0.002	0.003	-0.527	0.598	-0.008	0.004
Autoeftotal → copedc → Qsgtotal	ab	-0.003	0.013	-0.261	0.794	-0.028	0.022
Autoeftotal → copeas → Qsgtotal	ab	0.006	0.006	0.960	0.337	-0.006	0.017
Autoeftotal → copehu → Qsgtotal	ab	0.029	0.014	2.059	0.039*	0.001	0.056
Autoeftotal → copeca → Qsgtotal	ab	0.012	0.020	0.583	0.560	-0.027	0.051
Autoeftotal → copepl → Qsgtotal	ab	-0.002	0.013	-0.153	0.879	-0.028	0.024

Nota: Est.=Estimativa; E.P.=Erro padrão; I.C.=Intervalo de confiança. Os asteriscos (*) no p-valor indicam que as relações foram significantes ao nível de 5%.

Fonte: Elaborada pela autora.

Nota-se que a análise exposta na Tabela 12 contempla todos os caminhos possíveis das variáveis independentes até a variável dependente, no modelo proposto na pesquisa. Dentre os achados, destaca-se que a mediação das variáveis estresse e enfrentamento por reinterpretção positiva foi significativa para todas as variáveis independentes. Já a mediação do enfrentamento de autculpabilização foi significativa com duas variáveis independentes (preocupações e autoeficácia). Por fim, a mediadora enfrentamento por humor apresentou mediação significativa apenas quando analisada com a autoeficácia.

Em suma, os resultados dos efeitos indiretos indicam que, das quinze variáveis mediadoras, quatro (estresse, estratégias de humor, de autculpabilização e de reinterpretção positiva) apresentaram mediação significativa na relação de ao menos uma variável. Isso possibilita confirmar as hipóteses H1, H2 e H5 e confirmar parcialmente H3, H4 e H6. Na sequência, têm-se os efeitos indiretos totais que possibilitam confirmar a existência e forma da mediação, a partir da consolidação dos efeitos indiretos em cada variável independente.

Tabela 13 - Modelo A: efeitos indiretos totais

		Estimativa	E.P.	z-valor	p-valor	I.C.95%	
						Inferior	Superior
Preoctotal	→ Qsgtotal	-0.124	0.041	-2.993	0.003*	-0.205	-0.043
Difictotal	→ Qsgtotal	-0.203	0.043	-4.715	< .001*	-0.288	-0.119
Autoeftotal	→ Qsgtotal	0.294	0.040	7.295	< .001*	0.215	0.373

Nota: E.P.=Erro padrão; I.C.=Intervalo de confiança. Os asteriscos (*) no p-valor indicam que as relações foram significantes ao nível de 5%.

Fonte: Elaborada pela autora.

A partir dos dados da Tabela 13, nota-se que todas as relações testadas se mostram significativas. Isso permite afirmar que preocupações, dificuldades e autoeficácia, quando mediadas por estresse e por algumas estratégias de enfrentamento, impactam significativamente o bem-estar. Ao comparar esses efeitos indiretos totais com os efeitos diretos, nota-se que houve mediação total na relação das variáveis preocupações e dificuldades com bem-estar e mediação parcial na análise da autoeficácia com bem-estar. Considerando o modelo em sua totalidade, verifica-se que as variáveis analisadas apresentam alto poder de explicação do bem-estar, o que pode ser verificado pelo valor do coeficiente de determinação ($R^2=0,633$).

ii) Modelo B

Com intuito de confirmar os resultados apresentados no Modelo A, optou-se por testar o modelo novamente, com as mesmas variáveis independentes e dependente, e inserindo apenas as variáveis mediadoras que se mostraram significativas em pelo menos um dos caminhos analisados.

Tabela 14 - Modelo B: efeitos totais e diretos

Efeitos Totais (X → Y)						I.C. 95%	
	Caminho	Estimativa	E. P.	z-valor	p-valor	Inferior	Superior
Preoctotal	→ Qsgtotal c	-0.225	0.060	-3.771	<.001*	-0.341	-0.108
Difictotal	→ Qsgtotal c	-0.214	0.058	-3.696	<.001*	-0.327	-0.100
Autoeftotal	→ Qsgtotal c	0.391	0.045	8.723	<.001*	0.303	0.479
Efeitos Diretos (X → Y)							
Preoctotal	→ Qsgtotal c'	-0.105	0.054	-1.943	0.052	-0.210	9.398e-4
Difictotal	→ Qsgtotal c'	-0.010	0.049	-0.207	0.836	-0.107	0.086
Autoeftotal	→ Qsgtotal c'	0.111	0.042	2.637	0.008*	0.028	0.193

Nota: E.P.=Erro padrão; I.C.=Intervalo de confiança. Os asteriscos (*) no p-valor indicam que as relações foram significantes ao nível de 5%.

Fonte: Elaborada pela autora.

Ressalta-se que os efeitos totais são os mesmos, pois, conforme mencionado, eles indicam apenas a relação entre independentes e dependente. Quando analisados os efeitos diretos, a variável autoeficácia continua sendo a única a predizer significativamente o bem-estar, mesmo após a inserção das mediadoras, além disso, os sinais das estimativas permanecem com o mesmo sentido, com pequenas variações nos valores. Da mesma forma que no modelo A, apenas na relação da autoeficácia houve mediação parcial, e ao

observar os estressores teve-se mediação total. Na sequência apresentam-se os efeitos indiretos do modelo.

Tabela 15 - Modelo B: efeitos indiretos

X=>M=>Y	Estimativa	E.P.	z-valor	p-valor	I.C. 95%	
					Inferior	Superior
Preoctotal → Psstotal → Qsgtotal	-0.103	0.031	-3.340	< .001*	-0.164	-0.043
Preoctotal → coperp → Qsgtotal	0.023	0.011	2.131	0.033*	0.002	0.045
Preoctotal → copeac → Qsgtotal	-0.035	0.017	-2.072	0.038*	-0.068	-0.002
Preoctotal → copehu → Qsgtotal	-0.005	0.008	-0.604	0.546	-0.020	0.011
Difictotal → Psstotal → Qsgtotal	-0.168	0.033	-5.064	< .001*	-0.234	-0.103
Difictotal → coperp → Qsgtotal	-0.031	0.013	-2.478	0.013*	-0.056	-0.007
Difictotal → copeac → Qsgtotal	-0.003	0.007	-0.426	0.670	-0.017	0.011
Difictotal → copehu → Qsgtotal	-8.835e -4	0.008	-0.114	0.910	-0.016	0.014
Autoeftotal → Psstotal → Qsgtotal	0.173	0.029	6.046	< .001*	0.117	0.229
Autoeftotal → coperp → Qsgtotal	0.059	0.018	3.306	< .001*	0.024	0.095
Autoeftotal → copeac → Qsgtotal	0.021	0.009	2.219	0.026*	0.002	0.039
Autoeftotal → copehu → Qsgtotal	0.027	0.013	2.135	0.033*	0.002	0.052

Nota: E.P.=Erro padrão; I.C.=Intervalo de confiança. Os asteriscos (*) no p-valor indicam que as relações foram significantes ao nível de 5%.

Fonte: Elaborada pela autora.

Também não houve alterações que mudassem as relações significativas encontradas inicialmente (Modelo A). Em suma, os resultados expostos na Tabela 15 possibilitam averiguar de forma resumida o funcionamento do modelo com todas as variáveis mediadoras que apresentaram contribuição significativa na predição do bem-estar, ainda que tenham mediado apenas uma das variáveis independentes (H1, H2, H5 confirmadas; H3, H4, H6 confirmadas parcialmente). Na sequência, têm-se os efeitos indiretos totais.

Tabela 16 - Modelo B: efeitos indiretos totais

	Estimativa	E.P.	z-valor	p-valor	I.C. 95%	
					Inferior	Superior
Preoctotal → Qsgtotal	-0.120	0.040	-3.000	0.003*	-0.198	-0.042
Difictotal → Qsgtotal	-0.203	0.041	-4.985	< .001*	-0.283	-0.123
Autoeftotal → Qsgtotal	0.280	0.035	8.063	< .001*	0.212	0.348

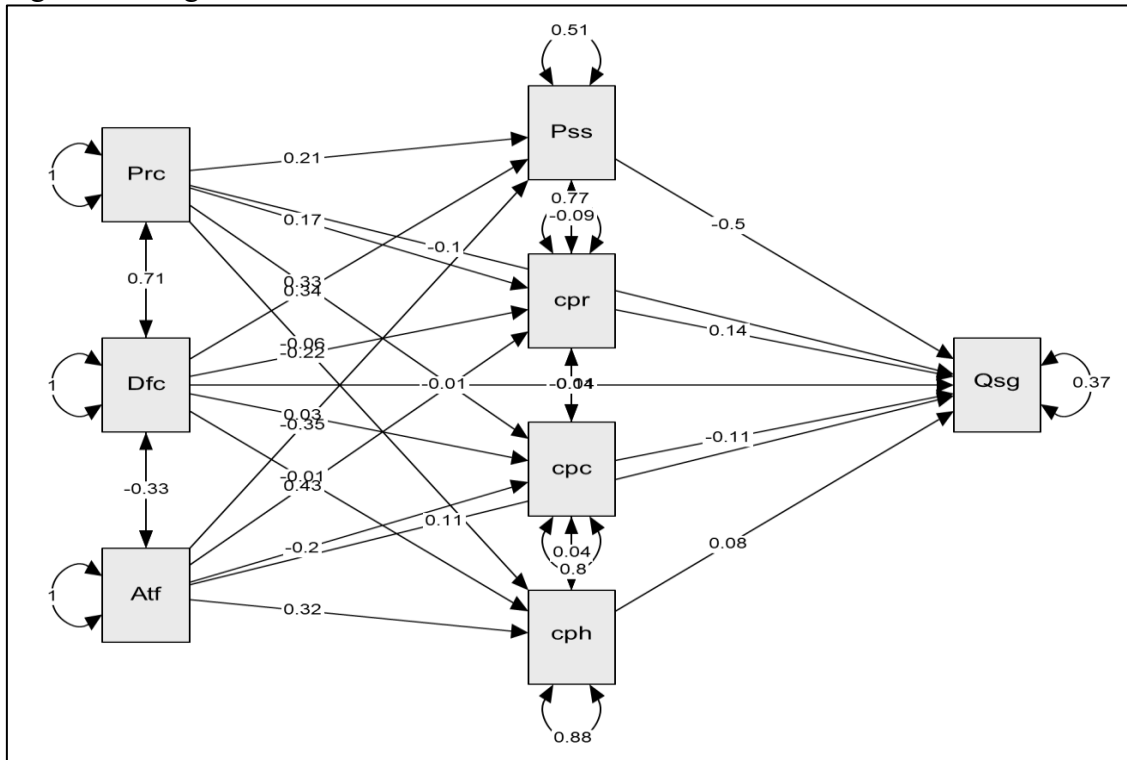
Nota: E.P.=Erro padrão; I.C.=Intervalo de confiança. Os asteriscos (*) no p-valor indicam que as relações foram significantes ao nível de 5%.

Fonte: Elaborada pela autora.

Nota-se que nos efeitos indiretos totais as mesmas relações significativas observadas no modelo A também são verificadas no modelo B, com pequenas alterações nos valores das estimativas. Em relação ao poder de explicação, o modelo B apresenta

$R^2=0,629$, ou seja, quase o mesmo coeficiente do modelo A. Em síntese, os resultados do modelo B confirmam os resultados do modelo A. Para uma análise mais detalhada, apresenta-se o diagrama de caminhos do modelo.

Figura 5 - Diagrama dos caminhos do Modelo B



Nota: Prc=preocupações; Dfc=Dificuldades; Atf=Autoeficácia; Pss=Estresse; cpr= reinterpretação positiva; cpc=autoculpabilização; cph=humor
 Fonte: Dados da pesquisa.

A partir da análise da Figura 5, verificam-se os efeitos diretos (c') também expostos na Tabela 14 e os caminhos que possibilitam a mensuração dos efeitos indiretos (ab) da Tabela 15. Novamente, observa-se que das quatorze estratégias de enfrentamento mensuradas, apenas três apresentaram mediação significativa em pelo menos uma das relações traçadas na figura. Tais resultados são descritos na sequência:

- preocupações e dificuldades relacionam-se positivamente com o estresse (VI=>M; 0,21; 0,34), que por sua vez relaciona-se negativamente com o bem-estar (M=>VD; -0,50). Isso resulta no entendimento de que preocupações e dificuldades explicam negativamente o bem-estar quando mediadas pelo estresse;
- autoeficácia relaciona-se negativamente com o estresse (VI=>M; -0,35), que por sua vez também se relaciona negativamente com o bem-estar (M=>VD; -0,50).

Isso permite afirmar que a autoeficácia explica positivamente o bem-estar quando mediada pelo estresse;

- c) preocupações relaciona-se positivamente com enfrentamento de reinterpretação positiva (VI=>M; 0,17) e com autculpabilização (0,33). Essas duas estratégias de enfrentamento, por sua vez, relacionam-se respectivamente de forma positiva (0,14) e negativa com o bem-estar (-0,11). Isso indica que preocupações explicam positivamente o bem-estar quando mediadas pelo enfrentamento de reinterpretação; e explicam negativamente quando mediadas pela estratégia de autculpabilização;
- d) dificuldades relaciona-se negativamente com enfrentamento de reinterpretação positiva (VI=>M; -0,22), que por sua vez relaciona-se positivamente com o bem-estar (M=>VD; 0,14). Assim, afirma-se que dificuldades explicam negativamente o bem-estar quando mediadas pelo enfrentamento de reinterpretação;
- e) autoeficácia relaciona-se positivamente com enfrentamento de reinterpretação e humor (VI=>M; 0,43; 0,32), que por sua vez relacionam-se positivamente com o bem-estar (M=>VD; 0,14; 0,08). Isso indica que autoeficácia explica positivamente o bem-estar quando mediada pelo enfrentamento de reinterpretação e humor. A autoeficácia ainda se relaciona negativamente com autculpabilização (VI=>M; -0,2), que por sua vez também tem relação negativa com o bem-estar (M=>VD; -0,11); o que conduz a afirmação de que autoeficácia mediada por autculpabilização afeta positivamente o bem-estar.

iii) Modelo C

Para obter um modelo mais parcimonioso, de modo a aperfeiçoar a proposta inicial, realizou-se uma nova análise considerando os resultados do modelo B e mantendo apenas as variáveis mediadoras que mostraram relação significativa em todos os caminhos. Da mesma forma que nos modelos anteriores, inicia-se pela apresentação dos efeitos totais e diretos.

Tabela 17 - Modelo C: efeitos totais e diretos

Efeitos Totais (X → Y)		I.C. 95%						
		Caminho	Estimativa	E. P.	z-valor	p-valor	Inferior	Superior
Preoctotal	→ Qsgtotal	c	-0.225	0.060	-3.771	< .001*	-0.341	-0.108
Difictotal	→ Qsgtotal	c	-0.214	0.058	-3.696	< .001*	-0.327	-0.100
Autoeftotal	→ Qsgtotal	c	0.391	0.045	8.723	< .001*	0.303	0.479

Efeitos Diretos (X → Y)									
Preoctotal	→	Qsgtotal	c'	-0.133	0.054	-2.468	0.014*	-0.239	-0.027
Difictotal	→	Qsgtotal	c'	0.013	0.050	0.264	0.792	-0.085	0.112
Autoeftotal	→	Qsgtotal	c'	0.127	0.043	2.974	0.003*	0.043	0.211

Nota: E.P.=Erro padrão; I.C.=Intervalo de confiança. Os asteriscos (*) no p-valor indicam que as relações foram significantes ao nível de 5%.

Fonte: Elaborada pela autora.

Mais uma vez destaca-se que os efeitos totais são os mesmos, mas ao comparar os efeitos diretos do modelo C com os modelos anteriores, observa-se que houve alteração no p-valor da variável preocupações que, nesse último modelo, apresenta relação significativa com o bem-estar. Nesse modelo a mediação total é verificada apenas na análise da variável dificuldades, e nas demais tem-se mediação parcial. Em seguida, apresentam-se os efeitos indiretos com somente duas variáveis mediadoras que foram significativas na análise das três variáveis independentes.

Tabela 18 - Modelo C: efeitos indiretos

X=>M=>Y	Caminho	Est.	E.P.	z-valor	p-valor	I.C. 95%	
						Inferior	Superior
Preoctotal → Psstotal → Qsgtotal	ab	-0.118	0.035	-3.396	< .001*	-0.186	-0.050
Preoctotal → coperp → Qsgtotal	ab	0.026	0.012	2.241	0.025*	0.003	0.049
Difictotal → Psstotal → Qsgtotal	ab	-0.192	0.036	-5.266	< .001*	-0.263	-0.120
Difictotal → coperp → Qsgtotal	ab	-0.035	0.013	-2.679	0.007*	-0.061	-0.009
Autoeftotal → Psstotal → Qsgtotal	ab	0.197	0.031	6.395	< .001*	0.136	0.257
Autoeftotal → coperp → Qsgtotal	ab	0.067	0.018	3.673	< .001*	0.031	0.103

Nota: Est.=Estimativa; E.P.=Erro padrão; I.C.=Intervalo de confiança. Os asteriscos (*) no p-valor indicam que as relações foram significantes ao nível de 5%.

Fonte: Elaborada pela autora.

Pelos resultados apresentados na Tabela 18, verifica-se a relevância do estresse e do enfrentamento de reinterpretação positiva, que mediarão significativamente a relação entre as variáveis preocupações, dificuldades e autoeficácia com o bem-estar. No que tange aos efeitos indiretos totais, confirmam-se as relações já evidenciadas nos modelos anteriores, com pequenas alterações nos valores das estimativas.

Tabela 19 - Modelo C: efeitos indiretos totais

		Estimativa	E.P.	z-valor	p-valor	I.C. 95%		
						Inferior	Superior	
Preoctotal	→	Qsgtotal	-0.091	0.038	-2.423	0.015*	-0.165	-0.017
Difictotal	→	Qsgtotal	-0.227	0.039	-5.804	< .001*	-0.304	-0.150
Autoeftotal	→	Qsgtotal	0.264	0.033	7.904	< .001*	0.199	0.330

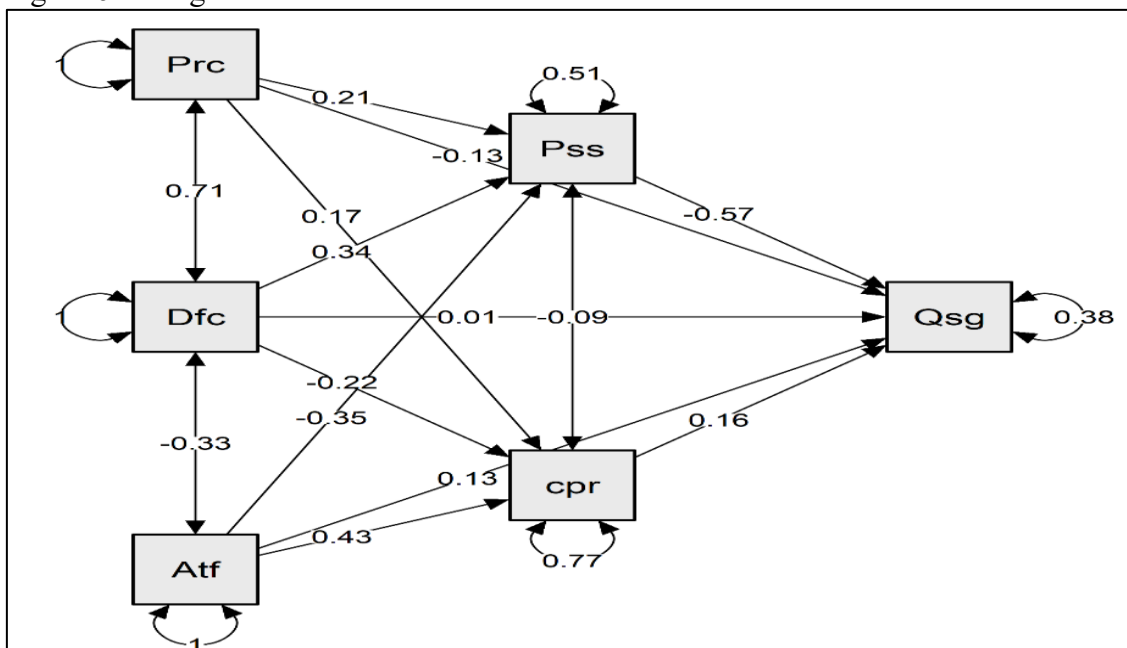
Nota: E.P.=Erro padrão; I.C.=Intervalo de confiança. Os asteriscos (*) no p-valor indicam que as relações foram significantes ao nível de 5%.

Fonte: Elaborada pela autora.

Assim, da mesma forma que no modelo A e B, os resultados apontam que preocupações e dificuldades, quando mediadas conjuntamente pelo estresse e enfrentamento, impactam negativamente o bem-estar. Já a autoeficácia, também mediada pelo estresse e enfrentamento, impacta positivamente o bem-estar. A análise comparativa dos efeitos diretos com os indiretos totais permite afirmar que houve mediação parcial na relação entre as variáveis preocupações e autoeficácia com o bem-estar e mediação total quando analisada a variável dificuldades.

Ressalta-se que o coeficiente de determinação do modelo C apresentou leve alteração, comparado aos anteriores, mas continua com valor acima de 60% ($R^2=0,618$). Esse sugere que o modelo mais parcimonioso, com menor quantidade de variáveis, tem alto valor de explicação da variável bem-estar. Por fim, apresentam-se os resultados do modelo C plotado em formato de análise dos caminhos, o que possibilita identificar visualmente os caminhos de cada variável no modelo.

Figura 6 – Diagrama dos caminhos do Modelo C



Nota: Prc=preocupações; Dfc=Dificuldades; Atf=Autoeficácia; Pss=Estresse; cpr= reinterpretação positiva;

Fonte: Dados da pesquisa.

Ao observar a Figura 6 é possível visualizar os efeitos diretos (c) cujas estimativas estão expostas na Tabela 17, bem como a constituição dos efeitos indiretos (ab), cujas estimativas estão na Tabela 18. Assim, ao analisar as setas individualmente, verificam-se as mesmas relações do modelo B. Resumidamente, nota-se que entre as variáveis independentes com as mediadoras:

- a) preocupações e dificuldades relacionam-se positivamente com estresse (VI=>M; 0,21; 0,34), enquanto a autoeficácia relaciona-se negativamente (VI=>M; -0,35);
- b) preocupações e autoeficácia relacionam-se positivamente com reinterpretação positiva (VI=>M; 0,17; 0,43), enquanto a variável dificuldades relaciona-se de forma negativa (-0,22);
- c) entre as mediadoras e a dependente, verificam-se mudanças nos valores das estimativas. Assim, tem-se que o estresse está relacionado negativamente com bem-estar (M=>VD; -0,57) e a reinterpretação positiva se relaciona positivamente com bem-estar (0,16).

Todos esses caminhos evidenciados na Figura 6 com suas devidas interpretações possibilitam averiguar a influência de cada variável no modelo, e a análise conjunta desses resultados (consolidação dos efeitos indiretos) é evidenciada pelas estimativas dos efeitos indiretos totais (Tabela 19). Em síntese, os três modelos apresentados são válidos e permitem o alcance do objetivo proposto pela pesquisa. Assim, conclui-se que é possível confirmar a hipótese H7, ou seja, o bem-estar dos pós-graduandos é explicado pelas preocupações, dificuldades e autoeficácia mediadas pelo estresse e algumas estratégias de enfrentamento.

4.5 Discussão dos resultados

Em observância aos resultados apresentados na seção anterior, destaca-se inicialmente que os estressores (preocupações, dificuldades) e a autoeficácia, quando analisados individualmente (efeitos totais), têm relação significativa com o bem-estar, atendendo a uma das características desejadas para a análise da mediação. Esse resultado vai ao encontro da literatura, confirmando achados de estudos qualitativos (DEVOS *et al.*, 2016; HUNTER; DEVINE, 2016) que evidenciaram que alguns estressores afetaram o bem-estar de pós-graduandos. Da mesma forma, ele vai ao encontro de resultados de estudos anteriores (PRIESACK; ALCOCK, 2015; SCHÖNFELD *et al.* 2019) que identificaram em públicos diversos, incluindo estudantes, a relação direta da autoeficácia com o bem-estar.

É válido ressaltar que a inserção dos estressores na análise de mediação no presente estudo foi considerada de modo geral, por meio dos escores das preocupações e dificuldades. Contudo, é possível verificar na análise descritiva os elementos

individualmente, que, em suma, evidenciam diversas demandas e pressões sobre os pós-graduandos. A descrição dessas variáveis, bem como a identificação de que se relacionam de forma negativa com o bem-estar, contribuem para a discussão de como o ambiente acadêmico, notadamente os cursos de pós-graduação, têm sido percebido como altamente estressante, o que requer alta capacidade adaptativa por parte dos discentes.

Ainda no que tange aos estressores, é pertinente pontuar sobre aqueles que foram mais frequentes no público investigado, conforme indicado na análise descritiva. Notou-se que questões relacionadas à dificuldade de conciliar atividades da pós-graduação com demais atividades (P2 e D12) e o tempo para estudar (D13) podem ter se mostrado mais acentuados em virtude da maior parte desses discentes (63,93%) atuarem em alguma atividade profissional concomitante ao curso de mestrado ou doutorado. Vale ressaltar que, em estudos anteriores (MALAGRIS *et al.*, 2009; FARO, 2013b) que analisaram cursos diversos, verificou-se que o percentual de discentes trabalhando e estudando era inferior aos achados dessa pesquisa, assim como na pesquisa de Rezende *et al.* (2017) que analisou os pós-graduandos da área contábil.

Outro estressor a ser destacado refere-se à pressão para publicação (D14) identificada nessa pesquisa, bem como no estudo de Rezende (2016), como uma das principais dificuldades percebidas por pós-graduandos da área contábil. A respeito disso, presume-se que o público investigado possa ter sentido mais dificuldade no desenvolvimento das publicações em virtude de a maioria deles não ter trabalhado com atividades de pesquisa antes de ingressar na pós-graduação, já que 65,3% relataram não terem atuado com atividades acadêmicas, conforme indicado na Tabela 3. Isso é comum na área contábil, pois muitos discentes ingressam em atividades profissionais em ambiente empresarial durante a graduação (DURSO *et al.*, 2016), logo, entende-se que pela falta de disponibilidade não participam de atividades acadêmicas.

Em sequência, retomando aos resultados estatísticos, e considerando a inserção das variáveis mediadoras (estresse e enfrentamento) na análise, notou-se nos três modelos (A, B, C) que a relação entre as variáveis independentes (preocupações, dificuldades e autoeficácia) com a dependente (bem-estar) apresentou redução nos efeitos diretos, atendendo outra característica desejada em termos de mediação. Assim, analisaram-se os efeitos indiretos (mediados), o que permitiu verificar de que forma preocupações, dificuldades e autoeficácia afetam o bem-estar dos pós-graduandos e, conseqüentemente, declarar a decisão sobre as hipóteses do estudo, conforme exposto no Quadro 7.

Quadro 7 - Síntese das hipóteses e resultados

Hipóteses	Análise	Resultado
H1: A relação entre as preocupações e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelo estresse.	Efeito Indireto X1=>M1=>Y	Confirmada
H2: A relação entre as dificuldades e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelo estresse.	Efeito Indireto X2=>M1=>Y	Confirmada
H3: A relação entre as preocupações e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelas estratégias de enfrentamento.	Efeito Indireto X1=>M2=>Y	Parcialmente Confirmada
H4: A relação entre as dificuldades e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelas estratégias de enfrentamento.	Efeito Indireto X2=>M2=>Y	Parcialmente confirmada
H5: A relação entre a autoeficácia geral e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelo estresse.	Efeito Indireto X3=>M1=>Y	Confirmada
H6: A relação entre a autoeficácia geral e o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é mediada pelas estratégias de enfrentamento.	Efeito Indireto X3=>M2=>Y	Parcialmente confirmada
H7: A relação entre as preocupações, as dificuldades e a autoeficácia geral com o bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis é explicada pela mediação do estresse e das estratégias de enfrentamento.	Efeito Indireto Total X1=>M1 e M2=>Y X2=>M1 e M2=>Y X3=>M1 e M2=>Y	Parcialmente confirmada

Fonte: Elaborado pela autora.

Os resultados das hipóteses são oriundos da análise dos efeitos indiretos, que representam a mediação, ou seja, a interação (produto) entre os caminhos **a** (VI=>M) com os caminhos **b** (M=>VD). Assim, notou-se pelos três modelos que o estresse desempenhou mediação significativa em todas as relações observadas, ou seja, as três variáveis independentes são mediadas pelo estresse e afetam o bem-estar, confirmando H1, H2 e H5. Já a mediação do enfrentamento foi significativa apenas na análise de três estratégias no modelo B (Figura 4) e uma no modelo C (Figura 5), confirmando parcialmente H3, H4, H6.

A respeito da constituição dos efeitos indiretos (ab), destaca-se na análise dos caminhos VI=>M a relação direta entre os estressores (preocupações e dificuldades) com o estresse, conforme indicado nas Figuras 5 e 6. Esse resultado é convergente com a literatura, pela qual se observa que alguns estressores contribuem efetivamente para a explicação do estresse, o que pode ser verificado nos estudos de Faro (2013a) e Rezende *et al.* (2017). No que se refere à autoeficácia, os resultados encontrados corroboram achados anteriores (BODYS-CUPAK *et al.*, 2016; NAVARRO-MATEU *et al.*, 2020; SALEH; CAMART; ROMO, 2017; SIDDIQUI, 2018) que haviam identificado relação inversa dessa variável com estresse.

Ainda no que se refere ao detalhamento dos efeitos indiretos, observou-se que os estressores se relacionaram de diferentes formas com as estratégias de enfrentamento, sem um comportamento congruente. Já a autoeficácia apresentou relação positiva com as estratégias de humor e reinterpretação positiva, porém negativa com a autoculpabilização. Dessa forma, entende-se que os estudos encontrados sobre a relação de autoeficácia com enfrentamento corroboram achados anteriores (BODYS-CUPAK *et al.*, 2016; CREGO *et al.*, 2016) que apontavam para a relação direta da estratégia de reinterpretação positiva com a autoeficácia.

Ao considerar as relações observadas pelos efeitos indiretos, ressalta-se o papel da autoeficácia, que na média mostrou-se elevada, conforme indicado na Tabela 7. A respeito disso, retoma-se a perspectiva teórica de Bandura (1977, 1997), pela qual expectativas de eficácia se referem à confiança do indivíduo quanto ao próprio sucesso em suas ações, com o propósito de alcançar os resultados esperados em sua vida. Diante disso, depreende-se pela análise da autoeficácia geral que os participantes dessa pesquisa têm alta expectativas de eficácia e de resultado, o que corroborou para o uso de estratégias adaptativas, como a reinterpretação positiva, afetando positivamente o bem-estar.

Em sequência, ao observar as relações entre as variáveis mediadoras e a variável dependente (M=>VD), certifica-se que o estresse se relaciona negativamente com o bem-estar, convergindo os achados de He *et al.* (2018) ao identificarem efeitos negativos do estresse no bem-estar de universitários. Esse resultado também concorda com a visão de que o estresse tem o potencial de impactar negativamente o estado psicológico dos indivíduos (COHEN; JANICKI-DEVERTS; MILLER, 2007; CARR; UMBERSON, 2013; MONROE, 2008).

No que se refere à relação entre enfrentamento e bem-estar, notou-se que as estratégias se relacionaram de diferentes maneiras com o bem-estar. Esse achado é convergente com o entendimento de alguns autores (SKINNER *et al.*, 2003; FOLKMAN; MOSKOWITZ, 2004) que defendem que o impacto do enfrentamento na saúde mental pode ser positivo ou negativo a depender da estratégia utilizada. Pela Figura 5 observa-se que a estratégia de reinterpretação positiva e de humor contribuem positivamente para o bem-estar. Isso é consonante aos achados de Faro (2013a) e Freire *et al.* (2018) ao identificarem uma relação direta de estratégias adaptativas (como a reinterpretação positiva) com variáveis de bem-estar.

Vale ressaltar que duas das estratégias que atuaram como mediadoras significativas são estratégias adaptativas (reinterpretação e humor) cujo foco atua

diretamente no elemento estressor (FOLKMAN; LAZARUS, 1980; LAZARUS; FOLKMAN, 1984) e contribui para a minimização dos efeitos negativos do estresse. A reinterpretação positiva refere-se à perspectiva de encarar as situações estressantes de modo positivo, enquanto a estratégia de humor indica que o indivíduo percebe o estressor com mais leveza (MAROCO *et al.*, 2014) – ambas se relacionaram positivamente com o bem-estar. Já com o uso da autculpabilização a pessoa se culpa pela situação estressora que está diante dela (MAROCO *et al.*, 2014), é uma estratégia que atua na busca da regulação da resposta emocional (LAZARUS; FOLKMAN, 1984) e mostrou-se negativamente associada ao bem-estar.

Ao refletir sobre as estratégias de enfrentamento mais adotadas pelo público investigado, notou-se o predomínio de estratégias adaptativas e, ao comparar com estudos anteriores com pós-graduandos de outras áreas (FARO, 2013a; SANTOS; ALVES JÚNIOR, 2007), encontrou-se como aspecto comum o maior uso de estratégias com foco no problema. Entretanto, verificaram-se também aspectos divergentes, pois outros estudos (EL-GHOROURY *et al.*, 2012; BAZRAFKAN *et al.*, 2016) evidenciaram que estratégias como a busca de suporte com outras pessoas (amigos e familiares) e *hobbies* estavam entre as mais utilizadas por pós-graduandos, o que não ocorreu na presente pesquisa. Em vista disso, presume-se que a adoção de algumas estratégias pode ser diferente nas áreas (em diferentes cursos) ou pode ter sido afetada por circunstâncias relativas ao período de pandemia, que provocou isolamento social e uma consequente redução do contato físico entre as pessoas ou até a realização de algumas atividades ou *hobbies*, que antes faziam parte da rotina.

Das estratégias desadaptativas, notou-se que a autculpabilização foi a mais utilizada e mostrou-se como mediadora significativa nos modelos A e B. A adoção dessa estratégia evidencia que os discentes se culpam ao se depararem com determinadas situações potencialmente estressoras. Esse achado suscita o entendimento de que os pós-graduandos em Ciências Contábeis são exigentes com eles mesmos, o que também pode ser percebido pela alta frequência de preocupação do estressor ‘pressão interna pelo bom desempenho’ (P1), conforme indicado na Tabela 5. O uso da autculpabilização entre os estudantes deve ser observado com cautela, pois, conforme afirma Carver (2011), as estratégias focadas na emoção, quando adotadas constantemente, tendem a gerar consequências negativas a longo prazo, uma vez que o indivíduo que se culpa pode desenvolver comportamentos prejudiciais a sua saúde, seu bem-estar.

A junção de todas as relações discutidas é percebida no modelo proposto, que considera a atuação conjunta dos mediadores, cujos resultados são evidenciados pelos efeitos indiretos totais. Esses possibilitaram verificar que preocupações e dificuldades mediadas pelo estresse e enfrentamento impactam negativamente no bem-estar. Já a autoeficácia mediada pelo estresse e enfrentamento contribuiu positivamente para o bem-estar, pois consolidou o efeito positivo das duas mediadoras quando analisadas separadamente. Em suma, todas essas relações possibilitam confirmar (parcialmente) a H7 e a tese de que o bem-estar dos pós-graduandos é explicado pela relação dos estressores, estresse, estratégia de enfrentamento e autoeficácia.

Ainda considerando as relações encontradas, é pertinente refletir sobre duas possibilidades de intervenção em busca da melhoria do bem-estar dos discentes. A primeira seria na redução do estresse, o que aponta para a necessidade de analisar cuidadosamente os estressores mais frequentes, buscando entender se são fatores que poderiam ser amenizados de alguma forma. Considerando a diversidade dos estressores, entende-se ainda que essa análise, bem como o planejamento de ações intervencionistas pode ocorrer ao nível institucional, ou pode ser uma análise individual, pois quando o discente toma conhecimento do que está provocando seu estresse terá maior probabilidade de gerenciá-lo para evitar seus impactos negativos.

A redução do estresse também pode ser desenvolvida com o uso de técnicas apropriadas, tais como a atenção plena, mediação, e ioga (STILLWELL; VERMEESCH; SCOTT, 2017), que podem ser aplicadas aos estudantes. Já a segunda forma de intervenção seria direcionada para melhorar o uso de estratégias de enfrentamento, o que também pode ser aprimorado com uso de treinamentos específicos para esse fim (STÄCHELE et al., 2020). Sob esse aspecto e considerando os achados da pesquisa, entende-se que a estratégia de reinterpretação positiva é a que deve ser mais utilizada, pois se apresentou como mediadora significativa em todos os caminhos observados e se mostrou associada ao maior bem-estar.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os cursos de pós-graduação atraem indivíduos que buscam se qualificar profissionalmente com diferentes objetivos, sendo comum a busca pela carreira acadêmica, porém a trajetória durante um curso de mestrado e/ou doutorado é repleta de desafios. Dessa forma, tem-se notado que inúmeros fatores característicos do ambiente ou, de modo geral, consequentes da decisão de ingressar na pós-graduação podem colaborar com a ocorrência de transtornos psicológicos que afetam a rotina e a vida dos estudantes, de diferentes formas.

Ao analisar a literatura, observou-se a existência de estressores diversos no âmbito da pós-graduação (FARO 2013b; CORNWALL *et al.*, 2018), enquanto a utilização de formas de enfrentar esses estressores parece ter sido discutida em menor proporção (ELGHOROURY *et al.*, 2012; SANTOS; ALVES JÚNIOR, 2007) e alguns estudos apontaram para maior vulnerabilidade dos pós-graduandos quanto a ocorrência de problemas de saúde mental (LEVECQUE *et al.*, 2017; EVANS *et al.*, 2018). Considerando aspectos em comum desses trabalhos, é possível inferir que a realização de um curso de pós-graduação requer dos estudantes habilidades para se adaptarem ao ambiente potencialmente estressor.

Diante das evidências anteriores, estabeleceu-se como objetivo avaliar a relação dos estressores e a autoeficácia, mediados pelo estresse e enfrentamento no bem-estar psicológico de pós-graduandos em Ciências Contábeis. Para tanto, investigaram-se 366 pós-graduandos de 28 instituições de ensino. A partir dos resultados encontrados, verificou-se que diversos aspectos da rotina acadêmica são percebidos como estressores pelos pós-graduandos, como questões referentes a pesquisa, ao tempo de estudo, restrições financeiras, entre outras. Dessas, destaca-se a alta frequência observada em estressores que, em suma, evidenciam o receio dos discentes em não alcançarem bons resultados e a dificuldade em conciliar as atividades e demandas da pós-graduação com outros aspectos da vida. Esses achados suscitam a reflexão de como o ambiente da pós-graduação é competitivo e como as exigências em busca de maior produtividade tem o potencial de afetar o estado psicológico dos discentes.

Quanto à autoeficácia dos pós-graduandos, notou-se que, de modo geral, os discentes se consideram confiantes em relação à capacidade de resolver problemas, o que demonstra que eles têm autoeficácia elevada. Quanto ao nível de estresse, a maior parte da amostra apresentou estresse alto, resultado similar ao de estudos anteriores (FARO,

2013b; REZENDE *et al.*, 2017) que utilizaram o mesmo instrumento para mensurar essa variável. O bem-estar, apesar de na média estar próximo da metade da escala, ou seja, do ponto neutro, está levemente inclinado para um bem-estar reduzido. Em relação ao uso de estratégias de enfrentamento, observou-se como ponto positivo que a maior parte das estratégias utilizadas são consideradas adaptativas, ou com foco no problema, com exceção da estratégia de autculpabilização que figura entre as mais usadas e é uma estratégia desadaptativa.

Ao considerar a análise descritiva, bem como os apontamentos realizados na discussão desse trabalho, é apropriado ponderar que a mensuração de algumas das variáveis analisadas pode ter sofrido interferência devido ao momento atípico de pandemia pelo qual os discentes estavam vivendo quando participaram dessa pesquisa. As incertezas quanto a disseminação da pandemia, a adoção do formato *on-line* de ensino, o isolamento social com consequente distanciamento dos colegas e professores, entre outros aspectos geraram inúmeras mudanças na rotina dos estudantes. Esses aspectos não foram avaliados nessa pesquisa, até mesmo pela inviabilidade metodológica de avaliar o cenário antes e durante a pandemia, contudo eles devem ser considerados especialmente para discussões futuras a respeito do ambiente estressante da pós-graduação no cenário pós-pandemia.

Após a apresentação descritiva dos dados, realizou-se a análise de mediação, a qual possibilitou identificar que os estressores e a autoeficácia estão relacionados com o bem-estar, sendo essa relação mediada pelo estresse e por algumas estratégias de enfrentamento. Ou seja, existem efeitos indiretos que possibilitam entender os caminhos percorridos pelas variáveis independentes (estressores e autoeficácia) e de que forma elas afetaram a variável dependente (bem-estar). A partir da existência dessa mediação significativa, pode-se concluir que qualquer interferência no estresse e/ou no enfrentamento impactará no bem-estar. Esse achado é relevante, pois evidencia fatores que devem ser ponderados, de modo a buscar formas que propiciem o maior bem-estar dos estudantes.

Nesse sentido, notou-se que o estresse atuou como mediador em todas as relações observadas. No que se refere ao enfrentamento das quatorze estratégias, três atuaram como mediadoras (autoculpabilização, humor e reinterpretação positiva), sendo a reinterpretação positiva significativa em todos os caminhos analisados. Esses achados permitem concluir que o estresse e enfrentamento são duas variáveis que necessitam ser

acompanhadas com cautela, especialmente com o intuito de buscar a manutenção ou melhoria do bem-estar dos estudantes na pós-graduação.

Os resultados encontrados possibilitaram confirmar a tese proposta de que o bem-estar psicológico de pós-graduandos é explicado pela relação entre os estressores e a autoeficácia, mediados pelo estresse e enfrentamento. Diante disso, esse estudo propicia algumas implicações e contribuições. Sob o ponto de vista teórico, contribui ao avaliar aspectos da abordagem cognitiva do estresse proposta por Lazarus e Folkman (1984) em um público específico (pós-graduandos em Ciências Contábeis), percebido como vulnerável frente aos estressores e possíveis adversidades psicológicas decorrentes. Nesse sentido, ao propor e testar o modelo, indicado na Figura 2, com a análise conjunta dos estressores, autoeficácia, estresse, enfrentamento e bem-estar, os achados reforçam a abordagem cognitiva do estresse, indicando que situações estressoras do ambiente estimulam o estresse e simultaneamente os indivíduos podem dispor de estratégias de enfrentamento que influenciarão possíveis impactos do estresse percebido.

Outra contribuição refere-se a análise da autoeficácia no modelo, o que permitiu testar alguns argumentos teóricos que apontavam para o potencial da autoeficácia em interferir no uso do enfrentamento, visando amenizar o estresse (BANDURA, 1997) e melhorar o bem-estar (SONNENTAG, 2015). Além disso, ao considerar o público investigado, os achados do papel da autoeficácia reforçam resultados qualitativos (JACKMAN; SISSON, 2021) que indicavam a importância da autoeficácia elevada para o progresso e bons resultados de pós-graduandos durante sua trajetória acadêmica, especialmente no que tange a pesquisa.

Ainda, de modo geral, a presente tese contribui ao ampliar as discussões a respeito do estresse e bem-estar na pós-graduação em suas mais diversas áreas, principalmente ao realizar a análise conjunta das variáveis nos modelos de mediação. Simultaneamente, traz contribuições direcionadas a área contábil, com a evidenciação de características desse público e a percepção deles quanto aos elementos estressores. Dessa forma, reforça e expande os achados de Altoé, Fragalli e Espejo (2014) e Rezende *et al.* (2017) que também investigaram pós-graduandos de Ciências Contábeis. Esses autores identificaram sintomas e altos níveis de estresse e alguns fatores associados. Já os achados aqui discutidos reforçam a ocorrência do alto estresse, dos estressores, com o acréscimo da avaliação do enfrentamento, além da análise da autoeficácia e do bem-estar, enfatizando, assim, variáveis pertencentes ao indivíduo.

As relações encontradas na presente tese propiciam ainda reflexões a respeito de consequências dos inúmeros estressores, alto estresse e bem-estar reduzido na pós-graduação. A respeito disso, é pertinente resgatar estudos anteriores, os quais apontaram que o alto estresse está associado ao menor desempenho acadêmico (REZENDE *et al.*, 2017) e a maior probabilidade de abandonar o curso (PYHÄLTÖ *et al.* 2012). Ademais, depreende-se que se a pós-graduação for constantemente percebida como desgastante e especialmente se promover a desistência, isso provoca perda não somente aos discentes, que deixam de se qualificar, como também para seus orientadores que estavam acompanhando seus projetos e para o programa que terá maior índice de evasão, o que impacta em seus objetivos e avaliações institucionais.

Sob o ponto de vista empírico, os achados dessa tese contribuem ao apresentar características dos pós-graduandos da área contábil e principalmente os fatores que explicam o bem-estar deles. Assim, depreende-se que o estudante, ao se deparar com um ambiente altamente estressor que impacta negativamente seu bem-estar, pode se sentir ainda mais desestimulado a permanecer na pós-graduação, visto as outras opções profissionais que poderia se dedicar. Ao longo prazo isso pode afastar a busca pela pós-graduação e, conseqüentemente, pela carreira acadêmica, uma das opções mais frequentes entre estudantes de mestrado e doutorado. Essas reflexões indicam a importância de os programas de pós-graduação, notadamente da área contábil, acompanharem os desafios vivenciados por seus estudantes e os auxiliarem. Esse acompanhamento é fundamental, pois entende-se que o bem-estar elevado dos pós-graduandos pode impactar, ainda que indiretamente, na melhoria da avaliação, bem como na consolidação dos programas, especialmente para aqueles com poucos anos de existência.

Em síntese, as contribuições empíricas são relevantes, visto que a identificação dos fatores que afetam o bem-estar dos pós-graduandos é primordial para a concepção de um planejamento direcionado de atividades intervencionistas que visem mudanças no ambiente acadêmico e na melhoria do bem-estar dos discentes. Ademais, a demonstração de dados empíricos obtidos na presente tese fornece respaldo para a consecução dessas atividades, reformulação de práticas acadêmicas e estabelecimento de políticas educacionais, seja a nível departamental ou a nível institucional.

Desses fatores que afetaram o bem-estar, conforme análise realizada, destaca-se na perspectiva intervencionista a relevância do estresse e do enfrentamento, variáveis que devem ser cuidadosamente observadas. Nesse sentido, é oportuno considerar o papel dos estressores, ou seja, a partir da identificação e frequência deles é possível avaliar e refletir

sobre ações que possam ser realizadas para amenizá-los e, por consequência, reduzir o estresse. Quanto ao uso do enfrentamento pelos pós-graduandos em Ciências Contábeis, entende-se que ele deve ser aprimorado, especialmente a adoção da estratégia de reinterpretação positiva que mostrou relação direta com o bem-estar. Assim, é pertinente conscientizar os discentes sobre os benefícios de adotarem estratégias de enfrentamento de modo a se tornarem mais resilientes frente aos desafios do ambiente acadêmico.

Da mesma forma, é apropriado pontuar que há na literatura algumas recomendações sobre técnicas ou ações de autocuidado que buscam reduzir o estresse, seja diretamente com atividades de ioga e meditação (STILLWELL; VERMEESCH; SCOTT, 2017) e treinamentos baseados em atenção plena (LONG; HALVORSON; LENGUA, 2021), ou indiretamente com treinamentos específicos para aprimorar as habilidades de enfrentamento e, conseqüentemente, diminuir possíveis danos do estresse (STÄCHELE *et al.* 2020). Esses estudos consideraram diferentes públicos, mas tem como aspecto comum a preparação do indivíduo frente ao ambiente estressor, portanto, entende-se que são recomendações que podem ser úteis no âmbito da pós-graduação.

Ainda a respeito dessas recomendações expostas em estudos anteriores, é pertinente pontuar que elas demandam profissionais habilitados/aptos para desenvolverem. Logo, são opções válidas que os próprios discentes busquem em locais apropriados ou que as instituições de ensino insiram e ofereçam em seus programas de apoio e atendimento psicológico aos estudantes. Nesse sentido, percebe-se que os achados da presente pesquisa podem ser levados em consideração pelas instituições de ensino para promoverem atividades de autocuidado e suporte, ou mesmo oferta de aconselhamento, ou apoio psicológico aos discentes para que eles tenham amparo e condições de enfrentar as adversidades do ambiente acadêmico.

Além do papel das instituições, é relevante ponderar que possíveis ações intervencionistas a serem realizadas no ambiente acadêmico demandam também a participação dos docentes e dos discentes, e algumas podem ser realizadas ao nível departamental pelos programas de pós-graduação – entende-se que a atuação conjunta promoverá melhores resultados. Dessa forma, ao considerar, especificamente, cada programa de pós-graduação, infere-se que os coordenadores têm papel fundamental em divulgar e incentivar a participação dos estudantes em possíveis atividades de intervenção oferecidas pela instituição de ensino, ou mesmo promover eventos periódicos (palestras, *workshops*) com profissionais especializados que possam disseminar a importância do autocuidado e manutenção da saúde mental e bem-estar na vida acadêmica.

Ainda no tocante a realização de ações, propostas pelas coordenações dos programas de pós-graduação, que visem auxiliar os discentes a lidar com o estresse, sugere-se que elas sejam inseridas em horários de aulas, ou próximo desses horários, e/ou ainda que possam ser utilizadas para complementar a carga horária exigida na pós-graduação. A preocupação com a forma e horários de oferta dessas atividades deve-se ao fato de que os pós-graduandos já têm diversas demandas e há evidências (ELGHOROURY *et al.*, 2012) de que a falta de tempo seja um fator limitante para que os discentes busquem essas atividades. Nesse sentido, esses cuidados no planejamento e execução dessas ações são necessários para contar com a participação efetiva dos discentes.

De modo similar, os professores, especialmente os orientadores que estão mais próximos dos discentes, podem auxiliá-los ao indicar e incentivar a busca pelos programas de suporte que possivelmente existem em sua instituição de ensino. Sugere-se também que busquem estabelecer o planejamento das atividades de pesquisa com acompanhamento frequente e com flexibilidade, considerando a carga horária dos discentes. Contudo, é oportuno considerar que algumas dessas demandas podem extrapolar a formação profissional do professor, o qual pode não saber como reagir diante da vulnerabilidade dos discentes. Por isso seria importante que as instituições de ensino também investissem em treinamento do corpo docente, conforme proposto por Waight e Giordano (2018), para que eles tivessem ao menos condições de indicar caminhos para o próprio discente buscar auxílio. Da mesma forma, é relevante que as instituições tenham programas de suporte para os docentes, que possivelmente estão lidando com dificuldades diante da sobrecarga e estresse do trabalho.

Em síntese, tanto o apoio institucional quanto o apoio docente são fundamentais para a redução de estigmas existentes a respeito da saúde mental, que possivelmente afastam os estudantes das atividades de autocuidado e prevenção. Assim, debater sobre o assunto, promover eventos, treinamentos ou projetos que propiciem a redução do estresse ou maior capacidade de enfrentamento no ambiente acadêmico é essencial para que os discentes se sintam mais confortáveis e, quando julgarem necessário, busquem a ajuda profissional.

Quanto aos discentes, é primordial que eles conheçam os desafios do ambiente da pós-graduação e, principalmente, que tenham o entendimento de que apesar desses desafios potencialmente estressores, eles podem ser menos afetados quando utilizarem estratégias de enfrentamento adaptativas, especialmente a reinterpretação positiva.

Sugere-se, ainda, que eles sejam receptivos e proativos quanto à busca de atividades que os auxiliem a lidar com as adversidades encontradas na trajetória da pós-graduação, evitando problemas futuros oriundos do alto estresse.

Ademais, é oportuno mencionar que as características dos discentes (sociodemográficas e acadêmico-profissionais) podem estar relacionadas ou mesmo contribuir para explicar algumas das variáveis aqui investigadas. Porém, em virtude dos procedimentos metodológicos adotados, os quais foram direcionados para o objetivo geral, não se realizou essa análise. Desse modo, ao considerar a relevância e as contribuições da temática discutida nesse estudo e na perspectiva de sua continuidade, destaca-se que a investigação voltada para a análise da relação dessas características dos discentes será desenvolvida em um estudo futuro, como desdobramento dessa tese.

Após expor os achados e as contribuições da pesquisa, é necessário destacar as limitações em sua realização. A primeira delas refere-se ao fato de ser um estudo transversal, coletado em um momento determinado. A respeito disso, ressalta-se ser um período atípico na rotina dos pós-graduandos, já que quando participaram da pesquisa estavam com aulas remotas e vivendo no cenário da pandemia da Covid-19. Apesar de ser uma limitação, ao considerar a excepcionalidade da pandemia, torna-se um momento único de análise, o qual pode gerar reflexos futuros no ambiente da pós-graduação, ao mesmo tempo entende-se que não reduz as contribuições aqui evidenciadas.

Outra limitação refere-se à forma escolhida para mensurar as variáveis analisadas, já que todos os instrumentos usados são de autorrelato. Sobre esse aspecto é oportuno mencionar que os achados não permitem e nem pretendem evidenciar diagnósticos clínicos. Ao invés disso, relatam a própria percepção dos discentes quanto ao que consideram como estressores, ao que usam como enfrentamento e ao seu nível de autoeficácia, estresse e bem-estar. Contudo, é válido ressaltar que todos os instrumentos são validados e permitiram comparabilidade com estudos anteriores.

Diante dessas limitações, têm-se alguns direcionamentos para estudos futuros que podem ampliar os achados aqui apresentados. Primeiramente, sugere-se que a pesquisa seja replicada e o modelo testado em um cenário pós-pandemia, em que os discentes estejam assistindo suas aulas presencialmente. Além disso, recomenda-se o uso de outros instrumentos, técnicas, ou mesmo de abordagens mistas para a coleta de dados, que possibilitem identificar outros estressores ou estratégias que também possam explicar o bem-estar, além dos que já foram identificados nessa pesquisa.

REFERÊNCIAS

ALTOÉ, S. M. L.; FRAGALLI, A. C.; ESPEJO, M. M. S. B. A “dor do crescimento”: um estudo sobre o nível de stress em pós-graduandos de contabilidade. **Revista Gestão Universitária na América Latina - GUAL**, v. 7, n. 1, p. 213-233, 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.5007/1983-4535.2014v7n1p213>

ALVES, V. M.; ESPINDOLA, I. C. P.; BIANCHETTI, L. A relação orientador-orientando na pós-graduação stricto sensu no Brasil: a autonomia dos discentes em discussão. **Revista Educação em Questão**, v. 43, n. 29, p. 135-156, 2012. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/educacaoemquestao/article/view/4071>. Acesso em: 20 out. 2019.

ANTONIAZZI, A. S.; DELL'AGLIO, D. D.; BANDEIRA, D. R. O conceito de coping: uma revisão teórica. **Estudos de psicologia**, v. 3, n. 2, p. 273-294, 1998. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-294X1998000200006>

ARAÚJO, M.; MOURA, O. Estrutura factorial da general self-efficacy scale (escala de auto-eficácia geral) numa amostra de professores portugueses. **Laboratório de Psicologia**, v. 9, n. 1, p. 95-105, 2011. DOI: <https://doi.org/10.14417/lp.638>

BANDURA, A. Adolescent development from an agentic perspective. *In*: PAJARAES, F.; URDAN, T. **Self-efficacy beliefs of adolescents**, p. 1-43, 2006a

BANDURA, A. A evolução da teoria social cognitiva. *In*: BANDURA, A; AZZI, R.G.; POLYDORO, S.A. J. **Teoria social cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2008, p. 15-41.

BANDURA, A. Health promotion by social cognitive means. **Health education & behavior**, v. 31, n. 2, p. 143-164, 2004. DOI: <https://doi.org/10.1177/1090198104263660>

BANDURA, A. Perceived self-efficacy in cognitive development and function. **Educational Psychologist**. v. 28, n. 2, p. 117-148, 1993. DOI: https://doi.org/10.1207/s15326985ep2802_3

BANDURA, A. **Self-efficacy. The exercise of control**. New York: W. H. Freeman and Company, 1997.

BANDURA, A. Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. **Psychological Review**, v. 84, n.2, p. 191-215, 1977. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

BANDURA, A. 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, A. Toward a psychology of human agency. **Perspectives on psychological science**, v. 1, n. 2, p. 164-180, 2006b. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2006.00011.x>

BARON, R. M.; KENNY, D. A. The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. **Journal of personality and social psychology**, v. 51, n. 6, p. 1173-1182, 1986. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/buy/1987-13085-001>. Acesso em: 20 ago. 2021.

BARRY, K. M. *et al.* Psychological health of doctoral candidates, study-related challenges and perceived performance, **Higher Education Research & Development**, v. 37, n. 3, p. 468-483, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1080/07294360.2018.1425979>

BARTH, T. G.; ENSSLIN, S. R. O custo socioeconômico da pós-graduação stricto sensu: uma análise na percepção de mestres em contabilidade. **Revista Eletrônica de Estratégia & Negócios**, v. 7, n. 3, p. 192-227, 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.19177/reen.v7e32014192-227>

BARTIMOTE-AUFFLICK, K. *et al.* The study, evaluation, and improvement of university student self-efficacy. **Studies in Higher Education**, v. 41, n. 11, p. 1918-1942, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1080/03075079.2014.999319>

BAZRAFKAN, L. *et al.* Management of stress and anxiety among phd students during thesis writing: a qualitative study. **The health care manager**, v. 35, n. 3, p. 231-240, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1097/HCM.0000000000000120>

BIENERTOVA-VASKU, J.; LENART, P.; SCHERINGER, M. Eustress and distress: neither good nor bad, but rather the same? **Bioessays**, v. 42, n. 7, p.1-5, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1002/bies.201900238>

BIGGS, A.; BROUGH, P.; DRUMMOND, S. Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. *In*: COOPER, C. L; QUICK, J. C. **The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice**. Chichester: John Wiley & Sons, Ltd, 2017.

BLEICHER, T.; OLIVEIRA, R. C. N. Políticas de assistência estudantil em saúde nos institutos e universidades federais. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 20, n. 3, p. 543-549, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-3539201502031040>

BODYS-CUPAK, I. *et al.* The impact of a sense of self-efficacy on the level of stress and the ways of coping with difficult situations in Polish nursing students. **Nurse Education Today**, v. 45, p. 102-107, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2016.07.004>

BORGES, L. O.; ARGOLO, J. C. T. Adaptação e validação de uma escala de bem-estar psicológico para uso em estudos ocupacionais. **Avaliação Psicológica**, v. 1, n. 1, p. 17-27, 2002. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5115855>. Acesso em: 11 out. 2019.

BOSSCHER, R. J.; SMIT, J. H. Confirmatory factor analysis of the general self-efficacy scale. **Behaviour research and therapy**, v. 36, n. 3, p. 339-343, 1998. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(98\)00025-4](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(98)00025-4)

CAPES. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior. **Avaliação Quadrienal**, 2017. Disponível em: <http://avaliacaoquadrienal.capes.gov.br/>. Acesso em: 20 nov. 2018

CAPES. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior. **Plataforma Sucupira**, 2020. Disponível em: <https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/>. Acesso em: 15 jul. 2020.

CARLOTTO, R. C.; TEIXEIRA, M. A. P.; DIAS, A. C. G. Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários. **Psico-USF**, v. 20, p. 421-432, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200305>

CARR, D.; UMBERSON, D. The social psychology of stress, health, and coping. *In*: DELAMATER, J.; WARD, A. **Handbook of social psychology**. Springer, Dordrecht, 2013, p. 465-487. DOI: https://doi.org/10.1007/978-94-007-6772-0_16

CARVER, C. S. Coping. *In*: CONTRADA, R.; BAUM, A. **The handbook of stress science: Biology, psychology, and health**. New York: Springer Publishing Company, 2011, p. 221-229.

CARVER, C. S. Stress, Coping and Health. *In*: FRIEDMAN, H. S.; SILVER, R. C. **Foundations of health psychology**. New York: Oxford University Press, p. 117-144, 2007.

CARVER, C. S. You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief cope. **International journal of behavioral medicine**, v. 4, n. 1, p. 92, 1997. DOI: https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6

CARVER, C. S.; SCHEIER, M. F.; WEINTRAUB, J. K. Assessing coping strategies: a theoretically based approach. **Journal of personality and social psychology**, v. 56, n. 2, p. 267, 1989. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>

COHEN, S.; JANICKI-DEVERTS, D.; MILLER, G. E. Psychological stress and disease. **Jama**, v. 298, n. 14, p. 1685-1687, 2007. DOI: <https://doi.org/10.1001/jama.298.14.1685>

COHEN, S., KAMARCK, T., MERMELSTEIN, R. A global measure of perceived stress. **Journal of health and social behavior**, v. 24, n. 4, p.385-396, 1983. DOI: <https://doi.org/10.2307/2136404>

COHEN S, KESSLER R. C., GORDON U. L. Strategies for measuring stress in studies of psychiatric and physical disorder. *In*: COHEN S, KESSLER R. C., Gordon U. L., **Measuring Stress: A Guide for Health and Social Scientists**. New York: Oxford, p.3-26, 1997.

COHEN, S.; MURPHY, M. L. M; PRATHER, A. A. Ten surprising facts about stressful life events and disease risk. **Annual review of psychology**, v. 70, p. 577-597, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102857>

CORNWALL, J. *et al.* Stressors in early-stage doctoral students. **Studies in Continuing Education**, v. 41, n. 3, p. 363-380, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1080/0158037X.2018.1534821>

COSTA, E. G.; NEBEL, L. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Polis. Revista Latinoamericana**, v.17, n. 50, p.1-19, 2018. Disponível em: <https://journals.openedition.org/polis/15816>. Acesso em: 10 set. 2021.

CREGO, A *et al.* Stress and academic performance in dental students: the role of coping strategies and examination-related self-efficacy. **Journal of dental education**, v. 80, n. 2, p. 165-172, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1002/j.0022-0337.2016.80.2.tb06072.x>

DEVOS, C. *et al.* Doctoral students' experiences leading to completion or attrition: a matter of sense, progress and distress. **European journal of psychology of education**, v. 32, n. 1, p. 61-77, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10212-016-0290-0>

DIAS, J. C. R. *et al.* Escala de Estresse Percebido aplicada a estudantes universitárias: estudo de validação. **Psychology, Community & Health**, v.4, n.1. p.1-13, 2015. DOI: <https://doi.org/10.23668/psycharchives.2277>

DINTHER, M.V; DOCHY, F.; SEGERS; M. Factors affecting students' self-efficacy in higher education. **Educational Research Review**, v. 6, p. 95-108, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2010.10.003>

DISTEFANO, C.; MORGAN, G. B. A comparison of diagonal weighted least squares robust estimation techniques for ordinal data. **Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal**, v. 21, n. 3, p. 425-438, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1080/10705511.2014.915373>

DODD, A. L. *et al.* University student well-being in the United Kingdom: a scoping review of its conceptualisation and measurement. **Journal of Mental Health**, p. 1-13, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1080/09638237.2021.1875419>

DURSO, S. O. *et al.* Fatores motivacionais para o mestrado acadêmico: Uma comparação entre alunos de Ciências Contábeis e Ciências Econômicas à luz da Teoria da Autodeterminação. **Revista Contabilidade & Finanças**, v. 27, n. 71, p. 243-258, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/1808-057x201602080>

EISENBARTH, C. A. Coping with stress: Gender differences among college students. **College Student Journal**, v. 53, n. 2, p. 151-162, 2019. Disponível em: <https://www.ingentaconnect.com/content/prin/csj/2019/00000053/00000002/art00002>. Acesso em: 22 mar. 2021.

EL-GHOROURY, N.H. *et al.* Stress, coping and barriers to wellness among psychology graduate students. **Training and Education In Professional Psychology**. v.6, n. 2, p. 122–134, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1037/a0028768>

ESTÁCIO, L. S. dos S. *et al.* O produtivismo acadêmico na vida dos discentes de pós-graduação. **Em Questão**, v. 25, n. 1, p. 133-158, 2019. DOI: <https://doi.org/10.19132/1808-5245251.133-158>

EVANS, T. M. *et al.* Evidence for a mental health crisis in graduate education. **Nature biotechnology**, v. 36, n. 3, p. 282, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1038/nbt.4089>

FARO, A. Estresse e estressores na pós-graduação: estudo com mestrandos e doutorandos no Brasil. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 29, n. 1, p. 51-60, 2013b. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722013000100007>

FARO, A. Um modelo explicativo para o bem-estar subjetivo: estudo com mestrandos e doutorandos no Brasil. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 26, n. 4, p. 654-662, 2013a. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000400005>

FARO, A.; PEREIRA, M. E. Estresse: Revisão narrativa da evolução conceitual, perspectivas teóricas e metodológicas. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 14, n. 1, p. 78-100, 2013. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/362/36226540009.pdf>. Acesso em: 05 mar. 2019.

FOLKMAN, S. *et al.* Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. **Journal of personality and social psychology**, v. 50, n. 5, p. 992-1003, 1986. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/buy/1986-21910-001>. Acesso em: 10 abr. 2020.

FOLKMAN, S.; LAZARUS, R. S. An analysis of coping in a middle-aged community sample. **Journal of health and social behavior**, v.21, n.3, p. 219-239, 1980. Disponível em: <https://www.jstor.org/stable/2136617>. Acesso em: 06 abr. 2020.

FOLKMAN, S.; LAZARUS, R. S. Coping as a mediator of emotion. **Journal of personality and social psychology**, v. 54, n. 3, p. 466-475, 1988. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.3.466>

FOLKMAN, S.; MOSKOWITZ, J. T. Coping: Pitfalls and promise. **Annual Review of Psychology**, v. 55, p. 745-774, 2004. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>

FREIRE, C. *et al.* Coping flexibility and eudaimonic well-being in university students. **Scandinavian journal of psychology**, v. 59, n. 4, p. 433-442, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1111/sjop.12458>

GOUVEIA, V. V. *et al.* A utilização do QSG-12 na população geral: estudo de sua validade de construto. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 19, n. 3, p. 241-248, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722003000300006>

GOUVEIA, V. V. *et al.* Questionário de Saúde Geral (QSG-12): o efeito de itens negativos em sua estrutura fatorial. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, p. 375-384, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2012000200016>

HAIR, J. F. *et al.* **Análise multivariada de dados**. Porto Alegre: Bookman, 2005.

HARGREAVES, C. E. *et al.* Re-evaluating doctoral researchers' well-being: what has changed in five years. **As of**, v. 10, p.1-30, 2017. Disponível em: <https://www.imperial.ac.uk/media/imperial-college/study/graduate-school/public/well-being/Wellbeing-for-GS.pdf>. Acesso em: 20 set. 2019.

HE, F. X. *et al.* Assessing stress, protective factors and psychological well-being among undergraduate nursing students. **Nurse education today**, v. 68, p. 4-12, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.05.013>

HUERTA, M. *et al.* Graduate students as academic writers: writing anxiety, self-efficacy and emotional intelligence. **Higher Education Research & Development**, v. 36, n. 4, p. 716-729, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1080/07294360.2016.1238881>

HUNTER, K. H.; DEVINE, K. Doctoral students' emotional exhaustion and intentions to leave academia. **International Journal of Doctoral Studies**, v. 11, n. 2, p. 35-61, 2016. Disponível em: <http://www.informingscience.com/ijds/Volume11/IJDSv11p035-061Hunter2198.pdf>. Acesso em: 18 set. 2018.

HUPPERT, F. The state of well-being science: concepts, measures, interventions and policies. *In: Interventions and Policies to Enhance Well-being*, Jonh Wiley & Sons, 2014

JACKMAN, P. C.; SISSON, K. Promoting psychological well-being in doctoral students: a qualitative study adopting a positive psychology perspective. **Studies in Graduate and Postdoctoral Education**, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1108/SGPE-11-2020-0073>

KARACA, A. *et al.* Relationship between mental health of nursing students and coping, self-esteem and social support. **Nurse Education Today**, v. 76, p. 44-50, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.01.029>

KASI, P. M. *et al.* Coping styles in patients with anxiety and depression. **International Scholarly Research Notices**, v. 2012, 2012. DOI: <https://doi.org/10.5402/2012/128672>

LAMEU, J. do N.; SALAZAR, T. L.; SOUZA, W. F. de. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. **Psicologia da Educação**, v. 42, p. 13-22, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/2175-3520.20150021>

LAZARUS, R. S.; FOLKMAN, S. **Stress, appraisal and coping**. New York: Springer, 1984.

LEVECQUE, K. *et al.* Work organization and mental health problems in PhD students. **Research Policy**, v. 46, n. 4, p. 868-879, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.respol.2017.02.008>

LI, C-H. The performance of ML, DWLS, and ULS estimation with robust corrections in structural equation models with ordinal variables. **Psychological methods**, v. 21, n. 3, p. 369-389, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1037/met0000093>

- LIU, C. *et al.* Prevalence and associated factors of depression and anxiety among doctoral students: the mediating effect of mentoring relationships on the association between research self-efficacy and depression/anxiety. **Psychology research and behavior management**, v. 12, p. 195, 2019. DOI: <https://doi.org/10.2147/PRBM.S195131>
- LONG, R.; HALVORSON, M.; LENGUA, L. J. A mindfulness-based promotive coping program improves well-being in college undergraduates. **Anxiety, Stress, & Coping**, p. 1-14, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1080/10615806.2021.1895986>
- LUFT, C. D. B. *et al.* Versão brasileira da Escala de Estresse Percebido: tradução e validação para idosos. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, n. 4, p. 606-615, 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102007000400015>
- MACKIE, S. A.; BATES, G. W. Contribution of the doctoral education environment to PhD candidates' mental health problems: a scoping review. **Higher Education Research & Development**, p. 1-14, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1080/07294360.2018.1556620>
- MACKINNON, D. P. **Introduction to statistical mediation analysis**. New York: Routledge, 2008.
- MAGNIN, L. S. de L. T. *et al.* Produtivismo Na Pós-Graduação Em Administração: Posicionamentos Dos Pesquisadores Brasileiros, Estratégias De Produção E Desafios Enfrentados1. **REAd. Revista Eletrônica de Administração**, v. 26, p. 265-299, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-2311.284.95633>
- MALAGRIS, L. E. N. *et al.* Níveis de estresse e características sociobiográficas de alunos de pós-graduação. **Psicologia em Revista**, v. 15, n. 2, p. 184-203, 2009.
- MAROCO, J. *et al.* Adaptação transcultural Brasil-Portugal da escala Brief COPE para estudantes do ensino superior. **Psicologia, Saúde e Doenças**, v. 15, n.2, p. 300-313, 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.15309/14psd150201>
- MARTÍNEZ, I. M.; MENEGHEL, I.; PENALVER, J. D. Gender Affect Coping Strategies Leading to Well-being and Improved Academic Performance? **Revista de Psicodidáctica (English ed.)**, v. 24, n. 2, p. 111-119, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2019.01.002>
- MEURER, A. M.; SOUZA, A. N. M.; COSTA, F. Fatores motivacionais e modificações na vida dos mestrandos em contabilidade: os dois lados de uma mesma história. **Revista Contemporânea de Contabilidade**, v. 16, n. 38, p. 105-128, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.5007/2175-8069.2019v16n38p105>
- MONROE, S. M. Modern approaches to conceptualizing and measuring human life stress. **Annu. Rev. Clin. Psychol.**, v. 4, p. 33-52, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.4.022007.141207>
- NAVARRO-MATEU, D. *et al.* I'm Not Good for Anything and That's Why I'm Stressed: analysis of the effect of self-efficacy and emotional intelligence on student

stress using SEM and QCA. **Frontiers in psychology**, v. 11, p. 1-12, 2020. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00295>

NUNES, D.; FARO, A. Autoeficácia: aspectos conceituais e implicações. In: FARO, A. *et al.* **Psicologia Social & Psicologia da Saúde: tópicos atuais** Editora CRV, 2019. p.157-177.

OLIVEIRA, C. T. de *et al.* Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários brasileiros: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 15, n. 2, p. 177-186, 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902014000200008. Acesso em: 02 abr. 2020.

OLIVEIRA, J. F. A Pós-Graduação e a pesquisa no Brasil: processos de regulação e de reconfiguração da formação e da produção do trabalho acadêmico. **Práxis Educativa**, v. 10, n. 2, p. 343-363, 2015. DOI: <https://doi.org/10.5212/PraxEduc.v.10i2.0004>

PARK, K. E.; SIBALIS, A.; JAMIESON, B.. The Mental Health and Well-Being of Master's and Doctoral Psychology Students at an Urban Canadian University. **International Journal of Doctoral Studies**, v. 16, p. 429-447, 2021. DOI: <https://doi.org/10.28945/4790>

PENLEY, J. A.; TOMAKA, J.; WIEBE, J. S. The association of coping to physical and psychological health outcomes: A meta-analytic review. **Journal of behavioral medicine**, v. 25, n. 6, p. 551-603, 2002. DOI: <https://doi.org/10.1023/A:1020641400589>

PRIESACK, A.; ALCOCK, J. Well-being and self-efficacy in a sample of undergraduate nurse students: A small survey study. **Nurse Education Today**, v. 35, n. 5, p. e16-e20, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2015.01.022>

PRITCHARD, M. E.; WILSON, G. S.; YAMNITZ, B. What predicts adjustment among college students? A longitudinal panel study. **Journal of American College Health**, v. 56, n. 1, p. 15-22, 2007. DOI: <https://doi.org/10.3200/JACH.56.1.15-22>

PYHÄLTÖ, K. *et al.* Challenges of becoming a scholar: A study of doctoral students' problems and well-being. **International Scholarly Research Network**, v. 2012, p.1-12, 2012. DOI: <https://doi.org/10.5402/2012/934941>

REZENDE, M. S. *et al.* Stress e desempenho acadêmico na pós-graduação stricto sensu em Ciências Contábeis no Brasil. **Arquivos Analíticos de Políticas Educativas**, v. 25, n. 96, p. 1-23, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.14507/epaa.25.2931>

REZENDE, M. S. **Stress e desempenho acadêmico na pós-graduação stricto sensu em ciências contábeis no Brasil**. 2016. Dissertação (Mestrado em Ciências Contábeis) – Universidade Federal de Uberlândia, 2016. Disponível em: <http://repositorio.ufu.br/handle/123456789/18079>. Acesso em: 02 out. 2019.

RIBEIRO, J. L.; RODRIGUES, A. P. Questões acerca do coping: A propósito do estudo de adaptação do Brief Cope. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 5, n. 1, p. 3-15, 2004.

Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/362/36250101.pdf>. Acesso em: 02 out. 2018.

ROOHAFZA, H. *et al.* The effectiveness of stress management intervention in a community-based program: Isfahan Healthy Heart Program. **ARYA atherosclerosis**, v. 7, n. 4, p. 176, 2012.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. **Annual Review of Psychology**, v. 52, n. 1, p. 141-166, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>

RYFF, C. D.; KEYES, C. L. M. The structure of psychological well-being revisited. **Journal of personality and social psychology**, v. 69, n. 4, p. 719-727, 1995. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

SALEH, D.; CAMART, N.; ROMO, L. Predictors of stress in college students. **Frontiers in Psychology**, v. 8, n. 19, p. 1-8, 2017. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00019>

SANTOS, A. F.; ALVES JÚNIOR, A. Estresse e estratégias de enfrentamento em mestrandos de ciências da saúde. **Psicologia: reflexão e crítica**, v. 20, n. 1, p. 104-113, 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722007000100014>

SANTOS, A. S.; PERRONE, C. M.; DIAS, A. C. G. Adaptação à pós-graduação stricto sensu: uma revisão sistemática de literatura. **Psico-USF**, v. 20, n. 1, p. 141-152, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200113>

SAVÓIA, M. G.; SANTANA, P. R.; MEJIAS, N. P. Adaptação do inventário de Estratégias de Coping¹ de Folkman e Lazarus para o português. **Psicologia USP**, v. 7, n. 1-2, p. 183-201, 1996. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1678-51771996000100009>

SBICIGO, J. B. *et al.* Propriedades psicométricas da escala de autoeficácia geral percebida (EAGP). **Psico**, v. 43, n. 2, p. 1, 2012. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/11691>. Acesso em: 05 out. 2018.

SCHMIDT, M.; HANSSON, E. Doctoral students' well-being: a literature review. **International journal of qualitative studies on health and well-being**, v. 13, n. 1, p. 1-14, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1080/17482631.2018.1508171>

SCHÖNFELD, P. *et al.* Self-efficacy as a mechanism linking daily stress to mental health in students: A three-wave cross-lagged study. **Psychological reports**, v. 122, n. 6, p. 2074-2095, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1177/0033294118787496>

SCHÖNFELD, P. *et al.* The effects of daily stress on positive and negative mental health: Mediation through self-efficacy. **International Journal of Clinical and Health Psychology**, v. 16, n. 1, p. 1-10, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2015.08.005>

SCHWARZER, R.; HALLUM, S. Perceived teacher self-efficacy as a predictor of job stress and burnout: Mediation analyses. **Applied psychology**, v. 57, p. 152-171, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00359.x>

SCHWARZER, R.; JERUSALEM, M. Generalized self-efficacy scale. *In*: JOHNSTON, M.; WRIGHT, S.; WEINMAN J. **Measures in health psychology: A user's portfolio**. p. 35– 37, 1995.

SELYE, H. **Stress in health and disease**. Boston: Butterworth, 1976.

SHILPA, S. L. L. N.; PRASAD, R. Self-efficacy, perceived stress and happiness among students. *In*: International Conference on Advances in Computing, Communications and Informatics (ICACCI). **IEEE**, 2017. p. 2105-2109. <https://doi.org/10.1109/ICACCI.2017.8126156>

SIDDIQUI, A. F. Self-efficacy as a predictor of stress in medical students of King Khalid University, Saudi Arabia. **Makara Journal of Health Research**, v.22, n.1, p. 1-7, 2018. DOI: <https://doi.org/10.7454/msk.v22i1.7742>

SILVA, T. C; BARDAGI, M. P. O aluno de pós-graduação stricto sensu no Brasil: revisão da literatura dos últimos 20 anos. **Revista Brasileira de Pós-Graduação**, v. 12, n. 29, p. 683-714, 2015. DOI: <https://doi.org/10.21713/2358-2332.2015.v12.853>

SKINNER, E. A. *et al.* Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. **Psychological bulletin**, v. 129, n. 2, p. 216-269, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>

SONNENTAG, S. Dynamics of well-being. **Annu. Rev. Organ. Psychol. Organ. Behav.**, v. 2, n. 1, p. 261-293, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032414-111347>

SOUZA, R. S. *et al.* A pós-graduação e a síndrome de Burnout: estudo com alunos de mestrado em administração. **Revista Pensamento Contemporâneo em Administração**, v. 4, n. 3, p. 12-21, 2010. DOI: <https://doi.org/10.12712/rpca.v4i3.14>

STÄCHELE, T. *et al.* Effects of a 6-week internet-based stress management program on perceived stress, subjective coping skills, and sleep quality. **Frontiers in Psychiatry**, v. 11, p. 1-10, 2020. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00463>

STILLWELL, S. B.; VERMEESCH, A. L.; SCOTT, J. G. Interventions to reduce perceived stress among graduate students: A systematic review with implications for evidence-based practice. **Worldviews on Evidence-Based Nursing**, v. 14, n. 6, p. 507-513, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1111/wvn.12250>

SUFYAN, M.; GHOURI, A. A. Why Fit in When You Were Born to Stand Out? The Role of Peer Support in Preventing and Mitigating Research-Related Stress among Doctoral Researchers. **Social Epistemology**, v. 34, n. 1, p. 12-30, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1080/02691728.2019.1681562>

SVERDLIK, A.; HALL, N. C. Not just a phase: Exploring the role of program stage on well-being and motivation in doctoral students. **Journal of Adult and Continuing Education**, v. 26, n. 1, p. 97-124, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1177/1477971419842887>

TAYLOR, S. E.; STANTON, A. L. Coping resources, coping processes, and mental health. **Annual Review of Clinical Psychology**, v. 3, p. 377-401, 2007. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.3.022806.091520>

TUNCAY, T. *et al.* The relationship between anxiety, coping strategies and characteristics of patients with diabetes. **Health and quality of life outcomes**, v. 6, n. 1, p. 79, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1186/1477-7525-6-79>

VALADARES, J. L. *et al.* 'Afinal, Você Também Trabalha?' Reflexões Sobre o'Não Trabalho'no Ambiente da Pós-Graduação em Administração. **Teoria e Prática em Administração (TPA)**, v. 4, n. 2, p. 206-233, 2014. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4951826>. Acesso em: 02 abr. 2019.

VIZOSO, C.; ARIAS-GUNDÍN, O.; RODRÍGUEZ, C. Exploring coping and optimism as predictors of academic burnout and performance among university students. **Educational Psychology**, v. 39, n. 6, p. 768-783, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1545996>

WRIGHT, E.; GIORDANO, A. Doctoral students' access to nonacademic support for mental health, **Journal of Higher Education Policy and Management**, v. 40, n. 4, p. 1-23, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1080/1360080X.2018.1478613>

WHO- WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental health: strengthening our response. 2018. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em 18 de abril de 2021

ZHAO, F.-F. *et al.* The study of perceived stress, coping strategy and self-efficacy of Chinese undergraduate nursing students in clinical practice. **International journal of nursing practice**, v. 21, n. 4, p. 401-409, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1111/ijn.12273>

APÊNDICE A – Questionário da pesquisa

Questionário

Estressores na pós-graduação -Escala de Preocupações

As questões a seguir referem-se as preocupações relacionadas à pós-graduação. Indique como você se sente, para tanto, **atribua um valor** em uma escala de 0 a 4, em que:

0-nada preocupado	1-pouco preocupado	2-às vezes preocupado	3-muito preocupado	4-extremamente preocupado
----------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------	------------------------------

1. Pressão interna pelo bom desempenho (cobrança pessoal elevada, etc.).	
2. Interferência da demanda dos estudos sobre outros aspectos de sua vida.	
3. Aproveitamento das disciplinas ofertadas.	
4. Baixa quantidade de contatos com o orientador.	
5. Dificuldade do tema escolhido.	
6. Pressão externa acerca da conclusão (social, acadêmica, etc.).	
7. Aproveitamento das supervisões.	
8. Apresentações orais.	
9. Possibilidade de não atingir o desempenho esperado pela banca.	
10. Questões financeiras por estar estudando em tempo parcial ou integral.	
11. Tempo para concluir a tese ou dissertação.	
12. Questões relativas ao calendário e prazos da pós-graduação.	
13. Questões relativas ao horário das aulas na pós-graduação.	
14. Possível decepção quanto à inserção profissional	
15. Possibilidade de notas inferiores às esperadas.	

Estressores na pós-graduação – Escala de Dificuldades

As questões a seguir referem-se as dificuldades relacionadas à pós-graduação. Indique como você se sente, para tanto, **atribua um valor** em uma escala de 0 a 4, em que:

0-nada difícil	1-pouco difícil	2-às vezes difícil	3-muito difícil	4-extremamente difícil
-------------------	--------------------	-----------------------	--------------------	---------------------------

1. Relacionamento com os outros alunos.	
2. Relacionamento aluno-orientador.	
3. Relacionamento aluno-coordenação.	
4. Falta de motivação.	
5. Mudança do tema inicialmente proposto.	
6. Incompatibilidade entre o tema desejado e o proposto pelo orientador.	
7. Falta de incentivo.	
8. Prazos de entrega dos trabalhos das disciplinas.	
9. Prazo para confecção da tese ou dissertação.	
10. Aspectos financeiros da pesquisa.	
11. Aspectos financeiros pessoais.	
12. Compatibilizar os estudos com a vida pessoal e familiar.	
13. Tempo para estudar.	
14. Pressão para publicação.	

Identificação do Estresse – Escala de Estresse Percebido

As questões nesta escala são sobre seus sentimentos e pensamentos durante o último mês. Em cada caso, será pedido para você indicar o quão frequentemente tem se sentido de uma determinada maneira. Assinale de 0 a 4:

0-nunca	1-quase nunca	2- às vezes	3-quase sempre	4-sempre
---------	---------------	-------------	----------------	----------

Nesse último mês com que frequência você tem...

1.Ficado triste por causa de algo que aconteceu inesperadamente	
2.Se sentido incapaz de controlar coisas importantes em sua vida?	
3.Se sentido nervoso e estressado?	
4.Tratado com sucesso dos problemas difíceis da vida?	
5.Sentido que está lidando bem com as mudanças importantes que estão ocorrendo em sua vida?	
6.Se sentido confiante na sua habilidade de resolver problemas pessoais?	
7.Sentido que as coisas estão acontecendo de acordo com a sua vontade?	
8.Achado que não conseguiria lidar com todas as coisas que você tem que fazer?	
9.Conseguido controlar as irritações em sua vida?	
10.Sentido que as coisas estão sob seu controle?	
11.Ficado irritado porque as coisas que acontecem estão fora do seu controle?	
12.Se encontrado pensando sobre as coisas que deve fazer?	
13.Conseguido controlar a maneira como gasta seu tempo?	
14.Sentido que as dificuldades se acumulam a ponto de você acreditar que não pode superá-las?	

Em uma escala de 0 (nada associado) a 10 (totalmente associado) em que nível você associa os sentimentos e pensamentos acima com o fato de estar cursando a pós-graduação _____

Enfrentamento – Escala Brief Cope

O objetivo aqui é identificar formas que você tem usado para lidar com situações difíceis (estressantes) relacionadas à pós-graduação. Ressaltamos que alguns itens são similares, mas você deverá analisar cada um separadamente e **atribuir um valor** de 0 a 4, em que:

0-nunca fiz isto	1-já fiz isto	2-faço isto algumas vezes	3-costumo fazer isto	4-faço sempre isto
------------------	---------------	---------------------------	----------------------	--------------------

Concentro os meus esforços para fazer alguma coisa que me permita enfrentar a situação	
Tomo medidas para tentar melhorar a minha situação	
Tento encontrar uma estratégia que me ajude no que tenho que fazer	
Penso muito sobre a melhor forma de lidar com a situação	
Peço conselhos e ajuda a outras pessoas para enfrentar melhor a situação	
Peço conselhos e ajuda a pessoas que passaram pelo mesmo	
Procuo apoio emocional de alguém	
Procuo o conforto e compreensão de alguém	

Tento encontrar conforto na minha religião ou crença espiritual	
Rezo ou medito	
Tento analisar a situação de maneira diferente, de forma a torná-la mais positiva	
Procuo algo positivo em tudo o que está a acontecer	
Faço críticas a mim próprio	
Culpo-me pelo que está a acontecer	
Tento aceitar as coisas tal como estão a acontecer	
Tento aprender a viver com a situação	
Fico aborrecido e expresso os meus sentimentos	
Sinto e expresso os meus sentimentos de aborrecimento	
Tenho dito para mim próprio(a): “isto não é verdade”	
Recuso-me a acreditar que isto esteja a acontecer desta forma comigo	
Refugio-me noutras atividades para me abstrair da situação	
Faço outras coisas para pensar menos na situação, tal como ir ao cinema, ver TV, ler, sonhar, ou ir às compras	
Desisto de me esforçar para obter o que quero	
Simplesmente desisto de tentar atingir o meu objetivo	
Refugio-me no álcool ou noutras drogas (comprimidos, etc.) para me sentir melhor	
Uso álcool ou outras drogas (comprimidos) para me ajudar ultrapassar os problemas	
Enfrento a situação levando-a para a brincadeira	
Enfrento a situação com sentido de humor	

Autoeficácia – Escala de Autoeficácia Geral

A seguir são apresentadas algumas assertivas, **atribua um valor** a cada uma delas considerando o que melhor te representa, considere a seguinte escala:

0-não é verdade a meu respeito	1-É dificilmente verdade a meu respeito	2-É moderadamente verdade a meu respeito	3-É totalmente verdade a meu respeito
--------------------------------	-----------------------------------------	------------------------------------------	---------------------------------------

1. Eu posso resolver a maioria dos problemas, se fizer o esforço necessário.	
2.Mesmo que alguém se oponha eu encontro maneiras e formas de alcançar o que quero.	
3.Tenho facilidade para persistir em minhas intenções e alcançar meus objetivos	
4.Tenho confiança para me sair bem em situações inesperadas.	
5.Devido às minhas capacidades, sei como lidar com situações imprevistas.	
6.Consigo sempre resolver os problemas difíceis quando me esforço bastante.	
7.Eu me mantenho calmo mesmo enfrentando dificuldades porque confio na minha capacidade de resolver problemas.	
8.Quando eu enfrento um problema, geralmente consigo encontrar diversas soluções.	
9.Se estou com problemas, geralmente encontro uma saída.	
10.Não importa a adversidade, eu geralmente consigo enfrentar enfrentá-la.	

Bem-estar – Questionário de Saúde Geral

Nas questões seguintes queremos saber como você se sente nos últimos tempos, para tanto pedimos que **atribua um valor** conforme a seguinte escala:

1-absolutamente não	2-quase nunca	3-mais do que de costume	4-muito mais do que o costume
---------------------	---------------	--------------------------	-------------------------------

Ultimamente você:

1. tem perdido o sono frequentemente por causa das suas preocupações?	
2. tem perdido a confiança em si mesmo?	
3. tem pensado que é uma pessoa inútil?	
4. tem tido a sensação de que não pode superar suas dificuldades?	
5. tem se sentido constantemente esgotado e sob pressão?	
6. tem se sentido infeliz e deprimido?	
7. tem se sentido capaz de tomar decisões?	
8. tem sentido que está desempenhando um papel útil na vida?	
9. tem sido capaz de enfrentar seus problemas adequadamente?	
10. tem realizado com satisfação suas atividades normais do dia-a-dia?	
11. tem conseguido se concentrar bem naquilo que faz?	
12. se sente razoavelmente feliz, considerando todas as circunstâncias?	

Perfil dos estudantes

Está cursando

- () Mestrado Acadêmico () Doutorado Acadêmico () Pós-Doutorado
() Mestrado Profissional () Doutorado profissional

Qual sua linha de pesquisa (considere sua dissertação ou tese)

- () Controladoria e contabilidade gerencial
() Contabilidade para usuários externos
() Mercados financeiros, de créditos e de capitais
() Educação e pesquisa em contabilidade
() Outro -Se outro, qual? _____

Fase que está cursando

- () Cursando créditos
() Créditos concluídos e elaborando a pesquisa (dissertação/tese)
() Em fase de conclusão de pesquisa (dissertação/tese)
() Em período 'sanduíche'
() Aguardando a defesa
() Já defendeu e está realizando ajustes finais

Instituição em que faz o curso _____

Atualmente você é bolsista

- () Sim () Não

Atualmente você trabalha

Sim Não

Durante a graduação você atuou em alguma atividade acadêmica (como PET, IC, Monitoria)

Sim Não

Qual seu sexo

Feminino Masculino Prefiro não responder

Idade em anos _____

Estado Civil

Solteiro(a) União estável ou casado(a) Divorciado(a) Viúvo(a)

Renda familiar mensal (renda líquida) (opcional)

- Até 2 salários mínimos
 Acima de 2 até 4 salários mínimos
 Acima de 4 até 10 salários mínimos
 Acima de 10 até 20 salários mínimos
 Acima de 20 salários mínimos

Desde que começou a pós-graduação você buscou atendimento psicológico ou psiquiátrico:

- Sim, depois que iniciei meu curso de pós-graduação
 Não busquei

APÊNDICE B – Convite da pesquisa

Convite para Participação na Pesquisa

Prezado pós-graduando(a)

Meu nome é Taís Duarte Silva, sou discente no Programa de Pós-Graduação em Ciências Contábeis da Universidade Federal de Uberlândia, estou desenvolvendo minha pesquisa com a orientação da Profa. Dra. Edvalda Araújo Leal.

O objetivo do estudo é identificar o nível de estresse e sua relação com as estratégias de enfrentamento adotadas pelos pós-graduandos em Ciências Contábeis. Ressalto que essa pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética, da instituição de ensino na qual estou matriculada.

Deixo aqui o convite para que possa responder meu questionário.

Link para acesso: <https://pt.surveymonkey.com/r/poscont>

Sua participação é muito importante! 😊

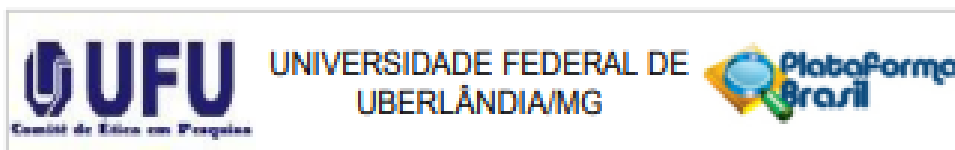
Qualquer dúvida entre em contato pelo e-mail: taisduartes@yahoo.com.br

Obrigada!

Taís Duarte

Doutoranda PPGCC/UFU

ANEXO A – Parecer do Comitê de Ética



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO AO ESTRESSE POR PÓS-GRADUANDOS DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS

Pesquisador: Edvalda Araujo Leal

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 29141019.9.0000.5152

Instituição Proponente: FACULDADE DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

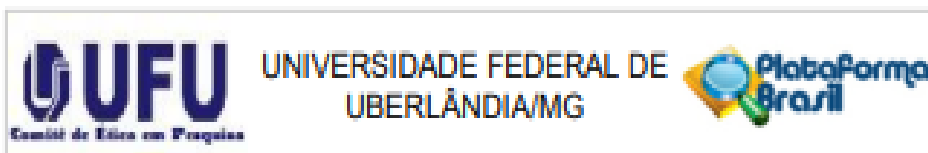
Número do Parecer: 3.949.043

Apresentação do Projeto:

Trata-se de análise de respostas que os pesquisadores apresentaram às pendências apontadas no parecer consubstanciado número 3.855.533, de 24 de Fevereiro de 2020.

- Estudo descritivo a ser desenvolvido com pós-graduandos de Ciências Contábeis, matriculados nos programas de mestrado e/ou doutorado no período de coleta dos dados. Baseia-se na Teoria Cognitiva do Estresse e parte do pressuposto que este pode afetar os indivíduos de diferentes formas, dependendo de como cada um lida com as situações estressoras.
- Participarão 400 pós-graduandos (mestrandos e doutorandos) que responderão um questionário dividido em seis seções, que contemplam cinco instrumentos validados e questões adicionais (como as características sociodemográficas) inseridas com base na literatura investigada.
- Pretende-se obter dados empíricos que possibilitem o avanço da literatura quanto ao tema do estresse na pós-graduação de modo geral e, de modo específico, na área contábil.
- Espera-se que os resultados obtidos possam subsidiar a formulação de ações em programas de pósgraduação que possibilitem amenizar os problemas vivenciados pelos estudantes, bem como prepará-los para que possam ter melhor aproveitamento em sua formação acadêmica.
- Hipótese de estudo: O nível de estresse dos pós-graduandos em Ciências Contábeis é afetado pela adoção de estratégias de enfrentamento em conjunto com a autoeficácia.

Endereço: Av. João Neves de Ávila 2121- Bloco "1A", sala 224 - Campus Sta. Mônica
Cidade: Santa Mônica **CEP:** 38.408-144
UF: MG **Município:** UBERLÂNDIA
Telefone: (34)3239-4131 **Fax:** (34)3239-4131 **E-mail:** cep@propp.ufu.br



Continuação do Parecer: 3.855.533

Objetivo da Pesquisa:

Primário: Identificar o nível de estresse e sua relação com a adoção de estratégias de enfrentamento e a percepção da autoeficácia pelos pós-graduandos em Ciências Contábeis.

Secundários: i) Identificar se há diferença no nível de estresse entre mestrandos e doutorandos e entre as instituições de ensino pesquisadas; ii) Identificar se há diferença do nível de estresse e características sociodemográficas dos estudantes; iii) Identificar estressores vivenciados pelos pós-graduandos; iv) Identificar a relação de estressores com o nível de estresse; v) Identificar se há relação entre o nível de estresse e a saúde geral dos pós-graduandos.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Segundo os pesquisadores:

Riscos: Possível risco de identificação dos respondentes. Para evitar tal risco as respostas serão mantidas em anonimato.

Benefícios: Os benefícios estão na possibilidade de conhecer como se dá a relação entre as estratégias de enfrentamento, autoeficácia e nível de estresse de pós-graduandos em Ciências Contábeis, ampliando o conhecimento quanto aos aspectos relacionados à ocorrência e possíveis efeitos negativos do estresse na saúde mental desses estudantes. A partir dessa análise será possível buscar formas de trazer melhorias para o ambiente acadêmico e os pós-graduandos a entender as dificuldades existentes durante a realização de um curso de pós-graduação e as formas de enfrentá-las.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Em adição às considerações descritas no Parecer Consubstanciado Número 3.855.533, de 24 de Fevereiro de 2020, são apresentadas as respostas da equipe de pesquisa aos questionamentos do CEP/UFU de acordo com a Lista de Pendências abaixo:

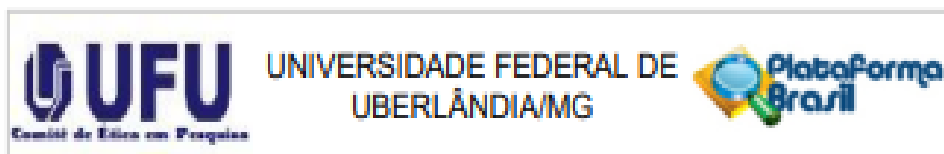
1- Nos projetos detalhado e gerado pela Plataforma, os riscos referem-se àqueles que os indivíduos correm ao participar do estudo. As frases "Os riscos consistem em haver ... devido a problemas tecnológicos" e "Em todas as situações haverá reformulação ... no cronograma" referem-se a eventuais problemas que o pesquisador pode vivenciar no desenvolvimento de seu trabalho e devem ser retirados da descrição de riscos.

RESPOSTA: "As frases foram retiradas e o texto foi ajustado. ATENDIDA"

2- No Termo de Consentimento Livre e Esclarecido:

a) No quinto parágrafo, o texto "Federá haver riscos ... tratamento de dados agregados." refere-se

Endereço:	Av. João Naves de Ávila 2121- Bloco "1A", sala 224 - Campus Sta. Mônica		
Bairro:	Santa Mônica	CEP:	38.408-144
UF:	MG	Município:	UBERLÂNDIA
Telefone:	(34)3239-4131	Fax:	(34)3239-4131
		E-mail:	cep@propp.ufu.br



Continuação do Parecer: 3.855.533

aos riscos a que os participantes estão sujeitos. Já as frases "Os riscos consistem em haver ... devido a problemas tecnológicos" e "Em todas as situações haverá reformulação ... no cronograma" referem-se a eventuais problemas que o pesquisador pode vivenciar no desenvolvimento de seu trabalho e devem ser retiradas do TCLE.

RESPOSTA: "As frases foram retiradas e o texto foi ajustado." ATENDIDA

b) As frases "Até o momento da divulgação dos resultados, você também é livre para solicitar a retirada dos seus dados da pesquisa" e "Uma via original deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido ficará com você" não se aplicam para pesquisa desenvolvida através de questionário em plataforma digital e devem ser retiradas do TCLE.

RESPOSTA: "As frases foram retiradas e o texto foi ajustado." ATENDIDA

c) Os campos referentes a data e assinaturas devem ser retirados uma vez que a pesquisa será feita via plataforma digital.

RESPOSTA: "Foram retirados." ATENDIDA

d) Inserir um link na plataforma que será gerado o questionário para que os participantes possam baixar o TCLE para que consultem o mesmo futuramente, se assim desejarem.

RESPOSTA: "O link será inserido." ATENDIDA

3- Qual será plataforma de coleta de dados utilizada? Esclarecendo que normalmente não é possível avançar etapas em questionários on-line sem que os itens sejam respondidos.

RESPOSTA: "Será utilizada a plataforma Survey Monkey." ATENDIDA

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

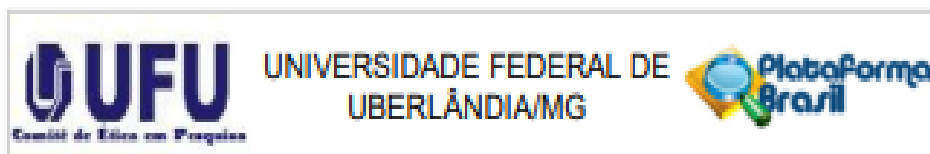
Todos os Termos foram apresentados, incluindo:

- Link para os currículos dos pesquisadores;
- Termo de Compromisso da Equipe Executora;
- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido;
- Instrumento de pesquisa.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

As pendências apontadas no parecer consubstanciado número 3.855.533, de 24 de Fevereiro de 2020, foram atendidas.

Endereço: Av. João Naves de Ávila 2121 - Bloco "1A", sala 224 - Campus Sta. Mônica
 Bairro: Santa Mônica CEP: 38.408-144
 UF: MG Município: UBERLÂNDIA
 Telefone: (34)3239-4131 Fax: (34)3239-4131 E-mail: cop@propp.ufu.br



Continuação do Parecer: 3.049.043

O presente protocolo não apresenta óbices éticos.

De acordo com as atribuições definidas na Resolução CNS 466/12, o CEP manifesta-se pela aprovação do protocolo de pesquisa proposto.

O protocolo não apresenta problemas de ética nas condutas de pesquisa com seres humanos, nos limites da redação e da metodologia apresentadas.

Data para entrega de Relatório Final ao CEP/UFU: Dezembro de 2020.

* Tolerância máxima de 06 meses para atraso na entrega do relatório final.

Considerações Finais a critério do CEP:

OBS.: O CEP/UFU LEMBRA QUE QUALQUER MUDANÇA NO PROTOCOLO DEVE SER INFORMADA IMEDIATAMENTE AO CEP PARA FINS DE ANÁLISE E APROVAÇÃO DA MESMA.

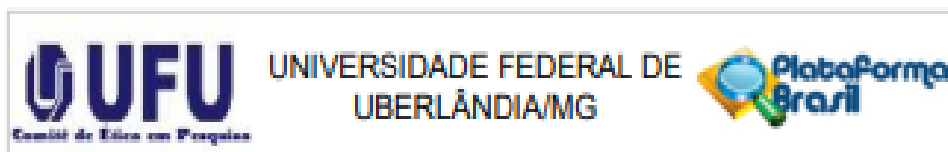
O CEP/UFU lembra que:

- a- segundo a Resolução 466/12, o pesquisador deverá arquivar por 5 anos o relatório da pesquisa e os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido, assinados pelo sujeito de pesquisa.
- b- poderá, por escolha aleatória, visitar o pesquisador para conferência do relatório e documentação pertinente ao projeto.
- c- a aprovação do protocolo de pesquisa pelo CEP/UFU dá-se em decorrência do atendimento a Resolução CNS 466/12, não implicando na qualidade científica do mesmo.

Orientações ao pesquisador :

- O sujeito da pesquisa tem a liberdade de recusar-se a participar ou de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma e sem prejuízo ao seu cuidado (Res. CNS 466/12) e deve receber uma via original do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, na íntegra, por ele assinado.
- O pesquisador deve desenvolver a pesquisa conforme delineada no protocolo aprovado e descontinuar o estudo somente após análise das razões da descontinuidade pelo CEP que o aprovou (Res. CNS 466/12), aguardando seu parecer, exceto quando perceber risco ou dano não previsto ao sujeito participante ou quando constatar a superioridade de regime oferecido a um dos

Endereço: Av. João Naves de Ávila 2121- Bloco "1A", sala 234 - Campus Sta. Mônica
Bairro: Santa Mônica **CEP:** 38.408-144
UF: MG **Município:** UBERLÂNDIA
Telefone: (34)3239-4131 **Fax:** (34)3239-4131 **E-mail:** cep@propp.ufu.br



Continuação do Parecer: 3.669.043

grupos da pesquisa que requeiram ação imediata.

- O CEP deve ser informado de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes que alterem o curso normal do estudo (Res. CNS 466/12). É papel de o pesquisador assegurar medidas imediatas adequadas frente a evento adverso grave ocorrido (mesmo que tenha sido em outro centro) e enviar notificação ao CEP e à Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA – junto com seu posicionamento.
- Eventuais modificações ou emendas ao protocolo devem ser apresentadas ao CEP de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificada e suas justificativas. Em caso de projetos do Grupo I ou II apresentados anteriormente à ANVISA, o pesquisador ou patrocinador deve enviá-las também à mesma, junto com o parecer aprobatório do CEP, para serem juntadas ao protocolo inicial (Res.251/97, item III.2.e).

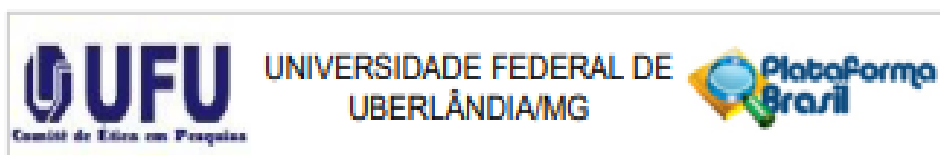
Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMACOES_BASICAS_DO_P ROJETO_1422683.pdf	09/03/2020 15:15:42		Aceito
Outros	ajustes_pendencias.pdf	09/03/2020 15:15:19	TAIS DUARTE SILVA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Pesquisa.pdf	04/03/2020 18:42:57	TAIS DUARTE SILVA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	04/03/2020 18:40:27	TAIS DUARTE SILVA	Aceito
Outros	Instrumento.pdf	05/02/2020 13:55:09	TAIS DUARTE SILVA	Aceito
Outros	Letras_pesquisadores.pdf	15/10/2019 23:43:14	TAIS DUARTE SILVA	Aceito
Outros	Termo_equipe_escaneado.pdf	15/10/2019 23:42:55	TAIS DUARTE SILVA	Aceito
Folha de Rosto	Folha_rosto_escaneado.pdf	15/10/2019 23:41:25	TAIS DUARTE SILVA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Endereço: Av. João Naves de Ávila 2121 - Bloco "1A", sala 224 - Campus Sta. Mônica
 Bairro: Santa Mônica CEP: 38.408-144
 UF: MG Município: UBERLÂNDIA
 Telefone: (34)3239-4131 Fax: (34)3239-4131 E-mail: cep@propp.ufu.br



Continuação do Parecer: 3.999.013

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

UBERLÂNDIA, 01 de Abril de 2020

Assinado por:
Karine Razezde de Oliveira
(Coordenador(a))

Endereço: Av. João Naves de Ávila 2121- Bloco "1A", sala 224 - Campus Sta. Mônica
Bairro: Santa Mônica **CEP:** 38.408-144
UF: MG **Município:** UBERLÂNDIA
Telefone: (34)3239-4131 **Fax:** (34)3239-4131 **E-mail:** cep@propp.ufu.br