

# Adaptabilidade de Carreira e os Sintomas de Ansiedade em Tempos de Pandemia: Uma Análise com Estudantes de Pós-Graduação

## *Career Adaptability and Anxiety Symptoms in Pandemic Times: An Analysis with Postgraduate Students*


Luis Felipe Dias Lopes  
 Juciéle Fátima Coradini  
 Cristiane Krüger  
 Mauren Pimentel Lima  
 Silvana Bortoluzzi Balconi


### RESUMO


Pós-graduandos relatam dificuldades para o desenvolvimento de suas habilidades e a difícil colocação no mercado de trabalho. Diante disso e tendo em vista o período pandêmico vivenciado, objetivou-se analisar a relação entre a adaptabilidade de carreira e os sintomas de ansiedade desencadeados em estudantes de pós-graduação. Para tanto, realizou-se um levantamento de dados com pós-graduandos de diferentes universidades brasileiras, adotando-se a Escala de Adaptabilidade de Carreira e os Inventários Ansiedade-Traço e Ansiedade-Estado. A amostra alcançou 709 respondentes. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva e modelagem de equações estruturais. Como resultados, para a adaptabilidade de carreira verificou-se que os pós-graduandos apresentam altas razões para preocupação, controle, curiosidade e confiança. Ainda, encontrou-se que mais de 80% dos estudantes sofrem com sintomas de ansiedade e depressão. O modelo estrutural evidenciou relação entre as escalas pesquisadas, demonstrando que preocupação e controle são determinantes para a ansiedade-traço; e, controle, preocupação e curiosidade são determinantes para a ansiedade-estado. Deste modo, conclui-se que são eminentes a conscientização e a prevenção da depressão na pós-graduação, bem como a adoção de estratégias eficazes para seu enfrentamento. A pesquisa contribui para o aperfeiçoamento de práticas de gestão que visem a preservação da saúde e o desenvolvimento de habilidades na pós-graduação brasileira.


**Palavras-chave:** Carreira; Ansiedade; Depressão; Pós-graduação; Covid-19.


Recebido em: 03/01/2022  
 Aprovado em: 30/08/2022

**Luis Felipe Dias Lopes**   
 lflopes67@gmail.com  
 Doutor em Engenharia de Produção e Sistemas  
 Universidade Federal de Santa Maria  
 Santa Maria / RS – Brasil

**Juciéle Fátima Coradini**   
 jucielescoradini2019@gmail.com  
 Mestre em Administração  
 Universidade Federal de Santa Maria  
 Santa Maria / RS – Brasil

**Cristiane Krüger**   
 cristiane.kruger@ufsm.br  
 Doutora em Administração  
 Universidade Federal de Santa Maria  
 Santa Maria / RS – Brasil

**Mauren Pimentel Lima**   
 maurenplima@gmail.com  
 Mestre em Administração  
 Universidade Federal de Santa Maria  
 Santa Maria / RS – Brasil

**Silvana Bortoluzzi Balconi**   
 silvana.balconi@ufsm.br  
 Doutora em Administração  
 Universidade Federal de Santa Maria  
 Santa Maria / RS – Brasil

**ABSTRACT**

Students who opt for postgraduate studies report difficulties in developing their skills and difficult placement in the job market. In view of this and in view of the pandemic period experienced, the objective was to analyze the relationship between career adaptability and anxiety symptoms triggered in graduate students. For this purpose, a survey of postgraduate data from different universities was carried out, using the Career Adaptability Scale and the Trait-Anxiety and State-Anxiety Inventories. The sample reached 709 respondents. Data were analyzed using descriptive statistics and structural equation modeling. As a result, for career adaptability, it was found that graduate students have high reasons for concern, control, curiosity, and trust. Still, it was found that more than 80% of students suffer from symptoms of anxiety and depression. The structural model showed a relationship between the scales surveyed, demonstrating that concern and control are determinant for trait anxiety; and control, worry and curiosity are determinants for state anxiety. In this way, it is concluded that awareness and prevention of depression in postgraduate studies are eminent, as well as the adoption of effective strategies for coping with it. The research contributes to the planning and improvement of management practices aimed at preserving health and developing skills in Brazilian graduate programs.

**Keywords:** Career; Anxiety; Depression; Postgraduate; Covid-19.

## Introdução

O âmbito da carreira vem sendo estudado por vários autores que adotam diferentes terminologias do seu significado e sentido, a partir das distintas perspectivas teóricas e epistemológicas (DUTRA, 2017; DUTRA, 2018; ZATTI et al., 2017). Para Camargo (2016), o termo carreira envolve uma interdisciplinaridade de várias áreas científicas, com abordagens que não são consensuais, por ser bastante utilizado no cotidiano, agregando inúmeros significados. Carreira não é compreendida a partir de um rígido processo a ser seguido pelo indivíduo, mas como uma sequência de posições e de atividades realizadas por si próprio (DUTRA, 2018).

Magalhães (2013) explica que a permanência ou não do indivíduo em uma determinada carreira ou atividade de trabalho pode ser apenas uma consequência do comprometimento. O autor afirma que, mesmo estando muito comprometido com sua carreira, este pode optar por novas escolhas, por razões como a mudan-

ça de valores, prioridades ou questões familiares. Também é possível afirmar que trabalhadores pouco comprometidos podem permanecer na ocupação por falta de outras oportunidades de trabalho ou por motivos financeiros, exigindo que indivíduos se adaptem às contingências no decorrer da carreira (DUTRA, 2018).

Nesse sentido, a adaptabilidade de carreira assume relevância quando se analisa a relação entre trajetória de carreira e contexto organizacional, em que os profissionais são desafiados a adotarem uma postura de adaptação para manter-se no mercado de trabalho (FIORINI; BARDAGI; SILVA, 2016). Para Savickas e Porfeli (2012), considera-se o sujeito adaptável em relação à sua carreira quando o mesmo demonstra preocupação a respeito de seu futuro como trabalhador, ampliação do controle pessoal sobre o destino de sua carreira, curiosidade para explorar possíveis cenários futuros e confiança na busca de suas aspirações vocacionais, em resumo as principais habilidades são: preocupação, controle, curiosidade e confiança.

Diante desse contexto, em relação ao meio acadêmico, Costa e Nebel (2018), apontam para uma preocupação crescente com o mercado de trabalho para os pós-graduandos. Para os autores, após anos de estudos, considerando graduação, mestrado e doutorado, percebe-se uma dificuldade das instituições privadas e públicas em absorver o número de estudantes titulados. Estas dificuldades somadas a carga da vida acadêmica podem acabar desencadeando problemas psicológicos, como a ansiedade (COSTA, NEBEL; 2018). A Associação Americana de Psicologia - APA (2017), define ansiedade como a preocupação com o futuro, associado a tensão muscular e comportamento de esquiva, sendo esta definição mais atual.

Em consonância com Costa e Nebel (2018), alguns estudos no meio acadêmico da pós-graduação já relatam a presença dos sintomas de ansiedade e depressão em estudantes. A exemplo disso, Evans et al. (2018) realizaram uma pesquisa sobre o assunto, em 26 países, com mais de 2.000 estudantes de pós-graduação, sendo o grupo composto por 90% de doutorandos e 10% de mestrandos. Os autores concluíram que 41% dos estudantes apresentam ansiedade e 39% depressão. Outra pesquisa realizada pela Universidade de Brasília (UNB, 2018), também com pós-graduandos, demonstrou que os estudantes possuem algum sofrimento mental. Dentre a amostra de 637 estudantes, 90% relataram como principal sinto-

ma a ansiedade, seguido pelo desânimo 71,6% e irritabilidade 63,1% (UNB, 2018). Corroborando com estes dados a pesquisa de Lopes et al. (2020), com estudantes de várias áreas, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) confirmou que a maioria dos estudantes já sofrem de ansiedade.

Nesse sentido, considerando-se que estudantes da pós-graduação têm seis vezes mais chances de desenvolver ansiedade e depressão em comparação com a população em geral (ANPG, 2018), e, tendo em vista a importância da saúde mental para a formação, o presente estudo objetiva analisar a relação entre adaptabilidade de carreira e os sintomas de ansiedade desencadeados em estudantes de pós-graduação.

## Método

A execução desta pesquisa adota abordagem quantitativa, de caráter descritivo, por meio de um levantamento. Para a coleta dos dados utilizou-se de questionário como instrumento de pesquisa, o qual consiste em um procedimento para a coleta de dados primários a partir de indivíduos, e refere-se à aquisição de dados ou informações sobre as características ou as opiniões de determinado grupo de pessoas (GIL, 2018). A coleta de dados ocorreu por conveniência, nos meses de julho e agosto de 2020, com estudantes de pós-graduação, de diferentes instituições de ensino superior do Brasil, como a UFSM.

O questionário foi composto por três instrumentos desenvolvidos e já validados em estudos anteriores, quais sejam: a Escala de Adaptabilidade de Carreira (EAC), o Inventário de Ansiedade-Traço (IDATE-T) e o Inventário de Ansiedade-Estado (IDATE-E). O questionário com as respectivas escalas foi administrado de modo autoaplicável (on-line), contendo instruções gerais de preenchimento e informação sobre participação voluntária na pesquisa.

A adaptabilidade de carreira (EAC) foi mensurada por meio da escala apresentada por Savickas e Porfeli (2012). O processo de construção da escala de adaptabilidade de carreira pelos autores ocorreu a partir de um grupo de pesquisa intercultural. A primeira versão da escala teve abrangência de 100 itens, em que cada 25 itens se referiam a uma das habilidades (preocupação, controle, curiosida-

de e confiança). Posteriormente, por meio de três estudos pilotos, desenvolvidos nos EUA, usando análises fatoriais exploratórias, a escala foi reduzida a quatro conjuntos de 11 itens. Em seguida, a versão com 44 itens foi aplicada em 13 países, incluindo o Brasil (SAVICKAS; PORFELI, 2012). Cabe destacar que a versão brasileira, por motivos de especificidade e compreensão, foi alterada contando com seis itens para cada dimensão (preocupação, controle, curiosidade e confiança), totalizando 24 itens. A escala foi avaliada mediante a resposta do quanto a pessoa acredita ter desenvolvido cada habilidade, numa escala Likert que varia de “muito pouco” (1) a “plenamente” (5) (TEIXEIRA et al., 2012).

Ainda se adotou os Inventários de Ansiedade, Traço e Estado, que foram desenvolvidos por Spieberger, Gorsuch e Lushene em 1970 (LORICCHIO; LEITE, 2012). Essas escalas foram traduzidas e adaptadas para o Brasil por Biaggio e Natalício (1979). A IDATE-E reflete uma reação transitória relacionada a uma situação de adversidade que se apresenta em dado momento (FIORAVANTI et al., 2006). Essa escala é composta por 20 afirmações que requerem que os indivíduos indiquem como se sentem num determinado momento, a pontuação varia de 1 a 4 em que: 1 - absolutamente, 2 - um pouco, 3 - bastante e 4 - muitíssimo (BARROS et al., 2011). Para a interpretação das respostas os itens de natureza positiva conforme a pontuação são lidos de forma invertida sendo na escala de ansiedade-estado os itens positivos são: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 e 20 e os negativos 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17 e 18. O somatório dos valores obtidos em cada resposta (score final) varia de 20 a 80 pontos e corresponde ao nível de ansiedade, sendo que de 20 a 40 pontos equivalem a baixo nível de ansiedade; 41 a 60 pontos, a médio nível de ansiedade; e 60 a 80 pontos, a alto nível de ansiedade (BARROS et al., 2017).

Enquanto que a ansiedade-traço (IDATE-T) refere-se a um aspecto mais estável relacionado à propensão do indivíduo lidar com maior ou menor ansiedade no decorrer da sua vida (FIORAVANTI et al., 2006). A escala IDATE-T é composta por 20 afirmações que requerem que os sujeitos descrevam como geralmente se sentem, as respostas são pontuadas em uma escala tipo Likert, que varia de 1 a 4 da seguinte forma: 1 - quase nunca; 2 - às vezes; 3 - bastante; 4 - quase sempre. Para a interpretação das respostas os itens de natureza positiva, conforme a pontuação, são lidos de forma invertida, sendo na escala de ansiedade-traço os itens positivos

são: 1, 6, 7, 10, 16, 19 e os negativos são: 2, 3, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 20. O somatório dos valores obtidos em cada resposta (escore final) varia de 20 a 80 pontos, sendo que de 20 a 40 pontos equivalem a baixo nível de ansiedade; 41 a 60 pontos, a médio nível de ansiedade; e 60 a 80 pontos, a alto nível de ansiedade (BARROS et al., 2011), sendo que esses valores foram adaptados para uma padronização de escalas proposto por Lopes (2018).

A coleta de dados foi realizada no período compreendido entre julho e agosto de 2020, de modo on-line, na qual se utilizou um Protocolo de Pesquisa composto por três partes: Parte I – Dados sócios demográficos, Parte II – Escala de Adaptabilidade de Carreira (EAC), e Parte III – Inventário de Ansiedade-Traço e Estado (IDATE-T; IDATE-E). Desse modo, a Parte I do questionário foi composta por 17 questões sócio demográficas, divididas em duas partes. A primeira visou medir aspectos como idade, gênero, estado civil, endereço, cor, se possui algum tipo de deficiência e se considera-se uma pessoa ansiosa. Na segunda, averiguou-se sobre o perfil acadêmico, visando medir aspectos como: instituição, modo de ensino, pós-graduação, conceito Capes, tempo de estudo, a seguir analisa-se o perfil físico da saúde: se possui deficiência, se é ansioso, relação com o orientador, se está realizando algum tratamento e se faz uso de algum remédio para ansiedade, tendo em vista obter os dados de identificação dos acadêmicos da amostra. A Parte II do instrumento foi composta pela EAC que possui 24 questões (Variáveis Observadas - VO's) divididas em quatro dimensões (Variáveis Latentes - VL's): preocupação, controle, curiosidade e confiança. Por fim, a Parte III compreendeu a IDATE-T, unidimensional, com 20 questões e a IDATE-E, unidimensional, com 20 questões.

Para a análise dos dados obtidos, procedeu-se, inicialmente, com a tabulação dos dados em uma planilha Excel®, seguida de análise em softwares como o *Statistical Package for the Social Sciences* – SPSS®, versão 26.0 e SmatPLS® versão 2.3.3, para realização da descrição da amostra e do perfil dos entrevistados. Com o intuito de verificar a confiabilidade dos dois instrumentos aplicou-se o Alfa de Cronbach, com valores que variam de 0 a 1. Conforme Field (2009) valores entre  $0,7 \leq \alpha < 0,8$  representam índices aceitáveis, já índices entre  $0,8 \leq \alpha < 0,95$  são considerados um bom índice e  $\alpha \geq 0,95$  dizem respeito a excesso de respostas equivalentes, e  $\alpha < 0,6$  indicam que a escala não é confiável.

Com o propósito de alcançar o objetivo de pesquisa, testou-se as relações entre as dimensões de Adaptabilidade de Carreira (preocupação, controle, curiosidade, confiança) e Ansiedade (ansiedade-estado, ansiedade-traço), utilizando-se do método estatístico denominado Modelagem de Equações Estruturais (*Structural Equation Modeling – SEM*). Conforme Hair et al. (2009, p. 543) “SEM é uma família de modelos estatísticos que buscam explicar as relações entre múltiplas variáveis. Fazendo isso, examina-se a estrutura de inter-relações expressas em uma série de equações de regressão múltipla”. Assim, promoveu-se a análise de um modelo de relações entre constructos por meio da investigação de hipóteses formuladas a partir da teoria.

Para se chegar a um modelo estrutural via equações estruturais parciais baseado em variâncias (*Partial Least Squares Structural Equation Modeling – PLS-SEM*) seguiu-se as seis etapas: especificação do modelo estrutural, especificação do modelo de mensuração, estimação do modelo de caminhos, avaliação do modelo de mensuração, avaliação do modelo estrutural, e, avaliação do modelo estrutural (PORTO, 2019). Tais etapas foram baseadas em Hair et al. (2017). A avaliação sistemática do modelo ocorreu em duas etapas (modelo de mensuração e modelo estrutural), com os respectivos valores que devem ser levados em consideração para as análises (Quadro 1).

**Quadro 1** Avaliação sistemática dos resultados EAC → IDATE

Avaliação do Modelo de Mensuração		Valores aceitáveis	
Testes	Consistência interna	Alfa de Cronbach	$0,7 < \alpha < 0,95$
		Confiabilidade Composta	$0,7 < \rho_c < 0,95$
	Validade Convergente	Variância Média Extraída	VME > 0,5
		Critério de Fornell-Larcker	$\sqrt{VME} > r_{ij}$ para $i \neq j$
	Validade discriminante	Critério do HTMT	LS (HTMT) < 1,0

Avaliação do Modelo Estrutural		Valores aceitáveis
Testes	Avaliação da Colinearidade (VIF)	VIF < 5,0
	Tamanho do efeito ( $f^2$ )	0,02 ≤ $f^2$ ≤ 0,075; (pequeno); 0,075 < $f^2$ ≤ 0,225 (médio); e $f^2$ > 0,225 (grande).
	Coefficiente de determinação ( $R^2$ )	0,02 ≤ $R^2$ ≤ 0,075 (fraco); 0,075 < $R^2$ ≤ 0,19 (moderado); e $R^2$ > 0,19 (forte).
	Teste t de Student para a relação entre as dimensões	$t_{cal.} > 1,96$
	Relevância preditiva ( $Q^2$ )	0,01 ≤ $Q^2$ ≤ 0,075 (fraco); 0,075 < $Q^2$ ≤ 0,25 (moderado); e $Q^2$ > 0,25 (forte).

Fonte: Proposto por Lopes et al. (2020), adaptado de Hair et al. (2017).

O Quadro 1 evidenciou os testes realizados e os critérios adotados para avaliação sistemática da relação entre as dimensões da EAC e os sintomas de ansiedade da IDATE, avaliando inicialmente o modelo de mensuração, seguido da avaliação do modelo estrutural.

Segundo a Organização Mundial da Saúde - OMS (2020), muitas pessoas com depressão também sofrem com sintomas de ansiedade. O Brasil já era o país mais ansioso a nível mundial, representando 9,3% na população geral, com a pandemia os casos de ansiedade aumentaram em 80%, podendo agravar os casos já existentes e desestabilizar aqueles que já estavam controlados (FILGUEIRAS, STULTS-KOLEHMAINEN, 2020). O medo e a preocupação pelas pessoas próximas doentes, situação econômica ou política do país são propícios para a manifestação da ansiedade (UFMG, 2020). Nesse sentido, parece correto refletir que os estudantes da pós-graduação aumentaram o nível de ansiedade durante a pandemia.

Para relacionar a adaptabilidade de carreira com os sintomas de ansiedade, nos estudantes de pós-graduação foi proposto um modelo estrutural via equações estruturais parciais (PLS-SEM). A modelagem de equações estruturais foi conduzida com a utilização do software estatístico SmartPLS® versão 3.3.3 (RIN-



GLE; WENDE; BECKER, 2015). O método usado tem a denominação de mínimos quadrados parciais, que se mostra adequado para modelar complexas relações com múltiplos relacionamentos de dependência e independência entre variáveis latentes (NASCIMENTO; MACEDO, 2016).

Na primeira etapa da especificação do modelo de mensuração PLS-SEM, utilizou-se do algoritmo configurado para 7 critérios de finalização. Adotou-se da ponderação parametrizada com base no modelo de caminho, pois tem por finalidade proporcionar valores mais elevados para os coeficientes de explicação ( $R^2$ ) para as variáveis endógenas. O número de iterações foi definido para 300 e os pesos iniciais para os indicadores externos foram definidos igual a 1,0, assim sendo o modelo se estabilizou após 7 iteração (HAIR et al., 2017).

Foram elaboradas 8 hipóteses de investigação com base na literatura da área de adaptabilidade de carreira e ansiedade, contemplando as quatro dimensões de adaptabilidade de carreira: preocupação, controle, curiosidade e confiança, por meio da qual propõem-se que tais dimensões possam se relacionar diretamente na ansiedade-traço e estado de forma positiva ou negativa. A ansiedade-traço refere-se sobre o sintoma ao longo da vida, já a ansiedade-estado refere-se a um sintoma em um momento passageiro, de curto prazo. Dessa forma foram formuladas as seguintes hipóteses:

- H<sub>1</sub>: A Preocupação relaciona-se com a Ansiedade-Estado;
- H<sub>2</sub>: O Controle relaciona-se com a Ansiedade-Estado;
- H<sub>3</sub>: A Confiança relaciona-se com a Ansiedade-Estado;
- H<sub>4</sub>: A Curiosidade relaciona-se com a Ansiedade-Estado;
- H<sub>5</sub>: A Preocupação relaciona-se a Ansiedade-Traço;
- H<sub>6</sub>: O Controle relaciona-se com a Ansiedade-Traço;
- H<sub>7</sub>: A Confiança relaciona-se com a Ansiedade-Traço; e
- H<sub>8</sub>: A Curiosidade relaciona-se com a Ansiedade-Traço.

A partir das hipóteses proposta desenvolveu-se um modelo de mensuração, que representa as relações entre as dimensões (variáveis latentes – VL's) e seus indicadores variáveis observadas (VO's) (HAIR et al., 2017). O modelo tem como base a teoria, sendo esta condição necessária para obter resultados úteis advindos da

PLS-SEM. Os testes de hipóteses envolvendo relações estruturais somente serão confiáveis e válidos se o modelo de mensuração explicar como as dimensões são medidas. O modelo de mensuração apresenta oito coeficientes estruturais ( $\beta$ 's) com combinações que conectam as seis VL's e as 44 VO's.

Os modelos de regressão parcial são estimados por algoritmos PLS-SEM incluindo o cálculo das cargas fatoriais, dos coeficientes estruturais do modelo de caminhos (Equações 1 e 2) e os valores de  $R^2$  resultantes das variáveis preditoras (HAIR et al., 2009).

$$\text{Ansiedade-Traço (AT)} = \beta_1 \text{ PRE} + \beta_2 \text{ CONT} + \beta_3 \text{ CONF} + \beta_4 \text{ CUR} + \epsilon_{\text{AT}} \quad (1)$$

$$\text{Ansiedade-Estado (AE)} = \beta_5 \text{ PRE} + \beta_6 \text{ CONT} + \beta_7 \text{ CONF} + \beta_8 \text{ CUR} + \epsilon_{\text{AE}} \quad (2)$$

Diante disso, a seguir, os resultados são apresentados.

## Resultados

Para apresentação e discussão dos resultados, inicialmente discorre-se sobre o perfil dos pesquisados, em seguida a estatística descritiva para os constructos de adaptabilidade de carreira e sintomas de ansiedade são descritos. Na sequência, a relação entre as dimensões da adaptabilidade da carreira e os sintomas de ansiedade são demonstrados.

### PERFIL DOS ESTUDANTES DE PÓS-GRADUAÇÃO PESQUISADOS

A seguir apresenta-se o perfil sociodemográfico e acadêmico de uma amostra, de 709 estudantes da pós-graduação. Na Figura 1, apresenta-se uma síntese do perfil sociodemográfico dos estudantes da amostra pesquisada.

**Figura 1** Síntese do perfil sociodemográfico dos respondentes

<b>DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS</b>	<b>Gênero:</b> Masculino (62,02%) <b>Idade:</b> 20 a 29 anos (59,52%) <b>Estado civil:</b> Solteiro (72,36%) <b>Cor:</b> Branca (81,38%)
<b>PERFIL ACADÊMICO</b>	<b>Instituição:</b> Pública (72,50%) <b>Modo de Ensino:</b> Presencial (97,60%) <b>Pós-graduação:</b> Mestrado (56,14%) <b>Conceito Capes:</b> Três (53,69%) <b>Tempo de estudo:</b> 11 a 20 horas/semana (24,54%)
<b>PERFIL FÍSICO DA SAÚDE</b>	<b>Deficiência:</b> Não (97,74%) <b>Ansioso(a):</b> Sim (72,36%) <b>Relação com o orientador:</b> Excelente (52,05%) <b>Tratamento para saúde:</b> Não (70,80%) <b>Toma algum medicamento:</b> Não (71,93%)

**Fonte:** Elaborada pela autores.

Analisando a Figura 1, observa-se que a amostra é predominantemente do sexo masculino (62,02%), tem entre 20 e 29 anos de idade (59,52%), são estudantes solteiros (72,36%) e brancos (81,38%). Quanto ao perfil acadêmico, os respondentes são, em sua maioria, de instituições públicas, cursam mestrado, de modo presencial, em programas conceito Capes três.

Mesmo que os alunos tenham na maioria uma excelente relação com seus orientadores (52,05%), se declararam ansiosos (72,36%). Para os estudantes de pós-graduação pesquisados, a maioria não apresenta deficiência. Além disso, 29,2% realizam algum tratamento de saúde e 17,07% tomando algum tipo de medicamento.

O Quadro 2, a seguir, mostra o resultado da média e desvio padrão para o perfil dos pesquisados.

## Quadro 2 Resultado da média e desvio padrão do perfil sociodemográfico

Perfil sociodemográfico e acadêmico - Média (Desvio Padrão)	
Idade	30,45 (7,88) anos
Perfil acadêmico	
Tempo de estudo	28,21 (8,22) horas/semana

Fonte: Elaborado pelos autores.

Com base no Quadro 2 percebe-se que a média de idade é de 30,45 anos (idade mínima de 21 anos e máxima de 75 anos) e que o tempo médio dedicado aos estudos foi de 28,21 horas semanais. A seguir a estatística descritiva dos construtos estudados é evidenciada.

## ESTATÍSTICA DESCRITIVA PARA ADAPTABILIDADE DE CARREIRA E SINTOMAS DE ANSIEDADE

Inicialmente a incidência de adaptabilidade na carreira, seguida dos sintomas de ansiedade traço e estado dos discentes de pós-graduação são analisados. Para tanto, foram consideradas as médias e os desvios padrão de cada aspecto, bem como a frequência das respostas da pesquisa. A Tabela 1 mostra os resultados para os indicadores de adaptabilidade na carreira.

Tabela 1 Frequência, média e desvio padrão dos indicadores de adaptabilidade na carreira

Indicadores	Frequência*					Média	Desvio Padrão
	1	2	3	4	5		
Preocupação						4,00	0,897
1. Pensar sobre como será o meu futuro.	4	39	139	281	246	4,02	0,902
2. Perceber que meu futuro depende das escolhas de hoje.	6	17	95	291	300	4,21	0,827
3. Preparar-me para o futuro.	4	38	152	303	212	3,96	0,882

4. Estar atento(a) às escolhas educacionais e profissionais que eu devo fazer.	3	29	111	<b>327</b>	239	4,09	0,830
5. Planejar como atingir meus objetivos.	7	60	168	<b>285</b>	189	3,83	0,950
6. Pensar com cuidado sobre minha carreira.	2	65	156	<b>294</b>	192	3,86	0,930
<b>Controle</b>						<b>3,87</b>	<b>0,996</b>
1. Manter-me entusiasmado(a) e otimista.	34	141	<b>316</b>	152	66	3,11	0,984
2. Tomar decisões por conta própria.	9	53	180	<b>320</b>	147	3,77	0,906
3. Assumir responsabilidade pelos meus atos.	0	13	46	223	<b>427</b>	<b>4,50</b>	<b>0,700</b>
4. Manter-me fiel às minhas convicções.	7	24	139	<b>283</b>	256	4,07	0,882
5. Acreditar na minha capacidade de dirigir a própria vida.	18	58	186	<b>230</b>	217	3,80	1,043
6. Fazer o que eu considero certo para mim.	5	30	155	<b>298</b>	221	3,99	0,874
<b>Curiosidade</b>						<b>3,70</b>	<b>0,945</b>
1. Explorar o ambiente ao meu redor.	9	98	<b>255</b>	241	106	3,47	0,950
2. Procurar por oportunidades de crescimento pessoal.	4	46	183	<b>267</b>	209	<b>3,89</b>	<b>0,923</b>
3. Explorar as opções antes de fazer uma escolha.	6	69	187	<b>267</b>	180	3,77	0,965
4. Observar diferentes maneiras de fazer as coisas.	4	67	238	<b>277</b>	123	3,63	0,896
5. Investigar profundamente as questões/dúvidas que eu tenho.	8	81	222	<b>270</b>	128	3,61	0,947

6. Ser curioso com relação a novas oportunidades.	5	55	177	<b>291</b>	181	3,82	0,922
<b>Confiança</b>						<b>3,97</b>	<b>0,893</b>
1 - Realizar as tarefas de forma eficiente.	10	41	172	<b>300</b>	186	3,86	0,919
2 - Ser cuidadoso(a) para fazer as coisas bem feitas.	3	20	104	288	<b>294</b>	4,20	0,821
3 - Aprender novas habilidades.	6	74	203	<b>279</b>	147	3,69	0,944
4 - Esforçar-me para fazer o melhor possível dentro das minhas habilidades.	2	21	73	289	<b>324</b>	<b>4,28</b>	<b>0,789</b>
5 - Superar obstáculos.	4	45	175	<b>296</b>	189	3,88	0,897
6 - Solucionar problemas.	3	31	172	<b>322</b>	181	3,91	0,839

\* 1 = Desenvolvi pouco ou nada; 2 = Desenvolvi mais ou menos; 3 = Desenvolvi bem; 4 = Desenvolvi muito bem; 5 = Desenvolvi extremamente bem

**Fonte:** Elaborada pelos autores.

Diante da Tabela 1, percebe-se que o índice médio da dimensão Preocupação foi de 4,00 (0,897), indicando que na percepção dos respondentes a existência da percepção “muito boa” dessa habilidade. Cabe destacar que em excesso a preocupação pode desencadear doenças como o transtorno de ansiedade e a depressão (COSTA; NEBEL, 2018). O questionamento “Perceber que meu futuro depende das escolhas de hoje” obteve a maior média desta dimensão, 4,21 (0,827), demonstrando que os estudantes se preocupam “muito mais” com a futura carreira e que isso vai depender das suas escolhas do momento, das oportunidades. Esse resultado vai ao encontro dos estudos de Dutra (2018), que afirma que escolhas mais realistas iniciam a partir dos 17 anos, fase em que entre as diversas opções os indivíduos começam a se reconhecer e focar em uma área em particular. Portanto, na fase de pós-graduação os discentes têm essa percepção do quanto as escolhas do presente impactam no futuro.

Para a dimensão Controle a média foi de 3,87 (0,996), indicando também uma habilidade “muito bem” desenvolvida. Controle é uma aptidão essencial que faz

parte do desenvolvimento da adaptação de carreira, impactando de forma positiva nas mudanças que possam surgir e na manifestação de novas habilidades (NOTA et al., 2014). A assertiva “assumir responsabilidade pelos meus atos” auferiu a maior média da dimensão 4,50 (0,70), mostrando que pelo status de aluno de pós-graduação o estudante se sente muito mais maduro, podendo assumir compromissos sem determinada cobrança dos seus orientadores. Tal resultado vai ao encontro das características da dimensão controle estudadas por Savickas (2005), a qual afirma sobre o indivíduo sentir-se responsável na construção da própria carreira, apresentar uma postura ativa e assertiva para enfrentar as situações no decorrer dessa caminhada.

Para a dimensão Curiosidade, por conseguinte, a média foi de 3,70 (0,945). A maioria dos pesquisados demonstram que desenvolveram muito bem essa habilidade. A questão “Procurar por oportunidades de crescimento pessoal”, atingiu a maior média, 3,89 (0,923), indicando que o aluno de pós-graduação almeja “muito bem” o crescimento pessoal, oportunidades visando uma carreira profissional e acadêmica. A capacidade de explorar se torna essencial cada vez mais no mundo do trabalho, que vem exigindo mudanças, o que leva a explorar novos cenários, logo, se torna uma habilidade importante para a condução da vida profissional (SILVEIRA, 2013). Esse resultado também é suportado por Savickas (2005), que adota o conceito de exploração vocacional, buscando, pesquisando e experimentando, assim, à medida que o indivíduo avança consegue ter clareza, sobre suas inclinações profissionais.

Ainda, na dimensão Confiança, a média auferida foi de 3,97 (0,893), considerada alta, com valores semelhantes às dimensões anteriores. Corroborando com este estudo, Savickas (2005) salientou que a confiança é a capacidade de realizar atividades bem feitas, usando da melhor forma suas aptidões e obtendo resultados assertivos. No que se refere à questão “Esforçar-me para fazer o melhor possível dentro das minhas habilidades”, atingiu a maior média 4,28 (0,789), demonstrando que os estudantes têm usado “muito bem” suas habilidades e empenho para fazer o seu melhor no ambiente acadêmico almejando um futuro profissional. Conforme Savickas (2005) o senso de continuidade faz com que os indivíduos percebam que que o esforço do presente constrói o sucesso do futuro.

Em síntese as quatro dimensões Preocupação, Controle, Curiosidade e Confiança tiveram médias entre 3,7 a 4,21, que na interpretação da escala Likert signifi-

ca dizer que desenvolveram “muito bem” as habilidades relacionadas às aspirações na carreira, pois vem a ser um desejo pessoal, faz parte de um projeto de vida, com planos e desejos (SILVEIRA, 2013). Também se verificou que os discentes da amostra apresentaram maior média na dimensão Preocupação relacionada à Adaptabilidade de Carreira, logo, existe uma preocupação com o mercado de trabalho.

De acordo com a ANPG (2020) esse dado é resultado do caminho desafiador somado ao mercado de oportunidades desiguais e o atual cenário pandêmico vivenciado. O estudante de pós-graduação atua em uma situação híbrida, de estudante, porque ainda está em processo de formação, e de trabalhador porque produz a maior parte da pesquisa científica do país. O discente possui mão de obra de alta qualificação, além da graduação, estuda mais seis anos (mestrado mais doutorado) para então dar entrada no mercado de trabalho, sofrendo com os impactos do adiamento do recolhimento da contribuição previdenciária e pela evolução da carreira.

Quanto aos sintomas de ansiedade traço e estado em estudantes de pós-graduação analisou-se a frequência de respostas, média e desvio padrão das 40 questões que envolvem os dois inventários. Estas questões foram analisadas para verificar se os estudantes possuem ou estão desenvolvendo os sintomas de ansiedade. A Tabela 2 mostra os resultados descritivos para os sintomas de ansiedade estudados.

Tabela 2 Frequência, média e desvio padrão dos indicadores de ansiedade

Indicadores	Frequência*				Média	Desvio Padrão
	1	2	3	4		
<b>Ansiedade-Traço</b>					2,39	0,956
1i. Sinto-me bem.	112	309	255	33	2,29	0,786
3. Tenho vontade de chorar.	207	312	126	64	2,07	0,910
4. Gostaria de poder ser tão feliz quanto os outros parecem ser.	212	220	174	103	2,24	1,035
8. Sinto que dificuldades estão se acumulando de tal forma que não consigo resolvê-las.	163	314	151	81	2,21	0,925



9. Preocupo-me demais com as coisas sem importância.	105	240	197	167	2,60	1,004
10i. Sou feliz.	184	297	204	24	2,10	0,821
11. Deixo-me afetar muito pelas coisas.	58	236	207	208	2,80	0,956
12. Não tenho muita confiança em mim mesmo(a).	177	270	147	115	2,28	1,014
13i. Sinto-me seguro(a).	92	191	321	105	2,62	0,890
15. Sinto-me deprimido(a).	204	341	108	56	2,02	0,870
16i. Estou satisfeito(a).	78	222	311	98	2,61	0,858
17. Às vezes, ideias sem importância me entram na cabeça e ficam-me preocupado.	101	258	209	141	2,55	0,965
18. Levo os desapontamentos tão sério que não consigo tirá-los da cabeça.	137	235	204	133	2,47	1,006
19i. Sou uma pessoa estável.	136	264	250	59	2,33	0,878
20. Fico tenso e perturbado quando penso em meus problemas do momento.	68	258	214	169	2,68	0,942
<b>Ansiedade-Estado</b>					<b>2,51</b>	<b>0,908</b>
1i. Sinto-me calmo.	45	198	373	93	2,73	0,768
2i. Sinto-me seguro.	42	218	350	99	2,71	0,776
3. Estou tenso.	67	307	265	70	2,48	0,798
4. Estou arrependido.	376	256	56	21	1,61	0,758
5i. Sinto-me a vontade.	66	253	325	65	2,55	0,786
6. Sinto-me perturbado.	233	306	134	36	1,96	0,849
7. Estou preocupado com possíveis problemas.	48	276	250	135	2,67	0,860
8i. Sinto-me descansado.	24	115	347	223	3,08	0,778
9. Sinto-me ansioso.	57	236	255	161	2,73	0,901

10i. Sinto-me “em casa”.	135	211	267	96	2,46	0,949
11i. Sinto-me confiante.	53	202	356	98	2,70	0,797
12. Sinto-me nervoso.	94	289	228	98	2,47	0,890
13. Estou agitado.	137	296	195	81	2,31	0,911
14. Sinto-me uma pilha de nervos.	253	224	153	79	2,08	1,007
15i. Estou descontraído.	18	124	375	192	3,04	0,739
16i. Sinto-me satisfeito.	42	192	365	119	2,78	0,792
17. Estou preocupado.	39	275	254	141	2,70	0,847
18. Sinto-me super agitado e confuso.	248	249	375	55	2,05	0,976
19i. Sinto-me alegre.	50	229	375	55	2,61	0,731
20i. Sinto-me bem.	67	257	335	50	2,52	0,762

\* Para AT: 1 = Quase nunca; 2 = Às vezes; 3 = Frequentemente; 4 = Quase sempre; Para AE: 1 = Absolutamente não; 2 = Um pouco; 3 = Bastante; 4 = Muitíssimo.

Fonte: Elaborada pelos autores.

A ansiedade-traço (IDATE-T) está relacionada à propensão do indivíduo em lidar com maior ou menor ansiedade ao longo da vida (FIORAVANTI et al., 2006). Nesse sentido, numa escala de 1 a 4, a ansiedade-traço obteve menor média frente à ansiedade-estado, sendo de 2,39 (0,956), demonstrando que “às vezes” os estudantes se sentem ansiosos (Tabela 2). No que se refere a questão de maior média, “Deixo-me afetar muito pelas coisas” alcançou 2,80 (0,956), mostrando que os estudantes “frequentemente” não têm conseguido controlar suas emoções diante das situações, se deixando afetar de forma negativa com as atividades diárias. Corroborando com esta questão, a APA (2017) afirma que os sintomas de ansiedade como tensão e a preocupação em excesso atrapalham as relações pessoais, estudos e trabalho.

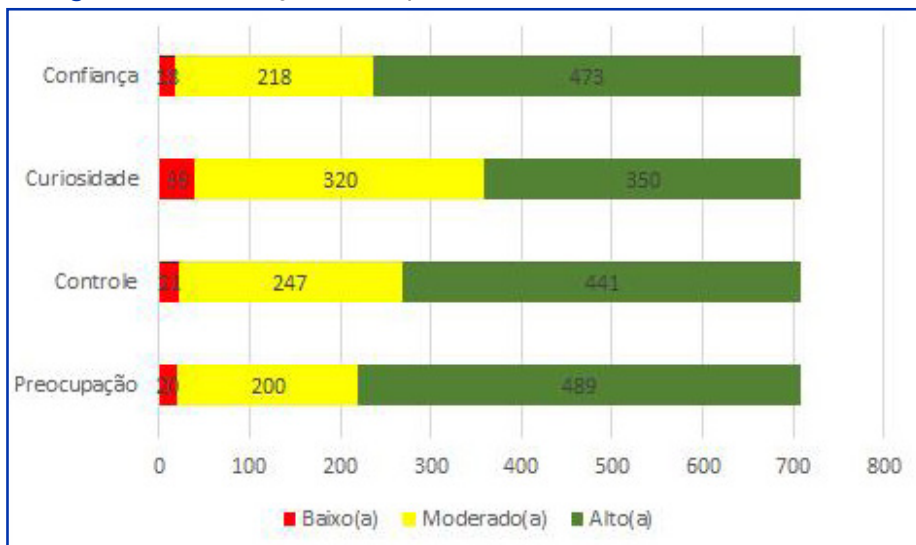
No que se refere à ansiedade-estado (IDATE-E), que está relacionada à reação transitória quanto a situação de adversidade que se apresenta em dado momento (FIORAVANTI et al., 2006), a média foi 2,51 (0,908). Esse resultado demonstra que os estudantes “frequentemente” possuem reações um pouco ansiosas. No que tange ao questionamento “Sinto-me descansado”, obteve a maior média desta

dimensão 3,08 (0,778), conforme o inventário IDATE esta questão deve ser lida de forma inversa, ou seja, que “frequentemente” os estudantes se sentem cansados. Desousa et al. (2013) ressaltam que os sintomas de ansiedade e medo são essenciais para o preparo do indivíduo para situações de perigo e ameaça, a ansiedade só é considerada como doença quando ocorre de forma exagerada.

De forma geral verificou-se que os pós-graduandos percebem que possuem sintomas de ansiedade. Analisando de forma geral as dimensões da Adaptabilidade de Carreira, Preocupação, Controle, Curiosidade e Confiança, e dos Inventários Ansiedade-Traço e Ansiedade-Estado, as duas dimensões com maiores médias foram Preocupação e a Ansiedade-Estado, ambas apresentam respostas preocupantes, demonstrando que os pesquisados têm enfrentado de forma difícil esse período.

No intuito de aprofundar as análises preliminares entre as escalas adotadas, as escalas EAC, IDATE-T e IDATE-E foram padronizadas conforme estabelece Lopes (2018). Deste modo, os valores ordinais passaram a ser classificados em escala de razão, sendo: Baixo (de 0 a 33,33%), Moderado (de 33,34% a 66,66%) e Alto (de 66,67% a 100%). Deste modo, a padronização da escala EAC pode ser visualizada na Figura 2.

**Figura 2** Padronização dos aspectos da EAC



Fonte: Elaborada pelos autores.

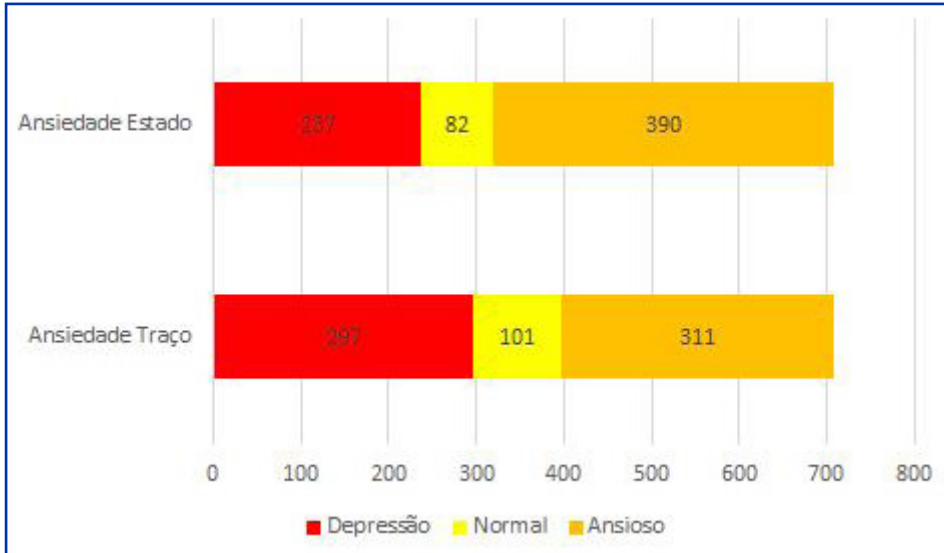
Frente ao exposto (Figura 2), percebe-se que todas as dimensões foram classificadas com altos índices. A dimensão Preocupação apresentou o maior índice, indicando que a maioria dos estudantes, 489 (68,97%) possuem senso de orientação quanto ao futuro (planejamento, antecipação e preparação) que conforme Savickas (2005, p. 54) “o esforço de hoje constrói o amanhã”. Quanto à dimensão Controle, 441 (62,20%) os estudantes revelaram um nível de moderado a alto, demonstrando que a presença de controle se refere a sentir-se responsáveis pelas suas carreiras, fazer a escolha certa e determinar o seu futuro profissional.

Para a dimensão Curiosidade 350 (49,37%) maior parte dos respondentes apresentaram nível médio, ou seja, ainda não estão com autoconhecimento e conhecimento suficiente para o mundo profissional, o estudante precisa ter clareza de suas inclinações profissionais e da percepção do mundo do trabalho (JORDAAN, 1963). Confiança, 473 (66,71%) os estudantes apresentarão um nível alto, ou seja, apresentam capacidades para fazer as coisas bem feitas, competências e habilidades para atingirem seus objetivos, mesmo com diante de obstáculos.

Silveira (2013), em seus estudos conclui que os indivíduos com maior adaptabilidade de carreira desenvolvem as habilidades preocupação, curiosidade, confiança e controle com isso os altos níveis indicam que possuem boas condições de lidar com a transição da universidade para o trabalho aumentando o engajamento acadêmico e contribuindo para sua satisfação como indivíduo. Outros estudos revelam que estudantes que possuem altos índices relacionados a adaptabilidade de carreira, identificam-se com a área de formação e engajam-se na carreira, possuem uma maior empregabilidade, oportunidades, sucesso e satisfação na transição universidade-trabalho (SANTOS; OLIVEIRA, 2020).

A Figura 3 ilustra a padronização para os inventários IDATE.

**Figura 3** Padronização dos Inventários IDATE-T e IDATE-E



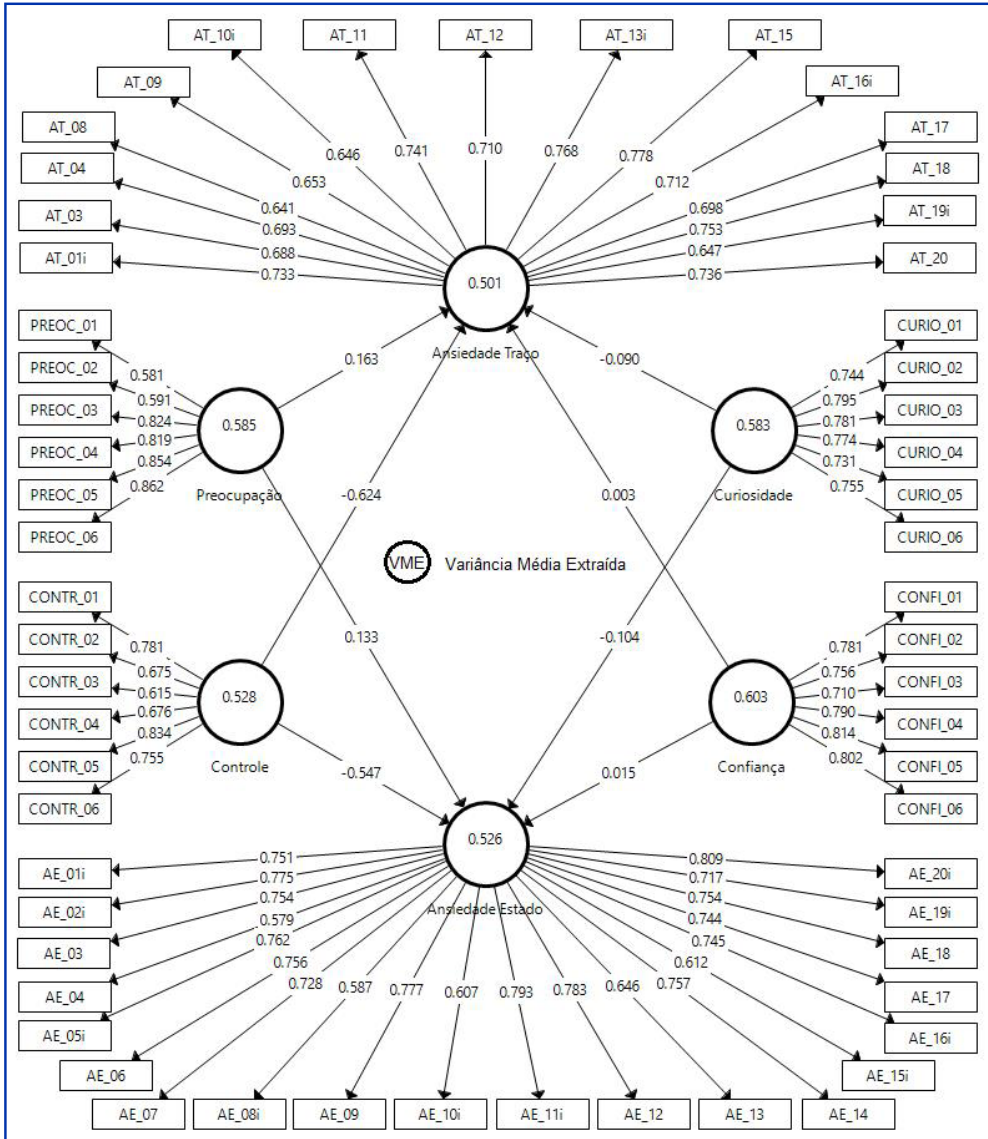
**Fonte:** Elaborada pelos autores.

Com base nos resultados encontrados na padronização do inventário IDATE-T, constata-se que dos alunos participantes deste estudo, 311 (43,87%) apresentaram crises de ansiedade, 297 (41,89%) apresentaram depressão e 101 (14,24%) foram considerados normais (Figura 3). Já, com base nos resultados da padronização do inventário IDATE-E, verifica-se que dos participantes deste estudo, a maioria 390 (55%) apresentaram certa crise de ansiedade, 237 (33,43%) depressão e, apenas 82 (11,57%) são considerados normais. Portanto, os estudantes apresentam mais ansiedade estado do que traço, ou seja, os estudantes reagem mais a situações de ameaças e perigo do que a coisas habituais (SPIELBERGER, 1985).

## RELAÇÃO ENTRE ADAPTABILIDADE DA CARREIRA E SINTOMAS DE ANSIEDADE

Inicialmente apresenta-se a Figura 4, que detalha o modelo de caminho ajustado após exclusão de alguns indicadores da ansiedade-traço, por apresentarem cargas fatoriais inferiores a 0,6 em consequência da Variância Média Extraída (VME) ter auferido valores menores que 0,5.

Figura 4 Modelo de caminho das inter-relações da escala EAC → IDATE



Fonte: Software SmartPLS® v. 3.3.3 (RINGLE; WENDE; BECKER, 2015).

Com base na Figura 4 observa-se que foram eliminadas 5 VO's da dimensão Ansiiedade-Traço (AT), fazendo com que VME atinja o valor mínimo almejado, ou

seja,  $VME > 0,5$  (RINGLE; SILVA; BIDO, 2014). Para as demais dimensões, mesmo que apresentem cargas fatoriais menores que 0,6, foram verificados valores suficientes para atingir os valores mínimos para a pressuposição da validade convergente e consistência interna.

Diante disso, a Tabela 3 mostra a avaliação do modelo de mensuração. Para isso, utilizou-se da avaliação dos valores da consistência interna (Alfa de Cronbach ( $\alpha$ ) e Confiabilidade Composta ( $\rho_c$ )) e também a validade convergente (VME). Conforme apresentado no Quadro 1 os valores estão dentro dos limites aceitáveis quanto a consistência interna e validade convergente do modelo.

**Tabela 3** Consistência interna e validade convergente

Dimensões	Alfa de Cronbach	Confiabilidade Composta	Variância Média Extraída
Ansiedade-Estado (AE)	0,942	0,947	0,526
Ansiedade-Traço (AT)	0,929	0,938	0,501
Confiança (CONF)	0,869	0,901	0,603
Controle (CONT)	0,829	0,869	0,528
Curiosidade (CUR)	0,858	0,893	0,583
Preocupação (PRE)	0,874	0,892	0,585

**Fonte:** Software Smart PLS® v. 3.3.3 (RINGLE; WENDE; BECKER, 2015).

A partir da Tabela 3, percebe-se que quanto à consistência interna, tanto para o Alfa de Cronbach quanto para a Confiabilidade Composta, auferiram-se valores satisfatórios ( $0,7 < \alpha < 0,95$  e  $0,7 < \rho_c < 0,95$ ) (HAIR; GABRIEL; PATEL, 2014). Igualmente a VME apresentou valores aceitáveis ( $VME > 0,5$ ) (RINGLE; SILVA; BIDO, 2014). Logo, infere-se que o modelo apresenta consistência interna e validade convergente.

Em seguida averiguou-se a validade discriminante do modelo (Tabela 4). Para isso, aplicou-se os testes de Fornell-Larker (FL) e o Teste *Heterotrait-Monotrait Ratio* (HTMT) utilizando o método bootstrapping com 5.000 subamostras (RINGLE; SILVA; BIDO, 2014).

**Tabela 4** Validade discriminante pelos critérios Fornell-Larcker e HTMT

Dimensões	$\sqrt{VME}$	Matriz de Correlação de Pearson ( $r_{ij}$ )					
		AE	AT	CONF	CONT	CUR	PRE
Ansiedade-Estado	0,725	1,000					
Ansiedade-Traço	0,708	0,682	1,000				
Confiança	0,776	-0,332	-0,367	1,000			
Controle	0,726	-0,528	-0,584	0,640	1,000		
Curiosidade	0,764	-0,385	-0,412	0,682	0,684	1,000	
Preocupação	0,765	-0,257	-0,271	0,556	0,609	0,625	1,000
<b>LS (HTMT)<sub>97,5%</sub></b>							
Ansiedade-Estado							
Ansiedade-Traço		0,946					
Confiança		0,410	0,453				
Controle		0,567	0,639	0,799			
Curiosidade		0,474	0,511	0,834	0,848		
Preocupação		0,290	0,308	0,666	0,715	0,734	

Fonte: Software Smart PLS® v. 3.3.3 (RINGLE; WENDE; BECKER, 2015).

Diante da Tabela 4, para o FL aponta-se que as raízes quadradas das VME foram maiores do que as correlações entre os constructos (FORNELL; LARCKER, 1981). Para o HTMT, por conseguinte, deverão ser menores que 1 (NETEMEYER; BEARDER; SHARMA, 2003). Nesse sentido, os dados atenderam a esse critério e, portanto, foram validados. Logo, observa-se que os critérios de FL e o LS (HTMT)<sub>97,5%</sub> (Tabela 4) confirmaram a validade discriminante do modelo.

Avaliado o modelo de mensuração, prosseguiu-se à avaliação do modelo estrutural. A abordagem sistemática para a avaliação do modelo estrutural seguiu as orientações de Hair et al. (2017). Inicialmente avaliou-se o modelo estrutural de moderação quanto à colinearidade (*Variance Inflation Factor* - VIF). Em seguida o tamanho do efeito ( $f^2$ ) e o nível de significância ( $R^2$ ) foram analisados. Posteriormente, a significância e relevância das relações do modelo estrutural (valores dos



coeficientes estruturais ( $\beta$ 's) foram apurados. Por fim, examinou-se a avaliação da relevância preditiva do modelo ( $Q^2$ ). A Tabela 5 mostra os valores apurados para VIF,  $f^2$  e  $R^2$ .

**Tabela 5** Valores de VIF,  $f^2$  e  $R^2$  para as dimensões do modelo

Dimensões Exógenas	Dimensões Endógenas			
	Ansiedade-Estado		Ansiedade-Traço	
	VIF	$f^2$	VIF	$f^2$
Confiança (CONF)	2,133	0,000 (0,944)	2,133	0,000 (0,998)
Controle (CONT)	2,262	0,187 (0,000)	2,262	0,267 (0,000)
Curiosidade (CUR)	2,517	0,006 (0,337)	2,517	0,005 (0,386)
Preocupação (PRE)	1,864	0,013 (0,116)	1,864	0,022 (0,035)
$R^2$	0,290 (0,000)		0,356 (0,000)	

Fonte: Software Smart PLS® v. 3.3.3 (RINGLE; WENDE; BECKER, 2015).

Os valores do VIF atendem as pressuposições estabelecidas por Hair et al. (2017), ou seja, não apresenta problemas de colineariedade no modelo ( $VIF < 5$ ) (Tabela 5). Quanto aos tamanhos dos efeitos ( $f^2$ ), que avalia a utilidade de cada VL's endógenas para o ajuste do modelo (COHEN, 1988; HAIR et al., 2014; LOPES et al., 2020), algumas dimensões não apresentaram significância ( $p > 0,05$ ) podendo influenciar na significância dos  $\beta$ 's que irão compor e confirmar as hipóteses propostas. Quanto aos coeficientes de explicação ( $R^2$ ) ambos apresentam efeito forte e significativo ( $p < 0,05$ ) (COHEN, 1988; LOPES et al., 2020), destacando a dimensão ansiedade-traço sobre a ansiedade-estado.

A Tabela 6 apresenta a relação entre as dimensões e a avaliação das hipóteses propostas.

**Tabela 6** Relações entre as variáveis latentes do modelo

Hipótese	Dimensão Exógena	→	Dimensões Endógenas	$\beta$	Desvio Padrão	Estatística T   $\beta$ / D. P.	Valor de p
H <sub>1</sub>	PRE	→	AE	0,133	0,042	3,143	0,002
H <sub>2</sub>	CONT	→		-0,547	0,043	12,704	0,000
H <sub>3</sub>	CONF	→		0,015	0,045	0,333	<b>0,739</b>
H <sub>4</sub>	CUR	→		-0,104	0,052	2,012	0,044
H <sub>5</sub>	PRE	→	AT	0,163	0,039	4,150	0,000
H <sub>6</sub>	CONT	→		-0,624	0,040	15,649	0,000
H <sub>7</sub>	CONF	→		0,003	0,042	0,062	<b>0,950</b>
H <sub>8</sub>	CUR	→		-0,090	0,049	1,844	0,065

**Fonte:** Software Smart PLS® v. 3.3.3 (RINGLE; WENDE; BECKER, 2015).

Baseado em Hair, Gabriel e Patel (2014), observa-se que a dimensão confiança (CONF) não se relaciona significativamente com ansiedade-estado (AE), nem com ansiedade-estado (AT), o que refuta as hipóteses H<sub>3</sub> e H<sub>7</sub>; e que a curiosidade (CUR) não se relaciona com a ansiedade-traço (AT) ( $p > 0,05$ ), o que rejeita a hipótese H<sub>8</sub> (Tabela 6). Já, a preocupação (PRE) se relaciona positivamente com a ansiedade (AE e AT), o que suporta as hipóteses H<sub>1</sub> e H<sub>5</sub>; e o controle (CONT) se relaciona negativamente com a ansiedade (AE e AT), o que suporta as hipóteses H<sub>2</sub> e H<sub>6</sub>. Ainda, verifica-se que a curiosidade (CUR) se relaciona negativamente com a ansiedade-estado (AE) ( $p < 0,05$ ), promovendo o aceite da hipótese H<sub>4</sub> (HAIR; GABRIEL; PATEL, 2014).

Resgatando-se as hipóteses suportadas, têm-se que a Ansiedade-Estado é influenciada positivamente pela Preocupação (H<sub>1</sub>) e negativamente pelos Controle e Curiosidade (respectivamente H<sub>2</sub> e H<sub>4</sub>). Enquanto que a Ansiedade-Traço é determinada, positivamente, pela Preocupação (H<sub>5</sub>) e negativamente pelo Controle (H<sub>6</sub>). Já, H<sub>3</sub> (a Confiança relaciona-se com a Ansiedade-Estado), H<sub>7</sub> (a Confiança relaciona-se com a Ansiedade-Traço) e H<sub>8</sub> (a Curiosidade relaciona-se com a Ansiedade-Traço) não foram suportadas no presente estudo.

Quanto à relevância preditiva ( $Q^2$ ), ansiedade estado e traço apresentaram grau moderado de predição (Tabela 7) (CHIN, 2010; HAIR et al., 2017; LOPES et al., 2020).

**Tabela 7** Valores de  $Q^2$  para o modelo final

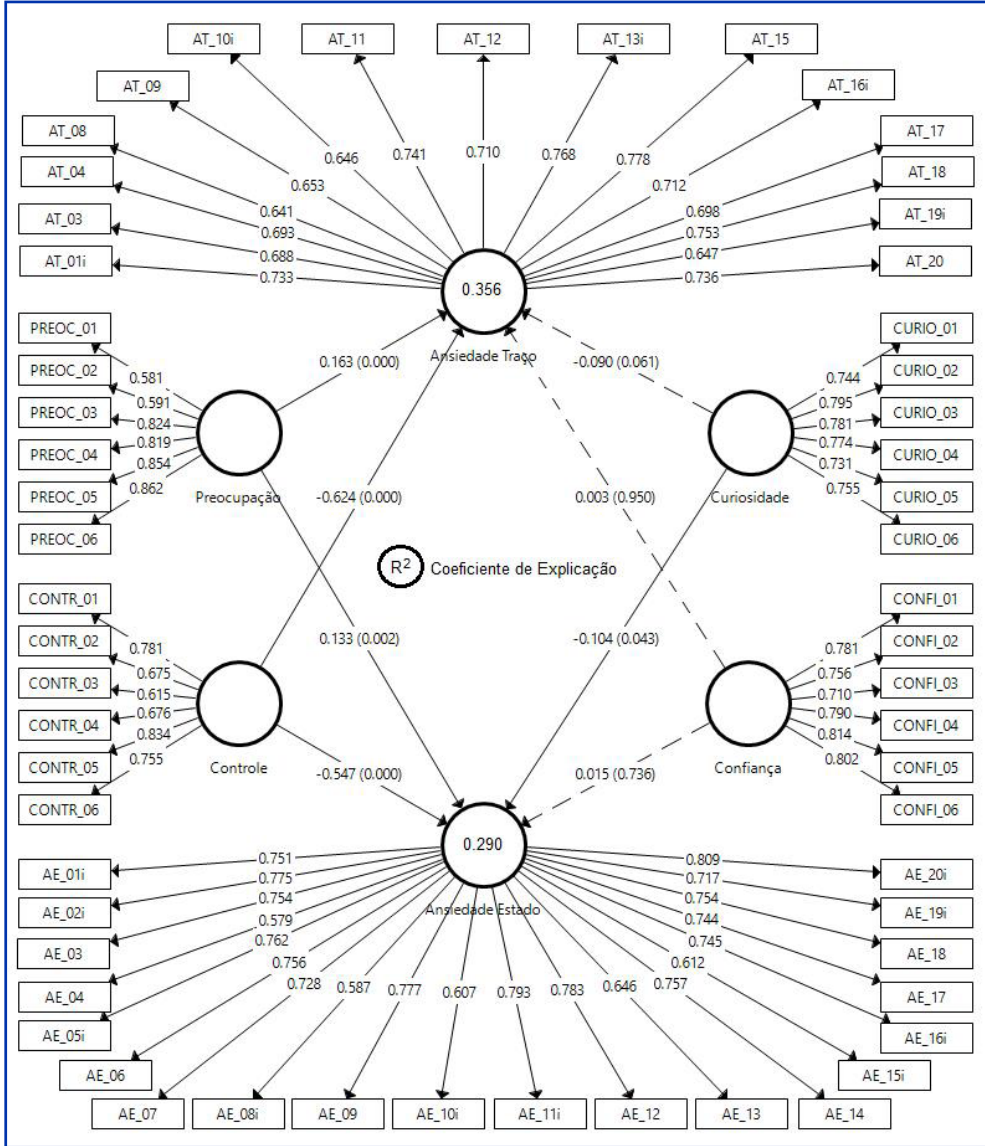
Dimensões Preditivas	SQO	SQE	$Q_2 = 1 - \frac{SQE}{SQO}$
Ansiedade-Estado	14.180,00	12.133,26	0,144
Ansiedade-Traço	10.635,00	8.805,60	0,172

SQO = Soma dos Quadrados Observados; SQE = Soma dos Quadrados dos Erros

Fonte: Software Smart PLS® v. 3.3.3 (RINGLE; WENDE; BECKER, 2015).

A partir desses resultados, é possível inferir que a relação entre a Adaptabilidade de Carreira (EAC) e o Inventário de Ansiedade Traço e Estado (IDATE) são relevantes e expressivas, ou seja, das oito hipóteses propostas, apenas três foram rejeitadas, sendo que cinco foram aceitas, como evidencia a Figura 5.

Figura 5 Modelo de caminhos final das dimensões EAC → IDATE



Fonte: Software SmartPLS® v. 3.3.3 (RINGLE; WENDE; BECKER, 2015).

Assim, pode-se concluir que existe relação entre as dimensões da adaptabilidade de carreira e os sintomas de ansiedade desencadeados em estudantes

de pós-graduação (Figura 5). O modelo de caminho das dimensões de ansiedade-traço (AT) é diretamente relacionada a “preocupação” (PRE), e inversamente relacionada ao “controle” (CONT), e ambas dimensões explicam 35,6% da AT. Já, ansiedade-estado (AE) é inversamente relacionada com as dimensões “controle” (CONT) e “curiosidade” (CUR); e diretamente relacionada a “preocupação” (PRE), tais dimensões explicam 29% da AE. O modelo estrutural final de caminhos (Figura 5 e Equações 3 e 4) apresenta as relações positivas e significantes ( $p < 0,05$  e  $t_{\text{calc.}} > 1,96$ ) entre os constructos:

$$\text{Ansiedade-Traço (AT)} = 0,163 \text{ PRE} - 0,624 \text{ CONT} + \varepsilon_{\text{AT}} \quad (3)$$

$$\text{Ansiedade-Estado (AE)} = 0,133 \text{ PRE} - 0,547 \text{ CONT} - 0,104 \text{ CUR} + \varepsilon_{\text{AE}} \quad (4)$$

Lopes et al. (2020) afirmam em seus estudos, com estudantes de dois países do Mercosul, que a ansiedade tem como um dos sintomas a preocupação, além do medo e o estresse. Os autores constataram que 75% dos respondentes apresentaram sintomas de ansiedade. Corroborando, Gundim et al. (2021) em sua pesquisa realizada na China, com estudantes, revelaram que 70% estavam preocupados com a possibilidade de familiares contraírem o coronavírus, apresentando também reações como ansiedade, estresse, raiva, luto e culpa. Ainda, Marques (2017), que pesquisou jovens estudantes e atletas, verificou que aqueles que apresentam controle emocional, autoconfiança e pensamentos positivos possuem um autocontrole maior da ansiedade, demonstrando melhoras nas avaliações escolares.

Diante dos resultados quantitativos, constatou-se que os estudantes de pós-graduação pesquisados apresentam alto índice ansiedade e que desse modo, faz-se necessário a conscientização dos estudantes na busca por ajuda de especialistas da área da saúde, e que a instituição adote estratégias eficazes na prevenção e enfrentamento da ansiedade. Infelizmente poucos estudantes buscam ajuda, menos de 30% informaram que passam por algum tratamento para saúde sendo que, conforme a presente pesquisa, mais de 80% apresentaram sintomas da ansiedade e depressão, demonstrando a necessidade de os setores de saúde mental das instituições de ensino superior pesquisados preocuparem-se com essa doença, especialmente diante do cenário pandêmico ainda vivenciado.

## Conclusão

A adaptabilidade de carreira diz respeito a dominar tarefas transições ocupacionais e se ajustar ao mercado de trabalho em meio as incertezas. Na carreira da pós-graduação muitos discentes afirmam que a rotina acadêmica tem se tornado pesada, com trabalhos para entregar, dissertação/tese, carga de leitura e prazos curtos, acarretando no surgimento de doenças como a ansiedade e até depressão. Com base nos resultados obtidos houve o reconhecimento dos sintomas de ansiedade como presentes no contexto acadêmico, dessa forma é importante analisar e propor ações estratégicas para prevenção e amenização dos casos existentes, visto que traz consequências para a universidade e o indivíduo.

Considerando essas percepções, o objetivo geral deste estudo foi analisar a relação entre a adaptabilidade de carreira e os sintomas de ansiedade desencadeados em estudantes de pós-graduação. Para isso, os dados foram coletados por meio do protocolo de pesquisa formado por três partes: Perfil sociodemográficos, Escala de Adaptabilidade de Carreira (EAC) e o Inventário de Ansiedade Traço e Estado (IDATE-T e IDATE-E) os quais foram aplicados em uma amostra de 709 discentes da pós-graduação de instituições de ensino superior do Brasil.

Inicialmente, obtiveram-se os percentuais referentes aos dados sociodemográficos dos participantes, que possibilitou ter uma visão geral de algumas características da amostra estudada. Entre os dados sociodemográficos destaca-se que a maioria dos discentes participantes são homens, com idade entre 20 a 29 anos, solteiros, autodeclarados de cor branca. Quanto ao perfil acadêmico, salienta-se que a maioria faz mestrado, em uma instituição pública, de modo presencial. O conceito Capes predominante foi três, e os pós-graduandos afirmaram que estudam de 11 a 20 horas semanais. Já para o perfil físico, no geral, a amostra não tem deficiência, consideram-se ansiosos, tem excelente relação com o orientador, não fazem tratamento para saúde e não ingerem medicações para tratamento da saúde.

A partir disso, buscou-se avaliar a incidência de adaptabilidade na carreira vivenciada pelos discentes de pós-graduação. As quatro habilidades se desenvolveram bem a muito bem, com destaque para preocupação, logo, os pós-graduandos preocupam-se com o mercado de trabalho. Cabe salientar que em excesso a preocupação pode desencadear doenças como o transtorno de ansiedade.

Em seguida, identificou-se a incidência dos sintomas de ansiedade-traço e estado nos discentes de pós-graduação. Observou-se por meio da análise da média de cada fator, que os discentes que participaram da pesquisa afirmaram sofrer de ansiedade. Para o IDATE-T demonstraram ter ansiedade (43,87%) e se encontram em depressão (41,89%). Já, para o IDATE-E, os pós-graduandos relataram ter sintomas de ansiedade (55%) e depressão (33,43%). Esses dados vão ao encontro da maior média em adaptabilidade de carreira que foi a dimensão preocupação, que é um dos principais sintomas da ansiedade, contemplando questões como “Deixo me afetar muito pelas coisas”; “Sinto-me cansado” e “Não estou descontraído”.

Esse resultado condiz com os dados do relatório OMS (2017) que afirma que o Brasil é um país de ansiosos, além do estudo de Lopes et al. (2020), que demonstrou que é necessário reforçar e melhorar as medidas de prevenção e tratamento dos sintomas de ansiedade nas instituições pesquisadas. Nesse sentido, os programas de pós-graduação e as respectivas instituições de ensino precisam investir na conscientização de seus discentes, por meio de informações, palestras, acompanhamento maior dos profissionais da saúde e de uma maior divulgação dos setores de acolhimento e tratamento desses discentes, possibilitando amenização e prevenção dos sintomas antes que evoluam para outras doenças ou, até mesmo, coloquem a vida dos estudantes em risco, garantindo uma vida acadêmica mais saudável.

A técnica estatística denominada modelagem de equações estruturais via mínimos quadrados parciais (PLS-SEM) foi utilizada para responder o quarto objetivo desse estudo que teve como foco relacionar os constructos de adaptabilidade de carreira com a ansiedade-traço e estado em discentes de pós-graduação. Inicialmente propôs-se um modelo estrutural a partir da elaboração de oito hipóteses de investigação e especificou-se o modelo de mensuração, modelo esse que representa as relações entre os constructos (variáveis latentes) e suas variáveis observadas correspondentes. Para obtenção de uma maior acurácia do modelo de mensuração seguiu-se a avaliação sistemática por meio da avaliação da consistência interna, validade convergente e a avaliação da validade discriminante. Com o mesmo propósito seguiu-se a avaliação do modelo estrutural quanto a colinearidade, significância e relevância das relações, tamanho do efeito  $f^2$ ; e relevância preditiva. Os resultados demonstraram que as relações entre a Escala de Adaptabilidade de Carreira (EAC) e os Inventários de Ansiedade Traço e Estado (IDATE-T; IDATE-E) são suportadas.

Verificou-se que ansiedade-traço é determinada positivamente pela preocupação e negativamente pelo controle. Enquanto que a ansiedade-estado é determinada positivamente pela preocupação e negativamente pelo controle e pela curiosidade. Deste modo, das oito hipóteses elaboradas, três foram rejeitadas e cinco aceitas.

Assim, concluiu-se que para a amostra desse estudo há relação entre a adaptabilidade de carreira e os sintomas da ansiedade. O aspecto que teve mais hipóteses aceitas foi a Ansiedade-Estado, que se relacionou com a Preocupação, Controle e Curiosidade. Já para Ansiedade-Traço se relacionou só com a Preocupação e o Controle. Dessa forma, das relações apresentadas somente a preocupação tem relação e influência no aumento da ansiedade, o controle e a curiosidade quanto maiores, menores são os índices de ansiedade. Por outro lado, a dimensão confiança não se relacionou com a ansiedade-traço, nem com a ansiedade-estado, e a dimensão curiosidade não teve relação com a ansiedade-traço em discentes.

Diante dos resultados, verifica-se a necessidade de conscientizar a prevenção e o aumento de casos de discentes com sintomas de ansiedade visto os prejuízos advindos dessa doença, assim como da importância da adoção de estratégias eficazes, para o seu enfrentamento. A UFSM deve se empenhar na criação de medidas de prevenção, contenção e intervenção para os sintomas ansiosos, na perspectiva da construção de um ambiente de cuidado mais humanizado e mais saudável. Por isso sugeriu-se que ocorra com mais frequência os encontros de grupo e terapia, de acompanhamento da equipe de saúde para monitorar os casos que se agravaram no ambiente acadêmico, bem como palestras e informativos para discussão do assunto.

Isto posto, esta pesquisa apresenta distintos potenciais contributivos, teóricos, práticos e sociais. Até o momento não se identificou na literatura nenhum estudo anterior que avaliou a relação entre transtorno de ansiedade e adaptabilidade de carreira em pós-graduandos, no contexto brasileiro. Assim, há um *gap* de pesquisa, que pode contribuir teoricamente para o avanço na literatura das temáticas comportamentais. Desta forma, este estudo supriu essa lacuna, auxiliando no entendimento teórico acerca dos transtornos de ansiedade e adaptabilidade de carreira durante a pandemia. Além disso, de modo prático, visa auxiliar na compreensão de aspectos mentais e comportamentais de pós-graduandos, em relação à adaptabilidade de carreira e o impacto na ansiedade. A partir disso, vislumbram-se contribui-



ções informacionais e de mapeamento para instituições de ensino, órgãos de classe e organizações do setor no intuito de viabilizar uma melhor formação dos futuros profissionais. Deste modo, socialmente a pesquisa contribui para o aperfeiçoamento de práticas de gestão que visem a preservação da saúde e o desenvolvimento de habilidades na pós-graduação brasileira. O estudo auxilia os gestores quanto às medidas a serem tomadas, principalmente voltadas ao bem-estar e saúde dos estudantes de pós-graduação.

Como limitações da pesquisa cita-se a adoção de questionário que, de certo ponto, restringe a validade dos resultados, pois pode haver outras variáveis que influenciam na verificação das dimensões de ansiedade, bem como, outras variáveis que determinam a adaptabilidade de carreira, que não foram consideradas. O instrumento não englobou questões específicas relacionadas ao Covid-19, por isso não foi possível inferir se os resultados sofreram alteração devido à pandemia. Outro limitador refere-se à escassez de estudos que associassem a adaptabilidade de carreira aos sintomas de ansiedade, principalmente na pós-graduação. O recorte temporal da pesquisa (corte transversal) também pode ser considerado um limitante da pesquisa. Além disso, relata-se a dificuldade de estimar com fidedignidade o tamanho da população de pós-graduandos brasileiros. Por fim, cita-se como limitante a coleta de dados que ocorreu durante a pandemia apenas de modo on-line, período em que nem todos os estudantes tiveram acesso a internet e equipamentos de informática.

Diante disso, os resultados encontrados, embora específicos de pós-graduandos brasileiros, podem ser analisados, comparados e inspirar novas pesquisas em outros países, que venham a contribuir e incentivar o desenvolvimento de estudos voltados ao comportamento e à saúde mental. Para futuras pesquisas, sugere-se a adoção de diferentes meios para coleta de dados, como a realização de entrevistas em profundidade com esses estudantes, bem como, a consideração de variáveis distintas para análise, aspectos voltados à cultura ou à formação profissional, por exemplo. O aprofundamento teórico dos constructos de ansiedade e adaptabilidade de carreira são motivados, tendo em vista sua tamanha importância. Futuros estudos podem replicar a presente pesquisa, assim como, segregar os estudantes por regiões nacionais ou por área de atuação. Por fim, como sugestão, indica-se associar o perfil sociodemográfico com adaptabilidade de carreira e os sintomas de ansiedade para compreender melhor as relações de dependência.

## Referências

- ASSOCIAÇÃO MÉDICA DE PSIQUIATRIA - APA. **What Are Anxiety Disorders?** 2017. Disponível em: <<https://www.psychiatry.org/patients-families/anxiety-disorders/what-are-anxiety-disorders>>. Acesso em: 20 de agosto de 2021.
- ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE PÓS-GRADUAÇÃO - ANPG. **Depressão na pós-graduação: é preciso falar sobre isso**, 2018. Disponível em: <<http://www.anpg.org.br/14/09/2018/depressao-na-pos-graduacao-e-preciso-falar-sobre-isso>>. Acesso em 01 de novembro de 2021.
- BARROS, B. P.; NISHIURA, J. L.; HEILBERG, I. P.; KIRSZTAJN, G. M. Ansiedade, depressão e qualidade de vida em pacientes com glomerulonefrite familiar ou doença renal policística autossômica dominante. **Brazilian Journal of Nephrology**, v. 33, n. 2, p. 120-128, 2011.
- BIAGGIO, A. M. B.; NATALÍCIO, L. **Manual para o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE)**. Centro Editor de Psicologia Aplicada - CEPA, Rio de Janeiro, 1979.
- CAMARGO, I. S. **Gestão de carreira no início da carreira profissional: um estudo sobre atitude de carreira de jovens discentes da graduação da FEA/USP**. Tese (Doutorado em Administração), Universidade de São Paulo, SP, 2016.
- CHIN, W. W. How to Write Up and Report PLS Analyses. In: Esposito VINZI, V.; CHIN, W. W.; HENSELER, J.; WANG, H. Eds., **Handbook of Partial Least Squares: Concepts, Methods and Applications**, Springer, Heidelberg, Dordrecht, London, New York, p. 655-690, 2010.
- COHEN, J. **Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences**. 2. ed. New York: Psychology Press, 1988.
- COSTA, E. G.; NEBEL, L. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Revista Polis**, Santiago, v. 17, n. 50, p. 207-227, 2018.
- DESOUZA, D. A.; MORENO, A. L.; GAUER, G.; MANFRO, G. G.; KOLLER, S. H. Revisão sistemática de instrumentos para avaliação de ansiedade na população brasileira. **Revista Instituto Brasileiro de Avaliação Psicológica**, Porto Alegre, v. 12, n. 3, p. 397-410, 2013.
- DUTRA, J. S. **Gestão de carreiras: a pessoa, a organização e as oportunidades**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 2017.
- DUTRA, J. S. **Gestão de pessoas: modelos, processos tendências e perspectivas**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 2018.
- EVANS, T. M.; BIRA, L.; GASTELUM, J. B., WEISS, L. T.; VANDERFORD, N. L. Evidence for a mental health crisis in graduate education. **Revista Nature Biotechnology**, v. 36, n. 3, p. 282-284, 2018.
- FIELD, A. **Descobrendo a estatística usando o SPSS**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.
- FILGUEIRAS, A.; STULTS-KOLEHMAINEN, M. The relationship between behavioural and psychosocial factors among brazilians in quarantine due to Covid-19. **The Lancet Psychiatry**. 2020. Disponível em: <<https://ssrn.com/abstract=3566245>>. Acesso em: 11 jan. 2022.
- FIORAVANTI, A. C. M.; SANTOS, L. F.; MAISSONETTE, S. M.; CRUZ, A. P.; FERNANDEZ, J. L. Avaliação da Estrutura Fatorial da Escala Ansiedade-Traço do IDATE. **Avaliação Psicológica**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 2, p. 217-224, 2006.

FIORINI, M. C.; BARDAGI, M. P.; SILVA, N. Adaptabilidade de carreira: paradigmas do conceito no mundo do trabalho contemporâneo. *Revista Psicologia Organizacional do Trabalho*. Brasília, v. 16, n. 3, p. 236-247, 2016.

FORNELL, C.; LARCKER, D. F. Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*. v. 18, n. 1, p. 39-50, 1981.

GIL, A. C. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 6. ed. 2. reimpr. São Paulo: Atlas, 2018.

GUNDIM, V. A.; ENCARNAÇÃO, J. P.; SANTOS, F. C.; SANTOS, J. E.; VASCONCELLOS, E. A.; SOUZA, R. C. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de covid-19. *Revista baiana de enfermagem*, v. 35, p. 1-14, 2021.

HAIR, J. F.; GABRIEL, M. L. D. S.; PATEL, V. K. Modelagem de Equações Estruturais Baseada em Covariância (CB-SEM) com o AMOS: Orientações sobre a sua aplicação como uma Ferramenta de Pesquisa de Marketing. *Revista Brasileira de Marketing*, v. 13, n. 2, p. 44-55, 2014.

HAIR, J. F.; HULT, G. T. M.; RINGLE, C.; SARSTEDT, M. *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)*. Los Angeles: Sage publications; 2017.

HAIR, J. F.; WILLIAM, B.; BABIN, B.; ANDERSON, R. E. *Análise multivariada de dados*. 6. ed. Porto Alegre: Bookman, 2009.

JORDAAN, J. P. Exploratory behavior: The formation of self and occupational concepts. In: SUPER, D.; STARISHEVSKY, R.; MATLIN, N.; JORDAAN, J. P. (Ed.) *Career development: Self-concept theory: Essays in vocational development*. New York: College Entrance Examination Board. p. 42-78, 1963.

LOPES, L. F. D. *Métodos Quantitativos Aplicados ao Comportamento Organizacional*. 1. ed. Santa Maria: Editora Voix, 2018.

LOPES, L. F. D.; CHAVES, B. M.; FABRICIO, A.; ALMEIDA, D. M.; OBREGON, S. L.; LIMA, M. P.; SILVA, W. V.; CAMARGO, M. E.; VEIGA, C. P.; MOURA, G. L.; SILVA, L. S. C. V.; COSTA, V. M. F. Analysis of Well-Being and Anxiety among University Students. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. v. 17, n. 3874, p. 1-23. 2020.

LORICCHIO, T. M. B.; LEITE, J. R. Estresse, ansiedade, crenças de autoeficácia e o desempenho dos bacharéis em Direito. *Avaliação Psicológica*, v. 11, n. 1, p. 37-47, 2012.

MAGALHÃES, M. O. Propriedades psicométricas da versão brasileira da escala de comprometimento com a carreira. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 33, n. 2, p. 304-317, 2013.

MARQUES, I. M. *Níveis de ansiedade pré-competição em atletas da modalidade de atletismo do município de Tubarão-SC*. Trabalho de Conclusão de Curso (Educação Física Bacharelado), Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, 2017.

NASCIMENTO, J. C. H. B.; MACEDO, M. A. S. Modelagem de equações estruturais com mínimos quadrados parciais: um exemplo da aplicação do SmartPLS® em pesquisas em Contabilidade. *Revista de Educação e Pesquisa em Contabilidade*, v. 10, n. 3, 2016.

NETEMEYER, R. G.; BEARDEN, W. O.; SHARMA, S. *Scaling procedures: issues and applications*. Thousand Oaks: Sage. 2003.

NOTA, L.; GINEVRA, M. C.; SANTILLI, S.; SORESI, S. *Construção de carreira contemporânea: O papel da adaptabilidade da carreira* Meta-capacidades de carreira psico-social. Springer, p. 247-263, 2014.

- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - OMS. **ONU destaca necessidade urgente de aumentar investimentos em serviços de saúde mental durante a pandemia de COVID-19**, 2020. Disponível em: <OPAS/OMS Brasil - ONU destaca necessidade urgente de aumentar investimentos em serviços de saúde mental durante a pandemia de COVID-19 (paho.org)>. Acesso em: 21 de agosto de 2021.
- PORTO, A. **Áreas da vida no trabalho como preditoras da síndrome de Burnout: tradução, adaptação transcultural e validação do modelo AWS-MBIGS**. Tese (Doutorado em Administração). Universidade Federal de Santa Maria. Santa Maria, 2019.
- RINGLE, C. M.; SILVA, D.; BIDO, D. S. Modelagem de equações estruturais com utilização do SmartPLS. **REMark - Revista Brasileira de Marketing**, v. 13, n. 2, p. 56-73, 2014.
- RINGLE, C. M.; WENDE, S.; BECKER, J. M. **SmartPLS 3**. Bönningstedt: SmartPLS, 2015.
- SANTOS, A. E.; OLIVEIRA, M. C. Análise da adaptabilidade de carreira em estudantes concluintes do ensino superior. **Interação em Psicologia**, v. 24, n. 1, 2020.
- SAVICKAS, M. L. The theory and practice of career construction. In: BROWN, S. D.; LENTS, R. W. (eds.), **Career development and counselling: putting theory and research to work**, New Jersey: John Wiley & Sons, p. 42-70, 2005.
- SAVICKAS, M. L.; PORFELLI, E. J. Career Adapt-Abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. **Journal of vocational behavior**, v. 80, n. 3, p. 661-673, 2012.
- SILVEIRA, A. A. **Escala de Adaptabilidade de Carreira: Evidências de validade e fidedignidade em uma amostra de universitários brasileiros**. Dissertação (Mestrado em psicologia). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, 2013.
- SPIELBERGER, C. D. Assessment of state and trait anxiety: Conceptual and methodological issues. **Southern Psychologist**, v. 2, n. 4, p. 6-16, 1985.
- TEIXEIRA, M. A. P.; BARDAGI, M. P.; LASSANCE, M. C. P.; MAGALHAES, M.; DUARTE, M. E. Career Adapt - Abilities Scale - Brazilian Forms: Psychometric properties and relationship to personality. **Journal of Vocational Behavior**, v. 80, n. 3, p. 80-685, 2012.
- UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA - UNB. **Sofrimento mental na pós-graduação da Universidade de Brasília: situação e propostas de soluções**, 2018. Disponível em: <Quadro do sofrimento mental de pós-graduandos da Universidade de Brasília (anpg.org.br)>. Acesso em: 20 de junho de 2021.
- UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS - UFMG. **Por que estamos ansiosos?** 2020. Disponível em: <Por que estamos ansiosos? - Faculdade de Medicina da UFMG>. Acesso em 20 de outubro de 2020.
- ZATTI, F.; LUNA, I. N.; SILVA, N.; FEIGEL, G. L. Desenvolvimento de carreira de estudantes durante a graduação: análise de fundamentos epistemológicos em estudos nacionais. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 17, n. 3, p. 150-158, 2017.