

DM

# Os Estilos Parentais no Bem-estar dos Estudantes do Ensino Superior

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

**Mónica Soraia Freitas Quintal**

MESTRADO EM PSICOLOGIA DA EDUCAÇÃO



UNIVERSIDADE da MADEIRA

*A Nossa Universidade*

[www.uma.pt](http://www.uma.pt)

julho | 2021

# Os Estilos Parentais no Bem-estar dos Estudantes do Ensino Superior

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

**Mónica Soraia Freitas Quintal**

MESTRADO EM PSICOLOGIA DA EDUCAÇÃO

ORIENTAÇÃO

Margarida Maria Ferreira Diogo Dias Pocinho

CO-ORIENTAÇÃO

Soraia Fernandes Garcês

## **Agradecimentos**

“Sobre gratidão:

Só não se esqueça de levar pra voar quem te ajudou a criar asas”.

Autor desconhecido

A realização da presente dissertação de mestrado, representa o culminar de um percurso académico, longo, mas que contribuiu de forma muito relevante para o meu desenvolvimento pessoal e profissional. Por isso, ao concluir esta etapa, não poderia deixar de agradecer a todas as pessoas que me acompanharam e incentivaram ao longo desta jornada.

Primeiramente, às minhas orientadoras a Professora Doutora Margarida Pocinho e a Professora Doutora Soraia Garcês, por serem os alicerces na construção desta investigação, pelo apoio e disponibilidade constantes e por toda a sabedoria e conhecimentos transmitidos.

À minha família, pelo apoio incondicional e por todo o carinho. Em especial, ao Luís pela compreensão demonstrada ao longo de todo este processo, por me motivar e nunca me permitir desistir.

Aos meus amigos e colegas de curso, pelas partilhas, amizade e apoio. Um especial agradecimento à Cláudia que esteve sempre presente.

## Resumo

De acordo com a literatura, a qualidade dos cuidados parentais é definida como a variável de maior relevância para o comportamento e desenvolvimento humano (Sroufe, 2002). As investigações realizadas têm demonstrado a existência de importantes associações, entre os estilos parentais e os alunos do ensino superior, em diversas áreas, nomeadamente no desempenho académico, psicopatologia e bem-estar (Canavarro & Pereira, 2007). Neste estudo, pretende-se analisar o impacto dos estilos parentais no bem-estar dos estudantes universitários. A amostra é constituída por 279 participantes, com idades compreendidas entre os 18 e os 62 anos. Os instrumentos utilizados, foram o Questionário Complementar sobre os Estilos Parentais-Perceção dos filhos, tendo este sido construído para o efeito; a Escala de Bem-estar Experiencial, desenvolvida por Pocinho e Garcês (2019) e a Escala de Ansiedade, Depressão e Stress, adaptada por Pais-Ribeiro et al. (2004). Os resultados alcançados, permitiram responder ao principal objetivo da investigação, verificando-se assim, que os estilos parentais correlacionam-se de forma significativa com o bem-estar dos alunos do ensino superior. Mais concretamente, a perceção de um estilo parental democrático, relaciona-se positivamente com o bem-estar, enquanto a perceção dos estilos parentais autoritários e permissivos, resultam num nível inferior de bem-estar na amostra. Os resultados levam a concluir a importância que as atitudes e práticas educativas têm no desenvolvimento do indivíduo e a necessidade de serem adotadas práticas parentais mais conscientes e positivas que potencializem o bem-estar.

**Palavras-Chave:** Bem-estar, Estilos Parentais, Ensino Superior e Jovens Adultos

## **Abstract**

According to the literature, the quality of parental care is defined as the most relevant variable for human behaviour and development (Sroufe, 2002). The investigations performed out have demonstrated the existence of important associations, between parenting styles and the higher education students, in several areas, including academic performance, psychopathology and well-being (Maccoby & Martin, 1983). This study aims to analyse the impact of parenting styles on the well-being of university students. The sample is constituted of 279 participants, aged between 18 and 62 years. The instruments used were, the Complementary Questionnaire about Parenting Styles – Children's Perspective, which was built for this purpose; the Experience Well-being Scale, developed by Pocinho and Garcês (2019) and the Anxiety, Depression and Stress Scale, adapted by Pais-Ribeiro et al. (2004). The results achieved allowed us to respond to the main objective of the investigation, it possible to verify that parenting styles are significantly correlated with the well-being of higher education students. More specifically, the perception of a democratic parenting style is positively related to their well-being, while the perception of authoritarian and permissive parenting styles results in a lower level of well-being in the participants. The results lead to conclude the importance that educational attitudes and practices have in the individual's development, and the need to adopt more conscious and positive parenting practices that enhance well-being (Weber et al., 2004).

**Key Words:** Well-being, Parenting Styles, Higher Education, Young Adults

## Índice

Introdução .....	1
Capítulo I – Estilos Parentais .....	3
Estilos Parentais e Resultados Desenvolvimentais .....	7
A Perceção dos Filhos sobre os Estilos e Práticas Parentais .....	10
Capítulo II – Bem-Estar .....	13
Bem-Estar Subjetivo .....	13
Bem-Estar Psicológico .....	15
Capítulo III – O Estudante do Ensino Superior .....	17
Estilos Parentais e o seu Impacto no Bem-Estar dos Alunos do Ensino Superior .....	19
Variáveis que Aumentam e Diminuem o Bem-Estar dos Alunos do Ensino Superior .....	20
<i>Desempenho Académico</i> .....	20
<i>Depressão, Ansiedade e Stress</i> .....	22
Capítulo IV – Metodologia .....	25
Objetivos e Hipóteses de Investigação .....	25
Participantes .....	26
Instrumentos de Medida .....	26
<i>Questionário Complementar sobre os Estilos Parentais – Perceção dos Filhos</i> .....	26
<i>Escala de Bem-Estar Experiencial</i> .....	27
<i>Escala de Ansiedade, Depressão e Stress</i> .....	28

Procedimentos .....	29
Capítulo V – Resultados .....	31
Estatística Descritiva .....	31
Diferenças Intergrupais: Género e Idade.....	32
<i>Género</i> .....	32
<i>Idade</i> .....	34
Estatística Correlacional.....	36
<i>Correlação entre o Bem-Estar e a Depressão, a Ansiedade e o Stress</i> .....	37
<i>Correlação entre o Bem-Estar e o Desempenho Académico</i> .....	39
<i>Correlação entre os Estilos Parentais e o Desempenho Académico</i> .....	40
<i>Correlação entre o Bem-Estar e os Estilos Parentais</i> .....	42
Capítulo VI – Discussão e Conclusão.....	44
Referências Bibliográficas .....	55

## Índice de Tabelas

Tabela 1: Estatística Descritiva das Variáveis em Estudo .....	31
Tabela 2: Teste $t$ de Amostras Independentes - Género .....	33
Tabela 3: Teste $t$ de Amostras Independentes - Idade .....	34
Tabela 4: Correlação entre o Bem-Estar e a Depressão, a Ansiedade e o Stress.....	37
Tabela 5: Correlação entre o Bem-Estar e o Desempenho Académico .....	39
Tabela 6: Correlação entre o Desempenho Académico e a Depressão, a Ansiedade e o Stress .....	39
Tabela 7: Correlação entre os Estilos Parentais e o Desempenho Académico .....	41
Tabela 8: Correlação entre o Bem-Estar e os Estilos Parentais .....	42

## **Introdução**

A família assume um papel de grande relevância no desenvolvimento global do indivíduo, visto ser o seu primeiro agente de socialização (Soares & Almeida, 2011). Como tal, influencia na transmissão de crenças e valores, na educação, na prestação de cuidados e, por conseguinte, no bem-estar de todos os elementos que a compõem (Braconnier & Marcelli, 2000). Por este motivo, têm-se desenvolvido diversos estudos que visam analisar a influência da família e dos fatores que a constituem, no desenvolvimento e comportamento do ser humano (Teixeira & Lopes, 2005).

A família trata-se de um sistema social, que pode ser constituído por laços de parentesco, laços sanguíneos ou alianças e encontra-se presente em todas as culturas (Teixeira & Lopes, 2005). Segundo Palácios (1998) é composta por um grupo de indivíduos, que compartilham um projeto de vida em comum, a partir do qual é desenvolvido o sentimento de pertença e compromisso pessoal e são estabelecidas as relações de reciprocidade, intimidade e dependência entre todos os membros. Pode também ser caracterizada por um conjunto de pessoas, que se encontram relacionadas por laços afetivos ou de consanguinidade e partilham uma história de convivência e experiências em comum (Minuchin et al., 2008).

Enquanto contexto social de referência, a família, assume um papel de grande relevância no desenvolvimento psicossocial e cognitivo de todos os envolventes, sendo através desta que a criança aprende a construir a sua identidade, a interpretar a realidade e a desenvolver padrões de relacionamento (Teixeira & Lopes, 2005). Desde muito cedo, o indivíduo começa a desenvolver o seu comportamento através da observação das atitudes e formas de estar das suas figuras parentais, sendo orientado por estes, em prol do que consideram ser o mais adequado para o seu crescimento e desenvolvimento salutar.

Por este motivo, tem-se verificado um aumento significativo de estudos, especialmente na área da Psicologia do Desenvolvimento, que visam avaliar os padrões de interação familiar

e o seu impacto no desenvolvimento das crianças e adolescentes (Steinberg, 2000). Estas investigações revelam-se muito importantes, uma vez que têm demonstrado a influência dos estilos e práticas parentais no desenvolvimento do indivíduo e por sua vez, no seu bem-estar (Baumrind, 1966; Darling & Steinberg, 1993).

Por esta razão, o presente estudo pretende explorar o impacto dos estilos parentais no bem-estar dos alunos do ensino superior e encontra-se dividido em seis capítulos. O primeiro diz respeito à abordagem conceptual dos estilos parentais, no qual é realizado um aprofundamento sobre os resultados desenvolvimentais das práticas e atitudes parentais em crianças, adolescentes e jovens adultos, sendo referenciada também a perceção dos filhos, sobre os estilos parentais adotados pelos pais.

No capítulo II é efetuada a definição de bem-estar e no capítulo III é feita referência ao estudante do ensino superior, ao impacto dos estilos parentais no seu bem-estar, sendo também exploradas as variáveis que aumentam e diminuem o bem-estar dos alunos universitários. O capítulo IV destina-se à apresentação da metodologia utilizada, dos objetivos e hipóteses de investigação, dos participantes e instrumentos de medida adotados. No capítulo V são apresentados os resultados alcançados e, por fim, no capítulo VI discute-se os resultados obtidos em confronto com a literatura e conclui-se a presente investigação.

## Capítulo I – Estilos Parentais

Segundo a literatura, as figuras parentais são os principais agentes de socialização da criança (Grusec, 2002) e por esse motivo, a qualidade dos cuidados parentais é definida como a variável de maior relevância para o desenvolvimento humano (Sroufe, 2002). É através do grupo de referência do indivíduo e, por sua vez, dos seus pais que serão transmitidos comportamentos, sentimentos, regras, crenças e valores que vão orientar o seu processo de desenvolvimento e socialização (Santos et al., 2013).

Assim, para uma melhor compreensão dos processos pelos quais os progenitores se relacionam com os filhos e influenciam o seu desenvolvimento (Darling & Steinberg, 1993), torna-se importante a diferenciação entre estilos e práticas parentais (Hart et al., 1998). Os estilos parentais são definidos como um conjunto de práticas e atitudes, que podem ser caracterizadas pelo modo, como as figuras parentais interagem com os seus descendentes (Darling & Steinberg, 1993) e lidam com as questões de apoio emocional, autonomia, poder e hierarquia nesta relação. Podem ser descritas também, pelas posições assumidas pelos progenitores na tomada de decisões, no controlo de comportamento e nos problemas disciplinares (Costa et al., 2000).

Os estilos parentais, trata-se de um comportamento padrão que é praticado pelos pais e que pode ser transversal a diversos contextos e constante ao longo do tempo (Holden & Miller, 1999; Smetana, 1994), sendo através deste, que se desenvolvem as relações entre pais e filhos (Darling & Steinberg, 1993; Mize & Pettit, 1997).

As práticas parentais, por outro lado, consistem em estratégias utilizadas pelos progenitores, que visam estimular a socialização do indivíduo (Darling & Steinberg, 1993) bem como, atingir objetivos específicos a nível social, afetivo e académico (Hart et al., 1998). Estas, por norma, têm também o intuito de suprimir ou reprimir comportamentos considerados socialmente inadequados ou desfavoráveis (Alvarenga, 2001), influenciando de forma direta

as características específicas do sujeito e o seu comportamento. Do mesmo modo, todo este processo é influenciado, de forma indireta, pelos estilos parentais (Darling & Steinberg, 1993).

A partir da década de 1960, vários estudos têm dado especial importância à forma como pais e filhos se relacionam, através das práticas e estilos parentais (Darling & Steinberg, 1993). Este fator tem sido muito relevante, pois tem possibilitado uma melhor compreensão sobre a sua influência, em várias áreas do desenvolvimento psicossocial do ser humano (e.g., ajustamento social, psicopatologia, bem-estar, desempenho acadêmico, autoestima, sintomas de internalização e externalização) (Maccoby & Martin, 1983; Steinberg, 2001).

Com isto, importa mencionar que os primeiros estudos sobre os estilos parentais, foram desenvolvidos por Diana Baumrind, nos anos 60 (Baumrind, 1965, 1966, 1968). Esta autora propôs uma teoria tipológica, que se revelou muito importante para a investigação neste domínio, tendo realçado a influência dos pais no desenvolvimento infantil. Para tal, desenvolveu três estilos parentais que integram aspetos comportamentais e emocionais, sendo eles o autoritário, o autoritativo ou democrático e o permissivo (Baumrind, 1966).

Para Baumrind (1966, 1967, 1971), os pais que apresentam um estilo parental autoritário são caracterizados por modelar, controlar e avaliar o comportamento do indivíduo, seguindo regras absolutas e previamente estabelecidas. Demonstram, baixos níveis de afetividade, exercendo um controlo psicológico rígido e privilegiam a obediência e a aplicação de medidas punitivas. Procuram também, inculcar valores tradicionais nos seus filhos, tais como o respeito pelo trabalho, autoridade, tradição e valorização da ordem, desencorajando a individualidade e a sua independência (Baumrind, 1966, 1967, 1971).

Por outro lado, os pais que adotam um estilo parental democrático apresentam níveis de exigência e de afetividade elevados e são responsivos às necessidades dos filhos. Incentivam o diálogo e procuram direcionar as suas atividades de forma orientada e racional, reconhecendo que estes têm interesses e perspetivas próprias. Contudo, exercem um controle firme e

consistente no estabelecimento e cumprimento de regras, sendo estas práticas, adequadas ao desenvolvimento do sujeito. Os progenitores caracterizados por este estilo parental, afirmam de forma clara os seus valores, partilham as razões das suas decisões e valorizam significativamente a educação dos seus filhos (Baumrind, 1966, 1967, 1971). Por estes motivos, o estilo parental democrático é referenciado por Baumrind, como o estilo ideal a ser adotado pelas figuras parentais (Darling & Steinberg, 1993).

Por fim, o estilo parental permissivo engloba os pais que apresentam uma atitude tolerante e recetiva, em relação às ações e desejos dos seus descendentes, não privilegiam a punição e evitam posições de autoridade e de controlo. Por norma, tendem a ser vistos pela criança ou adolescente como um recurso para a realização dos seus desejos e não como um modelo responsável por direcionar ou modelar o seu comportamento. Estes pais exigem poucas regras de rotina, permitindo na maioria das vezes que a criança regule o próprio comportamento, através da tomada de decisões (Baumrind, 1966, 1967, 1971). Segundo Baumrind (1967), os estilos parentais permissivo e autoritário revelam por parte das figuras parentais, uma comunicação ineficaz e poucas exigências de maturidade.

Como forma de ampliar os estudos realizados pela autora supracitada, Maccoby e Martin (1983) reorganizaram a tipologia de estilos parentais proposta por Baumrind. Assim, desenvolveram um modelo a partir do qual, as características de cada estilo parental, podiam ser compreendidas através das dimensões de exigência e responsividade. Segundo estes autores a exigência diz respeito a todos os comportamentos parentais que visam, de algum modo, controlar o comportamento do indivíduo através do estabelecimento de regras e limites. Enquanto a responsividade, encontra-se associada às atitudes de compreensão e de afeto que as figuras parentais têm com o seu filho.

Maccoby e Martin (1983) dividiram também o estilo permissivo, proposto por Baumrind (1967, 1971), em dois estilos parentais diferentes, sendo estes o indulgente e o

negligente. Esta divisão consistiu na diferença mais significativa, entre o modelo proposto por estes autores e o de Baumrind, permitindo assim uma avaliação mais precisa sobre o nível de responsividade parental, em famílias pouco exigentes. Neste sentido, o estilo parental negligente diz respeito aos indivíduos que tendem a não se envolver nos seus papéis de pais, sendo a relação com os seus filhos mínima ou inexistente a longo prazo (Maccoby & Martin, 1983).

Através do modelo proposto por Maccoby e Martin (1983), é possível compreender que as figuras parentais, que possuem um elevado nível de exigência e baixa responsividade são caracterizados como autoritários; os pais que apresentam níveis de responsividade e de exigência elevados são designados de democráticos; os que têm um estilo permissivo são definidos por elevados níveis de responsividade e baixos níveis de exigência; as figuras parentais caracterizadas como negligentes apresentam reduzida responsividade e exigência e, por fim, o estilo parental indulgente é caracterizado por baixa exigência e muita responsividade (Maccoby & Martin, 1983). Também outros autores, como Darling e Steinberg (2001), procuraram ampliar o conceito de estilo parental, definindo-o como o contexto no qual os pais devem estimular o desenvolvimento saudável dos seus filhos, através das suas práticas, crenças e valores.

De um modo geral, parece ser possível afirmar que a definição de estilo parental foi ampliada desde Baumrind (1966), até Darling e Steinberg (2001). A literatura revela assim, que o estudo sobre os estilos parentais deixou de se restringir apenas a situações de controle parental, passando também a incluir a responsividade face às necessidades do indivíduo e do clima emocional no qual é educado (Darling, 1999).

Desta forma, constata-se que a investigação sobre os estilos parentais é muito relevante, pois possibilita uma maior compreensão sobre quais as práticas educativas mais positivas, de

modo que seja promovido o desenvolvimento saudável do sujeito, o seu bem-estar e, conseqüentemente, uma dinâmica familiar mais salutar (Weber et al., 2004).

Posto isto, importa referir que apesar da multiplicidade de conceptualizações, para efeitos deste estudo, será seguida a conceptualização de Baumrind (1971, 1991), por tratar-se de um modelo de referência e de grande relevância para o entendimento da influência dos estilos parentais, no comportamento e desenvolvimento do indivíduo.

### **Estilos Parentais e Resultados Desenvolvimentais**

Segundo a literatura, a maior causa de problemas mentais verificados em crianças e adolescentes, encontra-se associada aos estilos parentais adotados pelas suas figuras de referência (Weber et al., 2004). Por este motivo, importa compreender que existem muitos fatores, que podem influenciar as práticas e atitudes parentais, tais como as características da personalidade dos pais e dos filhos, o estatuto socioeconómico, os valores e a cultura (Baumrind, 1967).

Para um melhor entendimento, Santos et al. (2013) referem que os sujeitos que apresentam um temperamento facilmente irritável e reativo, podem desenvolver problemas de comportamento, caso os seus progenitores optem por um estilo parental com baixos níveis de afeto e elevados níveis de punição. Por outro lado, as famílias que apresentam baixos rendimentos financeiros, tendem a exibir níveis de disciplina mais elevados, podendo estes comportamentos estarem associados a maiores índices de stress e a crenças do valor da punição física (Pinderhughes et al., 2000). Sigelman (1999), desenvolveu também um estudo onde constatou que o comportamento da criança pode igualmente, ser um fator influenciador do estilo e prática parental, no qual progenitores e filhos influenciam-se mutuamente.

Contudo, apesar de existirem diversas variáveis que parecem influenciar o estilo parental, a presente investigação centrar-se-á em analisar o seu impacto no desenvolvimento dos estudantes do ensino superior. Para tal, importa compreender quais os resultados

desenvolvimentais que a literatura referencia, sobre a influência dos estilos parentais nos indivíduos (Sigelman, 1999).

Neste sentido, Baumrind (1967) através do seu estudo longitudinal, pôde observar que crianças e adolescentes apresentam diferentes características entre si, estando estas, muitas das vezes, associadas ao estilo parental no qual foram educadas. Segundo a autora, as figuras parentais que adotam um estilo parental democrático, desenvolvem crianças com menos sintomas de internalização e de externalização (e.g., ansiedade, depressão, comportamento antissocial e comportamentos de delinquência) e apresentam um melhor desempenho acadêmico. Estas manifestam também, níveis mais elevados de autoconfiança, liderança, criatividade, assertividade, autoestima, autorregulação e, tendencialmente, tratam-se de indivíduos mais alegres, responsáveis e revelam uma maior orientação para a realização da tarefa.

Contrariamente, os sujeitos expostos a um estilo parental autoritário manifestam níveis mais elevados de irritabilidade, agressividade, dependência em relação aos outros e, conseqüentemente, maiores níveis de infelicidade. Tendem a exibir mais dificuldades em regular as suas emoções, apresentam níveis mais reduzidos de autoconceito e de responsabilidade social e encontram-se, maioritariamente, associados a comportamentos de delinquência e de externalização (Baumrind, 1967).

Um estudo desenvolvido por Hastings et al. (2000), constatou que mães autoritárias, desenvolvem crianças que manifestam menos empatia pelo outro, bem como menos respostas de ajuda. Em relação às diferenças entre género, os estudos realizados demonstram que os indivíduos do género feminino, educados com base neste estilo parental, apresentam uma maior dependência e assertividade social, quando comparados com os sujeitos do género masculino. Estes, por sua vez, exibem níveis mais elevados de hostilidade e são mais resistentes ao seguimento de normas e regras impostas pelos adultos (Baumrind, 1967, 1971, 1989). Alguns

autores, consideram também a existência de uma correlação negativa, entre o estilo parental autoritário e o desempenho acadêmico (Dornbusch et al., 1987; Shumow et al., 1998), considerando que estes indivíduos apresentam uma maior predisposição para manifestar sintomas de depressão, stress e ansiedade (Dearing et al., 2006).

Relativamente ao estilo parental permissivo, a literatura revela que proporciona o desenvolvimento de crianças e adolescentes mais imaturos, agressivos e impulsivos. Tendencialmente, têm mais dificuldade em regular as suas emoções e revelam uma grande dependência de outros, apresentando também, níveis mais reduzidos de autocontrolo, autoconfiança, autoestima e de persistência na realização da tarefa. Este fator, por sua vez, pode comprometer o desempenho acadêmico, pois estes indivíduos desistem facilmente do que se propõem a fazer (Berk, 2007).

Fase ao exposto, é possível constatar que os estilos parentais autoritário e permissivo encontram-se, na sua maioria, associados a comportamentos mais disfuncionais e patológicos, quando comparados com o estilo parental democrático. Isto pode estar relacionado com o fato destes estilos educacionais, serem caracterizados pela deficiente comunicação entre pais e filhos e pelas poucas exigências de maturidade impostas pelas figuras parentais (Baumrind, 1967).

Por outro lado, o estilo parental democrático é definido por Baumrind, como o estilo parental ideal, uma vez que contribui para um desenvolvimento físico e psicológico mais saudável (Darling & Steinberg, 1993). Os pais que adotam este estilo parental garantem aos seus descendentes, suporte, proteção e segurança, estando estes aspetos intimamente ligados a uma melhoria na qualidade de vida e a um funcionamento familiar mais favorável (Monaghan et al., 2012).

## **A Percepção dos Filhos sobre os Estilos e Práticas Parentais**

A influência dos estilos parentais e a própria relação entre pais e filhos, sofre várias alterações ao longo do ciclo vital, em especial na adolescência. Por este motivo, torna-se pertinente o aprofundamento do significado que crianças, adolescentes e jovens adultos atribuem às atitudes e práticas educativas implementadas pelas suas figuras de referência (Ardelt & Day, 2002).

Através da revisão da literatura verifica-se a existência de diferentes resultados, que se encontram associados à percepção dos estilos parentais mediante o género e a fase de desenvolvimento do indivíduo (Goede et al., 2009). De acordo com Ardel e Day (2002), as percepções dos filhos, em relação às práticas e atitudes das suas figuras parentais, tendem a mudar ao longo do tempo, estando este fator associado à variável idade. O modo como uma criança ou adolescente percebe os estilos educativos dos seus progenitores, será efetivamente distinta da desenvolvida por um adulto (Boeckel & Sarriera, 2006).

Um estudo desenvolvido por Rebollo et al. (2001), demonstrou que os adolescentes percebem os seus pais como mais controladores e menos afetuosos, comparativamente às crianças. Os mesmos autores indicam, no entanto, que este fator pode estar associado ao desejo de autonomia e de independência que tende a aumentar ao longo do desenvolvimento humano. Por este motivo, a percepção de suporte parental diminui, especialmente da fase inicial da adolescência para a intermédia, estabilizando no final desta fase do ciclo vital.

Uma outra investigação realizada por Ducharme et al. (2006), a uma amostra de 641 adolescentes, com idades compreendidas entre os 12 e os 21 anos de idade, permitiu verificar que metade dos participantes percecionavam as suas figuras parentais com um estilo parental democrático. Contudo, o mesmo estudo revelou que os adolescentes mais velhos, tendem a caracterizar os seus progenitores como menos controladores e menos responsivos, estando estas características associadas ao estilo parental permissivo.

Ainda em relação à variável idade, um estudo desenvolvido por Canavarro e Pereira (2007), demonstrou que as crianças percebem as suas figuras de referência como mais democráticas, associando-as a comportamentos de controlo parental e a outros que revelam suporte emocional, aceitação e disponibilidade afetiva e física para com estas.

Por sua vez, nos adolescentes e adultos os resultados são distintos (Arrindel et al., 1983), uma vez que estes atribuem uma conotação mais negativa e intrusiva a estas dimensões, interpretadas na infância como fonte de atenção e envolvimento por parte dos progenitores. Alguns autores consideram que este fator pode levar os adolescentes e adultos a perceberem os seus pais como mais autoritários (Castro et al., 1993; Markus et al., 2003).

No que diz respeito às diferenças existentes, na percepção dos estilos parentais, em função do género, para alguns autores os dados são inconclusivos, visto existirem vários estudos que não fazem referência a estas diferenças (Helsen et al., 2000). Contudo, uma investigação desenvolvida por Canavarro e Pereira (2007), a uma amostra de 456 crianças portuguesas, com idades compreendidas entre os 8 e os 11 anos, apoia a presença de diferenças na percepção dos estilos parentais, em função do género da criança.

Esta revela que as raparigas percebem as suas figuras parentais como mais democráticas, em comparação aos rapazes, associando-as a menos comportamentos de rejeição e de tentativa de controlo. Os indivíduos do género masculino, contrariamente aos do género feminino, percebem um menor suporte emocional por parte dos progenitores, mais comportamentos de rejeição e maior tentativa de controlo, apesar destas não serem diferenças estatisticamente significativas.

Um outro estudo, desenvolvido por Ducharme et al. (2006), evidencia que as raparigas percebem os seus pais como mais controladores e responsivos associando-os, maioritariamente, a um estilo parental democrático. Os rapazes, por outro lado, tendem a associar as suas figuras parentais, sobretudo, aos estilos parentais permissivo e negligente.

Face ao exposto, importa referir que o modo como crianças, adolescentes e jovens adultos percebem as práticas e atitudes das figuras parentais, pode sofrer alterações ao longo do tempo. Estando a perceção do estilo parental, associada à forma como cada indivíduo apreende os comportamentos manifestados pelos seus pais e, por conseguinte, ao contexto familiar onde se encontra inserido (Goetz & Vieira, 2009).

## **Capítulo II – Bem-Estar**

O conceito de bem-estar é atualmente um dos temas mais abordados, no campo científico da Psicologia. Este permite compreender quais os fatores psicológicos que se encontram associados a uma vida saudável (Siqueira & Padovam, 2008) e à felicidade (Diener et al., 2003).

Para Ryan e Deci (2001), o bem-estar pode ser organizado em duas perspectivas diferentes, nomeadamente na Perspetiva Hedônica e na Perspetiva Eudaimônica. Da primeira, resulta o Bem-Estar Subjetivo que integra o estado subjetivo da felicidade e encontra-se relacionado com as avaliações pessoais que o indivíduo faz, sobre o seu nível de satisfação com a vida (Albuquerque & Tróccoli, 2004). A Perspetiva Eudaimônica, por sua vez, engloba o Bem-Estar Psicológico que se encontra associado ao desenvolvimento das potencialidades humanas, alcançadas pela superação dos desafios existenciais de vida, pela busca da autorrealização e pelo propósito de vida (Fave et al., 2011). Estas duas conceções científicas refletem assim, diferentes perspetivas sobre a felicidade (Ryan & Deci, 2001).

### **Bem-Estar Subjetivo**

O estudo do Bem-Estar Subjetivo (BES), tem sido alvo de um crescente interesse por parte dos investigadores, que procuram compreender a avaliação que o indivíduo faz da sua própria vida (Diener et al., 2003). Esta avaliação poderá ser influenciada pelas experiências do sujeito e também pelas suas condições de vida (Simões et al., 2003). Deste modo, os principais tópicos de investigação deste construto são a felicidade, a satisfação, o afeto positivo e o estado de espírito (Diener et al., 2003).

A definição de BES surge na década de 60, tornando-se, desde então, num importante indicador de qualidade de vida (Siqueira & Padovam, 2008). Este é definido como “uma reação avaliativa das pessoas à sua própria vida – quer, em termos de satisfação com a mesma, quer, em termos de afetividade” (Diener & Diener, 1995, p.65). Para tal, devem ser considerados os

seus valores, emoções, experiências prévias e expectativas, pois só assim será possível compreender o seu nível de BES (Diener & Lucas, 2000).

Este construto psicológico integra duas componentes, que podem estar relacionadas entre si, mas são empiricamente distintas, devendo ser analisadas em separado de modo a proporcionar uma visão global do bem-estar dos indivíduos. Estas consistem na componente cognitiva, que diz respeito a um juízo de valor face à satisfação global com a própria vida e na componente afetiva, que se trata das experiências emocionais positivas e negativas do sujeito (Diener & Lucas, 2000).

Para Silva e Heleno (2012), essas experiências emocionais são denominadas de afetos positivos e afetos negativos e consistem em descrições de um estado emocional transitório. O primeiro encontra-se associado a sentimentos de entusiasmo e de prazer e o segundo a estados emocionais negativos, tais como o pessimismo, a ansiedade e a angústia. No entanto, para que os afetos positivos e negativos sejam considerados uma dimensão do BES, é necessário que sejam reconhecidas mais emoções positivas do que negativas ao longo da vida do indivíduo (Keyes et al., 2002).

A outra componente do BES, encontra-se associada à avaliação global que o sujeito faz sobre a sua própria vida (Keyes et al., 2002) tratando-se assim, de uma dimensão subjetiva de qualidade de vida, uma vez que se encontra interligada à felicidade e bem-estar (Siqueira & Padovam, 2008). De um modo geral, é possível compreender que as pessoas que apresentam níveis mais elevados de satisfação com a vida, têm indicadores de um funcionamento mais positivo e nomeadamente um nível mais elevado de BES. O contrário, encontra-se associado à rejeição pessoal, comportamentos agressivos e a uma maior sintomatologia depressiva (Freire & Tavares, 2011).

Posto isto, verifica-se que a análise deste construto é muito relevante, uma vez que contribui para a compreensão do nível de bem-estar dos indivíduos e, por conseguinte, para a

melhoria da sua qualidade de vida (Giacomoni, 2004). Neste sentido, as investigações demonstram que um nível de BES adequado, implica que o sujeito apresente um nível elevado de satisfação com a vida, bem como de experiências emocionais positivas que revelem felicidade e baixos níveis de experiências emocionais negativas (Diener et al., 2003).

### **Bem-Estar Psicológico**

O Bem-Estar Psicológico (BEP), trata-se de um construto que visa a compreensão do funcionamento psicológico positivo do indivíduo (Ryff, 1989). A investigação associada a este conceito, surgiu como crítica às formulações teóricas que apoiavam o Bem-Estar Subjetivo (BES), uma vez que este último suportava as suas avaliações em análises de satisfação com a vida e em afetos positivos e negativos que evidenciavam felicidade (Siqueira & Padovam, 2008).

Por sua vez, o BEP apresenta concepções teóricas sólidas e desenvolvidas sobre formulações psicológicas realizadas nas áreas de saúde mental, desenvolvimento humano e psicologia humanista – existencial (Siqueira & Padovam, 2008). Através da investigação desenvolvida por Ryff (1989), foi possível constatar que a análise do funcionamento psicológico positivo, encontra-se relacionada com várias teorias clássicas da psicologia. Assim, no final da década de 1980, Ryff (1989) formulou o modelo de seis componentes do BEP, “na tentativa de definir a estrutura básica do bem-estar no âmbito psicológico” (p.1072). Deste modo, definiu seis características que constituem o construto acima referido, sendo elas a autoaceitação, o relacionamento positivo com outras pessoas, a autonomia, o domínio do ambiente, o propósito de vida e o crescimento pessoal (Siqueira & Padovam, 2008).

A autoaceitação é definida como uma característica fundamental para a saúde mental e caracteriza-se pela presença de uma atitude positiva em relação a si próprio, bem como pela demonstração de maturidade e elevado nível de autoconhecimento. Relativamente ao relacionamento positivo com outras pessoas, diz respeito à capacidade de identificação com o

outro e ao desenvolvimento de relacionamentos íntimos, seguros e satisfatórios. A autonomia, encontra-se associada à independência de aprovações externas, à autodeterminação e à avaliação de experiências pessoais, tendo por base critérios próprios. O domínio do ambiente trata-se da capacidade de o indivíduo criar ou optar por ambientes que satisfaçam as suas necessidades. O propósito de vida está relacionado com o estabelecimento de objetivos e senso de direção e, por fim, o crescimento pessoal diz respeito ao desenvolvimento pessoal e à abertura a novas experiências nas várias fases da vida (Siqueira & Padovam, 2008).

Este conjunto de dimensões do BEP representa de forma ampla, o resultado de um desenvolvimento e funcionamento positivo, pois engloba na sua análise a perspectiva do passado, o envolvimento no presente e a expectativa para o futuro, bem como a percepção pessoal e interpessoal do indivíduo (Novo, 2005). Neste modelo, o sentido de felicidade é resultante do desenvolvimento e realização pessoal e não constitui um objetivo de vida (Ryff, 1989).

Com isto, importa referir que a operacionalização das dimensões do BEP permitiu o desenvolvimento de escalas psicométricas válidas e fidedignas para a sua avaliação, sendo este fator muito relevante, uma vez que este trata-se de um construto muito importante para as áreas da Psicologia, Ciências Sociais e Saúde em geral (Machado & Bandeira, 2012).

### **Capítulo III – O Estudante do Ensino Superior**

A entrada no ensino superior, trata-se de um período assinalado pela presença de diversas alterações, para a maioria dos alunos. Estas encontram-se relacionadas com a exploração de novos ambientes, consolidação da identidade, construção de novas relações e maior independência e autonomia (Ferreira & Lourenço, 2004).

O contexto académico implica assim, um processo de adaptação por parte do sujeito, que se espera ser promotor do desenvolvimento de bem-estar físico, psicológico, social e também, promissor do seu sucesso académico (Pinheiro, 2004). Normalmente, este é um período que se situa entre o fim da adolescência e o início da vida adulta, sendo esta fase do ciclo vital referenciada pela literatura, como um tempo de transição para o indivíduo, situado entre os 18 e os 22 anos de idade (Bastos, 2004).

Os estudantes universitários encontram-se sujeitos a diversas pressões, que não passam só pela adaptação a uma esta nova etapa, mas também pela necessidade de corresponderem a expetativas pessoais e sociais, pela separação física das figuras parentais e exigências do próprio ensino superior (Ferreira et al., 2004). Existem ainda outros fatores, que podem ameaçar o bem-estar destes indivíduos, tais como o stress e a ansiedade (Eisenberg et al., 2007)

A ausência de bem-estar na adolescência e na adultez emergente, encontra-se relacionada a indicadores de perturbações psicológicas, tais como a depressão e a ansiedade. Como tal, é importante ter-se em conta que estas perturbações podem afetar o desenvolvimento do indivíduo a curto e a longo prazo. Para além deste indicador, o fato do ensino superior ser caracterizado como uma fase de exigências e mudanças, as intervenções psicológicas em adolescentes e jovens adultos universitários têm se centrado, especialmente, na promoção do seu bem-estar (Pinheiro, 2004).

Existem vários estudos que visam analisar o bem-estar nesta população e os fatores que podem aumentar ou diminuir este construto. Neste sentido, através de uma investigação

realizada por Bastos (2004), a alunos do ensino superior, foi possível verificar que os indivíduos do género feminino apresentam um nível de bem-estar menor, quando comparados com os do género masculino. Este fator pode estar associado às expetativas elevadas que as raparigas apresentam em relação ao seu desempenho académico, contexto social e pessoal e, por este motivo, têm uma maior probabilidade em desenvolver problemas psicológicos (Bastos, 2004).

Uma outra investigação, demonstra que a construção de autonomia, o estabelecimento de relações interpessoais (Dias & Fontaine, 1996) e a perceção de aceitação, estabilidade e aprovação por parte da família são fatores determinantes para a promoção de bem-estar nos alunos universitários (Pinheiro, 2004). Neste sentido, a aceitação pelos pares, o apoio dos docentes e o rendimento académico podem também, contribuir para uma maior perceção de satisfação com a vida e para um nível de bem-estar mais elevado nesta população (Matos & Carvalhosa, 2001).

A investigação sugere que no primeiro ano de ensino superior, os indivíduos com padrões de vinculação segura apresentam índices mais satisfatórios de adaptação emocional, psicológica e social (Bernier et al., 2005). Alguns autores constataram ainda, que a participação do aluno universitário em atividades extracurriculares, contribui de forma significativa para a sua adaptação e integração de forma salutar, pois, através destas, ocorre o contacto com os pares proporcionando um maior envolvimento na experiência universitária. Estes fatores, por sua vez, revelam-se muito pertinentes para o crescimento e desenvolvimento do indivíduo e, conseqüentemente, promoção do seu bem-estar (Ferreira et al., 2001).

De um modo geral, compreende-se que a adolescência e a entrada na vida adulta são fases constituídas por um conjunto de tarefas complexas, nas quais o sujeito, por vezes, poderá não estar preparado para lidar com os desafios académicos e psicossociais que possam surgir. A literatura revela que, enquanto alguns alunos universitários apresentam alterações ao nível

do seu ajustamento e bem-estar psicológico, outros conseguem lidar com esta fase sem apresentar mudanças significativas (Bastos & Costa, 2004). Deste modo, é importante realçar a necessidade em contribuir para que o adolescente e jovem adulto, lide com as mudanças que surgem no ensino superior de forma mais positiva e adaptativa, a fim de evitar o surgimento de possíveis sintomas patológicos e desajustados (Bastos, 2004).

### **Estilos Parentais e o seu Impacto no Bem-Estar dos Alunos do Ensino Superior**

Os estilos parentais assumem um papel de grande relevância para o adolescente e jovem adulto, no processo de adaptação ao ensino superior. Estes, tendem a influenciar o desenvolvimento de estratégias, que permitem ao aluno lidar com possíveis desafios que possam surgir e com as alterações desenvolvimentais que ocorrem no final da adolescência e início da vida adulta (Diniz & Almeida, 2006). O suporte parental trata-se assim, de um fator muito importante para a construção do bem-estar psicológico e a sua ausência, pode desencadear o surgimento de psicopatologia e níveis mais reduzidos de satisfação com a vida (Boeckel & Sarriera, 2006).

Granja e Mota (2018) desenvolveram um estudo, a uma amostra de 787 alunos universitários, que teve como principal objetivo analisar de que forma os estilos parentais, influenciavam o bem-estar e a adaptação académica da amostra. Com base nos resultados alcançados, os autores sugerem que a perceção de um estilo parental democrático, correlaciona-se positivamente com a adaptação académica e com um nível mais elevado de satisfação com a vida. No entanto, estes resultados foram superiores nas raparigas, podendo este fator estar relacionado a uma maior predisposição, por parte destas, a desenvolver uma socialização que englobe relações de afeto e dinâmica relacional, em comparação com os rapazes (Muris et al., 2000). Estes, por sua vez, associam na sua maioria os pais, aos estilos parentais autoritário e permissivo (Brand et al., 2011).

Uma investigação desenvolvida por Boeckel e Sarriera (2006), a uma amostra de 323 universitários pretendeu, também, analisar o impacto dos estilos parentais no seu bem-psicológico. Assim, foi possível verificar que o estilo parental democrático encontra-se relacionado positivamente com o bem-estar psicológico, enquanto o estilo autoritário resulta num menor nível de satisfação com a vida e bem-estar. Na verdade, a literatura demonstra que o estilo parental democrático parece contribuir para uma melhor adaptação académica (Baumrind, 1971; Brand et al., 2011) e para o desenvolvimento de competências, que permitem ao aluno responder de forma mais eficaz a situações de stress (Baumrind, 1985).

Desta forma, compreende-se que as figuras parentais promotoras de autoconfiança, autonomia, responsabilidade e assertividade, parecem contribuir para a criação de condições necessárias, que permitem ao adolescente e jovem adulto alcançar níveis mais elevados de desempenho académico e bem-estar, comparativamente aos que percebem os seus pais com estilos autoritário ou permissivo (Granja & Mota, 2018).

Posto isto, através da revisão da literatura verifica-se que os estilos parentais têm um grande impacto no bem-estar dos alunos universitários, podendo afetar o seu desenvolvimento global (Baumrind, 1967, 1971). As práticas e atitudes parentais podem assim, atuar como agente facilitador dos desafios com os quais o indivíduo terá que lidar, ou por outro lado, contribuir negativamente para o seu desempenho e desenvolvimento de bem-estar (Sprinthall & Collins, 2003).

## **Variáveis que Aumentam e Diminuem o Bem-Estar dos Alunos do Ensino Superior**

### ***Desempenho Académico***

O desempenho académico pode ser definido como o resultado da aprendizagem, que é produzida no estudante, através da atividade educativa do docente, ou seja, trata-se da avaliação do conhecimento adquirido no âmbito escolar ou universitário (Monteiro et al., 2005). As notas escolares são referenciadas pela literatura, como o indicador mais fiável para medir o construto

supracitado. No entanto, a qualidade da instituição é também indicada como um forte indicador de desempenho acadêmico nos alunos do ensino superior (Rodríguez et al., 2004).

O estudo sobre o desempenho acadêmico, em estudantes universitários, tem suscitado o interesse de vários investigadores que têm procurado compreender quais os fatores que podem prever o seu sucesso (Pritchard & Wilson, 2003). Na verdade, parecem existir várias variáveis sociodemográficas e emocionais que se encontram associadas a este construto. Entre estas, refere-se a motivação, a relação aluno-professor (Hernández, 1994), as metas académicas (Cabanach et al., 1996), a escolha do curso (Rodríguez et al., 2004), o género, a idade, o suporte familiar, a depressão e o bem-estar (Pritchard & Wilson, 2003).

Segundo a literatura, os estudos centrados no bem-estar dos adolescentes e jovens adultos encontram-se inteiramente relacionados com o ensino (Huebner, 1991; Matos & Carvalhosa, 2001) pois, é neste espaço que os indivíduos passam a maior parte do seu tempo (Matos & Carvalhosa, 2001). Assim, para além da importância do desenvolvimento vocacional e do desempenho acadêmico, a instituição de ensino deve também dar especial atenção às questões da saúde física e mental, procurando promover o bem-estar dos seus alunos (Huebner & McCullough, 2000; Natvig et al., 2003).

Alguns autores, consideram que os estudantes que apresentam expectativas mais irrealistas e idealizadas em relação ao ensino superior, tendem a apresentar níveis mais elevados de abandono escolar, um menor envolvimento com a instituição e menor desempenho acadêmico. Este fator, pode ainda desencadear níveis mais elevados de frustração, insatisfação pessoal e níveis mais reduzidos de bem-estar (Latiesa, 1986).

Um estudo realizado por Powers (2008), a uma amostra de 103 alunos do ensino superior, revelou que tanto o desempenho acadêmico ( $r = .37, p < .001$ ), como a interação social ( $r = .34, p < .001$ ), encontram-se positivamente relacionados com o bem-estar e com a satisfação com a vida. Assim, através desta investigação foi possível verificar a existência de uma relação

positiva entre estes dois construtos, na qual este autor considera que quanto maior for a percepção de sucesso acadêmico, maiores serão os índices de bem-estar do aluno.

Chow (2005) constatou também que os alunos universitários associam os seus níveis de satisfação com a vida, ao desempenho acadêmico, autoestima, estatuto socioeconômico e relacionamentos intrapessoais. Assim, pôde concluir que os estudantes com notas acadêmicas mais elevadas, apresentam um nível de satisfação com a vida superior e por sua vez, níveis mais elevados de bem-estar.

### ***Depressão, Ansiedade e Stress***

O contexto acadêmico implica que o aluno lide, muitas das vezes, com diversos desafios que podem ser percebidos como stressantes, interferindo de forma negativa no seu processo de aprendizagem, concentração, atenção e aquisição de habilidades (Ferreira et al., 2009). Neste sentido, alguns estudos internacionais revelam que 15% a 29% dos estudantes universitários, desenvolvem uma perturbação mental durante a sua vida académica (Cavestro & Rocha, 2006; Cerchiari et al., 2005; Fonseca et al., 2008). A ansiedade e a depressão são assim referenciadas, como as perturbações mentais mais comuns entre os alunos do ensino superior (Brandtner & Bardagi, 2009).

O stress tem sido também relacionado, por vários autores, ao contexto universitário. Este define-se por um estado de tensão que ocorre no organismo, em situações que implicam exigência, afetando não só a saúde física, mas também o bem-estar subjetivo e psicológico do indivíduo (Cleto & Costa, 2000).

Do mesmo modo, as perturbações de ansiedade afetam a qualidade de vida do sujeito, uma vez que persistem além de períodos apropriados ao seu nível de desenvolvimento. Estas caracterizam-se pelo medo e ansiedade excessivos e por perturbações comportamentais relacionadas (American Psychiatric Association [APA], 2014). A literatura demonstra que as

perturbações de ansiedade surgem, principalmente, em indivíduos entre os 25 e os 44 anos de idade, sendo estes na sua maioria do género feminino (Brandtner & Bardagi, 2009).

Relativamente à depressão, a sua principal característica é a presença de humor triste, irritável ou vazio, bem como alterações cognitivas e somáticas que afetam de forma significativa o funcionamento do sujeito (APA, 2014). Na atualidade, esta perturbação atinge grande parte da população independentemente da idade, género ou etnia. Contudo, a sua incidência reflete-se em especial nos jovens e idosos (Nardi, 2000). Alguns autores consideram que as perturbações mentais anteriormente referidas, apresentam também comorbidade elevada com o álcool e substâncias psicotrópicas, sendo este um fator preocupante na comunidade universitária (Galindo et al., 2008).

Num estudo realizado por Russell e Topham (2012), a uma amostra de 787 alunos do ensino superior, foi possível constatar que aproximadamente 50% destes estudantes referiram ter sentido stress e ansiedade nos últimos seis meses, apresentando uma variação de resposta entre os 52-55%. Em relação à depressão e a sintomas de pânico e de raiva, o índice de resposta resultou em 21-24% da amostra total. Assim, estes autores através dos resultados obtidos aferiram que o stress, a ansiedade e a depressão têm um impacto negativo na aprendizagem e bem-estar dos alunos universitários (Russell & Topham, 2012).

Uma outra investigação efetuada por Vizzotto et al. (2017), a uma amostra de 238 universitários, em Portugal, teve como principal objetivo analisar de que forma a depressão, a ansiedade e o stress influenciavam o bem-estar destes alunos. Através desta, foi possível verificar que os indivíduos do género masculino apresentavam maiores indicadores de depressão, comparativamente aos do género feminino.

Em relação aos níveis de stress e ansiedade, os investigadores não observaram diferenças significativas entre os géneros (Vizzotto et al., 2017). Assim, de acordo com a literatura constata-se que a ansiedade, a depressão e o stress encontram-se presentes de forma

significativa, nos estudantes do ensino superior, podendo estes afetar de forma negativa o seu desempenho académico, saúde e bem-estar (Mascarenhas et al., 2012).

Posto isto, importa referir que o presente estudo revela-se muito pertinente, uma vez que procura compreender de que forma a perceção dos alunos universitários, acerca dos estilos parentais dos seus pais, influenciam o seu bem-estar. Esta investigação, por sua vez, permite demonstrar a influência dos estilos e práticas parentais no desenvolvimento do indivíduo e nomeadamente no seu desempenho académico, ao nível do stress, ansiedade, depressão e bem-estar (Baumrind, 1966, 1971; Darling & Steinberg, 1993). Neste sentido, apresentar-se-á de seguida o estudo empírico desenvolvido.

## Capítulo IV – Metodologia

Neste capítulo apresentam-se os objetivos e hipóteses desta investigação, bem como a metodologia utilizada, a caracterização dos participantes e os instrumentos e procedimentos aplicados no presente estudo empírico.

### Objetivos e Hipóteses de Investigação

O principal objetivo desta investigação diz respeito à exploração do impacto dos estilos parentais, no bem-estar dos estudantes do ensino superior. Deste modo, os objetivos específicos consistem em (a) analisar a existência de relações entre as diferentes características dos estilos parentais e o bem-estar dos estudantes do ensino superior; b) verificar se existe uma relação positiva entre o desempenho académico e o bem-estar dos participantes; c) explorar a existência de uma relação negativa entre a depressão, o stress e a ansiedade no bem-estar dos alunos universitários; (d) compreender se as práticas e atitudes parentais estão correlacionadas com o desempenho académico e, (e) explorar a perceção dos estudantes universitários, face ao estilo parental adotado pelos pais, em função do género de pertença e da idade. Neste sentido, foram desenvolvidas as seguintes hipóteses de investigação:

H1: Existem diferenças significativas na perceção dos estudantes universitários, em relação aos estilos parentais adotados, em função do género de pertença e da idade;

H2: Existe uma relação significativa negativa entre a ansiedade, a depressão e o stress e o bem-estar dos alunos do ensino superior;

H3: Existe uma relação significativa positiva entre o desempenho académico e o bem-estar;

H4: Existe uma relação significativa positiva entre os estilos parentais e o desempenho académico dos estudantes universitários.

H5: O bem-estar relaciona-se positivamente e significativamente com os estilos parentais.

## **Participantes**

O presente estudo é constituído por uma amostra de 279 alunos do ensino superior, de Portugal Continental e Ilhas e apresenta uma mortalidade experimental de três indivíduos por pertencerem ao ensino regular, não cumprindo assim, um dos requisitos da investigação, que implicava ser estudante universitário. A amostra (N=279) é composta por 217 (77.8%) participantes do género feminino e 62 (22.2%) do género masculino. Relativamente às idades, estas situam-se entre os 18 e os 62 anos, apresentando uma média de 23.06 anos de idade ( $DP = 6.79$ ). No que se refere ao grau académico 166 (59.5%) dos indivíduos têm uma Licenciatura, 34 (12.2%) possuem o Mestrado, 23 (8.2%) têm um Curso Técnico Superior Profissional e 56 (20.1%) dos alunos do ensino superior não fizeram referência ao seu grau académico, apenas à sua área de formação, sendo por isso caracterizados como desconhecido/não específico.

## **Instrumentos de Medida**

Os dados do presente estudo foram recolhidos através de um questionário, que incluiu numa primeira instância um consentimento informado, dando a conhecer aos participantes os objetivos gerais da investigação, bem como que a participação seria voluntária. Foi garantida também, a confidencialidade e anonimato dos dados recolhidos e que a sua utilização seria, meramente, para fins desta investigação. Neste sentido, foram utilizados diferentes instrumentos de medida, que se apresentam em seguida:

### ***Questionário Complementar sobre os Estilos Parentais – Perceção dos Filhos***

A perceção dos estudantes do ensino superior, em relação aos estilos educativos adotados pelas suas figuras parentais, foi avaliada através de um questionário complementar construído para o efeito. A sua conceptualização foi baseada na literatura, mais concretamente nos estilos parentais desenvolvidos por Baumrind (1966), tendo sido submetida a uma análise semântica por *experts*. Este questionário, visa avaliar o modo como, na maior parte da vida, os

alunos do ensino superior perceberam os padrões educativos das suas figuras parentais de referência.

O instrumento supracitado encontra-se subdividido em três fatores distintos, que foram construídos a partir da literatura. Obtida a amostra e para analisar a qualidade psicométrica do instrumento, foi realizada uma análise fatorial exploratória, com recurso ao método de extração dos fatores, denominado por componentes principais. O método de rotação utilizado foi o Varimax, tendo sido forçado a três fatores, a partir do qual foram obtidos os fatores Estilo Democrático, Estilo Autoritário e Estilo Permissivo.

Relativamente ao fator Estilo Democrático, este é constituído por dez itens, variando a sua pontuação entre um mínimo de dez e um máximo de 50 pontos. O fator Estilo Autoritário é composto por nove itens e apresenta um valor mínimo de nove pontos e um máximo de 45. E por fim, o fator Estilo Permissivo contempla cinco itens, variando entre um mínimo de cinco e um máximo de 25 pontos. Este questionário complementar apresenta um total de 24 itens, que se encontram formulados tanto no sentido negativo, como positivo e foram distribuídos numa escala do tipo *Likert* com cinco alternativas de resposta (*1 – Nunca a 5 – Sempre*).

Quanto à consistência interna do instrumento, analisada através do *Alpha de Cronbach* ( $\alpha$ ), importa referir que o fator Estilo Democrático apresenta um valor de  $\alpha=.894$ , sendo este considerado um valor bom, segundo Pestana e Gageiro (2008). Em relação ao fator Estilo Autoritário, verifica-se um valor de  $\alpha=.838$ , sendo também definido como um valor bom de consistência interna e, por último, o fator Estilo Permissivo apresenta um valor de  $\alpha=.456$ , sendo este caracterizado por valor inadmissível de acordo com os autores acima referidos (Pestana & Gageiro, 2008).

### ***Escala de Bem-Estar Experiencial***

O bem-estar dos alunos do ensino superior foi avaliado através da Escala de Bem-estar Experiencial, desenvolvida por Pocinho e Garcês (2019). Este instrumento pretende avaliar o

bem-estar do indivíduo, tendo em conta as suas experiências do último mês e através da autoavaliação sobre a satisfação com a vida, a felicidade, a autorrealização e o propósito de vida, possibilita uma maior compreensão sobre o seu bem-estar (Albuquerque & Tróccoli, 2004).

Esta escala é constituída por dez itens, que se encontram-se formulados tanto no sentido negativo, como positivo e foram distribuídos numa escala do tipo *Likert* com sete alternativas de resposta (*1 – Discordo Totalmente a 7 – Concordo Totalmente*), através da qual será possível obter uma pontuação total, variando entre um mínimo de dez e um máximo de 70 pontos (Pocinho & Garcês, 2019). A construção deste instrumento envolveu especialistas que contribuíram para a validade do construto em questão, contudo o processo de validação para a população portuguesa, encontra-se ainda em curso, sendo também o intuito destes investigadores, explorar também o seu potencial a nível internacional (Pocinho & Garcês, 2019).

No que diz respeito à consistência interna do instrumento na presente amostra, esta apresenta um valor de  $\alpha=.716$ , sendo este caracterizado como um valor razoável, de acordo com Pestana e Gageiro (2008).

### ***Escala de Ansiedade, Depressão e Stress***

A escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS) consiste na versão portuguesa do *Depression Anxiety Stress Scale (DASS)*, de Lovibond e Lovibond (1995), tendo sido adaptada por Pais-Ribeiro et al. (2004). Esta escala destina-se a indivíduos com mais de 17 anos e propõe-se a avaliar a ansiedade, a depressão e o stress, tendo em conta os sintomas experienciados na última semana.

A EADS organiza-se em três escalas distintas, nomeadamente a Escala da Depressão, a Escala da Ansiedade e a Escala do Stress. Cada uma delas é constituída por sete itens, o que corresponde a um total de 21 itens respondidos numa escala do tipo *Likert*,

com quatro alternativas de resposta (1 – Não se aplicou nada a mim a 4 – Aplicou-se a mim a maior parte das vezes) (Ribeiro et al., 2004).

Os resultados obtidos em cada subescala, surgem da média dos resultados dos sete itens, resultando em três valores que variam entre um mínimo de zero e um máximo de 21 pontos. A EADS visa discriminar, especificamente, as diferenças existentes ao nível dos sintomas da depressão, da ansiedade e do stress (Lovibond & Lovibond, 1995), estando os valores mais elevados de cada escala, associados a estados afetivos mais negativos (Pais-Ribeiro et al., 2004).

Relativamente à consistência interna do instrumento na amostra (N=279), representada no presente estudo, o fator Ansiedade apresenta um valor de  $\alpha=.87$ , sendo este definido pela literatura como um valor bom (Pestana & Gageiro, 2008). O fator Depressão, evidencia um valor muito bom de consistência interna, cujo valor de  $\alpha=.903$  e, por fim, o fator Stress revela um valor de  $\alpha=.886$ , sendo este considerado um valor bom, de acordo com Pestana e Gageiro (2008).

### **Procedimentos**

Na presente investigação, foi utilizada uma abordagem quantitativa e transversal, uma vez que esta metodologia procura testar relações ou diferenças entre variáveis, procurando a partir de uma amostra a generalização dos resultados alcançados, para uma determinada população (Coutinho, 2015).

Numa fase inicial, para o processo de recolha de dados, foi enviado o pedido de autorização, por *e-mail* escrito, ao Magnífico Reitor da Universidade da Madeira (UMa), tendo este sido submetido a aprovação por parte do Secretariado de Proteção de Dados e Secretariado da Comissão de Ética da respetiva instituição.

Posteriormente, após ter sido autorizada a aplicação dos instrumentos de avaliação, os mesmos foram recolhidos em formato digital (*google forms*), tendo a recolha de dados sido

divulgada, por correio eletrónico, através do Secretariado da Reitoria da UMa e das redes sociais *Facebook* e *Instagram*. É de realçar que os dados, de todas as variáveis, foram recolhidos num período compreendido entre janeiro e abril, do ano letivo 2020/2021.

No que se refere à análise dos dados, foi considerada a estatística paramétrica, tendo sido assumida a normalidade da amostra através do teorema central do limite. Este, por sua vez, considera que a média de amostras mais amplas, cujo  $n > 30$  apresenta uma distribuição normal, para a média da população da qual foi extraída (Pestana & Gageiro, 2008). A homogeneidade foi analisada, através do teste de Levene. A análise estatística consistiu assim na estatística descritiva, nomeadamente análise dos valores de mínimo, máximo, média e desvio padrão; na estatística correlacional através da correlação de Pearson e na estatística inferencial através do teste *t-student*. Estas análises foram realizadas com recurso ao programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS - versão 25.0).

## Capítulo V – Resultados

Ao longo deste capítulo serão apresentados os resultados referentes à análise estatística efetuada, sendo estes interpretados mediante os objetivos orientadores do presente estudo e das hipóteses de investigação apresentadas no capítulo anterior. Num primeiro momento serão expostos os dados obtidos através da estatística descritiva e inferencial e, posteriormente, os resultados alcançados através da estatística correlacional.

### Estatística Descritiva

Num momento inicial, foram efetuadas a análise descritiva das variáveis em estudo e a análise inferencial com recurso ao teste *t-student*, para comparação de médias quantitativas (Pestana & Gageiro, 2008). A Tabela 1 apresenta os valores obtidos.

**Tabela 1**

*Estatística Descritiva das Variáveis em Estudo*

	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Bem-Estar	2.60	5.80	4.217	.464
Depressão	1.00	4.00	1.812	.736
Ansiedade	1.00	4.00	1.681	.677
Stress	1.00	4.00	2.119	.711
Desempenho Académico	10	20	14.37	1.692
Estilo Democrático	1.00	5.00	3.568	.726
Estilo Autoritário	1.00	4.78	2.419	.744
Estilo Permissivo	1.00	4.20	2.478	.569

Como se pode verificar na Tabela 1, a amostra apresentou níveis de bem-estar entre os 2.60 e os 5.80 valores, com uma média de 4.217 e um desvio-padrão de .464 ( $M=4.217$ ,

$DP=.464$ ). No que se refere aos resultados do fator Depressão, os valores dos participantes variam entre o 1.00 e os 4.00 valores, com uma média de 1.812 e um desvio-padrão de .736 ( $M=1.812$ ,  $DP=.736$ ). Relativamente ao fator Ansiedade a amostra apresenta valores entre o 1.00 e os 4.00 valores, com uma média de 1.681 e um desvio-padrão de .677 ( $M=1.681$ ,  $DP=.677$ ) e o fator Stress apresenta valores entre o 1.00 e os 4.00, com uma média de 2.119 e um desvio-padrão de .711 ( $M=2.119$ ,  $DP=.711$ ).

Em relação à variável Desempenho Académico, medida através da Média de Curso, os valores dos inquiridos variam entre o 10 e os 20 valores, com uma média de 14.37 e um desvio-padrão de 1.692 ( $M=14.37$ ,  $DP=1.692$ ). Quanto ao fator Estilo Democrático, a amostra apresenta valores entre o 1.00 e o 5.00, com uma média de 3.568 e um desvio-padrão de .726 ( $M=3.568$ ,  $DP=.726$ ) e para o fator Estilo Autoritário, valores entre o 1.00 e o 4.78, com uma média de 2.419 e um desvio-padrão de .744 ( $M=2.419$ ,  $DP=.744$ ). Por último, para o fator Estilo Permissivo os valores dos participantes variam entre o 1.00 e os 4.20 valores, com uma média de 2.478 e um desvio-padrão de .569 ( $M=2.478$ ,  $DP=.569$ ).

### **Diferenças Intergrupais: Género e Idade**

Seguidamente, pretendeu-se analisar os dados referentes às diferenças intergrupais e verificar se existiram diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis, consoante o género e a idade. Esta análise, vai ao encontro da Hipótese 1, desenvolvida para o presente estudo, que consistiu em verificar se existem diferenças significativas na perceção dos estudantes universitários, em relação aos estilos parentais adotados, em função do género de pertença e da idade.

#### ***Género***

Na Tabela 2 apresentam-se os resultados referentes ao teste  $t$ , na análise da variável género.

**Tabela 2***Teste t de Amostras Independentes - Gênero*

	t	df	Sig.
Bem-Estar	-1.285	277	.200
Estilo Democrático	.198	277	.843
Estilo Autoritário	-.903	277	.367
Estilo Permissivo	-1.154	277	.250
Depressão	1.322	277	.187
Ansiedade	3.670	105.347	.000
Stress	3.825	96.677	.000

No que se refere ao gênero, tal como se pode observar na Tabela 2, para a variável Bem-estar não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas, sendo  $t(277) = -1.285$ ,  $p = .200$ . Contudo, os indivíduos do gênero masculino apresentam uma média superior de bem-estar ( $M=4.284$ ,  $DP=4.480$ ), comparativamente aos do gênero feminino ( $M=4.198$ ,  $DP=4.673$ ), observando-se que existe uma tendência, apesar de não ser considerada significativa, para que os rapazes apresentem níveis mais elevados de bem-estar.

Para o fator Estilo Democrático,  $t(277) = 198$ ,  $p = .843$ , também não se observaram diferenças estatisticamente significativas entre gênero. No entanto, constata-se que os sujeitos do gênero feminino, tendencialmente, percebem as suas figuras parentais como mais democráticas ( $M=3.572$ ,  $DP=7.397$ ), em relação aos indivíduos do gênero masculino ( $M=3.552$ ,  $DP=6.818$ ). No fator Estilo Autoritário,  $t(277) = -903$ ,  $p = .367$ , verifica-se que existe uma tendência para os rapazes, considerarem as suas figuras parentais como mais autoritárias ( $M=2.495$ ,  $DP=7.177$ ), em comparação às raparigas ( $M=2.398$ ,  $DP=7.512$ ). Porém, importa ressaltar, que não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre

género. Para o fator Estilo Permissivo,  $t(277) = -1.154$ ,  $p = .250$ , também não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas, no entanto, é possível verificar que existe uma tendência para os indivíduos do género masculino, percecionarem os seus progenitores como mais permissivos ( $M=2.552$ ,  $DP=5.969$ ), em comparação com os do género feminino ( $M=2.457$ ,  $DP=5.605$ ).

Por sua vez, no fator Depressão,  $t(277) = 1.322$ ,  $p = .187$ , os indivíduos do género feminino apresentam uma média superior ( $M=1.843$ ,  $DP=7.486$ ), comparativamente aos indivíduos do género masculino ( $M=1.703$ ,  $DP=6.836$ ). Deste modo, percebe-se que existe uma tendência para as raparigas apresentarem níveis superiores de depressão, apesar destas diferenças não serem estatisticamente significativas entre o género. Por outro lado, os resultados do fator Ansiedade  $t(105.347) = 3.670$ ,  $p < .001$ , evidenciam diferenças estatisticamente significativas, sendo possível observar que as raparigas apresentam níveis superiores de ansiedade ( $M=1.755$ ,  $DP=6.749$ ), em relação aos rapazes ( $M=1.419$ ,  $DP=6.234$ ). Do mesmo modo, para o fator Stress foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre género, sendo  $t(96.677) = 3.825$ ,  $p < .001$ . Com efeito, é possível verificar que os participantes do género feminino apresentam níveis superiores de Stress ( $M=2.205$ ,  $DP=6.899$ ), em comparação aos indivíduos do género masculino ( $M=1.818$ ,  $DP=7.071$ ).

### **Idade**

Na Tabela 3 apresentam-se os resultados referentes ao teste  $t$ , na análise da variável idade.

### **Tabela 3**

#### *Teste t de Amostras Independentes - Idade*

	t	df	Sig.
Bem-Estar	-9.93	277	.321
Estilo Democrático	1.876	277	.062

Estilo Autoritário	-2.358	88.875	.021
Estilo Permissivo	.987	277	.325
Depressão	.720	277	.472
Ansiedade	.425	277	.671
Stress	.679	277	.498

---

Em relação à idade, tal como é possível observar na Tabela 3, não se verificam diferenças estatisticamente significativas para a variável Bem-estar,  $t(277) = - 993, p = .321$ . Contudo, os indivíduos com idades compreendidas entre os 23 e os 62 anos, apresentam uma média superior de bem-estar ( $M=4.268, DP=4.717$ ), comparativamente aos que têm idades entre os 18 e os 22 ( $M=4.202, DP=4.613$ ). Deste modo, verifica-se que existe uma tendência, apesar de não ser considerada significativa, para os participantes mais velhos apresentarem níveis mais elevados de bem-estar.

Para o fator Estilo Democrático, também não se observaram diferenças estatisticamente significativas relativamente à idade, sendo  $t(277) = 1.876, p = .062$ . No entanto, constata-se que os sujeitos com idade inferior a 23 anos, tendencialmente, percecionam as suas figuras parentais como mais democráticas ( $M=3.612, DP=7.146$ ), em relação aos indivíduos com idade igual ou superior a 23 anos ( $M=3.418, DP=7.504$ ). Já no que concerne ao fator Estilo Autoritário, verifica-se a existência de diferenças estatisticamente significativas em relação à idade, cujo  $t(88.875) = - 2.358, p = .021$ . Neste sentido, os resultados diferem significativamente entre si, uma vez que os estudantes mais velhos consideram que as suas figuras parentais adotam, maioritariamente, um estilo parental autoritário ( $M=2.631; DP=8.400$ ), quando comparados com a perceção dos alunos mais novos ( $M=2.358; DP=7.033$ ). Para o fator Estilo Permissivo,  $t(277) = 987, p = .325$ , não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas, no entanto, é possível verificar que existe uma tendência para

os indivíduos com idade inferior a 23 anos, percecionarem os seus progenitores como mais permissivos ( $M=2.496$ ,  $DP=5.703$ ), em comparação com os sujeitos com idade igual ou superior a 23 anos ( $M=2.416$ ,  $DP=5.649$ ).

Por sua vez, no fator Depressão,  $t(277) = 720$ ,  $p = .472$ , os estudantes universitários mais novos apresentam uma média superior ( $M=1.829$ ,  $DP=7.283$ ), comparativamente aos mais velhos ( $M=1.753$ ,  $DP=7.638$ ). Deste modo, percebe-se que existe uma tendência para os alunos com idades estimadas entre os 18 e os 22 anos, apresentarem níveis superiores de depressão, apesar destas diferenças não serem estatisticamente significativas relativamente à idade. Para o fator Ansiedade,  $t(277) = 425$ ,  $p = .671$ , também não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas, no entanto, é possível verificar que existe uma tendência para os sujeitos com idade inferior a 23 anos, apresentarem níveis mais elevados de ansiedade ( $M=1.690$ ,  $DP=6.630$ ), em comparação aos indivíduos com idade igual ou superior a 23 anos ( $M=1.649$ ,  $DP=7.289$ ).

Por fim, para o fator Stress,  $t(277) = 679$ ,  $p = .498$  não se observam diferenças estatisticamente significativas respetivamente à idade. Contudo, os estudantes universitários mais novos, apresentam uma média superior ( $M=2.134$ ,  $DP=7.242$ ), em relação aos mais velhos ( $M=2.066$ ,  $DP=6.665$ ). Deste modo, verifica-se que existe uma tendência, apesar de não ser considerada significativa, para os participantes com idade inferior a 23 anos, apresentarem níveis mais elevados de stress.

### **Estatística Correlacional**

Após a apresentação da estatística descritiva e inferencial, serão apresentados os resultados da análise correlacional. Neste sentido, foi utilizada a correlação de Pearson que indica se existem, ou não, correlações entre as variáveis do estudo. Assim, quando se verifica a existência de uma correlação positiva, significa que a intensidade de uma variável é acompanhada pela intensidade de outra, no mesmo sentido. E por outro lado, quando resulta

no sentido inverso, estamos perante uma correlação negativa entre as variáveis (Murteira, 1993).

#### ***Correlação entre o Bem-Estar e a Depressão, a Ansiedade e o Stress***

Um dos principais objetivos desta investigação que, por sua vez, corresponde à Hipótese 2, consistiu em analisar a existência de uma relação significativa negativa entre as variáveis Bem-estar e Depressão, Ansiedade e Stress nos alunos do ensino superior. Para tal, foi efetuada a correlação de Pearson, encontrando-se os respetivos resultados na Tabela 4, seguindo-se a análise dos mesmos.

#### **Tabela 4**

##### *Correlação entre o Bem-Estar e a Depressão, a Ansiedade e o Stress*

		Bem-Estar	Depressão	Ansiedade	Stress
Bem-Estar	<i>r</i>	1	-.601**	-.408**	-.540
	Sig.		.000	.000	.000
Depressão	<i>r</i>		1	.670**	.716**
	Sig.			.000	.000
Ansiedade	<i>r</i>			1	.793**
	Sig.				.000
Stress	<i>r</i>				1
	Sig.				

Nota: \*\* $p < .001$ .

Através dos dados obtidos na Tabela 4, observa-se que para as variáveis Bem-estar e Depressão, o coeficiente de correlação (*r* de Pearson) obtido foi de  $r = -.601$ ,  $p < .001$ , constatando-se assim, uma correlação significativa negativa. Neste sentido, de acordo com Pestana e Gageiro (2008), sugere-se a existência de uma associação negativa moderada entre

as variáveis, significando que o aumento do bem-estar, nos estudantes do ensino superior, pode resultar, em média, na diminuição dos sintomas de depressão.

Do mesmo modo, entre as variáveis Bem-estar e Ansiedade existe uma correlação significativa negativa, uma vez que  $r = -.408$ ,  $p < .001$ . Nesta ótica, sugere-se uma associação negativa moderada entre as variáveis, na qual, o aumento do bem-estar nos alunos universitários, pode estar associado, em média, à diminuição dos níveis de ansiedade (Pestana & Gageiro, 2008). Assim, é possível observar que as variáveis anteriormente mencionadas, encontram-se negativamente relacionadas.

Por fim, em relação às variáveis Bem-estar e Stress é possível considerar, igualmente, uma correlação significativa negativa entre ambas, sendo  $r = -.540$ ,  $p < .001$ . Deste modo, verifica-se também, a existência de uma associação negativa moderada entre as variáveis, significando que o aumento do bem-estar, na amostra, pode encontrar-se relacionado, em média, à diminuição dos sintomas de stress (Pestana & Gageiro, 2008). Assim, pressupõe-se que quanto maiores forem os níveis de bem-estar, nos alunos do ensino superior, menores serão os seus níveis de depressão, ansiedade e stress.

No que se refere à variável Depressão, observa-se uma correlação significativa positiva com as variáveis Ansiedade, sendo  $r = .670$ ,  $p < .001$  e Stress, cujo  $r = .716$ ,  $p < .001$ . Neste sentido, de acordo com Pestana e Gageiro (2008), sugere-se a existência de uma associação positiva moderada entre as variáveis Depressão e Ansiedade e uma associação positiva alta entre as variáveis Depressão e Stress. Desta forma, subentende-se que o aumento dos níveis de depressão, pode resultar, em média, na ampliação dos sintomas de ansiedade e stress nos estudantes universitários.

Por último, é possível constatar, também, a existência de uma correlação significativa positiva entre as variáveis Ansiedade e Stress, sendo  $r = .793$ ,  $p < .001$ . Nesta ótica é possível verificar uma associação positiva alta entre estas, pressupondo-se que a intensidade dos níveis

de ansiedade, pode resultar no aumento da frequência dos níveis de stress, nos participantes (Pestana & Gageiro, 2008).

### ***Correlação entre o Bem-Estar e o Desempenho Académico***

Um outro objetivo do presente estudo e, por conseguinte, a Hipótese 3, consiste em verificar se o bem-estar, dos estudantes universitários, relaciona-se positivamente com o desempenho académico. Neste sentido, os resultados obtidos encontram-se descritos na Tabela 5, seguindo-se a respetiva análise dos mesmos.

#### **Tabela 5**

##### *Correlação entre o Bem-Estar e o Desempenho Académico*

		Bem-Estar	Desempenho Académico
Bem-Estar	<i>r</i>	1	.093
	Sig.		.124
Desempenho Académico	<i>r</i>		1
	Sig.		

*Nota: \*\* $p < .001$ .*

Com base nos dados da Tabela 5, verifica-se que para as variáveis Bem-estar e Desempenho Académico, não se observam correlações significativas, uma vez que  $r = .093$ ,  $p = .124$ . Desta forma, é possível corroborar que as variáveis supracitadas, não se encontram-se positivamente relacionadas.

#### **Tabela 6**

##### *Correlação entre o Desempenho Académico e a Depressão, a Ansiedade e o Stress*

		Desempenho Académico	Depressão	Ansiedade	Stress
Desempenho Académico	<i>r</i>	1	-.142	-.043	-.036
	Sig.		.019	.485	.551

Depressão	<i>r</i>	1	.670**	.716**
	Sig.		.000	.000
Ansiedade	<i>r</i>		1	.793**
	Sig.			.000
Stress	<i>r</i>			1
	Sig.			

---

Nota: \*\* $p < .001$ .

Como complemento á Hipótese 3 e considerando também as variáveis Depressão, Ansiedade e Stress, foi realizada uma correlação entre estas e a variável Desempenho Académico, tal como se pode observar na Tabela 6. Tendo em conta os valores obtidos, foi encontrada uma correlação significativa negativa, apenas entre o desempenho académico e a depressão, sendo  $r = -.142$ ,  $p < .001$ . Neste sentido, sugere-se uma associação negativa muito fraca entre as variáveis anteriormente referidas, evidenciando que os estudantes universitários com maiores níveis de depressão, podem, em média, apresentar um menor desempenho académico (Pestana & Gageiro, 2008). Para as variáveis Desempenho Académico, Ansiedade e Stress, não foram observadas correlações significativas a enunciar.

#### ***Correlação entre os Estilos Parentais e o Desempenho Académico***

Na presente investigação, considerou-se também pertinente compreender se as práticas e atitudes parentais, dos progenitores, se encontram correlacionadas com o desempenho académico dos filhos. Este objetivo, vai ao encontro da Hipótese 4 desenvolvida para este estudo, encontrando-se descritos na Tabela 7 os resultados alcançados, seguindo-se a sua análise.

**Tabela 7***Correlação entre os Estilos Parentais e o Desempenho Académico*

		Desempenho Académico	Estilo Democrático	Estilo Autoritário	Estilo Permissivo
Desempenho Académico	<i>r</i>	1	-.024	.004	.064
	Sig.		.700	.950	.292
Estilo Democrático	<i>r</i>		1	-.555**	.276**
	Sig.			.000	.000
Estilo Autoritário	<i>r</i>			1	-.233**
	Sig.				.000
Estilo Permissivo	<i>r</i>				1
	Sig.				

Nota: \*\* $p < .001$ .

Com base nos dados obtidos na Tabela 7, verifica-se que as variáveis Desempenho Académico e fator Estilo Democrático, apresentam uma correlação negativa, sendo  $r = -.024$ ,  $p = .700$ , contudo não significativa. Desta forma, constata-se que as variáveis supracitadas não se relacionam positivamente e que de acordo com Pestana e Gageiro (2008), é sugerida uma associação negativa baixa entre estas. Deste modo, apesar da correlação apresentada, não ser considerada significativa, subentende-se que o aumento das práticas e atitudes parentais mais democráticas, tendencialmente, pode diminuir o desempenho académico dos alunos do ensino superior. Relativamente às variáveis Desempenho Académico e fator Estilo Autoritário, cujo  $r = .004$ ,  $p = .950$  e para as variáveis Desempenho Académico e fator Estilo Permissivo, sendo  $r = .064$ ,  $p = .292$ , também não se observam correlações significativas a apontar. Deste modo, é possível corroborar que para as variáveis supracitadas, não se encontram correlações significativas a apontar.

### *Correlação entre o Bem-Estar e os Estilos Parentais*

A Hipótese 5 desta investigação e, por sua vez, um dos objetivos principais em análise, consiste em verificar se o bem-estar dos estudantes do ensino superior, relaciona-se positivamente e significativamente com os estilos parentais. Para tal, foi elaborada a Tabela 8, na qual encontram-se assinalados os respetivos resultados, seguindo-se a análise dos mesmos.

#### **Tabela 8**

### *Correlação entre o Bem-Estar e os Estilos Parentais*

		Bem-Estar	Estilo Democrático	Estilo Autoritário	Estilo Permissivo
Bem-Estar	<i>r</i>	1	.356**	-.281**	.105
	Sig.		.000	.000	.081
Estilo Democrático	<i>r</i>		1	-.555**	.276**
	Sig.			.000	.000
Estilo Autoritário	<i>r</i>			1	-.233**
	Sig.				.000
Estilo Permissivo	<i>r</i>				1
	Sig.				

*Nota: \*\*p < .001.*

Com base nos dados descritos na Tabela 8, verifica-se que para as variáveis Bem-estar e fator Estilo Democrático, foi obtido o valor de  $r = .356$ ,  $p < .001$ , constatando-se assim, a existência de uma correlação significativa positiva entre ambas. Deste modo, constata-se a existência de uma associação positiva baixa entre as variáveis (Pestana & Gageiro, 2008), subentendendo-se que o aumento da intensidade de práticas e estilos parentais mais democráticos, pode proporcionar o aumento do bem-estar nos estudantes em análise. Assim, é

possível evidenciar que as variáveis Bem-estar e fator Estilo Democrático encontram-se positivamente relacionadas.

Em relação às variáveis Bem-estar e fator Estilo Autoritário, verifica-se a existência de uma correlação significativa negativa, uma vez que  $r = -.281$ ,  $p < .001$ . Com referência a Pestana e Gageiro (2008), sugere-se uma associação negativa baixa entre as variáveis, evidenciando que o aumento de práticas e atitudes parentais mais autoritárias, tendencialmente, pode resultar na diminuição da intensidade do bem-estar nos alunos universitários. Neste sentido, reconhece-se que as variáveis Bem-estar e fator Estilo Autoritário não se encontram positivamente relacionadas.

Por fim, no que diz respeito às variáveis Bem-estar e fator Estilo Permissivo não se verifica a presença de uma correlação significativa a apontar, sendo  $r = .105$ ,  $p = .081$ . Assim, é possível evidenciar que estas variáveis, não se encontram significativamente relacionadas.

## Capítulo VI – Discussão e Conclusão

Após terem sido apresentados os resultados obtidos, na presente investigação, é de grande relevância a sua compreensão e exploração, em confronto com a literatura. Posto isto, importa mencionar que a Hipótese 1, consistia em verificar a existência de diferenças significativas na perceção dos estudantes universitários, em relação aos estilos parentais, adotados pelos seus progenitores, em função do género de pertença e da idade. Tendo em conta, os resultados obtidos neste estudo, não se verificam diferenças estatisticamente significativas entre género. Contudo, foi possível observar que as raparigas, em média, percecionam as suas figuras de referência como mais democráticas e os rapazes, tendencialmente, associam-nas ao estilo parental autoritário e permissivo. Estes resultados, apesar de não serem estatisticamente significativos, vão ao encontro da literatura, conforme exposto em seguida.

Uma investigação desenvolvida por Ducharme et al. (2006), revela que as raparigas percecionam os seus progenitores como mais democráticos, comparativamente aos rapazes que, por sua vez, associam-nos maioritariamente ao estilo parental permissivo e negligente. Outros autores, consideram também que os indivíduos do género masculino, tendem a caracterizar as suas figuras parentais como mais autoritárias e permissivas, em relação aos sujeitos do género feminino (Brand et al., 2011). Apesar de serem escassos, os estudos que apresentam diferenças entre género, em relação à perceção do indivíduo face às práticas e atitudes parentais (Helsen et al., 2000), os estudos anteriormente mencionados, vão ao encontro dos resultados alcançados, apesar destes não serem estatisticamente significativos.

No que diz respeito à idade, através da revisão da literatura é possível observar a existência de diferentes resultados, tendo em conta o significado atribuído pelo sujeito às atitudes e práticas educativas das suas figuras parentais (Goede et al., 2009). Pois, a forma como uma criança ou adolescente percebe os estilos educativos dos seus progenitores, será efetivamente distinta da desenvolvida por um adulto (Boeckel & Sarriera, 2006). Neste sentido,

Ardelt e Day (2002) consideram que as percepções dos indivíduos, tendem a mudar ao longo do tempo, estando este fator associado à variável idade. Na presente investigação e mediante os resultados obtidos, é possível constatar que foram encontradas diferenças estatisticamente significativas para a idade, no fator Estilo Autoritário. Estas revelam que os estudantes universitários mais velhos, com idades compreendidas entre os 23 e os 62 anos, consideram que as suas figuras parentais adotam, maioritariamente, um estilo parental autoritário, quando comparados com a percepção dos alunos mais novos, com idades entre os 18 e os 22 anos. Assim, é possível corroborar que apesar da literatura demonstrar alguns resultados distintos, apresenta evidências científicas que vão ao encontro dos resultados alcançados neste estudo.

Através dos dados analisados, foi possível, também, verificar que os alunos universitários mais novos, tendem, em média, a caracterizar as suas figuras de referência como mais democráticas e permissivas, em comparação com os estudantes mais velhos. Esta associação, encontra-se também relacionada com a literatura, como se observará em seguida, porém estas diferenças não foram estatisticamente significativas. Assim, um estudo desenvolvido por Rebollo et al. (2001), demonstrou que os adolescentes percecionam os seus pais como mais controladores e menos afetuosos, comparativamente às crianças. Este aspeto pode estar associado ao desejo de autonomia e de independência, que tende a aumentar ao longo do desenvolvimento humano (Goede et al., 2009). Uma outra investigação realizada por Canavarro e Pereira (2007), demonstrou que contrariamente ao que sucede com as crianças, na adolescência e na fase adulta, os indivíduos tendem a atribuir uma conotação mais negativa e intrusiva a comportamentos de controlo parental e de suporte emocional desenvolvidos pelos progenitores. Estas dimensões são apontadas por alguns autores, como um dos fatores que pode levar os jovens e adultos a percecionarem os seus pais como mais autoritários (Castro et al., 1993; Markus et al., 2003). Por outro lado, Ducharme et al. (2006), desenvolveram um estudo com adolescentes, entre os 12 e os 21 anos de idade, que permitiu verificar que metade dos

participantes percecionavam as suas figuras parentais, com um estilo parental democrático. Contudo a mesma investigação revelou que os adolescentes mais velhos, tendem a caracterizar os seus progenitores como menos controladores e menos responsivos, estando estas características associadas ao estilo parental permissivo.

Posto isto, é possível constatar que a Hipótese 1, foi parcialmente confirmada, tendo sido verificadas diferenças significativas, na perceção dos estudantes universitários sobre os estilos parentais em função da idade, mais especificamente no fator Estilo Autoritário, mas não em relação ao género.

Relativamente à Hipótese 2, esta consistia em analisar a existência de uma relação significativa negativa entre o bem-estar e a depressão, a ansiedade e o stress nos alunos do ensino superior. Segundo a literatura a universidade trata-se de um período, que pode ser percecionado como stressante, interferindo de forma negativa no processo de aprendizagem, concentração, aquisição de habilidades e, por conseguinte, bem-estar dos alunos (Ferreira et al., 2009). Assim, através dos resultados alcançados, no presente estudo, observa-se que foram encontradas correlações significativas negativas entre o bem-estar e a depressão, o bem-estar e a ansiedade e o bem-estar e o stress. A associação entre as variáveis Bem-estar e Depressão, resultou numa correlação moderada, mas ainda assim, mais forte comparativamente às outras analisadas. Desta forma, é possível aferir que quanto maiores forem os níveis de bem-estar, nos alunos do ensino superior, menores serão os seus níveis de depressão, ansiedade e stress, podendo esta associação resultar também, no sentido inverso. Através da revisão da literatura realizada, verifica-se que esta encontra-se em concordância com os dados obtidos nesta investigação, tal como será evidenciado seguidamente. Neste sentido, alguns estudos referem a ansiedade e a depressão, como as perturbações mentais mais comuns, nos estudantes universitários (Brandtner & Bardagi, 2009). O stress, por sua vez, tem sido também relacionado, por vários autores, ao contexto académico (Cleto & Costa, 2000). E por este ser

caracterizado como uma fase de exigências, adaptações e mudanças, as intervenções psicológicas em adolescentes e jovens adultos universitários têm se centrado, especialmente, na promoção do seu bem-estar (Pinheiro, 2004).

De acordo com Russell e Topham (2012), a depressão, a ansiedade e o stress têm um impacto negativo no bem-estar dos alunos do ensino superior. Através de um estudo desenvolvido, os autores supracitados, constataram que dos 787 estudantes universitários analisados, metade relatou ter sentido stress e ansiedade nos últimos seis meses. Os sintomas de depressão, foram também mencionadas pelos alunos, apesar de num índice de resposta inferior, mas, ainda assim, considerado significativo. Uma outra investigação efetuada por Vizzotto et al. (2017), a uma amostra de 238 universitários, em Portugal, analisou também que a depressão, a ansiedade e o stress, influenciam negativamente o bem-estar destes indivíduos. Assim, através da revisão da literatura é possível constatar que a Hipótese 2 é suportada empiricamente, pelo presente estudo, sendo confirmada a existência de uma relação significativa negativa entre o bem-estar e a depressão, o bem-estar e a ansiedade e o bem-estar e o stress nos alunos universitários.

Em relação à Hipótese 3, esta tinha como objetivo verificar a existência de uma relação significativa positiva entre o desempenho académico e o bem-estar dos estudantes do ensino superior. Neste seguimento, importa referir que as investigações centradas no bem-estar dos adolescentes e jovens adultos, encontram-se maioritariamente relacionados com o ensino (Huebner, 1991; Matos & Carvalhosa, 2001) pois, é neste espaço que os indivíduos passam a maior parte do seu tempo (Matos & Carvalhosa, 2001). Contrariamente ao que é referenciado pela literatura, no presente estudo, não se observam correlações significativas entre as variáveis Bem-estar e Desempenho Académico. Contudo, como complemento a esta hipótese e considerando também as variáveis Depressão, Ansiedade e Stress, variáveis que contribuem para o mal-estar/bem-estar, foi encontrada uma correlação significativa negativa, entre o

desempenho acadêmico e a depressão. Assim, evidencia-se que a diminuição dos níveis de depressão nos estudantes universitários, pode, em média, aumentar o seu desempenho acadêmico, podendo esta associação resultar, também, no sentido inverso. Neste sentido, a literatura revela que a depressão pode afetar de forma negativa a aprendizagem (Russell & Topham, 2012), bem-estar e desempenho acadêmico dos universitários, indo ao encontro do resultado alcançado nesta investigação. Um estudo realizado por Powers (2008), a uma amostra de 103 alunos do ensino superior, revelou que o desempenho acadêmico encontra-se positivamente relacionado com o bem-estar. Através desta investigação, o autor supracitado considera que quanto maior for a percepção de sucesso escolar, maiores serão os índices de bem-estar do aluno. Chow (2005), constatou também que os estudantes do ensino superior associam os seus níveis de satisfação com a vida, ao desempenho acadêmico, autoestima, estatuto socioeconômico e relacionamentos intrapessoais. Assim, pôde concluir que os alunos com notas acadêmicas mais elevadas, apresentam um nível de satisfação com a vida superior e por sua vez, níveis mais elevados de bem-estar. Deste modo, apesar de ter sido encontrada uma correlação significativa negativa, entre o desempenho acadêmico e a depressão, sendo esta suportada pela literatura, importa realçar que esta análise foi realizada como complemento à Hipótese 3. Esta por sua vez, tinha como propósito verificar a existência de uma relação significativa positiva entre o desempenho acadêmico e o bem-estar dos estudantes do ensino superior, sendo possível corroborar que as variáveis, contrariamente ao exposto na revisão da literatura, não se encontram-se positivamente relacionadas, não sendo, por isso, confirmada a hipótese inicial.

Centrando na Hipótese 4, esta postulava uma relação significativa positiva entre os estilos parentais e o desempenho acadêmico dos alunos do ensino superior. Neste sentido, a literatura tem demonstrado a existência de importantes associações, entre os estilos parentais e os estudantes universitários, em diversas áreas, nomeadamente, no desempenho acadêmico e

bem-estar (Canavarro & Pereira, 2007). O estudo sobre o desempenho acadêmico, em alunos do ensino superior, tem suscitado assim, o interesse de vários investigadores, que têm procurado compreender quais os fatores que podem prever o seu sucesso (Pritchard & Wilson, 2003). Deste modo, com base nos resultados alcançados na presente investigação, foi possível constatar que não se verificaram correlações significativas entre as variáveis em análise. Contudo, apesar de não ser significativa, existe uma associação negativa baixa entre a variável Desempenho Académico e fator Estilo Democrático. Esta, pode estar a evidenciar que o aumento das práticas e atitudes parentais mais democráticas, tendencialmente, pode diminuir o desempenho acadêmico dos alunos universitários. Porém, este resultado não vai ao encontro do que é referenciado pela literatura, conforme exposto a seguir. Segundo Baumrind (1967), o desenvolvimento e características de cada sujeito, encontra-se associado ao estilo parental adotado pela sua figura de referência. De acordo com esta autora, os indivíduos educados com base num estilo parental democrático, apresentam um melhor desempenho acadêmico e por norma, são mais alegres, responsáveis e revelam uma maior orientação para a tarefa. Outros autores, por outro lado, consideram a existência de uma correlação negativa, entre o estilo parental autoritário e o desempenho acadêmico (Dornbusch et al., 1987; Shumow et al., 1998), referindo que estes alunos tendem a ter mais dificuldades para regular as suas emoções, são mais agressivos e ansiosos e apresentam níveis mais reduzidos de autoconceito e de responsabilidade social (Baumrind, 1967). Por sua vez, o estilo parental permissivo proporciona o desenvolvimento de sujeitos mais imaturos e impulsivos, sendo caracterizados, tendencialmente, por desistirem facilmente da realização de uma tarefa, podendo este fator comprometer também, o seu desenvolvimento acadêmico (Berk, 2007).

Posto isto, é possível evidenciar que a Hipótese 4, que postulava uma relação positiva entre os estilos parentais e o desempenho acadêmico dos alunos do ensino superior, não foi confirmada, visto não se verificarem correlações significativas entre as variáveis em análise.

Relativamente à Hipótese 5 e, por conseguinte, um dos objetivos principais do estudo em análise, consistia em analisar se o bem-estar se relaciona positivamente e significativamente com os estilos parentais. Deste modo, tendo em conta os resultados obtidos, na presente investigação, foi possível observar a existência de correlações significativas, entre o bem-estar e os estilos parentais democrático e autoritário. Relativamente ao estilo parental permissivo, não foram encontradas diferenças significativas a enunciar. Quanto à variável Bem-estar e fator Estilo Democrático, constata-se a existência de uma correlação significativa positiva entre ambas. De acordo com Pestana & Gageiro, (2008), foi sugerida uma associação positiva baixa entre as variáveis, no entanto, esta revela-se a correlação mais forte, comparativamente às outras analisadas. Assim, é possível inferir que a perceção dos estudantes universitários, em relação ao estilo parental democrático, relaciona-se positivamente com o seu bem-estar, sendo estes resultados, suportados empiricamente pela literatura.

Em relação às variáveis Bem-estar e fator Estilo Autoritário, verifica-se a existência de uma correlação significativa negativa, evidenciando que o aumento de práticas e atitudes parentais mais autoritárias, tendencialmente, pode resultar na diminuição da intensidade do bem-estar nos alunos do ensino superior. Neste sentido, de acordo com a literatura, o bem-estar correlaciona-se negativamente com o estilo parental autoritário (Boeckel & Sarriera, 2006), indo ao encontro dos dados alcançados neste estudo. Por último, no que diz respeito às variáveis Bem-estar e fator Estilo Permissivo, não se observa a presença de uma correlação significativa a apontar. Este resultado, não se encontra em concordância, com o exposto pela literatura, na qual é verificada uma relação negativa entre o bem-estar e este estilo parental (Granja & Mota, 2018). Desta forma, importa referir que para Baumrind (1967), o estilo parental democrático contribui para o desenvolvimento físico e psicológico do indivíduo de forma mais salutar. Este proporciona o desenvolvimento de sujeitos mais alegres (Steinberg, 2001), com níveis mais elevados de autoconfiança, criatividade, autoestima, autorregulação e conseqüentemente,

menos sintomas de internalização e de externalização. Este estilo é também caracterizado pela presença de suporte parental, sendo este um fator muito importante para a construção do bem-estar psicológico. A sua ausência, por sua vez, pode desencadear o surgimento de psicopatologia e níveis mais reduzidos de satisfação com a vida (Boeckel & Sarriera, 2006). Por outro lado, os sujeitos expostos a um estilo parental autoritário apresentam níveis mais elevados de irritabilidade, comportamentos de delinquência e, conseqüentemente, de infelicidade (Baumrind, 1967). Outros autores, defendem também, que os indivíduos sujeitos a estas práticas educacionais, apresentam uma maior predisposição para sintomas de depressão, stress e ansiedade, tendo estes uma correlação negativa com o bem-estar (Dearing et al., 2006).

O estilo parental permissivo, do mesmo modo, encontra-se relacionado a uma comunicação deficiente e a poucas exigências de maturidade, por parte das figuras de referência, promovendo o surgimento de comportamentos mais disfuncionais e patológicos no ser humano (Baumrind, 1967). Neste sentido, Boeckel e Sarriera (2006) desenvolveram um estudo que pretendeu analisar o impacto dos estilos parentais, no bem-psicológico de uma amostra de 323 universitários. Nesta investigação, foi possível verificar que o estilo parental democrático, encontra-se relacionado positivamente com o bem-estar psicológico, enquanto o estilo parental autoritário e permissivo resulta num menor nível de satisfação com a vida e bem-estar.

Assim, compreende-se que as figuras parentais promotoras de autoconfiança, autonomia, responsabilidade e assertividade, parecem contribuir para a criação de condições necessárias que permitem, ao adolescente e jovem adulto, alcançar maiores níveis de bem-estar, comparativamente aos que percebem os seus pais com um estilo autoritário ou permissivo (Granja & Mota, 2018). Posto isto, é possível corroborar que a Hipótese 5, que consistia em analisar se o bem-estar se relaciona positivamente com os estilos parentais, foi parcialmente confirmada, uma vez que contrariamente ao exposto através da literatura, não se

verificaram correlações significativas a apontar entre as variáveis Bem-estar e Estilo Permissivo, apenas entre o Bem-estar e os Estilos Democrático e Autoritário.

Assim sendo, através da realização do presente estudo, considera-se que foi possível responder, em parte, às hipóteses de investigação formuladas previamente. Compreende-se que os estilos parentais adotados pelos pais, têm um grande impacto no bem-estar dos estudantes do ensino superior, podendo afetar o seu desenvolvimento global (Baumrind, 1967, 1971). A qualidade dos cuidados parentais, na verdade, é definida como a variável de maior relevância para o comportamento e desenvolvimento humano (Sroufe, 2002). Nesta perspetiva, tem-se verificado que vários estudos têm dado especial importância à forma como pais e filhos se relacionam através das práticas e estilos parentais (Darling & Steinberg, 1993).

Considera-se que esta investigação apresenta um contributo para a Psicologia do Desenvolvimento e para a Psicologia da Educação, uma vez que o estudo sobre os estilos parentais tem possibilitado uma melhor compreensão sobre como estes, podem influenciar várias áreas do desenvolvimento psicossocial do indivíduo, entre as quais, o seu bem-estar (Maccoby & Martin, 2001), assim como o impacto no seu processo educativo. Como tal, é muito importante para as figuras parentais a procura de conhecimento sobre as práticas educativas mais positivas, de modo a promoverem o desenvolvimento de autonomia, habilidades sociais e emocionais na criança, o bem-estar e conseqüentemente uma dinâmica familiar salutar (Weber et al., 2004).

Contudo, importa também referir que o presente estudo pode apresentar algumas limitações, entre as quais o fato do Questionário Complementar sobre os Estilos Parentais-Perceção dos Filhos, apresentar para o fator Estilo Permissivo um valor de  $\alpha=.456$ , que de acordo com Pestana e Gageiro (2008), é considerado um valor “inadmissível”. De modo a ultrapassar esta limitação, poderiam ser realizados mais estudos futuros de validação, a fim de confirmar a qualidade psicométrica do instrumento. Outro aspeto limitativo desta investigação,

poderá estar relacionado com a análise estatística desenvolvida, sendo necessário a realização de uma análise de dados mais sofisticada, de modo a serem exploradas outras questões, pertinentes para o desenvolvimento deste estudo. Considera-se também relevante, enunciar como limitação a escassez de estudos desenvolvidos sobre a perceção dos estilos parentais em adultos, existindo um maior foco nas fases de infância e adolescência, sendo que este estudo veio colmatar um pouco esta falta e contribuir para o enriquecimento da área.

Como sugestão para investigações futuras, poderia equacionar-se a exploração de outras variáveis que possam estar correlacionadas com os estilos parentais, tais como, o nível socioeconómico das famílias, a cultura, a autoestima e comportamentos delinquentes. Seria igualmente revelante, uma vez que este estudo foi alargado aos estudantes universitários de Portugal Continental e ilhas, analisar as perceções dos alunos face aos estilos adotados pelas suas figuras parentais, mas de modo a comparar os resultados obtidos entre as diferentes regiões. Assim, seria possível a compreensão de quais as práticas e atitudes parentais mais adotadas no nosso país e deste modo, quais as regiões que precisariam de um melhor aconselhamento sobre as práticas educativas mais positivas, para assim promoverem um desenvolvimento mais salutar nos seus filhos e conseqüentemente, índices mais elevados de bem-estar (Weber et al., 2004). Por fim, considera-se também pertinente, o desenvolvimento de outros estudos que referissem as perceções dos filhos, em relação aos estilos parentais, mas tendo como público-alvo a população adulta. E que fossem analisados, separadamente, a perceção do indivíduo em relação à sua figura maternal e paternal, para que fosse possível aprofundar, mais detalhadamente, esta temática.

Como conclusão, importa salientar que desde muito cedo, o indivíduo começa a desenvolver o seu comportamento através da observação das atitudes e formas de estar das suas figuras parentais, sendo orientado por estes, em prol do que consideram ser o mais adequado para o seu crescimento e desenvolvimento (Teixeira et al., 2004). Por esta razão, os estilos e

práticas parentais apresentam uma grande influência, no desenvolvimento do indivíduo e por sua vez, no seu bem-estar (Baumrind, 1966, 1971; Darling & Steinberg, 1993), sendo por isso, importante a consciencialização desta temática, de modo que possam ser adotadas práticas parentais mais funcionais e positivas para o comportamento e desenvolvimento ótimo do indivíduo (Weber et al., 2004).

### Referências Bibliográficas

- Albuquerque, A. S., & Tróccoli, B. T. (2004). Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20(2), 153-164. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722004000200008>
- Alvarenga, P. (2001). Práticas educativas parentais como forma de prevenção de problemas de comportamento. In H. J. Guilhardi, M. B. B. P. Madi, P. P. Queiroz, & M. C. Scoz (Orgs) (Eds.), *Sobre comportamento e cognição: Expondo a variabilidade* (pp. 54-60). Esetec.
- American Psychological Association. (2014). *DSM - 5: Manual diagnóstico e estatístico das perturbações mentais* (5th ed.). Artmed Editora.
- Ardelt, M., & Day, L. (2002). Parents, siblings, and peers: Close social relationships and adolescent deviance. *Journal of Early Adolescence*, 22(3), 310-349. <https://doi.org/10.1177/02731602022003004>
- Arrindell, W. A., Emmelkamp, P. M. G., Brilman, E., & Monsma, A. (1983). Psychiatric evaluation of an inventory for assessment of parental rearing practices. *Acta Psychiatrica Scandinavia*, 67(3), 163-177. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1983.tb00338>
- Bastos, A. (2004). O Desenvolvimento psicológico de estudantes do ensino superior. O fim da adolescência ou uma transição desenvolvimental? *Revista Aprender*, 29, 64-73.
- Bastos, M. T., & Costa, M. E. (2004). A influência da vinculação nos sentimentos de solidão nos jovens universitários: Implicações para a intervenção psicológica. *Psicologia*, 18(2), 33-56. <http://doi.org/10.17575/rpsicol.v18i2.429>
- Baumrind, D. (1965). Parental control and parental love. *Children*, 12(6), 230-234.
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37(4), 887-907. <https://doi.org/10.2307/1126611>

- Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*, 75(1), 43-88.
- Baumrind, D. (1968). Authoritarian vs authoritative parental control. *Adolescence*, 3(11), 255-272.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*, 4(1), 1-103. <https://doi.org/10.1037/h0030372>
- Baumrind, D. (1985). Parental control and parental love. *Children*, 12(6), 230-234.
- Baumrind, D. (1989). Rearing competent children. In W. Damon. (Ed.), *Child development today and tomorrow* (pp. 349–378). Jossey-Bass.
- Berk, L. E. (2007). *Development through the lifespan* (4th ed.). Pearson.
- Bernier, A., Larose, S., & Whipple, N. (2005). Leaving home for college: A potentially stressful event for adolescents with preoccupied attachment patterns. *Attachment & Human Development*, 7(2), 171-185. <https://doi.org/10.1080/14616730500147565>
- Boeckel, M. G., & Sarriera, J. C. (2006). Estilos parentais, estilos atribucionais e bem-estar psicológico em jovens universitários. *Revista Brasileira Crescimento Desenvolvimento Humano*, 16(3), 53-65. <https://doi.org/10.7322/jhgd.19802>
- Braconnier, A., & Marcelli, D. (2000). *As mil faces da adolescência*. Climepsi Editores.
- Brand, S., Gerber, M., Beck, J., Kalak, N., Hatzinger, M., Pühse, U., & Holsboer-Trachsler, E. (2011). Perceived parenting styles differ between genders but not between elite athletes and controls. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 2, 9-14. <https://doi.org/10.2147/AHMT.S16992>
- Brandtner, M., & Bardagi, M. (2009). Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do rio grande do sul. *Gerai: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 2(2), 81-91.

- Cabanach, R. G., Arias, A. V., Pérez, J. C. N., & González-Pienda, J. A. (1996). Una aproximación teórica al concepto de metas académicas y su relación con la motivación escolar. *Psicothema*, 8(1), 45-61.
- Canavarro, M. C., & Pereira, A. I. (2007). A percepção dos filhos sobre os estilos educativos parentais: A versão portuguesa do EMBU-C. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación e Avaliação Psicológica*, 2(24), 193-210.
- Castro, J., Toro, J., Van Der Ende, J., & Arrindell, W. A. (1993). Exploring the feasibility of assessing perceived parental rearing styles in Spanish children with the EMBU. *The International Journal of Social Psychiatry*, 39(1), 47-57.  
<https://doi.org/10.1177/002076409303900105>
- Cavestro, J. M., & Rocha, F. L. (2006). Prevalência de depressão entre estudantes universitários. *Jornal brasileiro de Psiquiatria*, 55(4), 264-267.  
<https://doi.org/10.1590/S0047-20852006000400001>
- Cerchiari, E. A. N., Caetano, D., & Faccenda, O. (2005). Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. *Estudos de Psicologia*, 10(3), 413-420.  
<https://doi.org/10.1590/S1413-294X2005000300010>
- Chow, H. P. (2005). Life satisfaction among university students in a canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150.  
<https://doi.org/10.1007/s11205-004-7526-0>
- Cleto, P., & Costa, M. E. (2000). A mobilização de recursos sociais e de coping para lidar com a transição de escola no início da adolescência. *Inovação*, 13, 69-88.
- Costa, F. T., Teixeira, M. A. P., & Gomes, W. B. (2000). Responsividade e exigência: Duas escalas para avaliar estilos parentais. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 13(3), 465-473.  
<https://doi.org/10.1590/S0102-79722000000300014>

- Coutinho, C. P. (2015). *Metodologia de investigação em ciências sociais e humanas: Teoria e prática* (2th ed.). Edições Almedina.
- Darling, N. (1999). Parenting style and its correlates. *ERIC Development Team*, 1-7.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496.
- Dearing, E., McCartney, K., & Taylor, B. A. (2006). Within-child associations between family income and externalizing and internalizing problems. *Developmental Psychology*, 42(2), 237–252. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.237>
- Dias, G. F., & Fontaine, A. M. (1996). Tarefas desenvolvimentais e bem-estar dos jovens: Algumas implicações para o aconselhamento psicológico. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 12, 103-114.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Culture and Well-Being*, 38, 71-91. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2352-0\\_4](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2352-0_4)
- Diener, E., & Lucas, R. F. (2000). Subjective emotional well-being. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 325-337). Guilford.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403-425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Diniz, A. M., & Almeida, L. S. (2006). Adaptação à universidade em estudantes do primeiro ano: Estudo diacrónico da interação entre o relacionamento com pares, o bem-estar pessoal e o equilíbrio emocional. *Análise Psicológica*, 14, 29-38.
- Dornbusch, S. M., Ritter, P. L., Leiderman, P. H., Roberts, D. F., & Fraleigh, M. J. (1987). The relation of parenting style to adolescent school performance. *Child Development*, 58(5), 1244-1257. <https://doi.org/10.2307/1130618>

- Ducharne, M. A. B., Cruz, O., Marinho, S., & Grande, C. (2006). Questionário de estilos educativos parentais (QEEP). *Psicologia e Educação*, 5(1), 63-75.
- Eisenberg, D., Gollust, S. E., Golberstein, E., & Hefner, J. L. (2007). Prevalence and correlates of depression, anxiety, and suicidality among university students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 77(4), 534-542. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.77.4.534>
- Fave, A. D., Brdar, I., Freire, T., Vella-Brodrick, D., & Wissing, M. P. (2011). The eudaimonic and hedonic components of happiness: Qualitative and quantitative findings. *Social Indicators Research*, 100(2), 185-207.
- Ferreira, C. L., Almondes, K. M., Braga, L. P., Mata, A. N. S., Lemos, C. A., & Maia, E. M. C. (2009). Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. *Ciência & Saúde Coletiva*, 14(3), 973-981.
- Ferreira, I. S., & Lourenço, M. E. (2004). Níveis de adaptação dos estudantes do 1º ano do instituto politécnico de portalegre. *Revista Aprender*, 29, 25-34.
- Ferreira, J. A., Almeida, L. S., & Soares, A. P. C. (2001). Adaptação académica em estudante do 1º ano: Diferenças de género, situação de estudante e curso. *Psico-USF*, 6(1), 1-10. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712001000100002>
- Ferreira, V., Linares, O., Nobre, J., Oliveira, T., Pereira, S., Soares, T., Tabuinhas, V., & Valentim, M. (2004). Inventário de saúde mental. O caso particular dos alunos do instituto politécnico de portalegre. *Revista Aprender*, 29, 36-44.
- Fonseca, A. A., Coutinho, M. P. L., & Azevedo, R. L. W. (2008). Representações sociais da depressão em jovens universitários com e sem sintomas para desenvolver a depressão. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 21(3), 492-498. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722008000300018>

- Freire, T., & Tavares, D. (2011). Influência da autoestima, da regulação emocional e do gênero no bem-estar subjetivo e psicológico de adolescentes. *Archives of Clinical Psychiatry, 38*(5), 184-188. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832011000500003>
- Galindo, S. B., Moreno, I. M., Muñoz, J. G., & Conesa, A. C. (2008). Fiabilidad y validez de un cuestionario para medir en estudiantes universitarios la asociación de la ansiedad y depresión con factores académicos y psicosociofamiliares durante el curso 2004-2005. *Revista Española de Salud Pública, 82*(2), 189-200.
- Giacomoni, C. H. (2004). Bem-estar subjetivo: Em busca da qualidade de vida. *Temas em Psicologia, 12*(1), 43-50.
- Goede, I. H. A., Branje, S. J. T., & Meeus, W. H. J. (2009). Developmental changes in adolescents' perceptions of relationships with their parents. *Journal of Youth and Adolescence, 38*(1), 75-88. <http://doi.org/10.1007/s10964-008-9286-7>
- Goetz, E. R., & Vieira, M. L. (2009). Percepções dos filhos sobre aspetos reais e ideais do cuidado parental. *Estudos de Psicologia, 26*(2), 195- 203. <http://doi.org/10.1590/S0103-166X2009000200007>
- Granja, M. B., & Mota, C. P. (2018). Estilos parentais, adaptação académica e bem-estar psicológico em jovens adultos. *Análise Psicológica, 36*(3), 311-326. <http://doi.org/10.14417/ap.1415>
- Grusec, J. E. (2002). Parental socialization and children's acquisition of values. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting – Practical issues in parenting* (pp. 143-167). Lawrence Erlbaum Associates.
- Hart, C. H., Nelson, D. A., Robinson, C. C., Olsen, S. F., & McNeilly-Choque, M. K. (1998). Overt and relational aggression in russian nursery-school-age children: Parenting styles and marital linkages. *Developmental Psychology, 34*(4), 687-697.

- Hastings, P. D., Zahn-Waxler, C., Robinson, J., Usher, B., & Bridges, D. (2000). The development of concern for others in children with behavior problems. *Developmental Psychology*, 36(5), 531-546. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.36.5.531>
- Helsen, M., Vollebergh, W., & Meeus, W. (2000). Social support from parents and friends and emotional problems in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(3), 319-335.
- Hernández, M. J. (1994). Competencia social: Intervención preventiva en la escuela. *Infancia y Sociedad: Revista de Estudios*, 24, 21-48.
- Holden, G. W., & Miller, P. C. (1999). Enduring and different: A meta-analysis of the similarity in parents' childrearing. *Psychological Bulletin*, 125(2), 223-254.
- Huebner, E. S. (1991). Initial development of the students' life satisfaction scale. *School Psychology International*, 12(3), 231-240. <https://doi.org/10.1177/0143034391123010>
- Huebner, E. S., & McCullough, G. (2000). Correlates of school satisfaction among adolescents. *The Journal of Educational Research*, 93(5), 331-335. <https://doi.org/10.1080/00220670009598725>
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Latiesa, M. (1986). Demanda de educación superior: Evaluaciones y condicionamientos de los estudiantes en la elección de carrera. *Reis – Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 46(89), 101-139. <https://doi.org/10.2307/40183395>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)

- Maccoby, E., & Martin, J. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen & E. M. Hetherington (Eds.), *Handbook of child psychology: Socialization, personality, and social development* (pp. 1-101). Wiley.
- Machado, W. L., & Bandeira, D. R. (2012). Bem-estar psicológico: Definição, avaliação e principais correlatos. *Estudos de Psicologia*, 29(4), 587-595. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2012000400013>
- Markus, M. T., Lindhout, I. E., Boer, F., Hoogendijk, T. H. G., Arrindell, W. A. (2003). Factors of perceived parental rearing styles: The EMBU-C examined in a sample of dutch primary school children. *Personality and Individual Differences*, 34(3), 503-519. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00090-9](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00090-9)
- Mascarenhas, S. A. N., Roazzi, A., Leon, G. F., & Pais-Ribeiro, J. L. (2012). Necessidade da gestão do estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários brasileiros. *Actas do 9º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*, 817-822.
- Matos, M. G., & Carvalhosa, S. F. (2001). A saúde dos adolescentes: Ambiente escolar e bem-estar. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 2(2), 43-53.
- Minuchin, S., Lee, W. Y., & Simon, G. M. (2008). *Dominando a terapia familiar* (2th ed.). Artmed.
- Mize, J., & Pettit, G. S. (1997). Mothers' social coaching, mother-child relationship style, and children's peer competence: Is the medium the message? *Child Development*, 68(2), 312-323. <https://doi.org/10.2307/1131852>
- Monaghan, M., Horn, I. B., Alvarez, V., Cogen, F. R., & Streisand, R. (2012). Authoritative parenting, parenting stress, and self-care in pre-adolescents with type 1 diabetes. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 19(3), 255-261. <https://doi.org/10.1007/s10880-011-9284>

- Monteiro, S. C., Vasconcelos, R., & Almeida, L. S. (2005). Rendimento académico: Influência dos métodos de estudo. *Actas do VIII Congresso Galaico Português de PsicoPedagogia*, 3505- 3515.
- Muris, P., Meesters, C., Merckelbach, H., & Hülsenbeck, P. (2000). Worry in children is related to perceived parental rearing and attachment. *Behaviour Research and Therapy*, 38(5), 487-497. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(99\)00072-8](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(99)00072-8)
- Murteira, B. J. F. (1993). *Análise exploratória de dados – estatística descritiva*. McGraw Hill.
- Nardi, A. E. (2000). Depressão no ciclo da vida. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 22(3), 149-152.
- Natvig, G. K., Albrektsen, G., & Qvarnstrøm, U. (2003). Associations between psychosocial factors and happiness among school adolescents. *International Journal of Nursing Practice*, 9(3), 166-175. <https://doi.org/10.1046/j.1440-172X.2003.00419>
- Novo, R. F. (2005). Bem-estar e psicologia: Conceitos e propostas de avaliação. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación e Avaliação Psicológica*, 2(20), 183-203.
- Pais-Ribeiro, J. L., Honrado, A., & Leal, I. (2004). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de ansiedade, depressão e stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 5(2), 229-239.
- Palácios, J. & Rodrigo, M. J. (1998). *Familia e desarrollo humano*. Alianza.
- Pestana, M. H., & Gageiro, J. N. (2008). *Análise de dados para ciências sociais. A complementaridade do SPSS (5th ed.)*. Edições Sílabo.
- Pinderhughes, E. E., Dodge, K. A., Bates, J. E., Pettit, G. S., & Zelli, A. (2000). Discipline responses: Influences of parents' socioeconomic status, ethnicity, beliefs about parenting, stress, and cognitive-emotional processes. *Journal of Family Psychology*, 14(3), 380-400. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.14.3.380>

- Pinheiro, M. R. M. (2004). O desenvolvimento da transição para o ensino superior: O princípio depois de um fim. *Revista Aprender*, 29, 9-19.
- Pocinho, M., & Garcês, S. F. (2019). Developing the wellbeing experience scale. *Revista de Divulgação Científica AICA*, 11, 50–57.
- Powers, C. L. (2008). Academic achievement and social involvement as predictors of life satisfaction among college students. *Psi Chi Journal of Undergraduate Research*, 13(3), 128-135.
- Pritchard, M. E., & Wilson, G. S. (2003). Using emotional and social factors to predict student success. *Journal of College Student Development*, 44(1), 18-28. <https://doi.org/10.1353/csd.2003.0008>
- Rebollo, M. J. F., Martínez, E. M., & Morán, R. B. (2001). Diferencias entre padres y adolescentes en la percepción del estilo educativo parental: Afecto y normas-exigencias. *Apuntes de Psicología*, 19(2), 235-250.
- Rodríguez, S., Fita, E., & Torrado, M. (2004). El rendimiento académico en la transición secundaria-universidad. *Revista de Educación*, 334(1), 391-414.
- Russell, G., & Topham, P. (2012). The impact of social anxiety on student learning and well-being in higher education. *Journal of Mental Health*, 21(4), 375-385. <https://doi.org/10.3109/09638237.2012.694505>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

- Santos, T., Matos, M. G., Simões, M. C., Camacho, I., & Tomé, G. (2013). Estilos parentais e desenvolvimento positivo em crianças e adolescentes com doença crónica. *Psicologia da Criança e do Adolescente*, 4(2), 185-203.
- Shumow, L., Vandell, D. L., & Posner, J. K. (1998). Harsh, firm, and permissive parenting in low-income families: Relations to children's academic achievement and behavioral adjustment. *Journal of Family Issues*, 19(5), 483-507.  
<https://doi.org/10.1177/019251398019005001>
- Sigelman, C. K. (1999). *Life-span human development* (3th ed.). Brooks/Cole Publishing Company.
- Silva, E. C., & Heleno, M. G. V. (2012). Qualidade de vida e bem-estar subjetivo de estudantes universitários. *Revista Psicologia e Saúde*, 4(1), 69-76.  
<https://doi.org/10.20435/pssa.v4i1.126>
- Simões, A., Ferreira, J. A. G. A., Lima, M. P., Pinheiro, M. R. M. M., Vieira, C., Matos, A. P., M., & Oliveira, A. L. (2003). O bem-estar subjetivo dos adultos: Um estudo transversal. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 37(1), 5-30.
- Siqueira, M. M. M., & Padovam, V. A. R. (2008). Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Psicologia: Teoria e Pesquisa* 24(2), 201-209. <http://doi.org/10.1590/S0102-37722008000200010>
- Smetana, J. G. (1994). Parental styles and beliefs about parental authority. *New Directions for Child Development*, 1994(66), 21-36. <https://doi.org/10.1002/cd.23219946604>
- Soares, D. L., & Almeida, L. S. (2011). Perceção dos estilos educativos parentais: Sua variação ao longo da adolescência. *Revista Galego-Portuguesa de Psicologia e Educación*, 4071-4083.
- Sprinthall, N., & Collins, W. A., (2003). *Psicologia do adolescente. Uma abordagem desenvolvimentista* (3th ed.). Fundação Calouste Gulbenkian.

- Sroufe, L. A. (2002). From infant attachment to promotion of adolescent autonomy: Prospective, longitudinal data on the role of parents in development'. In J. G. Borkowski, S. L. Ramey, & M. Bristol-Power (Eds.), *Parenting and the child's world: Influences on academic, intellectual, and socioemotional development* (pp. 187-202). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Steinberg, L. (2000). The family at adolescence: Transition and transformation. *Journal of Adolescent Health, 27*(3), 170-178. [https://doi.org/10.1016/S1054-139X\(99\)00115-9](https://doi.org/10.1016/S1054-139X(99)00115-9)
- Steinberg, L. (2001). We know some things: Adolescent-parent relationships in retrospect and prospect. *Journal of Research on Adolescence, 11*(1), 1-19. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.00001>
- Teixeira, M. A. P., & Lopes, F. M. M. (2005). Relações entre estilos parentais e valores humanos: Um estudo exploratório com estudantes universitários. *Aletheia, 22*, 51-62.
- Teixeira, M. A. P., Bardagi, M. P., & Gomes, W. B. (2004). Refinamento de um instrumento para avaliar responsividade e exigência parental percebidas na adolescência. *Avaliação Psicológica, 3*(1), 1-12.
- Vizzotto, M. M., Jesus, S. N. D., & Martins, A. C. (2017). Saudades de casa: Indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. *Revista Psicologia e Saúde, 9*(1), 59-73. <http://doi.org/10.20435/pssa.v9i1.469>
- Weber, L. N. D., Prado, P. M., Viezzer, A. P., & Brandenburg, O. J. (2004). Identificação de estilos parentais: O ponto de vista dos pais e dos filhos. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 17*(3), 323-331. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722004000300005>