



Universidade Federal da Paraíba
Centro de Ciências Humanas e Letras
Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social
Mestrado em Psicologia Social

**CANSAÇO EMOCIONAL ACADÊMICO: CONTRIBUIÇÕES DOS TRAÇOS DE
PERSONALIDADE E DOS VALORES HUMANOS**

Andréa Bezerra de Albuquerque

João Pessoa – PB

Março/2023



Universidade Federal da Paraíba
Centro de Ciências Humanas e Letras
Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social
Mestrado em Psicologia Social

**CANSAÇO EMOCIONAL ACADÊMICO: CONTRIBUIÇÕES DOS TRAÇOS DE
PERSONALIDADE E DOS VALORES HUMANOS**

Andréa Bezerra de Albuquerque, *Mestranda*
Profa. Dra. Patrícia Nunes da Fonseca, *Orientadora*

João Pessoa – PB
Fevereiro/2023

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

A345c Albuquerque, Andréa Bezerra de.

Cansaço emocional acadêmico : contribuições dos traços de personalidade e dos valores humanos / Andréa Bezerra de Albuquerque. - João Pessoa, 2023.
70 f. : il.

Orientação: Patrícia Nunes da Fonseca.
Dissertação (Mestrado) - UFPB/CCHLA.

1. Psicologia social - Cansaço emocional. 2. Traços de personalidade. 3. Valores humanos. I. Fonseca, Patrícia Nunes da. II. Título.

UFPB/BC

CDU 316.6(043)

**CANSAÇO EMOCIONAL ACADÊMICO: CONTRIBUIÇÕES DOS TRAÇOS
DE PERSONALIDADE E DOS VALORES HUMANOS**

Andréa Bezerra de Albuquerque

Banca Avaliadora:

Profa. Dra. Patrícia Nunes da Fonseca (PPGPS/UFPB, Orientadora)

Profa. Dr. Rômulo Lustosa Pimenteira de Melo (PPGPS/UFPB, Membro Interno)

Prof. Dr. Ricardo Neves Couto (UESPI/UNIRB, Membro Externo)

À Deus, minha amada família e amigos.

AGRADECIMENTOS

A conclusão desse ciclo hoje é resultado de muito esforço e perseverança, e só foi possível graças a tantas pessoas que não soltaram minha mão e foram meu alicerce em tantos momentos difíceis. A trajetória acadêmica, que por vezes é tão solitária, de nada valeria sem os laços de amizade forjados pelo caminho.

Agradeço primeiramente a Deus por toda a força concedida nesse percurso. Obrigada por ser meu acalento nos momentos difíceis, e minha fortaleza nos momentos de incerteza, sem o Seu amor e proteção nada disso seria possível! A Maria Santíssima por todas bençãos e graças alcançadas, uma Mãe no céu que nunca me abandonou e sempre ouviu minhas orações!

Aos meus amados pais, que sempre apoiam meus sonhos mesmo quando todos os cenários não são favoráveis para concretizá-los, obrigada por acreditarem em mim e fazerem o possível para que eu tenha sucesso no que me proponho a fazer. Agradeço também as minhas irmãs Andressa, Andreina e Andrielly por toda a parceria e apoio, aos meus sobrinhos Joaquim e Alice por alegrarem meus dias, e mesmo estando distantes me inspirarem a ser uma pessoa melhor. As minhas tias Maria, Tereza e Filornete por se fazerem presentes em toda jornada da minha vida, não só acadêmica. Família, minha eterna gratidão a vocês que sonharam e concretizaram esse momento comigo, essa conquista é nossa!

Gratidão as minhas amigas queridas Lays e Andrezza, por todo o apoio durante essa caminhada, vocês tornaram todo esse processo mais leve e divertido e sempre me estenderam a mão quando precisei, vocês são especiais demais, obrigada por tudo!

Aos meus colegas do NEDHES, gratidão por todos os momentos e ensinamentos! Especialmente Prof^a Patrícia por ter me acolhido desde a graduação com tanto zelo e me ensinado tanto, obrigada pela oportunidade e por me ajudar realizar esse sonho, terei sempre a senhora como um exemplo nessa jornada árdua que é vida acadêmica.

Gratidão também ao meu amigo querido Greg por toda ajuda, desde a elaboração do projeto até a escrita do último artigo, sua parceria foi fundamental para que eu estivesse aqui hoje! As minhas colegas de turma Thereza e Marcela, muito obrigada pelos momentos compartilhados, tanto de alegrias quanto de aflições que esse mundo da pós-graduação nos proporciona, desejo que vocês brilhem muito mais nessa caminhada.

Ao meu namorado André, que chegou na minha vida praticamente na reta final desse ciclo, mas foi um apoio essencial para que eu chegasse até aqui. Muito obrigada por todo incentivo, paciência e apoio, você é incrível e espero poder realizar tantos outros sonhos ao seu lado!

Agradeço aos professores Ricardo e Rômulo por terem gentilmente aceitado o convite de participar desse momento como avaliadores, obrigada pela leitura cuidadosa e contribuições desde a qualificação. Estou muito feliz e honrada em compartilhar esse momento com vocês!

Agradeço também a todos que compõe o PPGPS, especialmente a Denize e Naara, que sempre se mostraram solícitas para ajudar em qualquer situação.

Gratidão também aos participantes da pesquisa pela disponibilidade e paciência.

Por fim, agradeço ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pela bolsa concedida para a execução da pesquisa.

RESUMO

A presente dissertação teve por objetivo verificar o padrão de relações entre o cansaço emocional, os traços de personalidade e valores humanos. Para isto, foram realizados dois (2) estudos no formato de artigo. O artigo 1 objetivou reunir evidências psicométricas da *Escala de Cansancio Emocional* (ECE) no Brasil, e foram executados dois (2) estudos. No Estudo 1 participaram 275 universitários da Paraíba ($M_{idade} = 22,49$), que responderam a ECE e questões demográficas. A análise fatorial exploratória sugeriu uma solução unidimensional e com confiabilidade adequada, alfa de *Cronbach* (α) e ômega de *McDonald* (ω) iguais a 0,90. No Estudo 2, participaram 223 universitários do Piauí ($M_{idade} = 21,65$). A análise fatorial confirmatória apontou indicadores adequados (CFI = 0,99; TLI = 0,98; RMSEA = 0,05), com confiabilidade satisfatória ($\alpha = 0,88$) e ($\omega = 0,91$) e estrutura unidimensional do Estudo 1. Em suma, os estudos fornecem uma medida curta de 10 itens (ECE), que avaliam o cansaço emocional de forma global com evidências psicométricas para o Brasil, podendo ser útil a pesquisadores interessados na temática e em seus correlatos. O artigo 2 teve como objetivo testar o papel mediador dos valores humanos na relação entre os traços de personalidade e o cansaço emocional em estudantes universitários. Contou-se com uma amostra de 350 estudantes universitários ($M_{idade} = 23,81$; $DP = 6,69$) da região Nordeste do Brasil, sendo 68,6% do sexo feminino. Os participantes responderam ao questionário de valores básicos (QVB), ao Inventário dos Cinco Grandes Fatores da Personalidade (ICGFP), Escala de *Cansancio Emocional* (ECE) e questões sociodemográficas. Realizaram-se estatísticas descritivas, correlações, regressões e testou-se um modelo de mediação. O modelo de mediação testado demonstrou que a subfunção realização não mediou a relação entre o traço de personalidade neuroticismo e o cansaço emocional, sinalizando que pessoas com fortes traços de neuroticismo tendem a apresentar cansaço. Assim, conclui-se que os traços de personalidade e os valores humanos contribuem na explicação do cansaço emocional, bem como podem auxiliar profissionais no delineamento de estratégias que favoreçam o desenvolvimento de habilidades a fim de minimizar os efeitos do cansaço emocional.

Palavras-chave: Cansaço Emocional; Traços de Personalidade; Valores Humanos.

ABSTRACT

This dissertation aimed to verify the pattern of relationships between emotional exhaustion, personality traits and human values. For this, two (2) studies were carried out in article format. Article 1 aimed to gather psychometric evidence of the measure *Escala de Cansancio Emocional* (ECE) in Brazil, and two (2) studies were carried out. In Study 1, 275 university students from Paraíba (Age = 22.49) participated, who answered the ECE and demographic questions. Exploratory factor analysis suggested a one-dimensional solution with adequate reliability, Cronbach's alpha (α) and McDonald's omega (ω) equal to 0.90. In Study 2, 223 university students from Piauí (Age = 21.65) participated. Confirmatory factor analysis showed adequate indicators (CFI = 0.99; TLI = 0.98; RMSEA = 0.05), with satisfactory reliability (α = 0.88) and (ω = 0.91) and unidimensional structure of the Study 1. In short, the studies provide a short measure of 10 items (SCE), which assess emotional fatigue globally with psychometric evidence for Brazil, which may be useful for researchers interested in the subject and its correlates. Article 2 aimed to test the mediating role of human values in the relationship between personality traits and emotional fatigue in university students. A sample of 350 university students (Mage = 23.81; SD = 6.69) from the Northeast region of Brazil was used, 68.6% of whom were female. Participants answered the Basic Values Questionnaire (QVB), the Big Five Personality Factors Inventory (ICGFP), the Emotional Stress Scale (ECE) and sociodemographic questions. Descriptive statistics, correlations, regressions were performed and a mediation model was tested. The mediation model tested showed that the achievement subfunction did not mediate the relationship between the personality trait neuroticism and emotional fatigue, indicating that people with strong traits of neuroticism tend to be tired. Thus, it is concluded that personality traits and human values contribute to the explanation of emotional fatigue, as well as they can help professionals in designing strategies that favor the development of skills in order to minimize the effects of emotional fatigue.

Keywords: Emotional Fatigue; Personality traits; Humans values.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	11
ARTIGO 1: ESCALA D ECANSANCIO EMOCIONAL: PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS NO CONTEXTO BRASILEIRO	23
Resumo	24
Abstract	24
Introdução	24
Estudo 1: Adaptação e evidências de validade e precisão da Escala de Cansacio Emocional	29
Método	29
Participantes	29
Instrumentos	29
Procedimento	30
Análise de dados	31
Resultados	33
Estudo 2: Comprovação da estrutura fatorial da Escala de Cansacio Emocional (ECE)	33
Participantes	33
Instrumentos	33
Procedimento	33
Análise de dados	34
Resultados	34
Discussão	35
Referências	39
ARTIGO 2: TRAÇOS DE PERSONALIDADE E CANSAÇO EMOCIONAL: OS VALORES HUMANOS MEDEIAM ESSA RELAÇÃO?	43
Resumo	44
Abstract	44
Introdução	45
Método	51
Participantes	51
Instrumentos	51
Procedimento	53

Análise de dados	53
Resultados	54
Discussão	56
Referências.....	61
CONSIDERAÇÕES FINAIS	66
ANEXOS	68
Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)	69
Escala de <i>Cansancio</i> Emocional (ECE)	70
Inventário dos Cinco Grande Fatores da Personalidade (<i>Big Five</i>)	71
Questionário de Valores Básicos	72
Parecer Consubstanciado do Comitê de Ética	73

APRESENTAÇÃO

As demandas inerentes ao ensino superior podem ser percebidas como estressantes e representar um ambiente desafiador, no qual os estudantes quando não dispõe de estratégias eficientes para enfrentá-las, podem ficar suscetíveis a desenvolverem cansaço emocional (CE) (Dominguez-Lara & Merino-Soto, 2015; Martínez-Líbano, 2020; Yeomans et al., 2021). Assim, o excesso de demandas acadêmicas como a extensa carga horária e o grande volume de conteúdos, unidos às tarefas diárias e ao escasso tempo dedicado a momentos de lazer, podem levar o estudante universitário a desenvolver essa condição (Castro-Rodríguez et al., 2018).

O CE refere-se a um forte estado de exaustão física e emocional experimentados pelos estudantes, que podem ser causados por excessivas demandas educacionais (Kaggwa et al., 2021). Esse fenômeno ocorre quando as demandas acadêmicas excedem os recursos e provocam um esgotamento de energia, causando sintomas psicológicos e até fadiga física (Araoz & Ramos, 2022), com isso, os indivíduos sentem que não podem dar mais de si aos outros a nível afetivo (Martínez-Líbano et al., 2021). Assim, indivíduos com altos níveis de CE podem apresentar sintomas tanto físicos, como fadiga, enxaqueca, náusea, sonolência; quanto mentais, tais como depressão, transtornos alimentares, abuso de substâncias ilícitas, entre outros (Li, et al., 2021).

Nesse sentido, estudos têm-se dedicado a investigar a prevalência desse fenômeno, a exemplo do estudo de Martínez-Líbano e colaboradores (2021) que buscou investigar o cansaço emocional em estudantes no contexto da pandemia da COVID-19, em uma amostra de 315 estudantes com idades entre 18 e 59 anos. Os resultados apontaram que 90% dos estudantes perceberam que sua saúde mental se agravou no período de pandemia e 65% apresentaram altos níveis de cansaço emocional.

Nessa mesma perspectiva, o estudo de Araoz e Ramos (2022) que também objetivou descrever o cansaço emocional em estudantes universitários, especificamente no contexto da

pandemia da SARS-CoV-2 (COVID-19), verificou que a maioria dos estudantes pontuaram alto no cansaço emocional de modo que as mulheres apresentaram maiores níveis. Os autores sugerem que o contexto da educação virtual no período de pandemia pode ter contribuído para essas altas pontuações, o frequente uso de aparelhos eletrônicos para participar das atividades, a má conexão de internet, limitações econômicas, desemprego e, até mesmo, o medo do vírus, o que pode ter colaborado para a diminuição de energia no enfrentamento das atividades acadêmicas.

Além disso, o CE é uma faceta central da Síndrome de *Burnout* (SB), esta pode ser definida como um estado de exaustão crônica em virtude das demandas excessivas do trabalho (Li et al., 2021; Maslach & Leiter, 2016). Destaca-se que, inicialmente, a SB era estudada prevalentemente no campo laboral, e posteriormente seus estudos se estenderam ao campo acadêmico (Ricardo & Paneque, 2014).

Assim, além do cansaço emocional a SB é composta por outras duas facetas: despersonalização que refere-se a um estado de indiferença, falta de interesse e distanciamento das atividades acadêmicas; e insatisfação com a realização que caracteriza-se pelos sentimentos de ineficácia e incompetência desenvolvidos no estudante (Castro-Rodríguez et al., 2018; Maslach & Leiter, 2016; Voicu et al., 2021). Das três dimensões citadas, o CE é a mais predominante no contexto acadêmico, além de ser a primeira etapa da SB (Dominguez-Lara & Merino-Soto, 2017; Maslach & Leiter, 2016).

Nessa mesma direção, a alta prevalência do CE vem sendo evidenciado em estudos de diferentes países. O estudo de Amor e colaboradores (2020), buscando analisar a prevalência da SB em estudantes de medicina em uma amostra portuguesa, verificou que a cada ano letivo o nível de cansaço emocional aumentou significativamente, de modo que, no primeiro ano o escore girou em torno de 17 (39,5%) e, no sexto ano, 48 (84,2%). Resultados semelhantes podem ser encontrados no contexto brasileiro, Dantas et al. (2020) verificou uma prevalência

de cansaço emocional em 57,7% em uma amostra de estudantes de medicina, de modo que, do primeiro ao sétimo período houve um aumento progressivo do CE.

Nesta perspectiva, Anjos e Camelo (2019) buscavam conhecer a relação entre a satisfação com os estudos, estratégias de enfrentamento, autoestima e cansaço emocional, em uma amostra de 100 estudantes do estado do Amazonas. Os autores verificaram que os estilos auto-culpa, negação, religião e distração se correlacionaram positivamente com o CE, de modo que quanto mais os estudantes utilizam essas estratégias, maiores eram os níveis de CE. Quanto à relação entre a satisfação com os estudos e a autoestima, os autores verificaram que os estudantes com altos níveis de autoestima tendem ser mais satisfeitos com os estudos e mais capazes de reagir a situações estressantes de maneira mais saudável.

Além disso, a importância de estudar o CE no âmbito universitário, é reforçado pela sua prevalência. O estudo de Li et al (2021), por exemplo, verificou em uma amostra de 1000 estudantes universitários a presença de *burnout* em 38,1% destes, no qual as mulheres obtiveram pontuações mais altas. O fato de indivíduos que vivenciam este cansaço são mais predispostos a interpretar situações normais como ameaçadoras, nas quais, pequenas frustrações ou dificuldades podem afetar o seu desempenho, causar atraso acadêmico (Dominguez-Lara et al., 2018) e provocar uma baixa autoestima (González-Ramírez & Landero-Hernández, 2007). Ademais, apesar de inicialmente o CE apresentar-se como uma dificuldade, podendo diminuir a produtividade e a eficiência do aluno, em níveis elevados pode estar associado a sintomatologias que afetam a saúde psicológica, e desencadeiam um quadro psicopatológico, levando a instabilidade emocional, a depressão e ansiedade (Seperak-Viera et al., 2021), afetando o aluno tanto a curto prazo, por meio da reprovação, e a longo prazo, ocasionando a evasão escolar (Dominguez-Lara et al., 2018).

Deste modo, é importante buscar variáveis que possam explicar o CE tanto a nível pessoal, a exemplo dos traços de personalidade, visto ser uma variável que determina as

características individuais e, portanto o comportamento (Andrade, 2008; Hall, Lindzey, & Campbell, 2000), quanto social, como os Valores Humanos, uma vez que estes refletem motivações básicas que influenciam na formação dos comportamentos, crenças, atitudes e diversos outros construtos (Sagiv & Schwartz, 1995). Nesse sentido, entendendo a importância da personalidade no determinante das características pessoais dos indivíduos, e os valores humanos como motivações para agir em determinados contextos, acredita-se que tais variáveis podem contribuir para o melhor entendimento do cansaço emocional.

No que diz respeito à variável personalidade, embora existam diversas teorias que explicam esse construto, neste estudo foi adotado o Modelo dos Cinco Grandes Fatores da Personalidade (*Big Five*) proposto por McCree e Costa (1985; 1987), sua base teórica tem como referência a perspectiva dos traços. O modelo abrange cinco traços de personalidade, sendo eles: abertura à experiência, conscienciosidade, extroversão, amabilidade e neuroticismo.

Gouveia et al. (2021), descreve os cinco traços como: *abertura à experiência*: corresponde a indivíduos com alta capacidade de imaginação, curiosidade, criatividade, que gostam de novidade e variedade; *extroversão*: reflete indivíduos extrovertidos, cheios de energia, entusiasmados, buscam companhias de outras pessoas; *amabilidade*: representa pessoas amáveis, agradáveis, com forte tendência a serem cooperativos e compassivos; *conscienciosidade*: representa pessoas autodisciplinadas, obedientes, e que almejam realização; *neuroticismo*: refletem pessoas que tendem a frequentemente experimentar emoções desagradáveis, geralmente são indivíduos nervosos, sensíveis, tensos e preocupados.

Nesse ínterim, vale salientar que há evidências na literatura de estudos com cansaço emocional e personalidade. Ramos-Campos et al. (2005) verificaram que o traço de personalidade neuroticismo se apresentou como bom preditor do cansaço emocional. Nessa mesma direção, Periard e Burns (2014) buscando estudar a influência das facetas das dimensões Amabilidade e Conscienciosidade no cansaço emocional, verificou que apenas as facetas

franqueza, conformidade, modéstia e autodisciplina se mostraram preditores significativos do CE.

Já no que diz respeito aos Valores Humanos, a presente dissertação adotou como modelo teórico a Teoria Funcionalista dos Valores Humanos (TFVH), proposta por Gouveia (1998, 2013). Nessa perspectiva teórica, os valores são considerados princípios que guiam as ações humanas e expressam cognitivamente suas necessidades (Gouveia, 2013). Essa abordagem versa uma tipologia de valores básicos, considerada um modelo mais parcimonioso e integrador, abrangendo 18 tipos de valores baseados nas necessidades humanas (Souza et al., 2016).

Nessa teoria os valores assumem duas funções e formam dois eixos principais: o eixo horizontal (tipo orientação) e o eixo vertical (tipo motivador). A primeira função dos valores corresponde a função de guiar as ações humanas, ela é subdividida em valores; pessoais, centrais ou sociais. Indivíduos guiados por valores pessoais tendem ter um foco intrapessoal e são egocêntricos, por outro lado, indivíduos guiados por valores sociais priorizam as relações sociais e têm um foco interpessoal nas relações. Os valores centrais, por sua vez, situam-se entre os valores sociais e pessoais, base organizadora dos outros valores, sendo congruente com ambos (Gouveia, 2011; 2013).

Já o eixo vertical, que corresponde à função de expressar as necessidades humanas, representa o tipo motivador, sendo classificado em materialistas (pragmáticos) ou humanitários (idealistas). Pessoas guiadas por valores materialistas tendem a priorizar condições de sobrevivência a níveis biológicos, dando importância a sua própria sobrevivência e a condições de assegurar esta, também são orientadas a metas específicas e regras normativas. Pessoas guiadas por valores humanitários dão menos importância a bens materiais, apreciam as relações interpessoais, e ao contrário dos valores materialistas, elas não se dirigem a metas específicas, e sim a metas e princípios mais abstratos (Gouveia, 2011; 2013). Assim, a união desses dois

eixos dão origem a seis subfunções valorativas: realização, experimentação, suprapessoal, existência, normativa e interativa, de modo que cada subfunção é representada por três valores, reunindo no total 18 valores básicos.

A subfunção realização tem o motivador materialista e orientação pessoal, as pessoas que priorizam essa subfunção, geralmente são jovens adultos em idade produtiva, são focadas em realizações materiais e necessidades de autoestima, os valores que representam subfunção são: êxito, poder e prestígio. A subfunção experimentação tem o motivador humanitário e orientação pessoal, essa subfunção é endossada por pessoas mais jovens, não dão importância às regras sociais nem buscam metas fixas ou materiais, os principais valores desta subfunção: prazer, emoção e sexualidade (Gouveia, 2013).

A subfunção interativa tem o motivador humanitário e orientação social, pessoas que priorizam esses valores uma boa convivência na comunidade e manutenção de relações interpessoais, geralmente são endossados por jovens guiados a relações íntimas estáveis, representam essa subfunção os valores: afetividade, apoio social e convivência. A subfunção normativa tem o motivador materialista e orientação social, as pessoas que priorizam essa subfunção dão grande importância a preservação das tradições e obediência às regras, geralmente são endossadas por pessoas mais velhas, seus principais valores são: obediência, religiosidade e tradição (Gouveia, 2011).

A subfunção suprapessoal tem o motivador humanitário e orientação central, assim, ela é compatível com as outras subfunções do motivador humanitário (experimentação e interativa), pessoas guiadas por essa subfunção pensam de forma mais ampla e suas ações são traçadas a partir de valores universais, seus principais valores são: beleza, conhecimento e maturidade. A subfunção existência tem o motivador materialista e orientação central, sendo compatível com as subfunções realização e normativa, as pessoas que tem como princípio guia

valores de existência geralmente são advindas de contexto de escassez econômica, seus principais valores são: estabilidade pessoal, saúde e sobrevivência (Gouveia, 2013).

Vale salientar que não foram encontradas pesquisas que objetivaram investigar especificamente a relação entre os valores e o CE. No entanto, Souza e colaboradores (2016), buscaram conhecer a relação entre os valores sociais, centrais e pessoais e as três dimensões da SB em uma amostra de professores da rede pública de uma capital nordestina. No que diz respeito à faceta do cansaço emocional, os resultados evidenciaram correlações negativas com os valores sociais, de modo que quase todos os valores da subfunção normativa apresentaram correlações estatisticamente significativas com CE.

Assim, perante o exposto, questiona-se: os traços de personalidade e os valores humanos contribuem na explicação do cansaço emocional? Buscando responder essa pergunta, a presente dissertação teve como objetivo geral verificar o padrão de relações entre o cansaço emocional, os traços de personalidade e valores humanos. Especificamente pretende-se: (1) adaptar a escala *Escala de Cansancio Emocional* (ECE) para o contexto brasileiro, reunindo evidências de validade e precisão; (2) Averiguar a comprovação da estrutura fatorial da ECE; (3) conhecer em que medida os valores humanos e os traços de personalidade explicam o cansaço emocional.

Por fim, considerando o que foi citado acima, a presente dissertação foi estruturada em 2 artigos. O primeiro intitulado de “Escala de *Cansancio Emocional* (ECE): Propriedades psicométricas no contexto brasileiro”, trata-se de um estudo de caráter quantitativo, com o objetivo de adaptar e verificar as propriedades psicométricas da escala para o contexto brasileiro, em uma amostra de estudantes universitários. O segundo intitulado “Traços de personalidade e Cansaço Emocional: os Valores Humanos medeiam essa relação?”, trata-se de um estudo de método quantitativo e teve por objetivo verificar em que medida os traços de personalidade e os valores humanos explicam o cansaço emocional.

Referências

- Amor, E. M., Baños, J. E., & Sentí, M. (2020). Prevalencia del Síndrome de burnout entre los estudiantes de medicina y su relación con variables, demográficas, personales y académicas. *FEM*, 23(1), 25-33. <https://dx.doi.org/10.33588/fem.231.1036>
- Andrade, J. M. (2008). Evidências de validade do inventário dos cinco grandes fatores de personalidade para o Brasil. (Doutorado em Psicologia Social do Trabalho e das Organizações), Universidade de Brasília.
- Araoz, E. G. E & Ramos, N. A. G. (2022). Cansancio emocional en estudiantes universitarios peruanos en el contexto de la pandemia de Covid-19 *Educ. Form., Fortaleza*, 7(1). <https://doi.org/10.25053/redufor.v7i1.6759>
- Castro-Rodríguez Y, Valenzuela-Torres O, Hinojosa-Añorga M., & Piscoche-Rodríguez C. (2018). Agotamiento emocional en estudiantes de Odontología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *Revista Habanera de Ciências Médicas*, 18(1), 150-163. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729519X2019000100150&lng=es&tlng=es
- Dominguez-Lara, S. A., & Merino-Soto, C. (2019). Medición con ítem único del agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios peruanos: evidencias de validez y confiabilidad. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 50(1), 45-56, doi: 10.21865/RIDEP50.1.04
- Gouveia, V. V., Fonsêca, P. N., Milfont, T. L., & Fischer, R. (2011). Valores humanos: Contribuições e perspectivas teóricas. Em C. V. Torres, & E. R. Neiva (Orgs.),

A psicologia social: Principais temas e vertentes (pp. 278-295). Porto Alegre, RS: ArtMed.

Gouveia, V.V. (2013). Teoria funcionalista dos valores humanos: Fundamentos, aplicações e perspectivas. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Gouveia, et al. (2021). A Short Version of the Big Five Inventory (BFI-20): Evidence on Construct Validity. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 55(1). doi: <https://doi.org/10.30849/ripijp.v55i1.1312>.

Kaggwa M. M., Kajjimu, J., Sserunkuma, J., Najjuka, S. M., Atim, L. M., & Olum R. (2021). Prevalence of burnout among university students in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE*, 16(8). doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0256402>

Lee, K. P., Yeung, N., Wong, C., Yip, B., Luk, L. H. F., & Wong, S. (2020). Prevalence of medical students' burnout and its associated demographics and lifestyle factors in Hong Kong. *PLoS One*, 15, e0235154. <https://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0235154>

Li, Y., Cao, L., Liu, J., Zhang, T., Yang, Y., Shi, W., & Wei, Y. (2021). The prevalence and associated factors of burnout among undergraduates in a university. *Medicine*. 100(27). doi: <http://dx.doi.org/10.1097/MD.00000000000026589>

Marrau, M. (2004). El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos En Humanidades*, 5(10), 53–68. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2004369>.

- Martínez- Líbano, J., Yeomans M. M., González, C., N., & Campos F. E. (2021). Emotional Exhaustion and Mental Health in a Sample of Chilean Social Science Students During the COVID-19 Pandemic. *PSOCIAL*, 7(2). doi: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/123/1232267009/index.html>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15, 103–111. doi: <https://doi.org/10.1002/wps.20311>.
- Netterstrøm B., Conrad N., Bech P., et al. (2008). The relation between work-related psychosocial factors and the development of depression. *Epidemiol Rev.* 30, 118–132. doi: <https://doi.org/10.1093/epirev/mxn004>.
- Osma, D. A. B & Blanco, H. A. S. (2020). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Univ. Salud.* 23(1). <https://doi.org/10.22267/rus.212301.211>.
- Periard, D. A. & Burns, G. N. (2014). The relative importance of Big Five Facets in the prediction of emotional exhaustion. *Personality and Individual Differences*, 63. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.036>.
- Ramos-Campos, F., Manga-Rodriguez, D., & Moran-Astorga, C. (2005). Escala de Cansancio Emocional (ECE) para estudiantes universitarios: propiedades psicométricas y asociación. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/271846180_Escala_de_cansancio_emocional_ECE_para_estudiantes_universitarios

- Voicu, A., Villarroya, B. G. Lopez, P. S., & Catalã, P. T. (2021). Burnout acadêmico em estudantes de enfermagem: revisão de literatura. *Revista Sanitaria de Investigación*. 2(6).
Doi: <https://doi.org/10.18554/refacs.v6i2.2822>.
- Ramos, F., Manga, D., & Morán, C. (2005). Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas y asociación. *Interpsiquis*.
<http://www.psiquiatria.com/articulos/estres/20478/>.
- Rosales Ricardo Y, Rosales Paneque FR. (2013). Burnout estudiantil universitario. *Conceptualización y estudio. Salud Mental*, 36(4):337-345.
- Sagiv, L., & Schwartz, SH. (1995). Prioridades de valor e prontidão para contato social fora do grupo. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (3), 437–448. Doi: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.3.437>
- Souza, S., et al. (2016). Síndrome de burnout e valores humanos em professores da rede pública estadual da cidade de João Pessoa: Um estudo correlacional. *Análise Psicológica*, 1, 119-131. doi: 10.14417/ap.910
- Tlili, M. A., Aouicha, W., Sahli, J., Testouri, A., Hamoudi, M., Mtiraoui, A., Mallouli, M. (2020). Prevalence of burnout among health sciences students and determination of its associated factors. *Psychology, Health and Medicine*, 26(2),212-220.
- Yankov, G. P. (2018). A profile-based approach for investigating the values-personality relationship. *Personality and Individual Differences*, 131(1).
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.04.031>

ARTIGO 1

Escala de Cansancio Emocional: Propiedades psicométricas no contexto brasileiro

Emotional Exhaustion Scale: Psychometric properties for the brazilian context

Escala de Cansancio Emocional: Propiedades psicométricas para el contexto brasileño

ESCALA DE CANSANCIO EMOCIONAL: PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS NO CONTEXTO BRASILEIRO

EMOTIONAL EXHAUSTION SCALE: PSYCHOMETRIC PROPERTIES FOR THE BRAZILIAN CONTEXT

ESCALA DE CANSANCIO EMOCIONAL: PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS PARA EL CONTEXTO BRASILEÑO

Resumo: Objetivou-se reunir evidências psicométricas da *Escala de Cansancio Emocional* (ECE) no Brasil. No Estudo 1 participaram 275 universitários ($M_{idade} = 22,49$). Estes responderam a ECE e questões demográficas. A análise fatorial exploratória sugeriu uma solução unidimensional e confiabilidade adequada: alfa de *Cronbach* (α) e ômega de *McDonald* (ω) iguais a 0,90. No Estudo 2, participaram 223 universitários ($M_{idade} = 21,65$). A análise fatorial confirmatória apontou indicadores adequados (CFI = 0,99; TLI = 0,98; RMSEA = 0,05), com satisfatória confiabilidade: ($\alpha = 0,88$) e ($\omega = 0,91$), mantendo a estrutura unidimensional do Estudo 1. O estudo fornece uma medida curta de 10 itens, que avaliam o cansaço emocional de forma global. Em suma, foram encontradas evidências psicométricas para o Brasil, podendo a ECE ser útil para interessados em investigar a temática e seus correlatos.

Palavras-chave: Cansaço emocional, universitários, validade, confiabilidade.

Abstract: This study aimed to gather psychometric evidence of the *Escala de Cansancio Emocional* (ECE) in Brazil. Two studies were conducted: Study 1 participated 275 university students ($M_{age} = 22.49$). These answered to ECE and demographic questions. Exploratory factor analysis suggested a one-dimensional solution and satisfactory reliability: Cronbach's alpha (α) and McDonald's omega (ω) indicators equal .90. In Study 2, participated 223 university students ($M_{age} = 21.65$). Confirmatory factor analysis indicated relevant indicators (CFI = .99; TLI = .98; RMSEA = .05), with satisfactory reliability: ($\alpha = .88$) and ($\omega = .91$). In summary, psychometric evidence has been found for the Brazil, and ECE may be useful for those interested in investigating the theme and its correlates.

Keywords: Emotional exhaustion, university students, validity, reliability.

Introdução

Durante a formação universitária os estudantes precisam administrar diferentes obrigações e demandas pessoais e sociais (e.g., expectativas acadêmicas, relacionamentos interpessoais, pressões financeiras) que, quando se tornam excessivas, podem resultar em diminuição da motivação, aumento do estresse, baixo desempenho acadêmico (Araoz &

Ramos, 2022; Li, Zhang, Randhawa, Madigan, 2020), problemas físicos e emocionais, sintomas que representam um quadro de *burnout* acadêmico (Maslach & Leiter, 2016).

Nesse sentido, é importante destacar que apesar do *burnout* ser comumente estudado em contexto laboral (Maslach & Leiter, 2016), o fenômeno também abrange o campo acadêmico pois, os universitários, assim como em qualquer profissão, também enfrentam pressões e sobrecargas típicas do trabalho acadêmico, mantendo, por vezes, uma relação de remuneração (direta e indireta) com a instituição universitária, por meio de apoio econômico, oriundo de bolsas de estudo, prêmios e reconhecimento acadêmico (Hederich-Martínez & Caballero-Domínguez, 2016).

Assim como no campo laboral, o *burnout* acadêmico é composto por três dimensões, a saber: a) cansaço emocional, advindo de demandas acadêmicas excessivas, levando os indivíduos experimentarem sintomas físicos e mentais, b) despersonalização, referindo-se a atitude de indiferença em relação às atividades acadêmicas e, c) insatisfação com a realização, no qual o indivíduo tem consciência da ineficácia como estudante (Maslach et al., 2001). Desse modo, o *burnout* acadêmico refere-se ao sentimento de esgotamento ocasionado por demandas relacionadas ao estudo que, além de se manifestar através de sintomas físicos e mentais, pode gerar uma atitude cínica e pouco comprometida frente aos trabalhos acadêmicos, além de crenças inadequadas sobre a própria capacidade estudantil (Dominguez-Lara, et al., 2018).

Dentre as três dimensões que compõem o esgotamento, a mais predominante no contexto universitário é o cansaço emocional (CE), sendo uma faceta central da exaustão, que ocorre quando as demandas acadêmicas excedem os recursos e levam a um esgotamento de energia (Prada-Chapoñan et al., 2020). Assim, quando os estudantes estão emocionalmente cansados, sentem um esgotamento (psicológico e emocional) e podem experimentar fadiga física (Araoz & Ramos, 2022), causando uma sensação descrita em termos de não ser capaz de dar mais de si aos outros (Hederich-Martínez & Caballero-Domínguez, 2016), facilitando o

surgimento de reações de distanciamento (emocional e cognitivo), como forma de enfrentamento a sobrecarga frente à uma determinada atividade e ocasionando déficits no desempenho acadêmico (Dominguez-Lara, 2018). Destarte, considerando a multidimensionalidade do *burnout* acadêmico, destaca-se a importância de se investigar o cansaço emocional, uma vez que é a primeira etapa da síndrome (Dominguez-Lara & Merino-Soto, 2019).

Por exemplo, em meio a reações diversas, com a intenção de tentar diminuir o cansaço, pode ocorrer o distanciamento de amigos, levando a tratar pessoas próximas com indiferença e impessoalidade, tornando-se comum o indivíduo apresentar atitudes irônicas ou cínicas (Hederich-Martínez, & Caballero-Domínguez, 2016). Além do mais, evidencia-se que, no decorrer do curso, existe o aumento de demandas (e.g., atividades extra-classe, seminários, participação em congressos, publicação de artigos), que podem vir a ser fatores de riscos para o aparecimento do cansaço emocional, pois se os graduandos não estiverem preparados psicologicamente para enfrentar as situações cotidianas, devido características pessoais, como o neuroticismo (Prada-Chapoñan et al., 2020), além de outras vivências, podem causar sintomatologias de ansiedade, depressão e decréscimos na qualidade do sono (Caballero-Dominguez et al., 2018; Li et al., 2020).

Devido aos problemas atribuídos ao cansaço emocional no contexto universitário, e considerando que o *burnout* acadêmico apresenta características distintas em comparação de como ocorre no contexto laboral, pesquisas têm se dedicado a buscar formas de mensurar esse fenômeno.

Ramos-Campos, Manga-Rodriguez e Moran-Astorga (2005) elaboraram a *Escala de Cansancio Emocional* (ECE), uma medida composta por dez itens que se propõem a avaliar o cansaço emocional em universitários, o qual é ocasionado pelo nível excessivo de demandas e esforços para avançar em seus cursos. Ressalta-se que a ECE se centra especificamente na

dimensão cansaço emocional, diferentemente de medidas elaboradas previamente para contextos acadêmicos, a exemplo do Inventário Malasch de *Burnout* (2001) e Inventário de Copenhagen (2005), que abarcam itens característicos de outros componentes ligados ao contexto laboral, e que se demonstraram ineficazes para avaliar o contexto universitário.

O Inventário Malasch de *Burnout* (2001) (MBI), que embora não mensure especificamente apenas o CE, é a medida mais utilizada no estudo de *burnout* (Ricardo & Peneque, 2013). Esse instrumento avalia o *Burnout* nas três dimensões: realização pessoal no trabalho, cansaço emocional e despersonalização. Na sua versão original, apresenta bons índices de consistência interna, os *alfas de Cronbach* de cada dimensão são: exaustão emocional (0,90); despersonalização (0,79) e para a realização pessoal (0,71). Essa medida, posteriormente, foi adaptada para o contexto universitário, e assim como a original possui três dimensões.

Nessa mesma direção, o Inventário de Copenhagen (CBI) proposto por Kristensen et al. (2005) apresenta uma abordagem semelhante ao MBI, trata-se de instrumento contendo 19 questões distribuídas em 3 fatores: esgotamento pessoal, esgotamento relacionado ao trabalho, e esgotamento relacionado ao cliente. Campos e colaboradores (2012) adaptaram para o contexto brasileiro uma versão do CBI para estudantes universitários, no qual ficou composto pelas seguintes dimensões: *burnout* pessoal ($\alpha = 0,90$), *burnout* relacionado aos estudos ($\alpha = 0,87$), *burnout* relacionado aos colegas ($\alpha = 0,91$) e *burnout* relacionado aos professores ($\alpha = 0,93$), todas as dimensões apresentaram bons índices de consistência interna e um *alpha de Cronbach* geral de 0,95.

Nesse sentido, percebe-se que ambas as medidas citadas acima não avaliam apenas o cansaço emocional, e têm como objetivo avaliar o *burnout* considerando também outros aspectos. Assim, percebe-se que a ECE diferentemente de outros instrumentos em que o

cansaço emocional aparece como das uma das dimensões que compõem o instrumento, ela aborda especificamente essa faceta.

Assim, Ramos-Campos et al. (2005) contando com uma amostra de 402 universitários da cidade de León, Espanha, por meio da análise exploratória buscou conhecer a estrutura da ECE. Na oportunidade foi verificada uma estrutura unifatorial que explicou 40% da variância total do instrumento, apresentando adequada consistência interna (precisão; $\alpha = 0,83$). Além disso, evidenciou que neuroticismo, baixa autoestima e sofrimento psicológico foram bons preditores do cansaço emocional, ademais, foi constatado que universitários insatisfeitos com os estudos tendem a apresentar níveis mais elevados de cansaço emocional.

Ressalta-se que a ECE tem sido utilizada em diferentes países, tais como, México (González-Ramírez & Landero-Hernández, 2007), Argentina (Fontana, 2011) e Peru (Dominguez Lara, 2013; Dominguez-Lara, 2018; Seperak-Viera et al., 2021) e em todos, foi corroborado a unidimensionalidade da ECE. A propósito, na pesquisa de González-Ramírez e Landero-Hernández (2007), com 506 estudantes de Psicologia, foram realizadas análises fatoriais exploratórias e confirmatórias, que atestaram a estrutura unifatorial da ECE, com consistência interna satisfatória ($\alpha = 0,83$) e evidências de validade convergente com construtos que foram previamente associados ao *burnout*.

No estudo argentino (Fontana, 2011), com amostra de 161 universitários do último ano do curso de Psicologia e utilizando o método de extração dos eixos principais, foi possível averiguar uma estrutura unifatorial, que explicou 45,6% da variância, além de uma apropriada consistência interna ($\alpha = 0,87$). Dominguez-Lara (2013) em contexto peruano, considerou uma amostra de 232 universitários de uma instituição privada. Mais uma vez a estrutura unidimensional emergiu com um alfa de *Cronbach* aceitável ($\alpha = 0,85$). Ademais, foram encontradas evidências de validade convergente com outra medida de cansaço emocional acadêmico ($r = 0,50$ e $p < 0,05$; Dominguez-Lara & Merino-Soto, 2019). Em estudos de

Dominguez-Lara (2018), utilizando da AFC, foi corroborada a estrutura previamente encontrada no contexto peruano.

Em suma, tem-se dispensado esforços para averiguar os parâmetros psicométricos da ECE em diferentes países. Isto tem possibilitado uma melhor entendimento dos antecedentes e consequentes do CE em universitários. Entretanto, considerando especificamente o contexto brasileiro, não foram encontrados estudos que tenham feito uso da medida em questão, justificando adaptá-la para o português do Brasil. Dessa forma, o presente artigo objetiva reunir evidências de validade e precisão da Escala de Cansancio Emocional (ECE; Ramos-Campos et al., 2005) em contexto brasileiro. Para tanto, levou-se a cabo dois estudos empíricos, a serem apresentados a seguir.

Estudo 1. Adaptação e evidências de validade e precisão da Escala de Cansacio Emocional

Método

Participantes

Participaram 275 universitários de instituições públicas da cidade de João Pessoa, Paraíba, com idade média de 22,49 ($DP= 5,29$; amplitude 18 a 55 anos), sendo a maioria mulheres (61,8%) do curso de medicina (19,3%). Estes foram recrutados de maneira acidental, ou seja, não probabilística.

Instrumentos

Escala de Cansacio Emocional (ECE; Ramos-Campos, et al., 2005). Trata-se de uma medida que avalia de forma global o cansaço emocional nos 12 últimos meses da vida estudantil. É composta por 10 itens (e.g. “*item 08: Sinto-me cansado ao final de uma jornada de trabalho*”), que apresentam uma boa consistência interna ($\alpha = 0,83$), respondidos em escala de cinco pontos *Likert*, variando entre 1 “*Raramente*” a 5 “*Sempre*”. Possui bom índice de consistência interna (alpha de *Chronbach* = 0,89)

Ademais, os participantes responderam um *questionário sociodemográfico*, que compreendia um conjunto de perguntas acerca do sexo, idade e curso, as quais foram utilizadas com o objetivo de caracterizar a amostra.

Procedimento

Inicialmente, utilizando-se dos procedimentos recomendados por Borsa, Damásio e Bandeira (2012), procedeu-se a tradução e adaptação da ECE para o contexto brasileiro. Para tanto, foi considerado o método de tradução reversa (*back-translation*), sendo a medida traduzida do idioma original (espanhol) para o português brasileiro. Inicialmente os itens foram traduzidos por dois tradutores independentes para a língua portuguesa, de modo que um dos tradutores era bilingue e com conhecimento sobre o construto e o segundo um especialista em tradução. Posteriormente, a versão em português da ECE foi retraduzida para o espanhol, por meio de traduções às cegas, que foi realizada visando verificar a equivalência dos itens para as duas versões (português e espanhol). Os tradutores ficaram atentos aos ajustes semânticos e idiomáticos, fazendo adequações e correções nos itens, quando necessário.

Posteriormente, a medida passou por um estudo piloto (validação semântica), que contou com a participação de 10 estudantes universitários, de ambos os sexos, distribuídos entre o primeiro e último período de seus cursos. Nesta oportunidade, foram verificadas possíveis dificuldades dos itens dos instrumentos (e.g. compreensão e deselegância). Em seguida, foi realizada a coleta dos dados de forma presencial nas salas de aula, levando aproximadamente 10 minutos, em média, para efetuar a participação na pesquisa.

Foi apresentado a todos os participantes o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), para que pudessem autorizar sua participação na pesquisa e responder os instrumentos. Foi assegurado a todos o caráter anônimo e confidencial das respostas, enfatizado o caráter voluntário da participação na pesquisa e o fato de não haver prejuízo ou bônus aos participantes, além de ressaltar a possibilidade de desistência a qualquer momento sem ônus.

Ademais, a pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa de uma instituição pública do nordeste brasileiro, com o CAAE: 07152918.4.0000.5188 e Parecer nº 3.159.794 respeitando todas as normas éticas exigidas pelas Resoluções nº 466/2012 e nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

Análise dos dados

Por meio do *software* Factor 9.2 averiguou-se a dimensionalidade do ECE, tendo em conta o método Hull *Comparative Fit Index* (CFI), através de uma análise fatorial exploratória categórica ULS (*Unweighted Least Squares*) e matriz de correlações policóricas. Além disso, verificou-se a consistência interna (precisão) pelo coeficiente alfa de *Cronbach* (α) com base nas correlações policóricas e pelo ômega (ω) de McDonald (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2019; McDonald, 2013).

Resultados

Inicialmente, foi realizada uma análise fatorial exploratória, com a finalidade conhecer a estrutura fatorial da matriz de correlações policóricas entre os 10 itens da ECE. Por meio dos resultados do índice de *Kaiser-Meyer-Olkin* (KMO) = 0,91 e o Teste de Esfericidade de *Bartlett*, $\chi^2(45) = 1.394,6$; $p < 0,001$, comprovou-se a pertinência de realizar a análise fatorial. O método Hull sugeriu uma solução unidimensional, verificado pelo índice de ajuste *Global Fit Index* (GFI) = 0,99. O valor próprio (autovalor) foi de 4,89 e explicou 53,6% da variância total dos itens. As cargas fatoriais dos itens e a consistência interna da escala são apresentadas na Tabela 1.

Tabela 1.

Estrutura fatorial da Escala de Cansacio Emocional.

Itens	Carga Fatorial	h^2
07. Sinto-me mentalmente esgotado por causa dos meus estudos.	0,84	0,70
10. Falta-me tempo e sinto-me sobrecarregado por causa dos estudos.	0,78	0,61
04. Há dias que não durmo bem por causa dos estudos.	0,77	0,59
09. Trabalhar pensando nas provas (avaliações) causam-me estresse.	0,77	0,59
06. Há dias que sinto fadiga e me falta energia para me concentrar.	0,75	0,55
05. Tenho dor de cabeça e outros desconfortos que afetam o meu rendimento.	0,69	0,47
08. Sinto-me cansado ao final de uma jornada de trabalho.	0,67	0,45
01. As provas (avaliações) me produzem uma tensão excessiva.	0,67	0,45
03. Sinto-me mal-humorado, triste, sem motivo aparente.	0,53	0,28
02. Creio que me esforço muito para o pouco que consigo.	0,46	0,21
Número de itens	10	
Valor próprio	4,89	
Variância explicada (%)	53,6	
Alfa de Cronbach	0,90	
Ômega de McDonald	0,90	

Nota. h^2 = comunalidade.

Os resultados apresentados na Tabela 1 demonstraram evidências de adequação de estrutura interna e precisão da ECE, com uma estrutura unifatorial (como teoricamente esperado), reunindo 10 itens, com saturações fatoriais variando entre 0,46 (item 02, “*Creio que me esforço muito para o pouco que consigo*”) a 0,84 (item 07, “*Sinto-me mentalmente*

esgotado por causa dos meus estudos”). Além disto, a consistência interna (precisão,) medida por meio do coeficiente *alfa de Cronbach* (α) com base em correlações policóricas e ômega de McDonald, foram considerados aceitáveis (0,90).

Após esta etapa, para que fossem asseguradas as qualidades psicométricas da ECE, foram reunidas evidências complementares de sua estrutura interna. Procedeu-se uma Análise Fatorial Confirmatória (AFC), por ser considerada uma técnica mais robusta. Ressalta-se que, assim como no primeiro estudo, foi considerada a natureza categórica (ordinal) da medida para escolha do estimador a ser utilizado. Mais detalhes serão descritos a seguir.

Estudo 2. Comprovação da estrutura fatorial da Escala de Cansacio Emocional (ECE)

Método

Participantes

Contou-se com uma amostra não probabilística acidental de 223 universitários de instituições públicas da cidade de Parnaíba, Piauí, com idade variando entre 18 e 64 anos ($M = 21,65$; $DP = 5,37$). A maioria era mulheres (61,9%), cursando Psicologia (25,1%) e solteiras (82,5%).

Instrumentos

Escala de Cansancio Emocional - (ECE; Ramos-Campos, et al., 2005), versão adaptada para o português brasileiro no estudo previamente apresentada no Estudo 1. Além de um questionário sociodemográfico com finalidade de caracterizar os participantes.

Procedimento

Foram adotados procedimentos similares aos descritos no Estudo 1, respeitando todas as normas éticas exigidas pelas Resoluções nº 466/2012 e nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

Análises de dados

Com o *software* R efetuaram-se análises descritivas para caracterizar a amostra. Utilizando-se do pacote *Lavaan* foi executada uma análise fatorial confirmatória (AFC) categórica (ordinal), com estimador *Weighted Least Squares Mean and Variance-Adjusted* (WLSMV), o qual é implementado na matriz de correlações policóricas e considera a natureza ordinal dos dados.

Os seguintes indicadores foram utilizados para avaliar a adequação do modelo (Hair et al., 2019; Tabachnick, & Fidell, 2013): (1) *Comparative Fit Index* (CFI) - índice comparativo, frequentemente, valores a partir de 0,90 são referências de um modelo ajustado; (2) *Tucker-Lewis Index* (TLI) - apresenta uma medida de parcimônia entre os índices do modelo proposto e do modelo nulo, varia de zero a um, com valores acima de 0,90 como aceitáveis; (3) *Root-Mean-Square Error of Approximation* (RMSEA) e seu intervalo de confiança de 90% (IC90%) - recomenda-se valores entre 0,05 e 0,08, admitindo-se até 0,10; (4) o *Pclose* é um indicador mais criterioso, testando a hipótese nula de $RMSEA < 0,05$, deste modo, recomenda-se o $Pclose > 0,05$ como indicativo de modelo ajustado e (5) *Root Mean Square Residual* (RMSR) é a raiz quadrada matriz dos erros dividida pelo grau de liberdade, assumindo que o modelo é ajustado quando o RMSR é inferior a 0,08. Ainda com o pacote *psych* foi possível avaliar a confiabilidade, considerando os índices alfa de *Cronbach* e o ômega (ω) de McDonald, (Hair et al., 2019; McDonald, 2013), ambos com a matriz de correlações policóricas.

Resultados

Considerando a estrutura unidimensional da ECE, para os 10 itens validados no Estudo 1, foi realizada uma análise fatorial confirmatória (AFC), adotando o método de estimação *Weighed Least Squares Mean and Variance Adjusted* (WLSMV), resultando nos seguintes indicadores de ajuste: CFI = 0,99, TLI = 0,98, RMSEA (IC90%) = 0,05 (0,02-0,08; $Pclose$ =

0,45) e SRMR = 0,07. Ressalta-se que todos os valores das cargas fatoriais apresentaram lambdas (λ) diferentes de zero ($\lambda \neq 0$; $F > 3,84$, $p < 0,05$), um resumo do modelo pode ser observado na Figura 1.

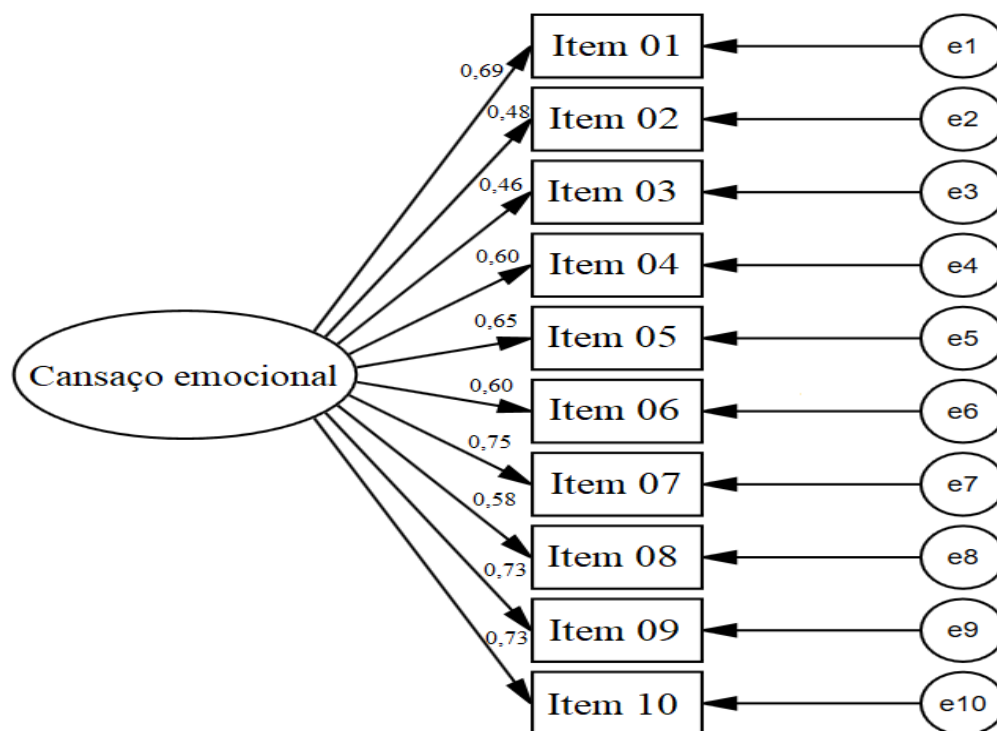


Figura 1. Estrutura unifatorial da Escala de Cansancio Emocional.

Como exposto na Figura 1, todos os pesos fatoriais indicaram que os itens representavam satisfatoriamente o construto, com cargas fatoriais (λ) variando de 0,46 (item 03. *Sinto-me mal-humorado, triste, sem motivo aparente.*) a 0,75 (item 07. *Sinto-me mentalmente esgotado por causas dos meus estudos*). A confiabilidade (precisão) da medida foi avaliada pelo alfa de Cronbach e pelo ômega de McDonald, apresentando valores, respectivamente, iguais a 0,88 e 0,91.

Discussão

A presente pesquisa objetivou adaptar e validar a Escala de Cansancio Emocional (ECE) para o contexto brasileiro. Nesse segmento, para que fossem logrados os objetivos,

foram realizados dois estudos. O primeiro de cunho exploratório, enquanto o segundo utilizando-se de análises mais robustas e de cunho confirmatório. Considera-se que os objetivos foram alcançados, pois as evidências psicométricas da ECE possibilitaram verificar a sua adequação para o contexto considerado.

Tendo em conta os principais achados desta pesquisa, especificamente, o Estudo 1 consistiu em averiguar a estrutura fatorial do instrumento que, por meio de uma AFE, reuniu evidências de validade fatorial e precisão, e constatou uma estrutura unifatorial, agrupando os dez itens da medida em uma estrutura latente única (Ramos-Campos et al., 2005). Já a consistência interna, que se refere a precisão do instrumento, foi verificada por meio dos índices: Alfa de Cronbach e Ômega de McDonald's, que foram considerados adequados, já que são superiores ao recomendado pela literatura (0,70; Cohen, Swerdlik, & Sturman, 2014), com o ômega apresentando maior robustez quando comparado ao Alfa (Zhang, & Yuan, 2016).

Diante dos resultados encontrados no Estudo 1, buscou-se reunir evidências psicométricas robustas referentes a ECE, através de uma Análise Fatorial Confirmatória (AFC), considerando a medida em nível ordinal, e com estimador *Weighted Least Squares Mean and Variance-Adjusted* (WLSMV). Assim, a partir disso, nota-se que os índices de ajuste do modelo foram considerados adequados, assegurando empiricamente o modelo teórico com bons indicadores de ajuste (e.g., CFI e TLI > 0.95 e RMSEA < 0.08; Tabachnick, & Fidell, 2013).

No que concerne a consistência interna da medida (referente ao Estudo 2), aferido pelos indicadores Alfa de Cronbach e Ômega de McDonald's, observa-se que os valores foram superiores a referência 0,70 (Cohen et al., 2014; Hair et al., 2019; McDonald, 2013), indicando boa consistência interna dos itens para o fator geral cansaço emocional. Destarte, tais achados corroboram a estrutura unidimensional encontrada no Estudo 1 e nos estudos realizados em

diferentes países, tais como Espanha (Ramos-Campos et al., 2005), México (González-Ramírez & Landero-Hernández, 2007) e Peru (Dominguez-Lara, 2013, 2018).

É importante destacar que diferentemente de outros instrumentos que tendem a desconsiderar os sintomas físicos e cognitivos na avaliação do cansaço (Campos et al., 2012), a ECE propõe um instrumento que avalia o cansaço emocional englobando tanto os sintomas físicos (e.g.: *“Há dias que não durmo bem por causa dos estudos”*; *“Tenho dor de cabeça e outros desconfortos que afetam o meu rendimento”*) quanto emocionais (e.g.: *“Sinto-me mentalmente esgotado por causa dos meus estudos”*; *“Sinto-me mal-humorado, triste, sem motivo aparente”*), possibilitando a mensuração desse fenômeno de forma ampla sem desconsiderar suas diversas características.

Apesar de ter alcançado os objetivos propostos e colaborado com a adaptação da medida ECE para o Brasil, reconhece-se que as pesquisas não estão isentas de falhas e limitações. Na presente investigação, faz-se necessário indicá-las, bem como discorrer acerca das possibilidades futuras para superá-las. Assim, inicialmente destaca-se a limitação da amostra considerada, dado que esta foi angariada de maneira não probabilística (por conveniência), que por sua vez impossibilita a generalização dos resultados ora reportados.

Neste caso, estudos futuros poderiam buscar um conjunto mais heterogêneo de estudantes universitários, de diversos cursos e de instituições de ensino (públicas e privadas), ou ainda considerar diferentes situações e contextos específicos, tais como diferentes faixas etárias, pois à medida que a idade aumenta as pessoas tendem assumir mais responsabilidades (Dominguez-Lara, 2013). Isto ajudaria ampliar a generalização dos resultados, pois tem-se sugerido que as experiências de *burnout* estudantil não são similares entre os diferentes cursos ou tipos de instituição acadêmica (pública ou privada) (Dominguez-Lara & Merino-Soto, 2019).

Vale salientar que a amostra foi recrutada em apenas duas cidades de diferentes estados da região do nordeste brasileiro. No entanto, é plausível mencionar que a presente pesquisa não teve como objetivo generalizar seus achados, mas apresentar evidências psicométricas iniciais de um instrumento sobre cansaço emocional para o contexto brasileiro. Outra limitação consiste na natureza da medida, que foi de autorrelato (lápiz e papel), o que pode ocasionar o falseamento nas respostas do respondente, em função da desejabilidade social (Medeiros et al., 2020), sendo aconselhável o planejamento de estudos experimentais, visando reduzir a desejabilidade social (Moura, Paiva, & Dominguez-Lara, 2021). Além disso, seria importante considerar o refinamento da medida, com uso de avaliação psicométrica aplicando modelos de TRI, com o propósito de avaliar individualmente quais são os informativos adequados para avaliar o cansaço emocional (Baker & Kim, 2017).

Finalmente, tendo em conta que esgotamento emocional afeta o desempenho estudantil, seria relevante relacionar a ECE a diferentes construtos que possam estar associados ao cansaço emocional, a exemplo da procrastinação acadêmica, motivação para leitura (Silva, Machado, Couto, Oliveira, & Fonsêca, 2020) engajamento escolar, forças de caráter (Fonsêca, Silva, Couto, Silva, & Santos, 2020) e resistência mental (Li et al., 2020). Isto pode fornecer evidências que podem subsidiar estratégias que possam desempenhar um papel significativo na prevenção do cansaço emocional.

Em suma, os resultados desse estudo asseguram evidências de validade e precisão da ECE. Especificamente, trata-se de uma medida curta, de apenas dez itens, que avaliam o esgotamento emocional dos universitários de forma global. Por fim, acredita-se que o estudo contribuiu com o campo científico, pois disponibilizou a uma medida que avalia o cansaço emocional em universitários (ECE), na versão português do Brasil, com boas qualidades psicométricas para profissionais e pesquisadores interessados no tema, além de fornecer subsídios para investigações de fatores de risco e protetivos para este fenômeno.

Referências

- Baker, F. B., & Kim, S. H. (2017). *The basics of item response theory using R* (pp. 55-67). New York: Springer.
- Borsa, J. C., Damásio, B. F., & Bandeira, D. R. (2012) Adaptação e validação de instrumentos psicológicos entre culturas: algumas considerações. *Paidéia*, 22(53), 423-432. doi: 10.1590/S0103-863X2012000300014
- Caballero-Dominguez, C., Gallo-Barrera, Y., & Suárez-Colorado, Y. (2018). Algunas variables de salud mental asociadas con la propensión al abandono de los estudios universitarios. *Psychologia*, 12(2), 37-46. doi: 10.21500/19002386.3466
- Cohen, R. J., Swerdlik, M. E., & Sturman, E. D. (2014). *Testagem e avaliação psicológica: Introdução a testes e medidas* (8º ed.) São Paulo: AMGH.
- Dantas, A. B., Silveira, K. L. S. S., Souza, L. M., Azevedo, Y. P., Nery, J. S., & Fonseca, D. V. (2020). Síndrome de Burnout em estudantes de um curso de graduação em medicina com metodologias ativas de ensino-aprendizagem. *Revista Bionorte*, 9(1), 36-46. <http://dx.doi.org/10.47822/2526-fontana6349.2020v9n1p36>
- Dominguez, S. A. (2013). Análisis psicométrico de la Escala de Cansancio Emocional en estudiantes de una universidad privada. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria (RIDU)*, 7(1), 45-55. doi: 10.19083/ridu.7.186
- Dominguez-Lara, S. A. (2018). Agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios: ¿cuánto influyen las estrategias cognitivas de regulación emocional? *Educación Médica*, 19(2), 96-103. doi:10.1016/j.edumed.2016.11.010
- Dominguez-Lara, S. A., Fernández-Arata, M., Manrique-Millones, D., Alarcón-Parco, D., & Díaz-Peñaloza, M. (2018). Datos normativos de una escala de agotamiento emocional

- académico en estudiantes universitarios de Psicología de Lima (Perú). *Educación Médica*, 19(3), 246-255. doi: 10.1016/j.edumed.2017.09.002
- Dominguez-Lara, S. A., & Merino-Soto, C. (2019). Medición con ítem único del agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios peruanos: evidencias de validez y confiabilidad. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 50(1), 45-56, doi: 10.21865/RIDEP50.1.04
- Dunn, T. J., Baguley, T., & Brunsden, V. (2014). From alpha to omega: A practical solution to the pervasive problem of internal consistency estimation. *British Journal of Psychology*, 105(3), 399-412. doi: 10.1111/bjop.12046
- Fonsêca, P. N., Silva, M. C., Couto, R. N., Silva, P. G., N., & Santos, J. L. F. (2020). Engajamento escolar e sua relação com as forças de caráter dos adolescentes. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 10(1), 164-183. doi: <http://dx.doi.org/10.26864/PCS.v10.n1.8>
- Fontana, S. (2011). Estudio preliminar de las propiedades psicométricas de la escala de desgaste emocional para estudiantes universitarios. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 3(2), 44-48. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3334/333427073006.pdf>
- González-Ramírez, M. T., & Landero-Hernández, R. (2007). Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: propiedades psicométricas en una muestra de México. *Anales de Psicología*, 23(2), 253-257. Recuperado de https://www.um.es/analesps/v23/v23_2/11-23_2.pdf
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). U.K.: Cengage Learning

- Hederich-Martínez, C., & Caballero-Domínguez, C. C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. *CES Psicología*, 9(1), 1-15. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2011-30802016000100002&lng=en&tlng=es
- Hunter, K. H., & Devine, K. (2016). Doctoral students' emotional exhaustion and intentions to leave academia. *International Journal of Doctoral Studies*, 11, 35-61. Recuperado de <http://ijds.org/Volume11/IJDSv11p035-061Hunter2198.pdf>
- Li, C., Zhang, Y., Randhawa, A. K., & Madigan, D. J. (2020). Emotional exhaustion and sleep problems in university students: does mental toughness matter? *Personality and Individual Differences*, 163, 110046. doi:10.1016/j.paid.2020.110046
- McDonald, R. P. (2013). *Test Theory A Unified Treatment*. Taylor and Francis.
- Medeiros, E. D., Silva, P. G. N., Medeiros, P. C. B., Sousa, G. M., Nunes, C. C., Fonsêca, P. N., & Gomes, E. B. (2020). Cognitive test anxiety scale: propriedades psicométricas no contexto brasileiro. *Salud & Sociedad*, 11, e3923. doi: 10.22199 / issn.0718-7475-2020-0004
- Moura, G. B, Paiva, T. T., & Dominguez-Lara, S. (2021). Validação da estrutura fatorial da Escala de Procrastinação em estudantes universitários brasileiros. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 11(2), 57-77. doi: 10.26864/PCS.v11.n2.3
- Prada-Chapoñan, R., Navarro-Loli, J. S., & Dominguez Lara, S. (2020). Personalidad y agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios peruanos: un estudio predictivo. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 14(2), e1227. doi: 10.19083/ridu.2020.1227

- Ramos-Campos, F., Manga-Rodriguez, D., & Moran-Astorga, C. (2005). Escala de Cansancio Emocional (ECE) para estudiantes universitarios: propiedades psicométricas y asociación. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/271846180_Escala_de_cansancio_emocional_ECE_para_estudiantes_universitarios
- Seperak-Viera, R., Fernández-Arata, M., & Dominguez-Lara, S. (2021). Prevalencia y severidad del burnout académico en estudiantes universitarios durante la pandemia por la COVID-19. *Interacciones*, 7, e199. doi: 10.24016/2020.v7.199
- Silva, P. G. N., Machado, M., O. S., Couto, R., N., Oliveira, L. B. S., & Fonsêca, P. N. (2020). Motivação para leitura e variáveis sociodemográficas como predictoras da procrastinação acadêmica. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 10(1), 142-163. doi: 10.26864/PCS.v10.n1.7
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.) New Jersey: Pearson Education.
- Zhang, Z., & Yuan, K.-H. (2016). Robust coefficients alpha and omega and confidence intervals with outlying observations and missing data: methods and software. *Educational and Psychological Measurement*, 76, 387-411. doi:10.1177/0013164415594658

ARTIGO 2

Traços de personalidade e Cansaço Emocional: os Valores Humanos medeiam essa relação?

Personality traits and Emotional Tiredness: do Human Values mediate this relationship?

Rasgos de personalidad y Cansancio Emocional: ¿los Valores Humanos median en esta relación?

TRAÇOS DE PERSONALIDADE E CANSAÇO EMOCIONAL: OS VALORES HUMANOS MEDEIAM ESSA RELAÇÃO?

PERSONALITY TRAITS AND EMOTIONAL TIREDNESS: DO HUMAN VALUES MEDIATE THIS RELATIONSHIP?

RASGOS DE PERSONALIDAD Y CANSANCIO EMOCIONAL: ¿LOS VALORES HUMANOS MEDIAN EN ESTA RELACIÓN?

Resumo

O estudo teve por objetivo testar o papel mediador dos valores humanos na relação entre os traços de personalidade e o cansaço emocional em estudantes universitários. Contou-se com uma amostra de 350 estudantes universitários (*Idade* = 23,81; *DP* = 6,69) a maioria da região Nordeste do Brasil, sendo 68,6% do sexo feminino. Os participantes responderam o questionário de valores básicos (QVB), o Inventário dos Cinco Grandes Fatores da Personalidade (ICGFP), a Escala de *Cansancio Emocional* (ECE) e questões sociodemográficas. Realizaram-se estatísticas descritivas, correlações, regressões e a testagem de um modelo de mediação. As análises de mediação demonstraram que a subfunção realização não mediou a relação entre o traço de personalidade neuroticismo e o cansaço emocional, sinalizando que pessoas com fortes traços de neuroticismo tendem a apresentar cansaço. Assim, conclui-se que os traços de personalidade e os valores humanos contribuem na explicação do cansaço emocional, bem como podem auxiliar profissionais no delineamento de estratégias que favoreçam o desenvolvimento de habilidades a fim de minimizar os efeitos do cansaço emocional.

Palavras-chave: Cansaço Emocional; Traços de Personalidade; Valores Humanos.

Abstract

The study aimed to test the mediating role of human values in the relationship between personality traits and emotional fatigue in university students. A sample of 350 university students (*Age* = 23,81; *DP* = 6,69) from the northeast region of Brazil was used, with 68,6% female. Participants answered the Human Basic Values Questionnaire (QVB), the Big Five Inventory (BFI), the Emotional Fatigue Scale (ECE) and sociodemographic questions. Descriptive statistics, correlations, regressions and testing of a mediation model were carried out. The mediation analysis demonstrated that subfunction realization didn't mediate the relationship between neuroticism personality trait and emotional fatigue, signaling that people with strong neuroticism trait tend to present fatigue regardless of its values properties. Therefore, the study concluded that personality traits and human values contribute to explain emotional fatigue, as well as they can help professionals to delineate strategies that favor the development of skills in order to minimize the effects of emotional fatigue.

Keywords: Emotional Fatigue; Personality Traits; Human Values.

Introdução

O ensino superior configura um contexto marcado por desafios para os estudantes que, além de lidarem constantemente com as demandas acadêmicas (e.g. provas, trabalhos, estágios), enfrentam problemas tanto de natureza social (e.g. relacionamento com colegas e professores) quanto pessoal (e.g. questões sociodemográficas), os quais colaboram para o surgimento do Cansaço Emocional (CE) (Brand, et al., 2014; Kagwa, et al., 2021; Martinez-Líbano et al., 2022). O CE caracteriza-se como um estado de desgaste de energia, causado por demandas acadêmicas e psicológicas excessivas, que levam os indivíduos a se sentirem esgotados de seus recursos internos (Alsharif, 2020; Vizoso & Arias, 2018).

Destaca-se que o CE é a resposta mais explícita aos estímulos estressantes (Ramos et al., 2005) e, portanto, vem a ser a primeira etapa e a faceta central da Síndrome de Burnout (SB). O CE se manifesta tanto por meio de sintomas físicos (e.g. fadiga, náusea, sonolência) quanto psicológicos (e.g. depressão, ansiedade, distúrbios do sono), além de estar associado ao uso de álcool e drogas com a finalidade de aliviar o estresse (Erschens et al., 2018; Pagnin et al., 2020). De acordo com Yang (2004), CE pode surgir em função do estresse e da sobrecarga de atividade por um prolongado período de tempo.

Isto posto, destaca-se a importância de se investigar esse fenômeno, uma vez que afeta diretamente a saúde mental dos estudantes e está relacionado a outros fatores negativos, a exemplo da Síndrome de impostor (Villwock et al., 2016) e de problemas de sono (Li et al., 2020). Assim, pensar variáveis que possam explicar o CE pode contribuir na elaboração de estratégias de enfrentamento com a finalidade de evitar e minimizar os efeitos deste na saúde mental dos estudantes.

No presente estudo, destaca-se dois construtos que podem ser levados em consideração na explicação do CE são eles: os Traços de Personalidade e os Valores Humanos. O primeiro, em função de ser um construto de cunho pessoal, que determina as principais diferenças nos

comportamentos dos indivíduos (Feist et al., 2015), além de desempenhar o papel de prever, controlar e explicar comportamentos (Pervin & John, 2004). O segundo, uma variável de cunho mais social, entendida como princípios que guiam a vida das pessoas e, que podem moldar os comportamentos a partir da prioridade valorativa adotada pelo indivíduo (Gouveia, 2003; Rokeach, 1973; Sharma & Jha, 2017; Verplanken & Holland, 2002). Assim, compreender o CE a partir de variáveis pessoais e sociais torna-se relevante, uma vez que esse fenômeno de origem multifatorial, inclui como fatores de risco características pessoais, características da formação, além de aspectos emocionais (Kaggwa et al., 2021).

Diante do exposto, levanta-se a seguinte pergunta de pesquisa: os traços de personalidade, mediados pelos valores humanos, explicam o cansaço emocional? A fim de responder esse questionamento, o presente estudo tem por objetivo geral testar um modelo de mediação tendo os traços de personalidade como variáveis preditoras do cansaço emocional e os valores humanos como mediadores dessa relação. Para tanto, pretende-se especificamente: verificar a relação entre os traços de personalidade, as subfunções valorativas e o cansaço emocional; verificar o poder preditivo dos traços de personalidade e dos valores humanos no cansaço emocional; e verificar em que medida os valores humanos e os traços de personalidade explicam o cansaço emocional.

Cansaço Emocional: explicação a partir da personalidade e dos valores humanos

O Cansaço Emocional (CE) pode ser definido como um estado de esgotamento de energia ou recursos emocionais, no qual as pessoas sentem que não conseguem dar mais de si aos outros (Marrau, 2004). Nessa perspectiva, altos níveis de CE favorece o surgimento de atitudes de distanciamento emocional e cognitivo em relação às atividades acadêmicas, ela surge como uma forma de enfrentamento a sobrecarga das demandas (Malasch et al., 2001), podendo trazer como consequências, por exemplo, insatisfação com os estudos ou até mesmo o abandono (Carlotto & Gonçalves, 2008), além de estarem associadas a depressão, ansiedade,

vício em internet, entre outros. (Al-Alawi, 2019; Farrell et al, 2019; Salmela-aro, 2017). Assim, o CE seria uma resposta negativa a forma como os estudantes enfrentam as situações adversas do contexto acadêmico (Dominguez-Lara, 2016).

A literatura aponta que algumas variáveis sociodemográficas se associam significativamente ao CE, a exemplo do gênero (Barreto & Salazar, 2021), faixa etária (Aguayo et al., 2019) e nível socioeconômico (Ye et al., 2021). Em suma, o gênero feminino e estudantes mais jovens apresentam níveis mais elevados de CE comparados ao gênero masculino e pessoas mais velhas (Araoz & Ramos, 2022).

Nessa perspectiva, o estudo de Araoz e Ramos (2022) buscou descrever o cansaço emocional de estudantes universitários peruanos no período da pandemia. Os resultados evidenciaram que 50,4% dos estudantes apresentaram altos níveis de CE, 34,5% apresentaram níveis moderados e 15,1% níveis baixos. O conjunto de sintomas apresentados, tais como, insônia, enxaqueca, tensão, ansiedade, estresse, ocasionaram a diminuição de energias para realizar as atividades e demandas da vida acadêmica. Vale destacar que a variável idade se correlacionou significativamente com o CE ($p < 0,05$), de modo que as mulheres apresentaram maiores níveis (60,1%) que os homens (39,4%).

Assim, pesquisas têm se dedicado a investigar variáveis que possam contribuir na explicação do CE, a exemplo dos traços de personalidade. De maneira geral, o termo personalidade refere-se a padrões de comportamentos e atitudes próprios de um indivíduo, de modo que os traços distinguem-se de uma pessoa para outra, porém, são relativamente estáveis ao longo da vida (Rebollo & Harris, 2006).

Dentre as principais abordagens no estudo dos traços de personalidade, destaca-se o modelo dos Cinco Grandes Fatores da Personalidade (CGF), também chamado de *Big Five* McCrae e Costa (1985; 1987). O modelo do CGF é, provavelmente, o modelo teórico mais aceito na literatura, por ter sido testado e replicado em diversos contextos transculturais (De

Young et al., 2010; McCabe et al., 2013; Soto & John, 2012), além de permitir uma descrição da personalidade de forma simples, alinhada e econômica, visto que outros modelos são maiores e mais complexos (Nunes et al., 2010).

O *Big Five* pode ser definido como uma organização hierárquica de personalidade, constituídos por traços específicos e reunidos em facetas, que são agrupadas dentro de cinco dimensões de personalidade (McRae, 2010; McCrae & John, 1992). Os cinco fatores relacionam-se e formam o perfil dos indivíduos (Vigouroux et al., 2017), e são representados pela sigla OCEAN (*Openness to experience, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness e Neuroticism*).

No contexto brasileiro vem sendo descrito como extroversão, conscienciosidade, neuroticismo, amabilidade e abertura à experiência (Silva & Nakano, 2011). Liu e Campbell (2017) descrevem os cinco traços: (1) *abertura à experiência*: representa pessoas com alto grau de curiosidade, criatividade, artes. Pessoas que pontuam baixo nesse traço tendem a ser superficiais, simples ou comuns; (2) *conscienciosidade*: nesse fator é característico o controle de impulsos, bem como foco em um objetivo específico, que pode facilitar a execução de obrigações e deveres. Pessoas com baixa pontuação nesse traço podem ser negligentes, preguiçosos, sem metas claras; (3) *extroversão*: indivíduos extrovertidos tendem a serem ativos, entusiasmados, dominantes, sociáveis e eloquentes ou falantes. Indivíduos que pontuam baixo nesse traço tendem a ser tímidos, centrados em si mesmo e sérios; (4) *amabilidade*: essa dimensão representa a qualidade das relações interpessoais, caracteriza pessoas altruístas, amáveis, afetuosas. Baixas pontuações nessa dimensão representa indivíduos frios, indelicados, hostis, invejosos e egoístas. (5) *neuroticismo*: essa faceta geralmente representa indivíduos nervosos, sensíveis, tensos e preocupados. Indivíduos com baixa pontuação geralmente são independentes, calmos e despreocupados.

Os traços de personalidade já vêm sendo associados ao cansaço emocional em pesquisas prévias, o estudo de Kiffin-Petersen e colaboradores (2011), por exemplo, buscaram verificar o papel mediador do trabalho emocional na relação entre os cinco grandes traços de personalidade, cansaço emocional e comportamentos de cidadania laboral em uma amostra de trabalhadores. No que diz respeito aos traços de personalidade, os resultados apontaram uma relação negativa e estatisticamente significativa apenas da dimensão extroversão com CE. Nessa mesma perspectiva, o estudo de Costa e colaboradores (2020) buscou investigar as relações entre variáveis sociodemográficas e os cinco grandes traços de personalidade, no desfecho da síndrome de *burnout*. Na dimensão do cansaço emocional, verificaram correlações estatisticamente significativas com os traços neuroticismo, extroversão, amabilidade e conscienciosidade. Destaca-se que apenas o traço neuroticismo apresentou uma correlação positiva com o CE, enquanto as demais foram negativas.

Além disso, vale ressaltar que os Traços de Personalidade juntamente com Valores Humanos vêm sendo utilizados na explicação de diversos construtos, como resolução de conflitos conjugais (Freitas, 2017), forças de caráter (Couto, 2019), mediação de conflitos (Guimarães, 2019).

Os valores humanos possuem um papel importante na explicação das atitudes e comportamentos das pessoas (Rokeach, 1973). Eles são compreendidos como um conjunto de princípios fundamentais que transcendem objetos e situações específicas, e são absorvidos por sujeitos de determinada cultura, sociedade e instituição (Gouveia, 2013).

Dentre as teorias dos valores destaca-se a Teoria Funcionalista dos Valores Humanos, modelo proposto por Gouveia (1998, 2013), a qual vem sendo disseminada em amostras de mais de 50 países (Soares, 2015). Além disso, esse modelo teórico vem se apresentando mais parcimonioso e integrador (Gouveia et al., 2014), além adequado psicometricamente (Medeiros, 2011).

Nesse modelo teórico os valores humanos têm duas funções principais: guiar as ações humanas e representar cognitivamente as necessidades dos indivíduos (Gouveia, 2013). Essas duas funções formam duas dimensões essenciais nessa teoria: o eixo horizontal, que corresponde a dimensão do tipo de orientação, que tem como função guiar as ações humanas; e o eixo vertical, que corresponde a dimensão do tipo de motivador, que expressa cognitivamente as necessidades humanas.

O eixo horizontal, do tipo orientador, é subdividido em três: pessoal, central e social. Os valores pessoais são caracterizados por terem caráter intrapessoal, voltados para ações de autorrealização e busca de metas individuais. Os valores sociais se caracterizam por serem mais centrados na sociedade e na coletividade e terem um caráter interpessoal. Por fim, os valores centrais, são a base e referência dos valores pessoais e centrais, e são compatíveis com os dois, eles expressam as necessidades humanas desde as necessidades mais básicas como comer, beber, etc., até as mais complexas como a autorrealização (Gouveia, 2013).

Já o eixo vertical, do tipo motivador é dividido em dois: o materialista e o humanitário. As pessoas guiadas por valores materialistas são mais práticas, orientadas a metas específicas, e procuram priorizar as condições de assegurar sua própria existência. As pessoas guiadas por valores humanitários possuem ideias e metas abstratas, são pessoas desapegadas a bens materiais e dão grande importância às relações interpessoais (Gouveia, 2013).

Assim, o cruzamento desses dois eixos integra seis subfunções valorativas, a saber: Experimentação, Realização, Suprapessoal, Existência, Interativa e Normativa, de modo que, cada subfunção é representada por três valores básicos. Nesse sentido, a Teoria Funcionalista comporta 18 valores básicos: beleza, maturidade, conhecimento, êxito, poder, prestígio, emoção, sexualidade, prazer, tradição, religiosidade, obediência, afetividade, apoio social, convivência, sobrevivência, estabilidade, saúde (Gouveia et al., 2014).

Por fim, considerando as características das variáveis propostas nesse estudo, foram elaboradas as seguintes hipóteses: (1) O traço de personalidade neuroticismo se correlacionará positivamente com o CE, uma vez que pessoas neuroticistas tendem a experimentar maior instabilidade emocional e ansiedade, além de apresentar maior dificuldade na utilização de estratégias adequadas para lidar com as demandas do ambiente de trabalho (Ashton, 2013; Huang et al., 2014); (2) Os valores de orientação pessoal (realização e experimentação) apresentarão correlações positivas com o CE, isso porque pessoas guiadas por valores pessoais dão importância a demonstração de competência pessoal, e eficiência para alcançar metas pessoais (Gouveia, 2013), assim, por terem um foco intrapessoal, podem se desgastar emocionalmente com o objetivo de se autorrealizar; (3) Os valores de orientação social (normativa e interativa) apresentarão correlações negativas com o CE, isto porque pessoas guiadas por alguns valores dessas subfunções tem menor possibilidade de se sentirem esgotados no trabalho (Souza, et al., 2016); (4) O efeito direto entre o traço de personalidade e o CE permanecerá significativo mediado pelos valores pessoais, uma vez que esses valores podem se correlacionar com emoções negativas, a exemplo de ansiedade e depressão (Hanel & Wolfradt, 2016).

Método

Participantes

A amostra foi composta 350 estudantes universitários, em nível de graduação, com idade média de 23,81 anos (variando de 18 até 56 anos; $DP = 6,69$). A maioria era do gênero feminino (68,6%) e oriunda de estados da região Nordeste do Brasil: Rio Grande do Norte (44,3%) e Paraíba (21,7%).

Instrumentos

Escala de Cansancio Emocional (ECE). Desenvolvida por Ramos et al. (2005), e adaptada para o Brasil por Albuquerque e colaboradores (artigo a ser submetido para

publicação). A medida avalia de forma geral o cansaço emocional, considerando os 12 últimos meses da vida estudantil. Possui uma estrutura unifatorial com bom índice de consistência interna ($\alpha = 0,83$). É composta por 10 itens (e.g. item 3: “*Sinto-me mal-humorado, triste, sem motivo aparente*”; item 7: “*Sinto-me mentalmente esgotado por causa dos meus estudos*”; item: 10: “*Falta-me tempo e sinto-me sobrecarregado por causa dos estudos*”) respondidos numa escala do tipo *Likert* de cinco pontos variando de 1 (raramente) a 5 (sempre).

Inventário dos Cinco grandes Fatores da Personalidade (ICGFP). Elaborado originalmente por John, Donahue e Kentle (1991), no entanto, na presente pesquisa será utilizada a versão reduzida adaptada por Gouveia et al. (2021). É uma medida composta por 20 itens, distribuídos em cinco fatores correspondentes aos traços de personalidade: neuroticismo (e. g. item 6: “*É temperamental, muda de humor facilmente*”), extroversão (e. g. item 1: “*É conversador, comunicativo*”), abertura à experiência (e. g. item 7: “*É inventivo, criativo*”), conscienciosidade (e. g. item 2: “*É minucioso, detalhista no trabalho*”), amabilidade (e. g. item 8: “*É prestativo e ajuda os outros*”). A escala apresenta índice de consistência interna satisfatória ($\alpha=0,70$), respondida numa escala do tipo *Likert* de cinco pontos, variando de 1 (Discordo totalmente) a 5 (Concordo totalmente).

Questionário de Valores Básicos (QVB). Elaborado por Gouveia (2013), é uma medida de autorrelato composta por 18 itens, distribuídos em seis dimensões correspondentes às seis subfunções valorativas: experimentação (e.g. item 1: “*Sexualidade. Ter relações sexuais; obter prazer sexual*”), realização (e. g. item 11: “*Prestígio. Saber que muita gente lhe conhece e admira; quando velho receber uma homenagem por suas contribuições*”), suprapessoal (e. g. item 15: “*Beleza. Ser capaz de apreciar o melhor da arte, música e literatura; ir a museus ou exposições onde possa ver coisas belas*”), existência (e. g. item 9: “*Saúde. Preocupar-se com sua saúde antes mesmo de ficar doente; não estar física ou mentalmente enfermo*”), interativa (e. g. item 7: “*Afetividade. Ter uma relação de afeto profunda e duradoura; ter alguém para*

compartilhar seus êxitos e fracassos”), normativa (e.g. item 16: “*Tradição. Seguir as normas sociais do seu país; respeitar as tradições da sua sociedade*”). Os itens são respondidos numa escala do tipo Likert de 7 pontos variando de 1 (Totalmente não importante) e 7 (Extremamente importante), apresentando índice de consistência interna satisfatório ($\alpha=0,78$).

Questionário Sociodemográfico. Contendo questões como sexo, idade, curso, tipo de instituição, com a finalidade de caracterizar os participantes.

Procedimento

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos de uma Universidade Federal do Nordeste (Parecer nº 5.493.737 / CAAE: 59016422.3.0000.5188), seguindo todos os procedimentos éticos estabelecidos pela Resoluções nº 466/12 e nº 510/16 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). Posteriormente, os instrumentos foram aplicados de forma online, por meio do *Google Docs*, no qual foi compartilhado o link da pesquisa em diferentes redes sociais (e. g. *WhatsApp, Instagram, Facebook, E-mail*). Ao aceitarem participar da pesquisa foram assegurados aos participantes o caráter anônimo, sigiloso e participação voluntária, de modo a não sofrerem nenhum ônus em caso de desistência. Antes de responderem aos instrumentos, foi solicitado que confirmassem a participação através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O tempo gasto, em média, para a conclusão da pesquisa foi de 10 minutos.

Análise dos dados

O software SPSS, foi utilizado para caracterizar a amostra através de estatísticas descritivas e dispersão, além de correlações e regressões entre as medidas. Com o software JASP foi testado um modelo de mediação tendo os traços de personalidade como variável independente, as subfunções valorativas como variável mediadora e o cansaço emocional como variável dependente.

Resultados

Com o objetivo de verificar a relação entre as subfunções valorativas, os traços de personalidade e o cansaço emocional realizou-se correlações r de Pearson. Os resultados podem ser observados na Tabela 1, e apontam que apenas as subfunções realização e interativa, e o traço de personalidade neuroticismo apresentaram correlações estatisticamente significativas com o cansaço emocional.

Por meio de uma regressão linear simples, foi reforçado o poder preditivo do traço de personalidade neuroticismo no CE [$R = 0,48$; $R^2_{ajustado} = 0,023$; $F(1;348) = 105,176$; $p < 0,001$; ($\beta = 0,48$, $t = 10,25$; $p < 0,001$)]. Em seguida realizou-se uma regressão linear múltipla (*stepwise*), e foi observado que apenas a subfunção realização apresentou efeito de predição estatisticamente significativo com o CE [$R = 0,11$; $R^2_{ajustado} = 0,011$; $F(1;348) = 5,013$; $p < 0,02$; realização ($\beta = 0,011$, $t = 2,23$; $p < 0,02$)]. Já a subfunção interativa não apresentou efeito de predição no CE ($\beta = 0,86$, $t = 1,52$; $p < 0,08$), sendo assim excluída do modelo explicativo final. Por fim, realizou-se uma regressão linear simples tendo a subfunção realização como variável dependente e o traço de personalidade neuroticismo como variável independente. Na qual observou-se um efeito de predição estatisticamente significativo [$R = 0,11$; $R^2_{ajustado} = 0,009$; $F(1;348) = 4,264$; $p < 0,04$; ($\beta = 0,11$, $t = 2,06$; $p < 0,04$)]

Tendo em vista o poder preditivo estatisticamente significativo das variáveis estudadas, foi possível investigar um modelo de mediação estabelecendo o traço de personalidade neuroticismo como variável independente, a subfunção realização como mediadora e cansaço emocional como variável dependente. Assim, o efeito direto do neuroticismo no cansaço emocional foi estatisticamente significativo [$\beta = 0,48$, $b = 1,09$, 95% CI (0,87; 1,13), $p < 0,001$]. Com a inclusão da variável mediadora, controlado pela subfunção realização, o coeficiente diminuiu, e deixou de ser estatisticamente significativo [$\beta = 0,02$, $b = 0,02$, 95% CI (-0,01; 0,05), $p = 0,24$], não apresentando poder de mediação.

Tabela 1

Correlatos entre as subfunções valorativas, traços de personalidade e cansaço emocional

Fatores	<i>M</i>	<i>DP</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Abertura	15,58	3,06											
2. Conscienciosidade	16,90	2,42	0,32**										
3. Extroversão	14,73	3,57	0,45**	0,42**									
4. Amabilidade	17,24	2,47	0,17**	0,31**	0,31**								
5. Neuroticismo	14,99	3,62	-0,05	0,03	-0,08	-0,02							
6. Experimentação	15,64	2,84	0,21**	0,19**	0,30**	0,11**	0,09						
7. Realização	15,24	3,09	0,28**	0,33**	0,35**	0,12*	0,11*	0,43**					
8. Suprapessoal	17,91	2,39	0,22**	0,24**	0,22**	0,25**	0,34	0,31**	0,36**				
9. Existência	18,91	2,07	0,09	0,26**	0,30**	0,25**	0,09	0,35**	0,37**	0,45**			
10. Interativa	17,50	2,65	0,07	0,18**	0,27*	0,35**	0,13*	0,36**	0,34**	0,41	0,45**		
11. Normativa	15,69	3,83	0,18**	0,38**	0,36**	0,33**	-0,03	0,11*	0,31**	0,15**	0,28**	0,26**	
12. Cansaço Emocional	34,96	8,34	-0,52	0,01	0,10	0,02	0,48**	0,09	0,11*	0,08	0,07	0,11*	-0,03

Nota: *M* = média; *DP* = desvio padrão; **p* < 0,05; ***p* < 0,001.

Discussão

O presente estudo teve como objetivo testar um modelo explicativo tendo como variável independente os traços de personalidade, variável consequente o cansaço emocional e os valores humanos como mediadora. Especificamente, objetivou-se conhecer a relação entre os traços de personalidade, as subfunções valorativas e o cansaço emocional. Em síntese, considera-se que os objetivos do estudo foram alcançados e forneceram evidências empíricas que reforçam uma relação já apontada previamente, reforçando o papel explicativo das variáveis aqui propostas no cansaço emocional (Kiffin-Petersen et al., 2010; Souza et al., 2016).

Confirmando a hipótese 1, o traço de personalidade neuroticismo se correlacionou positivamente com o cansaço emocional, corroborando com estudos anteriores (Costa et al., 2020; Prada-Chapoña et al, 2020). Tal achado justifica-se pelo fato de que pessoas com fortes traços de neuroticismo, tendem a experimentar maior instabilidade emocional e com isso têm dificuldades em empregar estratégias satisfatórias para lidar com as demandas inerentes ao ambiente de trabalho, ficando assim mais vulneráveis ao esgotamento (Ashton, 2013; Huang et al, 2014). Assim, sugere-se que um indivíduo que pontua alto no neuroticismo pode encarar algumas demandas acadêmicas como altamente ameaçadoras e, por isso, ficam desorganizadas. Por outro lado, um menor nível de neuroticismo pode facilitar que planos de ação sejam estabelecidos e as demandas sejam encaradas com mais êxito (Armon et al., 2012).

A hipótese 2 foi parcialmente corroborada, visto que apenas a subfunção realização se correlacionou positivamente com o CE. A subfunção realização caracteriza-se com um forte foco intrapessoal, são indivíduos guiados por demonstração de competência e que buscam autopromoção, pessoas que endossam esses valores tendem a apresentar mais exaustão (Gouveia, 2013; Gouveia et al., 2009), pois visando demasiadamente reconhecimento, podem

sobrecarregar-se de demandas, e lidar com estas mesmo que de forma desorganizada, experimentando assim mais estresse.

A hipótese 3 não foi corroborada, uma vez que apenas a subfunção interativa se correlacionou positivamente com o CE. Essa subfunção reflete pessoas com foco na qualidade das relações interpessoais, esses valores são importantes na relação positiva entre o indivíduo e seu trabalho (Gouveia, et al., 2009). Um dos valores que compõem a subfunção interativa é o apoio social, e esta variável vem sendo associada ao cansaço emocional em estudos pregressos, tendo sido apontada como fator de proteção ao surgimento do deste (Li et al., 2018), além disso, estudantes universitários com altos níveis de apoio social percebido apresentam também altos níveis de saúde mental (Roza, 2018).

Além do apoio social, outras variáveis podem atuar como fator de proteção ao CE, a exemplo da resiliência. Ríoz-Risquez e colaboradores (2016) verificaram em uma amostra de 113 estudantes universitários de um curso de enfermagem, que alunos com altos níveis de resiliência tinham menor predisposição a experimentar exaustão, bem como também apresentaram maior percepção de saúde psicológica.

Quanto às análises de regressão, o traço de personalidade neuroticismo apresentou poder preditivo significativo na explicação do cansaço, corroborando com achados de outras pesquisas, nos quais o neuroticismo apresenta maior poder de predição no CE (Costa et al., 2020; Prada-Chapoñan et al., 2020), além disso, esse traço também se correlaciona significativamente com as outras facetas *burnout* (Swider & Zimmerman, 2010). Assim, ressalta-se que altos níveis de neuroticismo estão associados ao aumento do CE, tornando o indivíduo mais propenso a desenvolver esgotamento e até mesmo ansiedade e depressão (Prada-Chapoñan et al., 2020).

No que diz respeito às subfunções valorativas, a subfunção interativa não apresentou poder preditivo no cansaço, sendo assim excluída do modelo de mediação. Nesse sentido,

destaca-se o poder explicativo da subfunção realização no cansaço emocional, ressaltando ainda que os valores pessoais podem estar relacionados positivamente com construtos negativos, a exemplo do estresse e depressão (Wolfradt & Hanel, 2016). Nesta mesma direção, Arenz et al. (2022), observou que indivíduos com transtornos afetivos, de personalidade, neuróticos e reação severa ao estresse, tinham maior prioridade nos valores pessoais quando comparados a pessoas da população geral.

A hipótese 4 não foi corroborada no modelo de mediação testado, visto que com a inserção da subfunção realização como variável mediadora, o efeito direto do neuroticismo no cansaço emocional deixou de ser significativo, e não apresentou poder de mediação. Isso aponta que, independentemente das prioridades valorativas, se o indivíduo tiver forte traço de neuroticismo, ele pode apresentar cansaço emocional. Os achados do presente estudo, refletem o protagonismo do neuroticismo na explicação do cansaço emocional já sinalizado em pesquisas prévias, a exemplo do estudo de Prada-Chapoñan e colaboradores (2020), que buscando identificar o poder preditivo dos traços de personalidade no cansaço emocional, verificaram que na presença do traço neuroticismo, os fatores conscienciosidade e extroversão, embora indicando valores estatisticamente significativos, apresentaram predições consideradas quase nulas.

Nesse sentido, destaca-se que, ao passo que o neuroticismo tem grande contribuição no surgimento CE, pode-se sugerir que outros traços de personalidade tem um efeito adverso nesse construto, como por exemplo, os traços de conscienciosidade e extroversão que podem apresentar características protetivas ao esgotamento. O traço de extroversão pode atuar como um facilitador das relações interpessoais no ambiente acadêmico e promover uma rede de vínculo entre os colegas, já o traço conscienciosidade favorece habilidades de organização e disciplina no cumprimento das demandas, essas características de ambos traços ajudam a minimizar os efeitos do CE (Kim et al., 2018; Prada-Chapoñan et al., 2020). Entretanto, vale

ressaltar que mesmo o indivíduo possuindo características de personalidade consideradas saudáveis, se expostos a demandas acadêmicas excessivamente exigentes, desafiadoras e competitivas por um longo período de tempo, poderão também experimentar CE (Lee et al., 2017).

Nessa mesma perspectiva, Periard e Burns (2014) buscaram investigar a influência das facetas dos traços amabilidade e conscienciosidade no cansaço emocional, de modo que as facetas do traço amabilidade, isto é, conformidade, modéstia e franqueza foram todas preditoras significativas e explicaram 6,2% da variância do CE. Já no traço conscienciosidade, apenas a faceta autodisciplina foi uma preditora significativa, explicando 12,1% da variância. Assim, percebe-se que, embora o neuroticismo se apresente como um preditor mais potente na explicação do CE, os outros traços também podem fornecer explicação para esse construto sob um outro viés, demonstrando que determinadas características desses traços podem atenuar os impactos CE nos estudantes.

Ademais, ressalta-se que esse estudo não se isenta de limitações, destaca-se a amostra por conveniência, que impede a generalização dos resultados, bem como ser composta exclusivamente por estudantes de graduação. Além disso, por se tratar de uma medida de autorrelato, há o viés da desejabilidade social (Costa, 2020), isto é, uma tendência dos participantes responderem de acordo com o que consideram socialmente aceitável. Nesse sentido, sugere-se estudos futuros mais abrangentes que incluam estudantes de pós-graduação, bem como investiguem especificamente a influência das facetas dos traços e dos valores das subfunções no cansaço emocional. Recomenda-se também que se realize outras análises estatísticas com a finalidade de conhecer a prevalência do CE nos estudantes e as diferenças entre sexo, idade, renda, nível de escolaridade, etc., haja vista não haver um consenso na literatura no que diz respeito às diferenças nas questões sociodemográficas.

Por fim, acredita-se que o nível de neuroticismo e as prioridades valorativas dos estudantes podem dar indicativos da presença de CE, por isso, conhecer essas características pode ser útil na identificação e intervenção desse fenômeno. Assim, de forma prática, os achados da presente pesquisa podem auxiliar profissionais no delineamento de estratégias e intervenções, de modo a identificar estudantes com altos níveis de neuroticismo, e baixos níveis de conscienciosidade e extroversão, por exemplo, e a partir disso desenvolver o treinamento de habilidades, tais como autodisciplina, organização, socialização, busca por apoio social, etc., os quais podem ser fatores protetivos ao surgimento do CE. Para isso, é importante que as instituições de ensino superior proporcionem uma rede apoio profissional com psicólogos e psicopedagogos, para que haja comunicação entre comunidade acadêmica objetivando identificar os sintomas e minimizar os efeitos do cansaço emocional, desenvolvendo planos de intervenção fundamentados nesses construtos para que os discentes possam lidar com as demandas acadêmicas de forma mais saudável e eficiente.

Referências

- Alsharif, A. (2020). The protective role of resilience in emotional exhaustion among dental students at clinical levels. *Psychology Research and Behavior Management, Macclesfield*, 13, 989-995, 2020. <https://doi.org/10.2147/prbm.S281580>.
- Andrade, J.M. (2008). Evidências de validade do inventário dos cinco grandes fatores de personalidade para o Brasil. Tese de Doutorado, Instituto de Psicologia da Universidade de Brasília, DF, Brasil.
- Anjos, E. M. & Camelo, M. R. (2019). Satisfação com os estudos, cansaço emocional e estratégias de enfrentamento em estudantes universitários em Manaus – Brasil. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 127-138. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/3498/349861666013/html/>
- Araoz, E. G. E & Ramos, N. A. G. (2022). Cansancio emocional en estudiantes universitarios peruanos en el contexto de la pandemia de Covid-19 *Educ. Form., Fortaleza*, 7(1). <https://doi.org/10.25053/redufor.v7i1.6759>
- Armon, G., Shirom, A., & Melamed, S. (2012). The Big Five personality factors as predictors of changes across time in burnout and its facets. *Journal of Personality*, 80(2), 403-427. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-6494.2011.00731.x>
- Brand, S. et al. (2014). Adolescents with greater mental toughness show higher sleep efficiency, more deep sleep and fewer awakenings after sleep onset. *The Journal of Adolescent Health*, 54(1), 109-113. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.07.017>.
- Costa, A. R. L. (2020). O controle da desejabilidade social via diferentes formatos de resposta: Avaliação da tríade sombria. (Tese de Doutorado). Campinas: Universidade São Francisco.

- Costa, V. H. L. B., Borsa, J. C., & Damásio, B. F. (2020). Relações entre Burnout, Traços de Personalidade e Variáveis Sociodemográficas em Trabalhadores Brasileiros. *Psico-USF*, 25(3), 439-450. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-82712020250304>
- Dominguez-Lara, S. A., & Merino-Soto, C. (2019). Medición con ítem único del agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios peruanos: evidencias de validez y confiabilidad. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 50(1), 45-56, doi: 10.21865/RIDEP50.1.04
- Erschens, R., et al. (2018). Behaviour based functional and dysfunctional strategies of medical students to cope with burnout. *Medical Education Online*, 23(1). <https://doi.org/10.1080/10872981.2018.1535738>
- Gouveia, V. V., Fonsêca, P. N., Milfont, T. L., & Fischer, R. (2011). Valores humanos: Contribuições e perspectivas teóricas. Em C. V. Torres, & E. R. Neiva (Orgs.), *A psicologia social: Principais temas e vertentes* (pp. 278-295). Porto Alegre, RS: ArtMed.
- Gouveia, V.V. (2013). Teoria funcionalista dos valores humanos: Fundamentos, aplicações e perspectivas. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Gouveia, et al. (2021). A Short Version of the Big Five Inventory (BFI-20): Evidence on Construct Validity. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 55(1). doi: <https://doi.org/10.30849/ripijp.v55i1.1312>.
- Kaggwa M. M., Kajjimu, J., Sserunkuma, J., Najjuka, S. M., Atim, L. M., & Olum R. (2021). Prevalence of burnout among university students in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE*, 16(8). doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0256402>

- Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., & Lee, S. M. (2018). Relationships between social support and student burnout: A meta-analytic approach. *Stress and Health*, 34(1), 127-134. <http://dx.doi.org/10.1002/smi.2771>.
- Lee, M. et al. (2020). From emotional exhaustion to cynicism in academic burnout among Korean high school students: focusing on the mediation effects of hatred of academic work. *Stress & Health, United States*, 36(3), 376-383. <https://doi.org/10.1002/smi.2936>.
- Lee, S. J., Choi, Y. J., & Chaeb, H. (2017). The effects of personality traits on academic burnout in Korean medical students. *Integrative Medicine Research*, 6(2), 207–213. <http://dx.doi.org/10.1016/j.imr.2017.03.005>
- Li, C., Zhang, Y., Randhawa, A. K., & Madigan, D. J. (2020). Emotional exhaustion and sleep problems in university students: does mental toughness matter? *Personality and Individual Differences*, 163, 110046. doi:10.1016/j.paid.2020.110046
- Liu, D., & Campbell, K. The Big Five Personality Traits, Big Two Metatraits and Social Media: A Meta-Analysis. *Journal of Research in Personality*, 114. 10.1016/2017.08.004
- Martínez- Líbano, J., Yeomans M. M., González, C., N., & Campos F. E. (2021). Emotional Exhaustion and Mental Health in a Sample of Chilean Social Science Students During the COVID-19 Pandemic. *PSOCIAL*, 7(2). doi: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/123/1232267009/index.html>
- Nunes, C. H. S., & Hutz, C. S. (2007). Construção e validação da escala fatorial de socialização no modelo dos cinco grandes fatores de personalidade. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20(1), 20-25. 10.1590/S0102-79722007000100004

- Pagnin, D., Queiroz, V. De, Amaral, M., & Filho, D. O. (2020). Burnout and career choice motivation in medical students. *Medical Teacher*, 35(5), 1–5.
<https://doi.org/10.3109/0142159X.2013.769673>
- Periard, D. A. & Burns, G. N. (2014). The relative importance of Big Five Facets in the prediction of emotional exhaustion. *Personality and Individual Differences*, 63.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.036>.
- Prada-Chapoñan, R., Navarro-Loli, J. S., & Dominguez Lara, S. (2020). Personalidad y agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios peruanos: un estudio predictivo. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 14(2), e1227.
doi: 10.19083/ridu.2020.1227.
- Ramos, F., Manga, D., & Morán, C. (2005). Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas y asociación. *Interpsiquis*.
<http://www.psiquiatria.com/articulos/estres/20478/>.
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. New York, NY: Free Press.
- Rebollo, I., & Harris, J. R. (2006). Genes, ambiente e personalidade. In C.E. Flores-Mendoza & R. Colom (Orgs.). *Introdução à Psicologia das diferenças individuais* (pp. 300-322). Porto Alegre: Artmed.
- Silva, I. B., & Nakano, T. C. (2011). Modelo dos Cinco Grandes Fatores da Personalidade: análise de pesquisa. *Avaliação Psicológica*, 10(1), 51-62. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v10n1/v10n1a06.pdf>.
- Vizoso, C. & Arias, O. (2018). Resiliencia, optimismo y burnout académico en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 11(1), 47-59.
<https://doi.org/10.30552/ejep.v11i1.185>.

Yankov, G. P. (2018). A profile-based approach for investigating the values-personality relationship. *Personality and Individual Differences*, 131(1).

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.04.031>

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta dissertação teve como objetivo geral verificar o padrão de relações entre o cansaço emocional, os traços de personalidade e valores humanos, especificamente, adaptar a escala *Escala de Cansancio Emocional* (ECE) para o contexto brasileiro, reunindo evidências de validade e precisão; averiguar a comprovação da estrutura fatorial da ECE; verificar a relação entre os traços de personalidade, as subfunções valorativas e o cansaço emocional; verificar o poder preditivo dos traços de personalidade e dos valores humanos no cansaço emocional; verificar em que medida os valores humanos e os traços de personalidade explicam o cansaço emocional. Para isso, foram realizados dois estudos em formato de artigo: o primeiro com o objetivo de validar e reunir evidências psicométricas da ECE para o contexto brasileiro. Já o segundo, objetivou verificar em que medida os traços de personalidade e os valores humanos explicavam o CE.

Os artigos aqui apresentados foram de natureza empírica com abordagem inteiramente quantitativa. O primeiro contou com uma amostra de 275 participantes no primeiro estudo e 223 no segundo, nos quais foram realizadas análises fatoriais de cunho exploratório e confirmatório, respectivamente. Os resultados forneceram evidências de um instrumento unifatorial com bons índices psicométricos, e contendo 10 itens que avaliam o esgotamento emocional dos estudantes universitários de forma geral.

O segundo artigo objetivou verificar em que medida os traços de personalidade e os valores humanos explicavam o cansaço emocional, contou-se com uma amostra de 350 estudantes universitários, e foram realizadas análises correlação, regressão e mediação. De uma forma geral, os resultados apontaram que o traço de personalidade neuroticismo e a subfunção realização predizem o CE, porém realização não medeia a relação entre neuroticismo e CE, demonstrando que altos níveis de neuroticismo podem influenciar o CE independentemente dos valores priorizados pelo indivíduo.

Os artigos elaborados permitiram ampliar os conhecimentos a respeito do CE no contexto universitário. Além disso, disponibiliza um instrumento curto e psicometricamente adequado que pode ser utilizado por profissionais da educação para a identificação do CE nos estudantes, bem como fornece evidências de como as variáveis personalidade e valores humanos podem estar relacionadas com CE.

Contudo, apesar da importância dos achados aqui encontrados, a presente pesquisa apresenta algumas limitações que devem ser mencionadas, dentre elas a amostra por conveniência, não permitindo a generalização dos resultados. Outra limitação refere-se ao fato de as medidas em ambos os artigos serem de autorrelato, o que pode favorecer o viés da desejabilidade social, fazendo com que as pessoas respondam às medidas de modo a ser coerente com o que é socialmente aceitável.

Por fim, encoraja-se estudos futuros com amostras mais amplas e com a utilização de medidas que possam minimizar o viés da desejabilidade social, a exemplo dos testes implícitos. Sugere-se também que sejam realizadas análises estatísticas complementares da medida aqui proposta, como de validade convergente e discriminante, para que possa dar mais robustez ao instrumento, bem como sejam realizadas análises que verifiquem a influência das variáveis sociodemográficas no CE.

Diante disso, acredita-se que compreender as variáveis que influenciam o CE pode ser útil para a comunidade acadêmica, auxiliando na busca de estratégias que visem tanto a prevenção quanto a diminuição dos efeitos desse fenômeno nos estudantes universitários. Assim, é importante que as instituições de ensino superior disponibilizem assessoramento pedagógico e psicológico aos estudantes, de modo a identificar esses sintomas e buscar atuar tanto a nível individual, nos alunos que já manifestam sintomas de CE, quanto a nível grupal, visando promover um ambiente acadêmico que favoreça a saúde mental dos estudantes.

ANEXOS

ANEXO I – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Prezado(a), você está sendo convidado(a) para participar deste estudo intitulado **“CANSAÇO EMOCIONAL: CONTRIBUIÇÃO DOS TRAÇOS DE PERSONALIDADE E DOS VALORES HUMANOS”**, sob a responsabilidade da mestrandia Andréa Bezerra de Albuquerque e orientação da Prof.^a Dr.^a Patrícia Nunes da Fonseca, ambas, do departamento de Psicologia – (Programa de Pós-graduação em Psicologia Social da Universidade Federal da Paraíba).

A pesquisa tem como principal objetivo avaliar a relação entre o cansaço emocional, os traços de personalidade e os valores humanos. Esse estudo se mostra importante, pois contribuirá com a literatura científica acerca das variáveis estudadas, bem como ampliará a discussão do tema no contexto nacional. Além disso, poderá ajudar na elaboração de estratégias e intervenções dentro das instituições de ensino superior, de modo a minimizar os efeitos do cansaço emocional nos discentes.

Este questionário que você responderá de forma anônima, apresenta algumas perguntas sobre características pessoais e sua vida acadêmica. O tempo que você levará para responder ao conjunto de itens será de no máximo 15 minutos. Você poderá interromper e desistir de responder ao questionário a qualquer momento. Reforçamos que todos os preceitos éticos recomendados pelas resoluções n. 466/2012 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde estão sendo respeitados. A presente pesquisa foi submetida na Plataforma Brasil e recebeu parecer favorável à sua execução sob o Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (Parecer nº 5.493.737 / CAAE: 59016422.3.0000.5188). Firmamos a garantia do sigilo absoluto de suas informações prestadas, a sua confidencialidade e o seu anonimato.

Este estudo apresenta riscos mínimos à integridade dos participantes, bem como em relação à sua saúde física e emocional. Entretanto, é possível que algumas pessoas sintam algum desconforto ao responderem algumas perguntas. Caso isso ocorra, ou você deseje algum esclarecimento, nos colocamos à inteira disposição para o contato, favor ligar para a pesquisadora Andréa Bezerra de Albuquerque, telefone: (83) 9 99639-6948/E-mail: andreaalbuquerque@gmail.com ou para a Prof.^a Dr.^a Patrícia Nunes da Fonseca, telefone: (83) 9 9633-1899/E-mail: patynfonseca@gmail.com. Cabe ressaltar, que a presente pesquisa poderá apresentar alguns benefícios para a área estudada, contribuindo para o melhor entendimento sobre o tema e possibilitando o fomento de estratégias para a promoção do bem-estar psicológico e da manutenção da qualidade de vida dos estudantes, bem como ofertará a comunidade acadêmica evidências científicas que poderão ser utilizados em diversos contextos.

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, os(as) Srs.(as) poderão entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba, no seguinte endereço: Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde/UFPB (1º andar) Campus I - Cidade Universitária CEP: 58.051-900 - João Pessoa-PB Telefone: (83) 3216-7791 / E-mail: comitedeetica@ccs.ufpb.br Work-page: <http://www.ccs.ufpb.br/eticaccsufpb/> Horário de Funcionamento: segunda a sexta-feira, 08h às 12h e das 14h às 17h.

TERMO DE CONSENTIMENTO

Eu, _____, concordo participar da pesquisa “Cansaço emocional: contribuição dos traços de personalidade e dos valores humanos”. Entendi que posso dizer “sim” e participar, mas que, a qualquer momento, posso dizer “não” e desistir que ninguém vai ser prejudicado. Li e concordo em participar como voluntário da pesquisa descrita acima. Estou ciente que recebi uma cópia deste documento.

João Pessoa, _____ de _____ de 2023.

Assinatura da pesquisadora

Assinatura do(a) Participante da Pesquisa

ANEXO II – Escala de *Cansancio Emocional*

INSTRUÇÕES. Indique a frequência que cada umas das afirmações a seguir ocorrem com você. Responda com total sinceridade, usando a seguinte escala de resposta. Responda considerando os **ÚLTIMOS 12 MESES DE SUA VIDA DE ESTUDANTE.**

1	2	3	4	5
Raramente	Poucas vezes	Algumas vezes	Com frequência	Sempre

01. ____ As provas (avaliações) me produzem uma tensão excessiva.
02. ____ Creio que me esforço muito para o pouco que consigo.
03. ____ Sinto-me mal-humorado, triste, sem motivo aparente.
04. ____ Há dias que não durmo bem por causa dos estudos.
05. ____ Tenho dor de cabeça e outros desconfortos que afetam o meu rendimento.
06. ____ Há dias que sinto mais a fadiga e me falta energia para me concentrar.
07. ____ Sinto-me mentalmente esgotado por causa dos meus estudos.
08. ____ Sinto-me cansado ao final de uma jornada de trabalho.
09. ____ Trabalhar pensando nas provas (avaliações) causam-me estresse.
10. ____ Falta-me tempo e sinto-me sobrecarregado por causa dos estudos.

ANEXO III – Inventário dos Cinco |Grandes Fatores da Personalidade (*Big Five*)

INSTRUÇÕES. A seguir são apresentadas 20 afirmações que tratam de **características pessoais**. Leia cada uma com atenção e, utilizando a escala de resposta abaixo, indique o quanto concorda ou discorda com o fato de cada característica descrevê-lo.

1	2	3	4	5
Discordo totalmente	Discordo em parte	Nem concordo nem discordo	Concordo em parte	Concordo totalmente

Eu me vejo como alguém que...

01. ____É conversador, comunicativo.
02. ____É minucioso, detalhista no trabalho.
03. ____Insiste até concluir a tarefa ou o trabalho.
04. ____Gosta de cooperar com os outros.
05. ____É original, tem sempre novas ideias.
06. ____É temperamental, muda de humor facilmente.
07. ____É inventivo, criativo.
08. ____É prestativo e ajuda os outros.
09. ____É amável, tem consideração pelos outros.
10. ____Faz as coisas com eficiência.
11. ____É sociável, extrovertido.
12. ____É cheio de energia.
13. ____É um trabalhador de confiança.
14. ____Tem uma imaginação fértil.
15. ____Fica tenso com frequência.
16. ____Fica nervoso facilmente.
17. ____Gera muito entusiasmo.
18. ____Gosta de refletir, brincar com as ideias.
19. ____Tem capacidade de perdoar, perdoa fácil.
20. ____Preocupa-se muito com tudo.

ANEXO IV – Questionário de Valores Básicos (QVB)

INSTRUÇÕES. Leia as afirmações abaixo e indique o quanto cada uma delas é importante para você. Faça isso escrevendo um número ao lado de cada valor para indicar em que medida a considera importante, segundo o que você acha.

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente Não Importante	Não Importante	Pouco Importante	Mais ou Menos Importante	Importante	Muito Importante	Totalmente Importante

01. ____ **SEXUALIDADE.** Ter relações sexuais; obter prazer sexual.
02. ____ **ÊXITO.** Obter o que se propõe; ser eficiente em tudo que faz.
03. ____ **APOIO SOCIAL.** Obter ajuda quando a necessite; sentir que não está só no mundo.
04. ____ **CONHECIMENTO.** Procurar notícias atualizadas sobre assuntos pouco conhecidos; tentar descobrir coisas novas sobre o mundo.
05. ____ **EMOÇÃO.** Desfrutar desafiando o perigo; buscar aventuras.
06. ____ **PODER.** Ter poder para influenciar os outros e controlar decisões; ser o chefe de uma equipe.
07. ____ **AFETIVIDADE.** Ter uma relação de afeto profunda e duradoura; ter alguém para compartilhar seus êxitos e fracassos.
08. ____ **RELIGIOSIDADE.** Crer em Deus como o salvador da humanidade; cumprir a vontade de Deus.
09. ____ **SAÚDE.** Preocupar-se com sua saúde antes mesmo de ficar doente; não estar física ou mentalmente enfermo.
10. ____ **PRAZER.** Desfrutar da vida; satisfazer todos os seus desejos.
11. ____ **PRESTÍGIO.** Saber que muita gente lhe conhece e admira; quando velho receber uma homenagem por suas contribuições.
12. ____ **OBEDIÊNCIA.** Cumprir seus deveres e obrigações do dia a dia; respeitar seus pais, os superiores e os mais velhos.
13. ____ **ESTABILIDADE PESSOAL.** Ter certeza de que amanhã terá tudo o que tem hoje; ter uma vida organizada e planificada.
14. ____ **CONVIVÊNCIA.** Conviver diariamente com os vizinhos; fazer parte de algum grupo, como: social, esportivo, entre outros.
15. ____ **BELEZA.** Ser capaz de apreciar o melhor da arte, música e literatura; ir a museus ou exposições onde possa ver coisas belas.
16. ____ **TRADIÇÃO.** Seguir as normas sociais do seu país; respeitar as tradições da sua sociedade.
17. ____ **SOBREVIVÊNCIA.** Ter água, comida e poder dormir bem todos os dias; viver em um lugar com abundância de alimentos.
18. ____ **MATURIDADE.** Sentir que conseguiu alcançar seus objetivos na vida; desenvolver todas as suas capacidades.