



Rafaela Filipa Oliveira Monteiro

Adaptação académica e rendimento académico: Eficácia de um Programa de Promoção de Saúde Mental para Adolescentes.

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Orientação: Professora Doutora Liliana Meira ISMAI – Instituto Universitário da
Maia

Adaptação académica e rendimento académico: Eficácia de um Programa de Promoção de Saúde Mental para Adolescentes.

Resumo

A preocupação com o desenvolvimento e implementação de programas de promoção de saúde mental e bem-estar geral para adolescentes e em contexto escolar tem sido crescente ao longo do tempo, tanto a nível nacional como internacional. De entre os fatores promotores de saúde mental na adolescência, o presente estudo destacou a adaptação académica e o rendimento académico. Este estudo visou avaliar a eficácia da versão portuguesa do *Resilience Builder Program* (RBP-VP) no aumento da adaptação académica e do rendimento académico numa amostra de adolescentes, tratando-se de um estudo de exequibilidade de preparação para um futuro RCT. Neste estudo participaram 39 adolescentes, 21 inseridos no grupo de intervenção e 18 no grupo de controlo. Os instrumentos utilizados foram um questionário sociodemográfico, a versão portuguesa do *School Social Behavior Scales – SSBS* e para avaliar o rendimento académico foram utilizadas as classificações finais do 1º período e do 3º período letivos. Os resultados mostram que os adolescentes que beneficiaram do RBP-VP registaram estabilidade nos níveis de adaptação académica geral e de autorregulação e diminuição na relação com pares, enquanto que os adolescentes do grupo de controlo registaram um aumento significativo destas três variáveis. Relativamente ao rendimento académico e ao comportamento académico, os resultados mostram que não existem diferenças significativas entre os adolescentes de ambos os grupos. Tratando-se de um estudo de exequibilidade de preparação de um futuro RCT, algumas conclusões são extraídas como futuros contributos.

Palavras-chave: adolescência, adaptação académica, programas de promoção de saúde mental, rendimento académico.