



Mafalda Maria Cravo Magalhães

Eficácia da versão portuguesa *do Resilience Builder Program* na promoção do suporte social e da adaptação académica numa amostra de adolescentes portugueses: Um estudo de exequibilidade

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

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

Outubro de 2017

Avaliação da eficácia da versão portuguesa do *Resilience Builder Program* na promoção do suporte social e da adaptação académica em jovens portugueses/as: um estudo de exequibilidade.

Resumo

Existe uma crescente preocupação com a construção e implementação de programas de promoção de saúde mental para adolescentes em contexto escolar empiricamente apoiados, a nível internacional e nacional. De entre os fatores promotores de saúde mental na adolescência, o presente estudo destacou a adaptação académica e um bom suporte social. Este estudo visou avaliar a eficácia da versão portuguesa do *Resilience Builder Program* (RBP-VP) no aumento da adaptação académica e da qualidade suporte social percebida numa amostra de adolescentes portugueses/as, tratando-se de estudo de exequibilidade de preparação de um futuro RCT. Assim, pretendeu-se igualmente identificar variáveis que poderão estar associadas à fidelidade da implementação do programa. Participaram neste estudo 156 adolescentes, 34 inseridos no grupo de intervenção e 122 no grupo de controlo. Os instrumentos utilizados foram uma versão portuguesa reduzida do Student Adaptation to College Questionnaire para a adaptação académica e a Escala de Satisfação com o Suporte Social para o suporte social. Os resultados mostram que não se registaram diferenças entre os dois grupos no aumento do suporte social, nem na adaptação académica. Estes resultados poderão ser explicados por algumas das variáveis de implementação que poderão ter comprometido a implementação e a fidelidade do RBP-VP, nomeadamente, a reduzida adesão dos/as adolescentes às sessões e às respetivas tarefas de generalização. Foi possível concluir que num futuro RCT piloto de avaliação da eficácia do RBP-VP, a adesão dos/as adolescentes e dos pais e mães / educadores(as) ao programa deverá ser acautelada no sentido de salvaguardar a fidelidade da sua implementação e permitir a avaliação da respetiva eficácia.

Palavras-Chave: adolescência; promoção de saúde mental; programas de promoção de saúde mental; aprendizagem socioemocional; suporte social; adaptação académica.