



FACULDADE DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA
MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA – TRABALHO FINAL

MARGARIDA SOFIA LEITÃO REBELO DO CARMO

***Preditores do Afeto Positivo e Negativo em Estudantes
Internacionais e Não Internacionais Portugueses***

ARTIGO CIENTÍFICO

ÁREA CIENTÍFICA DE PSICOLOGIA MÉDICA

Trabalho realizado sob a orientação de:
PROFESSOR DOUTOR ANTÓNIO JOÃO FERREIRA DE MACEDO E SANTOS
MESTRE MARIA JOÃO DE CASTRO SOARES

NOVEMBRO/2017

Parte deste trabalho foi submetido para apresentação sob a forma de Poster no seguinte congresso:

26th European Congress on Psychiatry, Nice-France, 3-6 March 2018

Referência: Carmo M, Soares MJ, Amaral AP, Martins MJ, Pereira AT, Macedo A. Personality and Psychological Distress in Portuguese International Students: the Role of Stress and Social Support. In: European Psychiatric Association. *26th European Congress on Psychiatry*; 2018 March; Nice-France. (Submitted as a poster presentation)

(Anexo 1)

ÍNDICE

ABREVIATURAS	4
RESUMO	5
Palavras-chave.....	5
ABSTRACT	6
Keywords	6
INTRODUÇÃO	7
MATERIAIS E MÉTODOS	8
Procedimentos	8
Participantes	8
Instrumentos	10
Análise Estatística	11
RESULTADOS	12
Afeto e outras características distintivas dos EI e ENI.....	12
- Diferenças entre os EI e ENI no afeto e nas outras variáveis	12
- Afeto e outros preditores da probabilidade de ser ou não um EI	15
Correlatos e Preditores do AN e AP nos EI e ENI	16
-Correlatos do AN e AP nos EI e ENI (Tabela 6)	16
Preditores do Afecto Negativo nos EI e ENI (Regressão Logística).....	18
- Preditores do AN nos ENI	18
-Preditores do AN nos EI	20
Preditores do Afeto Positivo nos EI e ENI (Regressão Linear Múltipla).....	22
- Preditores do AP nos ENI	22
- Preditores do AP nos EI	23
DISCUSSÃO.....	25
CONCLUSÃO	29
AGRADECIMENTOS	29
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	30
ANEXO 1	34
ANEXO 2.....	37

ABREVIATURAS

AAC- Associação Académica de Coimbra

A-EI- Amostra de Estudantes Internacionais

A-ENI- Amostra de Estudantes Não Internacionais

AP - Afeto Positivo (bem-estar psicológico)

AN- Afeto Negativo (perturbação psicológica)

AS- Apoio Social

CERQ - Questionário da Regulação Emocional Cognitiva

CERQ-N – Estratégias de Regulação Emocional Cognitiva Negativas/Mal adaptativas

CERQ-P - Estratégias de Regulação Emocional Cognitiva Positivas/Adaptativas

EAE-Rosenberg – Escala de Autoestima de Rosenberg

EI- Estudantes Internacionais

ENI- Estudantes Não Internacionais

ESP- Escala de Stress Percebido

FMUC – Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra

M – Média

NEO-FFI-20 - Inventário de Personalidade NEO-FFI-20

P50 – Percentil 50

P75 – Percentil 75

POMS – Perfil dos Estados De Humor

QV- Qualidade de Vida

REC - Regulação Emocional Cognitiva

SF- Saúde Física

SP- Saúde Psicológica

UC- Universidade de Coimbra

RESUMO

Introdução: O fenómeno da internacionalização estudantil é uma realidade contemporânea, sendo necessário estudar as suas características distintivas e o ajustamento psicológico dos estudantes.

Objetivos: comparar os estudantes internacionais (EI) e não internacionais (ENI) em características sociodemográficas, académicas e psicológicas e averiguar os correlatos e preditores da perturbação emocional (Afeto Negativo/AN) e do bem-estar psicológico (Afeto Positivo/AP) nos dois grupos.

Métodos: 286 estudantes universitários, 103 EI (78.6% mulheres; idade média 23.59 ± 2.08) e 186 ENI (67.7% mulheres; idade média $23.06 \pm dp=3.03$) completaram o POMS, o CERQ, o NEO-FFI-20, a ESP e a EAE-Rosenberg, respondendo ainda a perguntas sobre características académicas e demográficas, sono, saúde, qualidade de vida e apoio social.

Resultados: Os EI diferem dos ENI pela predominância do género feminino, melhor desempenho académico, proficiência do inglês e apoio social, utilização frequente da catastrofização e do coping adaptativo, idades mais elevadas e maior conscienciosidade, bem como tendência para maior extroversão e uso do coping colocar em perspectiva. Destas variáveis, apenas as primeiras 6 são preditores consistentes de maior probabilidade de ser EI.

As amostras não diferiram quanto ao AN/AP e preditores do AP, elevada extroversão, regulação emocional cognitiva (REC) positiva e baixo stresse. Os preditores do AN diferiram: elevado stresse e estratégias de REC negativas nos ENI e elevado stresse, baixa utilização de REC positiva e baixa conscienciosidade nos EI.

Conclusão: Os EI apresentam características globalmente mais adaptativas, não diferindo dos estudantes ENI no afecto. Contudo, as diferenças nos preditores do AN salientam a necessidade de um apoio especializado e específico à população.

Palavras-chave: Estudantes Internacionais; Afeto, Bem-estar; Perturbação Psicológica; Regulação Emocional Cognitiva; Stresse; Apoio Social

ABSTRACT

Introduction: Student internationalization is now a reality. There is a need to study its characteristics and the student's psychological adjustment.

Objectives: to analyse if international students (IS) diverge from regular students (RS) on sociodemographic, academic or psychological characteristics and to compare the correlates and predictors of well-being (Positive Affect/PA) and psychological distress (Negative affect/NA) in both groups.

Methods: 286 university students, 103 IS (78.6% women; mean aged 23.59 ± 2.08) and 186 RS (67.7% women; mean aged $23.06 \pm dp=3.03$) completed POMS, CERQ, NEO-FFI-20, PSS and Rosenberg-SES questionnaires and additional questions about academic and sociodemographic topics, sleep, health, quality of live and social support.

Results: IS differ from RS. The former are predominantly female, have superior academic performance and better level of English language and social support. They frequently use catastrophizing and adaptive coping, they are older, have high levels of consciousness and have a tendency to extraversion and to use putting in perspective cognitive-emotional coping. The first six variables are predictors of higher probability of being an IS.

The groups did not differ significantly in NA/PA levels and in PA predictors: high extroversion, positive cognitive emotion regulation (CERQ) and low stress. But they had some different correlates and predictors of NA: high stress and negative CERQ on RS and high stress, low positive CERQ and low consciousness on IS.

Conclusion: In general, IS have more adaptive features but did not differ from RS on affect. However, the differences between predictors of NA bring the need of specialized support, specific to the student population.

Keywords; International students; Affect, Well-being, Psychological distress, Cognitive Emotion Regulation; Stress; Social Support

INTRODUÇÃO

Séculos após as primeiras naus zarparem de Lisboa, a globalização assume um papel crescentemente apogístico. Neste contexto, o número de residências temporárias num país estrangeiro tem aumentado exponencialmente, quer por razões empregadoras ou turísticas, quer por motivos de educação.⁽¹⁾

Com efeito, o aumento da demanda mundial pelo Ensino Superior, a redução nos custos de transporte e comunicação e a internacionalização dos mercados laborais constituem incentivos para a internacionalização estudantil, sendo que, em 2014 e dentro da comunidade de países da OCDE, 6% dos estudantes do ensino superior eram estudantes internacionais, crescendo cerca de 5% comparativamente a 2013⁽²⁾.

Por estudantes internacionais entendem-se aqueles que deixam o seu país de origem para estudar, não sendo residentes permanentes do país de acolhimento⁽²⁾. Tendo em conta a proveniência de diferentes contextos políticos, económicos ou demográficos e socioculturais, os estudantes podem experienciar problemas de ajustamento⁽³⁾ a nível sociocultural, psicológico e académico, pelo que a sua saúde mental pode estar ameaçada.^(4,5)

A saúde mental, foco primordial na psicologia e psiquiatria, prende-se com a relação entre as suas duas facetas,⁽⁶⁾ o bem-estar e a perturbação psicológicas, que podem ser medidas pelas dimensões do Perfil de Estados de Humor, Afeto Positivo e Afeto Negativo, respetivamente.⁽⁷⁾

Sendo importante conhecer os preditores associados ao ajustamento psicológico destes estudantes, é, ainda, de igual importância apreender as características que os distinguem dos estudantes não internacionais do mesmo país, tema este parcamente abordado na literatura atual.

No presente estudo foram considerados vários preditores do ajustamento psicológico dos EI já descritos na literatura, como o stresse, apoio social (AS), proficiência na língua inglesa, a duração da mobilidade e a personalidade⁽⁵⁾, mas também a regulação emocional cognitiva e suas implicações a nível da perturbação psicológica⁽⁸⁾ e autoestima⁽⁹⁾, a qualidade de vida, a percepção da saúde em toda a vida e o sono, enquanto preditor do bem-estar psicológico⁽¹⁰⁾.

Os principais objectivos são: (1) analisar se os estudantes internacionais se distinguem dos estudantes não internacionais em características sociodemográficas, académicas e psicológicas e (2) analisar os correlatos e preditores da perturbação psicológica (AN) e do bem-estar psicológico (AP), nos dois grupos, verificando se há diferenças entre eles.

MATERIAIS E MÉTODOS

Procedimentos

O presente estudo tem um desenho transversal. A colheita das amostras e partilha dos inquéritos foi feita pelo autor do trabalho e seus colaboradores, durante o período entre Maio e Julho 2017, nas seguintes instituições da Universidade de Coimbra (UC): Faculdade de Medicina, de Economia, de Ciências e Tecnologias, de Ciências do Desporto e Educação Física e de Psicologia e Ciências da Educação; ESN Coimbra, AISEC Coimbra, Núcleos de Estudantes de Bioquímica, de Biologia e de Engenharia Electrotécnica e Computadores, Ginásio HUC- Health University Center e entre os colaboradores do Departamento de Comunicação da AAC.

As versões dos inquéritos, uma para estudantes internacionais (EI) e outra para estudantes não internacionais (ENI) foram distribuídas aos estudantes da UC, em formato *online* e impresso (Anexo 2).

Participantes

A amostra inicial ENI era composta por 200 elementos, tendo sido excluídos 14 estudantes por valores omissos e terem idade superior a 35 anos. Os 186 estudantes desta amostra têm idade média de 23.06 anos ($dp=3.03$, variação=18-35), são maioritariamente mulheres (67.7%), solteiros (97.8%) e estudantes da FMUC (68.3%).

A amostra inicial de EI era constituída por 107 elementos, tendo sido excluídos 4 elementos por dados omissos e por estarem a fazer programa de mobilidade em Portugal, tendo outra nacionalidade. A idade média dos 103 EI é de 23.59 anos ($dp=2.08$, variação=21-35), composta maioritariamente por mulheres (78.6%), solteiros (97.1%) e estudantes da FMUC (86.4%). A duração do período de mobilidade variou entre 1-24 meses (média=5.18, $dp=4.143$) e 8.7% da A-EI encontrava-se no país de acolhimento aquando do preenchimento do questionário. 13.6% dos EI afirma já ter participado num programa de mobilidade anterior.(Tabela 1).

Nas duas amostras foram incluídos os estudantes que, tendo naturalidade em outro país, estão a frequentar o curso na UC, a tempo inteiro.

As características sociodemográficas da amostra estão descritas na tabela 1.

Tabela 1: Características sócio-demográficas dos EI e ENI†

Variável	Amostra Estudantes Não Internacionais N=186	Amostra Estudantes Internacionais N=103
Idade (anos)		
M (dp); variação	23.06 (3.03;)18-35	23.59 (2.08); 21-35
=/< 21 anos (N, %)	54 (29,2)	5 (4.9)
22-25 anos	111 (60.0)	92 (89.3)
=/> 26 anos	20 (10.8)	6 (5.8)
Género (N, %)		
Homens	60 (32.3%)	22 (21.4%)
Mulheres	126(67.7%)	81 (78.6%)
Estado civil (N, %)		
Solteiro	182(97.8%)	100 (97.1%)
Casado	4 (2.2%)	1(1%)
Outro		2 (1.9%)
Nacionalidade (N, %)		
Portuguesa	184 (98.9%)	100 (97,1%)
Brasileira	1 (0.5%)	0 (0%)
Luso-Brasileira	1 (0.5%)	1(1%)
Espanhola	0 (0%)	0 (0%)
Inglesa	0 (0%)	1(1%)
Equatoriana	0 (0%)	1(1%)
Faculdade da UC (N, %)		
FMUC	127 (68.3%)	89 (86.4%)
FEUC	30 (16.1%)	6 (5.8%)
FDUC	3 (1.6%)	0 (0%)
FFUC	12(6.5%)	1 (1%)
FPCEUC	2 (1.1%)	1 (1%)
FCTUC	8 (4.3%)	4 (3.9%)
FCDEF	3 (1.6%)	2 (1.9%)
Grau (N, %)		
Licenciatura	39 (21%)	12 (11.7%)
Mestrado e Mestrado Integrado	143 (76.9%)	88 (85.4%)
Doutoramento e Pós-Graduação	4 (2.2%)	3 (2.9%)
Duração do Período de Mobilidade (meses) (N, %)	--	
1		19 (18,4%)
2		7(6,8%)
3		18(17,5%)
4		11(10,7%)
5		4(3,9%)
6		17(16,5%)
7		2(1,9%)
9		8(7,8%)
10		9(8,7%)
11		2(1,9%)
12		2(1,9%)
24		1,9(1,9%)
Média (dp); variação (meses)		5.18 (4.14); 1-24

† os valores podem não coincidir com a amostra total, devido a dados omissos; N= total de elementos; M= Média; dp= desvio padrão; FMUC: Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra; FEUC: Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra; FDUC: Faculdade de Direito da Universidade de Coimbra; FFUC: Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra; FPCEUC: Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra; FCTUC: Faculdade de Ciências e Tecnologias da Universidade de Coimbra; FCDEF: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

Instrumentos

Nos dois inquéritos foram aplicadas as seguintes versões portuguesas dos instrumentos, que revelaram boas qualidades psicométricas. (Anexo 2)

- **Questionário da Regulação Emocional Cognitiva (CERQ)**; ^(11,12); Avalia as estratégias de regulação emocional cognitiva, sendo composto por 36 itens que, na versão portuguesa, se distribuem pelas seguintes 8 dimensões: *Reavaliação Positiva e Planeamento* (alfa de Cronbach, $\alpha = 0.89$), *Refocalização Positiva* ($\alpha = 0.86$), *Ruminação* ($\alpha = 0.78$), *Culpabilização dos outros* ($\alpha = 0.79$), *Colocar em Perspectiva* ($\alpha = 0.80$), *Auto-culpabilização* ($\alpha = 0.76$), *Aceitação* ($\alpha = 0.70$) e *Catastrofização* ($\alpha = 0.74$)⁽¹¹⁾. (A resposta tem um formato tipo *Likert* e é cotada desde “nunca”(1) até “sempre”(5).

- **Perfil de Estados de Humor (POMS)**; ^(7,13,14) - foi usada a versão portuguesa reduzida, composta por 36 itens⁽⁷⁾ para avaliar o *Afeto Negativo* (AN, $\alpha = .95$) e o *Afeto Positivo* (AP, $\alpha = .89$). Os itens têm um formato de resposta tipo *Likert*, cotada desde “de maneira nenhuma” (0) até “muitíssimo”(4).

- **Escala de Stresse Percebido-10 (ESP)**^(15,16,17) - a ESP é composta por 10 itens ($\alpha = 0.866$), que avaliam o stresse percebido, as dimensões *Stresse* (perceção de situações negativas, do seu impacto emocional e da incapacidade de lidar com o stresse) (F1; $\alpha = 0.839$) e *Coping* (falta de controlo sobre situações stressantes; dificuldades para lidar com os problemas) (F2; $\alpha = 0.754$)⁽¹⁵⁾. O formato de resposta segue a escala de *Likert* de 5 pontos, desde 0 (*nunca*) até 4 (*muitas vezes*), correspondendo o aumento da pontuação a níveis mais elevados de stresse percebido. Os itens da dimensão coping têm a cotação invertida, correspondendo a cotação mais elevada a níveis mais baixos de coping adaptativo.

- **Inventário de Personalidade NEO-FII-20** ^(18,19) Versão reduzida da *NEO-PI-R*, com um total de 20 itens, respondidos numa escala de *Likert* de 5 pontos, de 0 (*Discordo fortemente*) até 4 (*concordo fortemente*) e que avaliam as seguintes 5 dimensões da personalidade: *Neuroticismo* ($\alpha = 0.71$); *Extroversão* ($\alpha = 0.71$); *Abertura à experiência* ($\alpha = 0.72$); *Amabilidade* ($\alpha = 0.70$) e *Conscienciosidade* ($\alpha = 0.76$)⁽¹⁸⁾.

- **Escala de Autoestima de Rosenberg (EAE-R)** ⁽²⁰⁾; (Azevedo et al, não publicado); A EAE-R é composta por 10 itens, com um formato de resposta numa escala do tipo *Likert* de

4 pontos, de 1 (*concordo muito*) até 4 (*discordo muito*), que avaliam a autoestima através da medição conjunta de sentimentos positivos e negativos do próprio. A versão portuguesa (Azevedo et al, não publicado) é unidimensional e mostrou boa consistência interna numa amostra de estudantes universitários ($\alpha=0.87$).

- **Índice de dificuldades de Sono** - Para avaliar as dificuldades do sono foram usados 3 itens: *Dificuldade em Iniciar o Sono*, *Dificuldade na Manutenção do Sono* e *Dificuldade no Término do Sono*, com um formato de resposta de tipo *Likert* de 4 pontos, de 0 (*nunca*) a 4 (*quase todas as noites*). O índice de dificuldades do sono (IDS) resultou da soma das pontuações dos 3 itens e apresentou boa consistência interna na A-EI ($\alpha=0.77$) e na A-ENI ($\alpha=0.74$) do presente estudo.

- **Saúde Física (SF) e Saúde Psicológica (SP)** foram avaliadas com os itens - “Em geral, como tem sido a sua saúde física?” e “Em geral, como tem sido a sua saúde mental/psicológica?” O formato de resposta tem uma escala do tipo *Likert* de 5 pontos, desde 1 (*muito má*) até 5 (*muito boa*).

- **Qualidade de Vida (QV) e Apoio Social (AS) percebidos** ^(21,22,23) A pergunta para avaliar a QV foi retirada da *VERSÃO PORTUGUESA DO WHOQOL-100*^(21,22,23) e consiste na seguinte: “ Como avalia a sua qualidade de vida?”. O AS foi avaliado com a questão “Recebe das outras pessoas o tipo de apoio que necessita?”. As duas questões têm um formato de resposta do tipo *Likert* de 5 pontos, desde 1 (respetivamente *muito má; nada*) até 5 (respetivamente *muito boa, completamente*).

Adicionalmente, foi usado um questionário para recolher informação sociodemográfica sobre a duração e tipo de mobilidade, processo de candidatura, desempenho académico e proficiência linguística. (Anexo 2)

Análise Estatística

Foi usado o programa SPSS para o Windows (versão 23). Realizou-se a estatística descritiva das variáveis e, de acordo com a normalidade da sua distribuição, usaram-se os testes paramétricos ou não paramétricos. As variáveis categoriais ordinais, com cinco ou mais categorias, foram consideradas contínuas. Os coeficientes de correlação *r* de Pearson e rho de Spearman usaram-se apropriadamente para explorar as associações entre as variáveis e para analisar a sua magnitude aplicaram-se os critérios de Cohen: 0.1-0.299, baixa; 0.3-0.499, moderada; ≥ 0.5 , elevada⁽²⁴⁾. Para analisar as diferenças entre os grupos de EI e ENI usaram-se, apropriadamente, o teste *t* de Student, o U de Mann-Whitney e o teste Qui Quadrado. Para analisar os preditores do AN e AP aplicou-se a regressão logística e a regressão linear múltipla.

RESULTADOS

Afeto e outras características distintivas dos EI e ENI

- Diferenças entre os EI e ENI no afeto e nas outras variáveis

As frequências e as medidas de tendência central das variáveis, nas duas amostras e as suas diferenças entre os dois grupos de estudantes encontram-se descritas nas tabelas 1-4.

Os estudantes internacionais são significativamente mais velhos (Média=23.59 *versus* 23.06 anos; U=7514.00, p=.003), e a percentagem de mulheres é maior do que na amostra não internacional (78.6% *versus* 67.7%, $\chi^2=3.875$, p=.049). A percentagem de licenciados é maior na A-ENI (21.0% *versus* 11.7%) e de mestres, doutorados e pós-graduados é maior na A-EI (79.1% *versus* 88.3%, $\chi^2=3.960$, p=.047). Não há diferenças significativas relativamente ao estado civil ($\chi^2=1.63$, p=.703). (Tabela 1)

Os EI têm melhor desempenho académico face aos ENI e melhor domínio da língua inglesa. Na A-EI, os países de acolhimento mais frequentes são: Itália, Espanha e Polónia, sendo os motivos de ingressão num programa de mobilidade mais referidos: motivos académicos, enriquecimento cultural, conhecer novas pessoas, aumentar a competência na língua inglesa, conhecer novos destinos e contacto com diferentes experiências (Tabela 2).

Tabela 2: Desempenho académico e domínio da língua inglesa nos EI e ENI

Variável	Amostra Estudantes Não Internacionais N=186	Amostra Estudantes Internacionais N=103	Teste p
Desempenho Académico (%)	Péssimo (1.1%) Não Satisfatório (3.8%) Aceitável (37.6%) Bom (50.5%) Muito Bom (7.0%)	Péssimo (0%) Não Satisfatório (0%) Aceitável (13.6%) Bom (66%) Muito Bom (20.4%)	$\chi^2=25.34$ p <0.001**
M (dp)	2.59 (0.73)	3.07(0.58)	
Domínio da Língua Inglesa (%)	Péssimo (0.5%) Não Satisfatório (4.3%) Aceitável (22.6%) Bom (38.7%) Muito Bom (33.9%)	Péssimo (0.5%) Não Satisfatório (1.9%) Aceitável (13.6%) Bom (25.2%) Muito Bom (59.2%)	$\chi^2= 5.26$ p= 0.022*
M (dp)	3.01 (0.89)	3.42 (0.799)	
Língua usada no país de acolhimento	--	Péssimo (16.5%) Não Satisfatório (11.7%) Aceitável (25.2%) Bom (24.3%)	--

****p<0.01; *p<.05; N= total; M= Média; dp= desvio padrão**

A maioria dos estudantes é saudável. A saúde física (SF) foi descrita como má (*má; muito má*) por 1.6% dos ENI e por 0% dos EI. A saúde psicológica (SP) foi considerada má, respetivamente por 8.1% e por 8.7% dos estudantes daquelas amostras. A má/muito má QV foi descrita respetivamente por 1.6% e 1.9%. Cerca de 71% dos ENI e 85% dos EI recebem o apoio social que necessitam. O apoio social difere significativamente entre as amostras, mas a SF, a SP a e QV não. (Tabela 3).

Tabela 3: Saúde Física, Saúde Psicológica, Qualidade de Vida e Apoio Social nos EI e ENI

Variável	Amostra Estudantes Não Internacionais N=186	Amostra Estudantes Internacionais N=103	Teste p
Saúde Física (SF) (%)	Muito Má (0.5%) Má (1.1%) Nem boa, nem má (10.2%) Boa (60.2%) Muito Boa (28%)	Muito Má (0%) Má (0%) Nem boa, nem má (9.7%) Boa (54.4%) Muito Boa (35.9%)	U=8745.00 p=0.163
M (dp)	4.14 (0.68)	4.26 (0.62)	
Saúde Psicológica (SP) (%)	Muito Má (1.1%) Má (7%) Nem boa, nem má (18.8%) Boa (55.4%) Muito Boa (17.7%)	Muito Má (0%) Má (8.7%) Nem boa, nem má (15.5%) Boa (48.5%) Muito Boa (27.2%)	t=-1.18 p=0.238
M (dp)	3.82(0.84)	3.94 (0.88)	
Qualidade de Vida (QV) (%)	Muito Má (0.5%) Má (1.1%) Nem boa, nem má (10.2%) Boa (64%) Muito Boa (24.2%)	Muito Má (0%) Má (1.9%) Nem boa, nem má (5.8%) Boa (68%) Muito Boa (24.3%)	U=9286.50 p=0.609
M (dp)	4.10 (0.65)	4.15 (0.60)	
Apoio Social (AS) (%)	Nada (0.5%) Pouco (1.6%) Moderadamente (27.4%) Bastante (45.2%) Completamente (25.3%)	Nada (1%) Pouco (1%) Moderadamente (13.6%) Bastante (54.4%) Completamente (30.1%)	U=8272.50 p=0.038*
M (dp)	3.93(0.80)	4.12(0.75)	

****p<0.01; *p<.05; N= total; M= Média; dp= desvio padrão**

Os EI, comparando com os ENI, têm níveis significativamente mais elevados de autoestima, *conscienciosidade*, de *catastrofização*, de *coping* adaptativo percebido e uma maior tendência para a *extroversão* e para a estratégia de REC *colocar em perspectiva*. As duas amostras não diferiram significativamente quanto ao AN e AP e nas restantes variáveis. (Tabela 4).

Tabela 4: Afeto e outras Variáveis nos EI e ENI					
Variável	Amostra Estudantes Não Internacionais M;(DP)	Amostra Estudantes Internacional M;(DP)	Teste	gl	p
Idade	23.06 (3.03)	23.59(2.08)	U=7514.0		0.003**
Género	1.68 (0.47)	1.79 (0.41)	$\chi^2=3.86$	1	0.049*
Saúde Física	4.14 (0.68)	4.26 (0.62)	U=8745.00	-	0.163
Saúde Mental/Psicológica	3.82 (0.84)	3.94 (0.88)	t=-1.18	287	0.238
Qualidade de Vida	4.10 (0.65)	4.15 (0.60)	U=9286.50	-	0.609
Apoio Social	3.93 (0.80)	4.12 (0.75)	U=8272.50	-	0.038*
AE_R_Total	20.01 (5.08)	21.31 (4.87)	t=-2.123	287	0.035*
POMS_AN	30.20 (19.55)	28.93 (20.45)	U=9063.50	-	0.449
POMS_AP	20.06 (6.68)	21.34 (6.64)	t=-1.56	287	0.120
IDS	4.37 (2.42)	4.08 (2.6)	U=8752.00	-	0.220
NEO_FFI_N	7.72 (3.18)	7.61 (2.95)	t=0.271	287	0.786
NEO_FFI_E	9.50 (2.41)	10.09 (2.60)	t=-1.93	287	0.054 (t)
NEO_FFI_O	9.55 (3.29)	9.76 (3.4)	T=-0.51	287	0.610
NEO_FFI_C	10.97 (2.36)	11.51 (2.49)	U=8170.50	-	0.036*
NEO_FFI_A	10.34 (2.82)	9.97 (2.94)	t=1.06	287	0.290
ESP_Distress	12.06 (4.76)	12.04 (4.49)	t=0.035	287	0.972
ESP_Coping	7.31 (2.81)	6.57 (2.45)	t=2.22	287	0.027*
ESP_Total	19.37 (6.96)	18.61 (6.11)	t=0.96	234.66	0.340
CERQ_F1_ReavPlan	24.24 (6.65)	24.93 (6.79)	U=9003.00	-	0.397
CERQ_F2_RefPos	14.43 (4.93)	15.17 (4.71)	t=-1.23	287	0.219
CERQ_F3_Rumin	14.86 (4.08)	15.12 (4.46)	t=-0.485	287	0.628
CERQ_F4_CulpOut	6.94 (2.65)	7.56 (2.90)	U=8369.00	-	0.072
CERQ_F5_ColcPesp	12.75 (3.71)	13.66 (3.81)	t=-1.97	287	0.050 (t)
CERQ_F6_AutoCulp	6.72 (2.48)	6.81 (2.45)	t=-0.30	287	0.765
CERQ_F7_Aceitanc	12.40 (3.45)	12.26 (3.38)	t=0.32	287	0.747
CERQ_F8_Catastrof	7.20 (2.84)	7.98 (3.28)	t=-2.12	287	0.035*
CERQ_Pos	63.82 (15.51)	66.02 (16.04)	t=-1.14	287	0.256
CERQ_Neg	35.72 (8.65)	37.47 (9.89)	t=-1.57	287	0.119
Língua Inglesa	3.01 (0.89)	3.42 (0.80)	$\chi^2=5.26$	-	0.022*
Desempenho Académico	2.59 (0.73)	3.07(0.58)	$\chi^2=25.34$	-	<0.001**
Duração do Período de Mobilidade	--	5.18 (4.14)	--	--	--
Língua País de Acolhimento	--	2.24 (1.37)	--	--	--

****p<0.01; *p<.05; AE_R_Total – Autoestima; POMS_AN – Afeto Negativo; POMS_AP – Afeto Positivo; IDS – índice de Dificuldade do Sono; NEO_FFI_N- neuroticismo; NEO_FFI_E – extroversão; NEO_FFI_O- abertura à experiência; NEO_FFI_C – conscienciosidade; NEO_FFI_A – amabilidade; ESP_Distress – stresse percebido; ESP_Coping- coping percebido; ESP_Total- stresse global; CERQ_F1_ReavPlan – reavaliação positiva e planeamento; CERQ_F2_RefPos- refocalização positiva; CERQ_F3_Rumin- ruminação; CERQ_F4_CulpOut – culpabilização dos outros; CERQ_F5_ColcPersp – colocar em perspetiva; CERQ_F6_AutoCulp- autculpabilização; CERQ_F7_Aceitac- aceitação; CERQ_F8_Catastrof- catastrofização; CERQ_Pos – estratégias adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva; CERQ_Neg- estratégias mal-adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva**

- Afeto e outros preditores da probabilidade de ser ou não um EI

Foram analisadas que variáveis têm impacto na probabilidade de ser ou não ser um EI. O modelo ajustou-se aos dados ($X^2(9; N=103)=65.921, p<0.001$), explicou entre 20.5% (R^2 Cox&Snell) e 28.1% (R^2 Nagelkerke) da variância e classificou corretamente 71.5% dos casos. Os preditores significativos da probabilidade de ser um EI foram o *género* (feminino), o *desempenho académico*, o *domínio da língua inglesa*, a *catastrofização*, o *coping percebido* e o *AS*. (Tabela 5)

Assim, as mulheres têm uma probabilidade 2.5 vezes mais elevada do que os homens de serem estudantes internacionais. Adicionalmente, por cada unidade de aumento no *desempenho académico*, no *domínio da língua inglesa*, nas pontuações de *catastrofização*, e no *AS*, corresponde uma probabilidade cerca de 3.38, 1.56, 1.14 e 1.51 mais elevada de ser estudante internacional, controlando o efeito de todas as outras variáveis do modelo. Como o *odds ratio* do *ESP_Coping* é inferior a 1, por cada unidade de aumento desta variável (diminuição do *coping* adaptativo), corresponde uma probabilidade cerca de 0.86 vezes menor de ser EI.

Tabela 5: Preditores da Probabilidade de ser um Estudante internacional (Regressão Logística)

	B	E.P.	Wald	gl	Sig.	Exp(B)	95% C.I. para EXP(B)	
							Inferior	Superior
Idade	0.079	0.056	1.986	1	0.159	1.082	0.970	1.207
Género	0.914	0.338	7.308	1	0.007**	2.495	1.286	4.840
Desempenho Académico	1.219	0.256	22.74	1	<0.001**	3.383	2.050	5.583
Domínio da Língua Inglesa	0.441	0.180	6.031	1	0.014**	1.555	1.093	2.211
AE_R_Total	-0.013	0.042	0.088	1	0.766	0.988	0.909	1.073
NEO_FFI_C	-0.077	0.073	1.122	1	0.290	0.926	0.802	1.068
CERQ_F8_Catastrof	0.130	0.050	6.861	1	0.009**	1.139	1.033	1.255
ESP_Coping	-0.152	0.074	4.247	1	0.039**	0.859	0.744	0.993
Apoio Social	0.412	0.202	4.187	1	0.041*	1.510	1.018	2.242

****p<0.01; *p<.05; AE_R_Total – Autoestima; NEO_FFI_C – conscienciosidade; CERQ_F8_Catastrof- catastrofização; ESP_Coping- coping percebido;**

Correlatos e Preditores do AN e AP nos EI e ENI

-Correlatos do AN e AP nos EI e ENI (Tabela 6)

Na A-ENI e na A-EI o AN relacionou-se de forma elevada com o elevado *neuroticismo*, o *stresse* percebido e suas dimensões, com as estratégias de REC negativa, particularmente *catastrofização* e com a baixa autoestima e pior SP. Associou-se ainda de forma moderada/ligeira a níveis elevados de *autoculpabilização*, de *culpabilização dos outros*, de IDS e a níveis mais baixos de *extroversão*, de *conscienciosidade*, de *amabilidade*, das dimensões do CERQ-P *reavaliação positiva e planeamento e refocalização positiva*, a pior SF, QV e a baixo AS.

Nas duas amostras o AP associou-se a elevados níveis de *autoestima*, *extroversão*, *conscienciosidade*, *amabilidade*, ao CERQ-positivo e suas dimensões (*reavaliação positiva e planeamento, refocalização positiva, colocar em perspectiva e aceitação*), à SF e SP, à QV, ao AS e a baixos níveis de *neuroticismo*, de *stresse percebido* e suas dimensões e de dificuldades do sono (IDS).

Os estudantes internacionais distinguiram-se dos não internacionais a nível das relações do AN com 4 variáveis. Apenas nos ENI o afeto negativo está associado a idade mais baixa, ao sexo (menor nos homens, mais elevado nas mulheres), a níveis mais elevados de *ruminação* e mais baixos de *colocar em perspectiva*.

Os estudantes internacionais distinguiram-se dos não internacionais apenas em 6 correlatos do AP. Apenas nos ENI o AP está associado ao género (menor nas mulheres; mais elevado nos homens) e a níveis mais baixos de *autoculpabilização* e de CERQ-N. Apenas nos EI o AP está relacionado com melhor desempenho académico, níveis mais elevados de *abertura à experiência* e níveis mais baixos de *catastrofização*.

As duas variáveis analisadas apenas nos EI, domínio da língua do país de acolhimento e duração do período de mobilidade, não se associaram ao AP nem ao AN.

Tabela 6: Correlações das variáveis com o AN e AP nos EI e ENI

	Amostra ENI		Amostra EI	
	AN	AP	AN	AP
Gênero	0,168*	-0,271**	0,008	-0,048
Idade	-0,223**	0,125	-0,087	-0,070
AE_R_Total	-0,635**	0,621**	-0,452**	0,501**
IDS	0,294**	-0,338**	0,265**	-0,286**
NEO_FFI_N	0,676**	-0,520**	0,623**	-0,490**
NEO_FFI_E	-0,441**	0,652**	-0,285**	0,573**
NEO_FFI_O	-0,095	0,121	-0,009	0,232*
NEO_FFI_C	-0,237**	0,403**	-0,253**	0,366**
NEO_FFI_A	-0,216**	0,252**	-0,229*	0,369**
ESP_Distress	0,752**	-0,551**	0,664**	-0,416**
ESP_Coping	0,667**	-0,635**	0,587**	-0,607**
ESP_total	0,782**	-0,633**	0,728**	-0,550**
CERQ_F1_ReavPlan	-0,365**	0,515**	-0,415**	0,506**
CERQ_F2_RefPos	-0,289**	0,512**	-0,410**	0,514**
CERQ_F3_Rumin	0,345**	-0,090	0,108	0,056
CERQ_F4_CulpOut	0,348**	0,001	0,304**	-0,075
CERQ_F5_ColcPersp	-0,152*	0,227**	-0,151	0,387**
CERQ_F6_AutoCulp	0,289**	-0,250**	0,331**	-0,172
CERQ_F7_Aceitac	-0,003	0,155*	-0,179	0,303**
CERQ_F8_Catastrof	0,505**	-0,140	0,427**	-0,197*
CERQ_Pos	-0,296**	0,473**	-0,364**	0,525**
CERQ_Neg	0,518**	-0,160*	0,374**	-0,093
Saúde Física	-0,202**	0,325**	-0,251*	0,302**
Saúde mental/psicológica	-0,514**	0,510**	-0,467**	0,373**
Qualidade de vida	-0,266**	0,367**	-0,361**	0,297**
Apoio Social	-0,286**	0,339**	-0,329**	0,288**
Domínio da Língua Inglesa	0,023	0,130	0,136	0,054
Desempenho acadêmico	-0,039	0,052	0,039	0,202*
Duração do Período de Mobilidade	--	--	0,018	0,007
Língua País de Acolhimento	--	--	0,057	-0,085.

** $p < 0,01$; * $p < 0,05$; EI –estudantes internacionais; ENI- estudantes não internacionais AN – Afeto Negativo; AP – Afeto Positivo; AE_R_Total – Autoestima; IDS – índice de Dificuldade do Sono; NEO_FFI_E – extroversão; NEO_FFI_O- abertura à experiência; NEO_FFI_C – conscienciosidade; NEO_FFI_A – amabilidade; ESP_Distress – stress percebido; ESP_Coping- coping percebido; ESP_Total- stress global; CERQ_F1_ReavPlan – reavaliação positiva e planeamento; CERQ_F2_RefPos- refocalização positiva; CERQ_F3_Rumin- ruminação; CERQ_F4_CulpOut – culpabilização dos outros; CERQ_F5_ColcPersp – colocar em perspetiva; CERQ_F6_AutoCulp- autoculpabilização; CERQ_F7_Aceitac- aceitação; CERQ_F8_Catastrof- catastrofização; CERQ_Pos – estratégias adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva ; CERQ_Neg- estratégias mal-adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva

Preditores do Afecto Negativo nos EI e ENI (Regressão Logística)

- Preditores do AN nos ENI

Foram analisadas as variáveis que têm impacto na probabilidade dos ENI descreverem AN superior ao Percentil 50 (> P50) (Tabela 7) e ao Percentil 75 (> P75) (Tabela 8). Os dois modelos ajustaram-se aos dados ($X^2(15; N=186)=119.325, p=0.0001$; $X^2(15; N=186)=112,984, p<0,001$, respetivamente), explicaram respetivamente entre 47.5% (R^2 Cox & Snell) - 63.4% (R^2 Nagelkerke) e entre 45.7% (R^2 Cox & Snell) - 67.4% (R^2 Nagelkerke) da variância do AN e classificaram corretamente 81.6% e 89.2% dos casos (respetivamente). Os preditores significativos da probabilidade de ter AN >P50 e elevado (P>75) foram, em ambos os casos o *Stresse* e o *CERQ-N*. (Tabelas 7-8)

Por cada unidade de aumento do *Stresse Global* e do *CERQ-N* correspondeu, respetivamente, uma probabilidade 1.278 e 1.069 mais elevada de ter AN>P50 e uma probabilidade 1.370 e 1.112 mais elevada de ter AN>P75, controlando o efeito de todas as outras variáveis do modelo.

Tabela 7: Preditores do AN superior ao P50 nos ENI (Regressão Logística)

Variáveis	β	E.P	Wald	g	P	Exp(β)	95% IC para EXP (β)	
							Inferior	Superior
Género	0.742	0.496	2.237	1	0.135	2.100	0.794	5.553
Idade	-0.059	0.080	0.537	1	0.463	0.943	0.805	1.104
AE_R_Total	-0.156	0.092	2.892	1	0.089	0.855	0.714	1.024
IDS	-0.115	0.111	1.085	1	0.298	0.891	0.717	1.107
NEO_FFI_N	-0.060	0.115	0.272	1	0.602	0.942	0.752	1.180
NEO_FFI_E	-0.148	0.142	1.094	1	0.296	0.862	0.653	1.138
NEO_FFI_C	0.167	0.127	1.714	1	0.191	1.182	0.920	1.517
NEO_FFI_A	-0.097	0.086	1.285	1	0.257	0.908	0.768	1.073
ESP_total	0.246	0.056	19.033	1	0.0001**	1.278	1.145	1.427
CERQ_Pos	-0.008	0.017	0.218	1	0.641	0.992	0.959	1.026
CERQ_Neg	0.066	0.031	4.570	1	0.033*	1.069	1.006	1.136
Saúde Física	0.210	0.437	0.232	1	0.630	1.234	0.524	2.905
Saúde Psicológica	-0.432	0.444	0.947	1	0.330	0.649	0.272	1.549
Qualidade de Vida	-0.499	0.479	1.084	1	0.298	0.607	0.237	1.553
Apoio Social	0.494	0.369	1.788	1	0.181	1.638	0.795	3.377

**** $p < 0.01$; * $p < 0.05$; AE_R_Total – Autoestima; IDS – índice de Dificuldade do Sono; NEO_FFI_N- neuroticismo NEO_FFI_E – extroversão; NEO_FFI_C – conscienciosidade; NEO_FFI_A – amabilidade; ESP_Total- stresse global; CERQ_Pos – estratégias adaptativas da Regulação Emociona Cognitiva; CERQ_Neg- estratégias mal-adaptativas da Regulação Emociona Cognitiva**

Tabela 8: Preditores do AN igual ou superior ao P75 nos ENI (Regressão Logística)								
	B	E.P.	Wald	gl	Sig.	Exp(B)	95% C.I. para EXP(B)	
							Inferior	Superior
Idade	-0.170	0.092	3.363	1	0.067	0.844	0.704	1.012
Género	0.756	0.700	1.167	1	0.280	2.131	0.540	8.407
AE_R_Total	-0.042	0.102	0.167	1	0.683	0.959	0.785	1.171
IDS	0.109	0.113	0.918	1	0.338	1.115	0.893	1.392
NEO_FFI_N	0.060	0.166	0.131	1	0.717	1.062	0.768	1.469
NEO_FFI_E	0.229	0.166	1.899	1	0.168	1.257	0.908	1.741
NEO_FFI_C	0.127	0.134	0.898	1	0.343	1.136	0.873	1.479
NEO_FFI_A	-0.110	0.092	1.437	1	0.231	0.895	0.747	1.073
ESP_Total	0.315	0.081	14.971	1	<0.001**	1.370	1.168	1.607
CERQ_Pos	-0.039	0.023	2.940	1	0.086	0.961	0.919	1.006
CERQ_Neg	0.107	0.042	6.441	1	0.011*	1.112	1.025	1.208
Saúde Física	-0.055	0.458	0.015	1	0.904	0.946	0.386	2.321
Saúde Psicológica	-0.715	0.452	2.497	1	0.114	0.489	0.202	1.187
Qualidade de Vida	-0.397	0.501	0.628	1	0.428	0.672	0.252	1.795
Apoio Social	0.311	0.454	0.469	1	0.493	1.364	0.561	3.319

**** $p < 0.01$; * $p < 0.05$; AE_R_Total – Autoestima; IDS – índice de Dificuldade do Sono; NEO_FFI_N- neuroticismo; NEO_FFI_E – extroversão; NEO_FFI_O- abertura à experiência; NEO_FFI_C – conscienciosidade; NEO_FFI_A – amabilidade; ESP_Total- stress global; CERQ_Pos – estratégias adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva; CERQ_Neg- estratégias mal-adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva**

-Preditores do AN nos EI

Foram analisadas as variáveis que têm impacto na probabilidade dos EI terem AN > P50 e AN > P75. Os dois modelos ajustaram-se aos dados ($X^2(13; N=103)=67.035, p=0.0001$; $X^2(13; N=106)=98,646, p<0.001$, respetivamente), explicaram respetivamente entre 47.8% (R^2 Cox&Snell) - 63.8% (R^2 Nagelkerke) e entre 61.6% (R^2 Cox&Snell) – 91% (R^2 Nagelkerke) da variância do AN e classificaram corretamente 82.5% e 97.1% dos casos (respetivamente). Os preditores significativos da probabilidade de ter AN > P50 foram o *Stresse Global* e o *CERQ-P* e como preditor da probabilidade de ter AN > P75, a *Conscienciosidade*. (Tabelas 9-10)

Assim, por cada unidade de aumento do stress global corresponde uma probabilidade cerca de 1.43 vezes mais elevada dos EI terem AN > P50, controlando todas as outras

variáveis. Como o *odds ratio do CERQ-P* é inferior a 1, por cada unidade de aumento desta variável corresponde uma probabilidade cerca de 0.95 vezes menor dos estudantes terem AN. Por sua vez, por cada aumento de uma unidade na *conscienciosidade*, corresponde uma probabilidade cerca de 0.12 vezes menor destes estudantes terem AN elevado (> P75).

Tabela 9: Preditores do AN superior ao Percentil 50 nos EI (Regressão Logística)

Variáveis	β	E.P	Wald	gl	Sig.	Exp. (β)	95% IC para EXP (β)	
							inferior	superior
AE_R_Total	0.0001	0.119	0.0001	1	1.000	1.000	0.792	1.263
IDS	-0.018	0.134	0.017	1	0.895	0.983	0.756	1.278
NEO_FFI_N	0.063	0.157	0.162	1	0.687	1.065	0.783	1.449
NEO_FFI_E	0.073	0.163	0.200	1	0.654	1.076	0.782	1.481
NEO_FFI_C	-0.082	0.218	0.140	1	0.708	0.922	0.602	1.412
NEO_FFI_A	0.071	0.127	0.317	1	0.573	1.074	0.838	1.377
Saúde Física	0.730	0.725	1.012	1	0.314	2.074	0.501	8.594
Saúde Psicológica	-0.307	0.581	0.280	1	0.597	0.735	0.236	2.296
Qualidade de Vida	-0.628	0.954	0.433	1	0.511	0.534	0.082	3.463
Apoio Social	-0.124	0.525	0.056	1	0.814	0.884	0.316	2.472
ESP_Total	0.355	0.115	9.528	1	0.002**	1.426	1.138	1.787
CERQ_Pos	-0.055	0.023	5.474	1	0.019**	0.947	0.904	0.991
CERQ_Neg	0.073	0.041	3.242	1	0.072	1.076	0.994	1.165

**** $p < 0.01$; * $p < 0.05$; AE_R_Total – Autoestima; IDS – índice de Dificuldade do Sono; NEO_FFI_N- neuroticismo; NEO_FFI_E – extroversão; NEO_FFI_C – conscienciosidade; NEO_FFI_A – amabilidade; ESP_Total- stress global; CERQ_Pos – estratégias adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva; CERQ_Neg- estratégias mal-adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva**

Tabela 10: Preditores do AN superior ao Percentil 75, nos EI (Regressão Logística)

	B	E.P.	Wald	gl	Sig.	Exp(B)	95% C.I. para EXP(B)	
							Inferior	Superior
AE_R_Total	1.088	0.596	3.332	1	0.068	2.967	0.923	9.540
IDS	2.123	1.153	3.391	1	0.066	8.358	0.872	80.102
NEO_FFI_N	1.281	1.229	1.087	1	0.297	3.601	0.324	40.025
NEO_FFI_E	1.292	0.806	2.566	1	0.109	3.639	0.749	17.676
NEO_FFI_C	-2.138	1.080	3.918	1	0.048 *	0.118	0.014	0.979
NEO_FFI_A	-0.968	0.655	2.183	1	0.140	0.380	0.105	1.372
Saúde Física	8.387	4.880	2,954	1	0.086	4391.600	0.308	62568766.41
Saúde Psicológica	-1.229	1.675	0.538	1	0.463	0.293	0.011	7.801
Qualidade de Vida	-11.009	5.995	3.373	1	0.066	0.000	0.000	2.096
Apoio Social	0.019	1.244	0.000	1	0.988	1.019	0.089	11.678
ESP_Total	0.997	0.511	3,809	1	0.051	2.709	0.996	7.372
CERQ_Pos	-0.531	0.286		1	0.063	0.588	0.336	1.030
CERQ_Neg	0.440	0.293	2,253	1	0.133	1.552	0.874	2.756

****p<0.01; *p<.05; gl – graus de liberdade; AE_R_Total – Autoestima; POMS_AN – Afeto Negativo; POMS_AP – Afeto Positivo; IDS – índice de Dificuldade do Sono; NEO_FFI_EN- Neuroticismo; NEO_FFI_E – extroversão; NEO_FFI_C – conscienciosidade; NEO_FFI_A – amabilidade; ESP_Total- stress global; CERQ_Pos – estratégias adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva; CERQ_Neg- estratégias mal-adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva**

Preditores do Afecto Positivo nos EI e ENI (Regressão Linear Múltipla)

- Preditores do AP nos ENI

O modelo da regressão explica 63.4% da variância do AP, num modelo que se ajustou aos dados ($F(14,171)=21.198$, $p=0.001$). Os preditores significativos do AP foram, por ordem da sua contribuição, o *Stresse Global* ($\beta=-0.350$, $p=0.0001$), a *Extroversão* ($\beta=0.321$, $p=0.001$) e o *CERQ Positivo*, ($\beta=0.167$, $p=0.004$). (Tabela 11).

Tabela 11: Preditores do AP nos EI (Regressão Linear Multipl.)

Variáveis	β	t	P	R ²	gL	F	p
Género	-0.074	-1.461	0.146				
Qualidade de Vida	0.068	1.140	0.256				
Saúde Física	0.066	1.169	0.244				
Saúde Psicológica	0.053	0.742	0.459				
Apoio Social	0.030	0.494	0.622				
AE_R_Total	0.094	1.073	0.285				
IDS	-0.037	-0.703	0.483	0.634	(14,171)	21.198	<0.001
NEO_FFI_N	0.094	1.183	0.238				
NEO_FFI_E	0.321	4.710	0.001**				
NEO_FFI_C	-0.012	-0.198	0.843				
NEO_FFI_A	-0.019	0.381	0.704				
ESP_Total	-0.350	-4.461	<0.001**				
CERQ_Pos	0.167	2.926	0.004**				
CERQ_Neg	0.037	0.650	0.517				

**** $p < 0.01$; * $p < 0.05$; gl- graus de liberdade ;AE_R_Total – Autoestima; IDS – índice de Dificuldade do Sono; NEO_FFI_N- Neuroticismo; NEO_FFI_E – extroversão; NEO_FFI_C – conscienciosidade; NEO_FFI_A – amabilidade; ESP_Total- stresse global; CERQ_Pos – estratégias adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva; CERQ_Neg- estratégias mal-adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva**

- Preditores do AP nos EI

As variáveis dependentes explicam 57.6% da variância do AP, num modelo que se ajustou aos dados ($F(14,88)=8,556$, $p < 0.001$). Os preditores significativos do AP foram, por ordem da sua contribuição, a *Extroversão* ($\beta=0.316$, $p=0.001$), o *CERQ Positivo* ($\beta=0.308$, $p < 0.001$), e o *ESP_Total* ($\beta=-0.254$, $p=0.025$). (Tabela 12).

Tabela 12: Preditores do AP nos EI (Regressão Linear Multipl.)

Variáveis	β	t	p	R ²	gl	F	p
AE_R_Total	-0.041	-0.351	0.726				
IDS	-0.087	-1.078	0.284				
NEO_FFI_N	0.035	0.298	0.766				
NEO_FFI_E	0.316	3.443	0.001**				
NEO_FFI_O	0.046	0.579	0.564				
NEO_FFI_C	0.050	0.511	0.610				
NEO_FFI_A	0.116	1.416	0.160				
ESP_Total	-0.254	-2.282	0.025*	0.576	(14,88)	8.556	<0.001
CERQ_Pos	0.308	3.765	<0.001**				
Saúde Física	0.026	0.256	0.799				
Saúde Psicológica	0.047	0.395	0.694				
Qualidade de Vida	-0.036	-0.387	0.699				
Apoio Social	0.015	0.177	0.860				
Desempenho Académico	0.051	0.673	0.503				

**** $p < 0.01$; * $p < 0.05$; gl- graus de liberdade; AE_R_Total – Autoestima; POMS_AN – Afeto Negativo; POMS_AP – Afeto Positivo; IDS – índice de Dificuldade do Sono; NEO_FFI_E – neuroticismo; NEO_FFI_E – extroversão; NEO_FFI_O- abertura à experiência; NEO_FFI_C – conscienciosidade; NEO_FFI_A – amabilidade; ESP_Total- stresse global; CERQ_Pos – estratégias adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva; CERQ_Neg- estratégias mal-adaptativas da Regulação Emocional Cognitiva**

DISCUSSÃO

O ensino internacional é uma realidade crescente e como mostra o presente estudo, os motivos que os estudantes têm para participar num programa de mobilidade internacional são académicos, mas também o enriquecimento cultural, conhecer novas pessoas, aumentar a competência na língua inglesa, conhecer novos destinos e contactar com experiências diferentes.

Um dos principais pontos fortes do presente estudo é, segundo o nosso conhecimento, ser o primeiro a ser realizado em Portugal com estudantes universitários internacionais.

Um dos seus objetivos foi analisar as características sociodemográficas, académicas e psicológicas dos EI, comparando-os com os ENI.

Os resultados realçam que os EI são mais velhos, predominantemente mulheres, têm níveis mais elevados de autoestima, *de conscienciosidade*, têm uma perceção de maior capacidade para lidar com *o stresse*. Têm ainda mais tendência para a *extroversão* e para o uso de estratégias específicas de REC como *colocar em perspetiva*. Possuem como características adicionais um melhor desempenho académico, melhor proficiência da língua inglesa e consideram receber mais apoio social. Os estudantes internacionais apresentaram ainda níveis de *catastrofização* significativamente mais elevados.

Das variáveis acima apresentadas, as que se revelaram preditores significativos da probabilidade de ser um EI foram o *género feminino*, o *desempenho académico*, o *domínio da língua inglesa*, a *catastrofização*, o *coping percebido* e o *apoio social*.

Assim, o presente estudo permite concluir que, os EI da UC apresentam globalmente características mais adaptativas do que os ENI.

Alguns destes achados foram consistentes com os encontrados em outros estudos, nomeadamente a ligeira superioridade das mulheres como participantes nos programas de mobilidade internacional⁽²⁵⁾, os níveis mais elevados de desempenho académico exigidos⁽²⁵⁾, motivados pela seleção de candidatos face à limitação de vagas disponíveis e melhor proficiência na língua inglesa, enquanto língua estrangeira e possível obstáculo à participação.
(25-27)

A autoestima elevada, a conscienciosidade e a extroversão dos EI podem associar-se ao melhor desempenho académico, também observado neste grupo⁽²⁸⁻³²⁾.

Os achados da literatura referem que os EI experienciam diversas situações potenciadoras de stresse⁽³⁾, desde a mudança para um novo país, cultura e língua, ao novo sistema educacional, à burocracia associada a todo o processo^(27,34), que colocam elevadas

exigências em termos de coping⁽³⁵⁾. Os resultados do presente estudo evidenciam que os EI não se distinguem dos ENI nos níveis de stresse, mas apenas no *coping percebido*, dimensão relacionada com o fracasso na gestão de situações stressantes e que é mais adaptativo nos EI. Segundo conhecemos, os estudos que comparam EI e ENI do mesmo país são inexistentes, pelo que os achados do presente estudo são inovadores.

A presença de níveis significativamente elevados de *catastrofização*, estratégias mal adaptativa da REC, caracterizada pelo exagero pessoal do terror associado a determinada experiência, e que está associada à perturbação psicológica e depressão,⁽⁸⁾ foi um achado inesperado, uma vez que os EI do presente estudo apresentam características e processos mais adaptativos como, por exemplo, a tendência para colocar em perspetiva e o uso de mais *refocalização positiva*, ou seja, a tentativa individual para se focar em eventos positivos, em detrimento do evento atual.⁽⁸⁾ Tal, contudo, pode ser explicado pelo viés causado pelo facto da percentagem de mulheres ser significativamente superior na A-EI. De facto, a literatura mostra que a *refocalização positiva* e a *catastrofização* são estratégias mais utilizadas pelas mulheres.⁽³³⁾ dada a relevância da experiência emocional no sexo feminino, que se revela na maior tendência para o AN, ansiedade e depressão.⁽⁸⁾ Desta forma, a falta de homogeneidade das amostras quanto à representatividade do género, pode ser uma limitação do estudo. Os níveis mais elevados de *catastrofização* nos EI, que também foi um preditor da probabilidade de ser um EI, necessita de confirmação em estudos futuros e de exploração para caracterização dos mecanismos envolvidos, com amostras com igual representatividade dos géneros.

O *Apoio Social* (AS) é mais elevado nos EI do presente estudo e é também um preditor da probabilidade de ser um EI. A literatura existente na área tem indicado que é uma barreira à não participação em programas de mobilidade⁽²⁷⁾.

Um outro objetivo foi analisar se os correlatos e preditores da perturbação emocional (AN) e do bem-estar psicológico (AN) diferiam nas duas amostras. O presente estudo permite concluir que, apesar dos EI e dos ENI da UC não se distinguirem quanto ao AN e AP, eles diferenciam-se, de alguma maneira, a nível dos correlatos/preditores destas variáveis.

Nas duas amostras, o AN associou-se a características e processos negativos: a níveis mais elevados de neuroticismo⁽³⁶⁾, stresse global (Stresse e Coping mal adaptativo), de estratégias de REC negativas⁽³⁷⁾ (culpabilização dos outros, autoculpabilização e catastrofização) e de dificuldades de sono (IDS); e a níveis mais baixos de autoestima, de *extroversão*, *conscienciosidade* e *amabilidade*, de estratégias da REC positivas⁽³⁷⁾ (*reavaliação e planeamento e refocalização positiva*) de saúde física (SF) e psicológica/mental (SP), qualidade de vida (QV) e apoio social (AS). Já o AP, nas duas amostras, associou-se a características e processos positivos: a níveis mais elevados de

autoestima, *extroversão*⁽³⁶⁾, *conscienciosidade*⁽³⁸⁾ e *amabilidade*, de estratégias da REC positivas⁽³⁷⁾ (*reavaliação e planeamento, refocalização positiva, colocar em perspetiva e aceitação*) de SF, SP, QV e AS; e níveis mais baixos de *neuroticismo*, stresse global e suas dimensões e IDS.

Em relação ao AN, algumas associações são específicas aos ENI. Assim, as mulheres ENI (relativamente aos homens) e os estudantes mais jovens têm níveis mais elevados de AN. Também neste grupo, o AN relacionou-se com elevados níveis de ruminação e baixos níveis de colocar em perspetiva.⁽³⁷⁾ Relativamente ao AP, também se observaram associações específicas, mas nas duas amostras. Enquanto que nos EI o AP se relacionou com elevados níveis de abertura à experiência e de desempenho académico e baixos níveis de catastrofização^(37,38) nos ENI relacionou-se com o género (mais elevado nos homens) e com baixos níveis de estratégias de REC negativas, nomeadamente com baixos níveis de autoculpabilização^(37,38).

No que concerne aos preditores do AN, constataram-se também diferenças entre os dois grupos. Assim, nos EI os preditores do AN superior ao P50 foram o elevado stresse global e a baixa regulação emocional cognitiva positiva e o do AN elevado (>P75) foi a baixa conscienciosidade. Já nos ENI, os preditores do AN superior a P50 e P75 foram o elevado stresse global e o elevado uso de estratégias negativas de regulação emocional cognitiva.

Em suma, sai reforçada a relação entre o stresse e o AN^(5,40) e conclui-se que a relação entre a regulação emocional e a génese/manutenção da afetividade negativa nos ENI assenta na maior utilização de mecanismos de REC negativa, achados suportados por estudos anteriores^(9,37,39), enquanto que nos EI se baseia na baixa utilização de mecanismos de REC positiva⁽³⁷⁾, sugerindo a necessidade de diferentes abordagens cognitivo-comportamentais. Os homens utilizam mais estratégias REC negativas do que as mulheres⁽⁹⁾, pelo que a desigual representatividade homens/mulheres nas amostras pode ter influenciado os resultados.

Relativamente à personalidade, é de realçar o facto dos baixos níveis de conscienciosidade se relacionarem com o aumento do AN e deste traço ser o preditor da elevada perturbação psicológica (AN>P75) unicamente nos EI. Estes resultados são sugestivos de que este traço de personalidade pode ser fator de vulnerabilidade para a elevada perturbação psicológica nos EI (quando baixa), mas também fator de resiliência contra a mesma (quando elevada). Um estudo de Carmo et al (submetido), realizado na amostra de EI do presente estudo, indica que a relação da conscienciosidade com o AN não é uma relação direta, mas mediada pelo stresse: altos níveis de *conscienciosidade* associam-se a menor exposição ao stresse, levando assim à diminuição da afetividade negativa em estudantes internacionais. Os achados corroboram ainda os resultados de outros estudos e teorias que referem que as pessoas assimilam frequentemente experiências afetivas às suas expectativas,

pelo que a existência de objetivos e determinação (caraterístico da consicenciosidade), pode parcialmente afetar o afeto.⁽⁴¹⁾ Uma limitação do estudo é a pequena dimensão da subamostra com pontuações de AN/AP elevadas (>P75), podendo comprometer a generalização dos resultados. Salienta-se assim a necessidade de que futuros estudos tenham em conta amostras homogéneas quanto à idade e género e de maior dimensão.

Verificou-se que os preditores do AP são os mesmos para as duas amostras: elevados níveis *de extroversão* e de estratégias de REC positivas e baixos níveis de stresse percebido, sendo que o stresse é o preditor mais robusto nos ENI^(42,43). e a *extroversão* o preditor mais forte nos EI⁽³⁶⁾.

Podemos ainda considerar mais algumas limitações do presente estudo, começando pelo seu desenho transversal, que não permite extrair relações de causa-efeito entre as variáveis, mas apenas associações,⁽²⁹⁾ o facto de não ser possível avaliar o domínio da língua inglesa nos EI à priori ao programa, sendo ainda uma autoavaliação pelo sujeito, de parte dos EI já se encontrar no país de origem quando responderam aos questionários e do apoio social ter sido avaliado com uma única questão, sem abordagem das suas facetas⁽²⁶⁾. Estes aspetos deverão ser considerados em estudos futuros, assim como a inclusão de variáveis importantes e suportadas pela literatura como preditores da afetividade como a religiosidade e o estatuto financeiro⁽⁴⁴⁾.

Desta forma, são necessários novos estudos, preferencialmente longitudinais e também comparativos.

CONCLUSÃO

OS EI diferem dos ENI, apresentando características sociodemográficas, académicas e psicológicas globalmente mais adaptativas, nomeadamente, idades mais elevadas, melhor desempenho académico, proficiência do inglês, apoio social, mais conscienciosidade e capacidade de lidar com o stresse, bem como tendência para a extroversão e para colocar em perspectiva. De salientar, contudo, que os EI apresentaram níveis mais elevados de catastrofização.

Os dois grupos não diferiram quanto aos níveis do AN e AP sendo que, de entre os correlatos comuns e específicos relativos ao afeto, os preditores do AP são comuns às duas amostras (extroversão, REC positiva, baixo stresse), mas os do AN não. Os preditores do AN nos ENI são os elevados níveis de stresse e de estratégias de REC negativas, enquanto nos EI são o stresse, a baixa utilização de estratégias de REC positivas e, quando o AN é muito elevado, a baixa conscienciosidade.

Tendo em conta que a personalidade é relativamente estável ao longo da vida, mas que a expressão cognitivo-comportamental-emocional desses traços é possível de modificação, a intervenção cognitivo-comportamental a nível do AN e promoção do bem-estar deve focalizá-los. Deve também avaliar e focalizar os mecanismos de REC e o stresse percebido enquanto precipitantes e fatores de manutenção da perturbação psicológica.

Este estudo chama a atenção para a necessidade de, uma abordagem cognitivo-comportamental diferencial no apoio aos dois tipos de estudantes a nível da prevenção de perturbação psicológica. Nesta direção, será então importante que os serviços académicos de apoio aos estudantes considerem a especificidade da população participante em programas de mobilidade, especialmente tendo em consideração a parca infraestrutura universitária de apoio aos estudantes internacionais.^(34,35) Destaca-se ainda o papel fundamental do apoio social como fator promotor do ingresso num programa de mobilidade.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a todas as pessoas e instituições da UC que me ajudaram a implementar este projeto de investigação e a todos os participantes, pela sua colaboração. Dedico este trabalho à Mestre Maria João Soares e ao Prof. Doutor António Macedo, não só pela valiosa sapiência transmitida mas por todo o apoio, motivação, disponibilidade, dedicação e amabilidade. Por tudo, aos meus pais.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Pedersen E, Neighbors C, Larimer M, Lee C. Measuring Sojourner Adjustment among American students studying abroad. *International Journal of Intercultural Relations*. 2011;35(6):881-89.
2. OECD. Education at a Glance 2016: OECD Indicators [Internet]. OECD Publishing. 2016. 563 p. Available from: <http://dx.doi.org/10.1787/eag-2016-en>
3. Church AT. Sojourner adjustment. *Psychol Bulletin*.1982;91(3):540–72.
4. Aydinol AB. Understanding the International Student Experience. MhD [dissertation]. Michigan: Eastern Michigan University; 2013.
5. Zhang J, Goodson P. Predictors of international students' psychosocial adjustment to life in the United States: A systematic review. *Int J Intercult Relations*. 2011;35(2):139–62.
6. Boas AAV, Morin EM. Psychological Well-Being and Psychological Distress for Professors in Brazil and Canada. *RAM Rev Adm Mackenzie*. 2014;15(6):201–19.
7. Bos S, Soares MJ, Marques M, Pereira, AT, Amaral AP, Azevedo MH, et al. Measuring negative and positive affect in medical students. *Psychother Psychosom*. 2013; 82(1):13.
8. Kállay É, çincaş I, Benga O. EMOTION REGULATION, MOOD STATES, AND QUALITY OF MENTAL LIFE. *Cognitie, Creier, Comportament/Cognition, Brain, Behavior*. March 2009; 13(1):31–48. Available from: Academic Search Complete, Ipswich, MA. [Accessed 20th Outubro 2017]
9. Gross JJ, John OP. Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes : Implications for Affect , Relationships , and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003;85(2):348–62.
10. Ridner SL, Newton KS, Staten RR, Crawford TN, Hall LA. Predictors of well-being among college students. *J Am Coll Heal*. 2016; 64(2):116–24.
11. Castro J, Chaves B, Pereira A, Soares M, Amaral A, Bos S, et al. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Validation of the Portuguese Version. *Atención Primaria*. 2013; 45(1):162.
12. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Pers Individ Dif*. 2001;30(8):1311–27.
13. Azevedo M, Silva C, Dias M. O «Perfil de Estados de Humor»: Adaptação à População Portuguesa. *Psiquiatria Clínica*. 1991;12(4):187-93.
14. McNair D, Lorr M, Droppleman L. Edits Manual for the Profile of Mood States. Education and Individual Testing Services. San Diego, California. 1971.

15. Amaral AP, Soares MJ, Bos SC, Pereira AT, Marques M, Valente J, et al. The Perceived Stress Scale (PSS-10) - a portuguese version. Abstract Book of the XVI World Congress of Psychiatry, Madrid. 2014; 3: 390.
16. Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*. 1983; 24, 385-96.
17. Cohen S, Williamson G. Perceived stress in a probability sample of the United States. In S Spacapan; S Oskamp. (eds.). *The social psychology of health: Claremont Symposium on applied psychology*. Newbury Park, CA: Sage; 1988.
18. Bertoquini V, Pais-Ribeiro JL. Estudo de Formas Reduzidas do NEO-PI-R. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*. 2006; 11(1): 85-101.
19. Dourado JF, Pereira AT, Marques C, Azevedo J, Nogueira V, Macedo A, et al. Confirmatory factor analysis of NEO-FFI-20 in a Portuguese sample. *European Psychiatry*. 2017; 41:S255.
20. Rosenberg, M. *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press. 1965.
21. Vaz Serra A, Canavarro MC, Simões MR, Pereira M, Gameiro S, Quartilho MJ, et al. Estudos psicométricos do instrumento de avaliação da qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (WHOQOL-100) para Português de Portugal. *Psiquiatria Clínica*. 2006; 27(1):31-40.
22. World Health Organization. *WHOQOL: Measuring quality of life*. Geneva: World Health Organization. 1997.
23. World Health Organization. *Health statistics and information systems. WHOQOL: measuring quality of life*, World Health Organization. [Internet]. Geneva: World Health Organization;2014 [cited in 2017 Nov 18] .Available from: <http://www.who.int/healthinfo/survey/whoqol-qualityoflife/en/>
24. Cohen JA. Power Primer. *Psychol. Bull.* 1992; 112: 155–9.
25. Di Pietro G, Page L. Who studies abroad? Evidence from France and Italy. *Eur J Educ.* 2008;43(3):389–98.
26. Vossensteyn H, Beerkens M, Cremonini L, Huisman J, Souto-Otero M, Bresancon B, et al. Improving participation in the Erasmus programme. Final report to the European Parliament. European Parliament. 2010. Available from: <http://www.europarl.europa.eu/studies>
27. Souto-Otero M, Huisman J, Beerkens M, de Wit H, Vujić S. Barriers to International Student Mobility: Evidence From the Erasmus Program. *Educ Res.* 2013;42(2):70–7.
28. Rosli Y, Othman H, Ishak I, Lubis SH, Saat ZM, Omar B. Self-esteem and academic performance relationship amongst the second year undergraduate students of Universiti

- Kebangsaan Malaysia , Kuala Lumpur Campus. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2012;60:582–9.
29. Kwek A, Bui H, Rynne J, So K. The Impacts of Self-Esteem and Resilience on Academic Performance: An Investigation of Domestic and International Hospitality and Tourism Undergraduate Students. *Journal of Hospitality & Tourism Education*. 2013;25(3):110-122.
 30. Baumeister RF, Campbell JD, Krueger JI, Vohs KD. Does high self- esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*. 2003; 4:1-44.
 31. Lima MP, Simões MR. Inventário de Personalidade NEO Revisito (NEO-PI-R). In: Gonçalves MM, Simões MR, Almeida LS, Machado C. (eds.) *Avaliação Psicológica. Instrumentos Validados para a População Portuguesa*. vol 1. Coimbra: Editora Quarteto; 2003. p.16-32.
 32. De Feyter T, Caers R, Vigna C, Berings D. Unraveling the impact of the Big Five personality traits on academic performance: The moderating and mediating effects of self-efficacy and academic motivation. *Learn Individ Differ*.2012;22(4):439–48.
 33. Garnefski N, Teerds J, Kraaij V, Legerstee J, van den Kommer T. Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: Differences between males and females. *Pers Individ Dif*. 2004;36(2):267–76.
 34. Randall M, Naka K, Yamamoto K, Nakamoto H, Arakaki H, Ogura C. Assessment of psychosocial stressors and maladjustment among foreign students of the University of the Ryukyus. *Psychiatry Clin Neurosci*. 1998; 52:289-98.
 35. Zhai L. Studying International Students: Adjustment Issues and Social support. *J Int Agric Ext Educ*. 2002;11:1–20.
 36. Finch JF, Baranik LE, Liu Y, West SG. Physical health, positive and negative affect, and personality: A longitudinal analysis. *J Res Pers*. 2012;46(5):537–45.
 37. Hu T, Zhang D, Wang J, Mistry R, Ran G, Wang X. Relation between Emotion Regulation and Mental Health: A Meta-Analysis Review. *Psychol Rep*. 2014;114(2):341–62.
 38. Bujor Liliana TMN. Predictors of Well-Being: An Examination of Age Differences. *Psychol Ser*. 2016; 25(1):5–16.
 39. Garnefski N, Kraaij V. Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Pers Individ Dif*. 2006;40(8):1659–69.
 40. Mroczek DK, Almeida DM. The Effect of Daily Stress, Personality , and Age on Daily Negative Affect. *J Pers*. 2004;72:2.

41. Besser A, Shackelford TK. Mediation of the effects of the big five personality dimensions on negative mood and confirmed affective expectations by perceived situational stress : A quasi-field study of vacationers. *Personality and Individual Difference*. 2007;42:1333–46.
42. Moulin F, Keyes C, Liu A, Caron J. Correlates and Predictors of Well-being in Montreal. *Community Ment Health J*. Springer US; 2017;53(5):560–7.
43. Schiffrin HH, Nelson ÆSK. Stressed and Happy ? Investigating the Relationship Between Happiness and Perceived Stress. *J Happiness Stud*. 2010;11:33–9.
44. Fischer JL, Frederick HI, Niehuis S, Sollie D, Engler Jordan R, Corwin M, et al. Cross-sectional and longitudinal predictors of well-being: Invariance across 25 years. *J Posit Psychol*. 2014;9(4):350–65.

ANEXO 1

Personality and Psychological distress in Portuguese international students: the role of stress and social support

Carmo, M.; Soares, M. J.; Amaral, A. P.; Martins, M. J., Pereira, A. T.; Macedo, A.

Introduction: Personality traits are determinants of stress and psychological distress. International students are more exposed to stress, which contributes to psychological distress and social support is believed to be a protective factor of both of these.

Objective: to study the mediation role of stress in the relationship between big-five personality traits and psychological distress, exploring the impact of social support as a covariate.

Methods: 103 Portuguese international students (aged 23.59 years; SD= 2.08; 78.6% women) answered POMS, PSQ and NEO-FFI-20 scales and a question about social support.

Results: high neuroticism ($r = .623$) and stress ($r = .728$); low levels of extroversion ($r = -.285$), conscientiousness ($r = -.253$), agreeableness ($r = -.229$) and social support ($r = -.329$) were correlated with negative affect ($p < 0.01$ for all).

Mediation analysis showed a significant total effect of neuroticism in negative affect. Neuroticism directly and indirectly influenced negative affect through its effect on stress increase; social support did not have a significant impact on stress and negative affect.

The direct effects of extroversion, conscientiousness and agreeableness on negative affect were not significant. However, they had total and indirect significant effects on affect: they decreased stress, which in turn increased negative affect. Social support had a protective effect that minimized stress.

Conclusion: the diathesis-stress model explains the relation between personality traits, stress and psychological distress. Contrary to neuroticism, extroversion, conscientiousness, agreeableness, and perceived social support are protective factors that can buffer against the effects of stressors. These findings may have practical implications to the support of international students.



EPA 2018
26th EUROPEAN CONGRESS
OF PSYCHIATRY

MENTAL HEALTH
INTEGRATE
INNOVATE
INDIVIDUALISE

Nice, France
3-6 March 2018
#EPA2018

Dear Sir/Madam,

Thank you very much for using the EPA 2018 Abstract Submission System.

Your Abstract has been successfully submitted.

Please Note: You can re-enter the submission link at any time to view and edit your abstract until the deadline date.

Submitted abstracts cannot be modified or corrected after the submission deadline.

In order to submit further abstracts or make modifications to your abstract, please [click here](#)

EPA Travel Grants

Travel Grant submission is now closed.

Kind Regards,
EPA 2018 Secretariat

This email is automatically generated on behalf of EPA 2018, please do not reply to this email.
For further information regarding the content of this email please contact scarmeli@kenes.com

Abstract number: EPA18-1796

Session type Late Breaking Abstract Submission

Topic 27. Personality and Personality Disorders

Presentation preference e-Poster Presentation

Abstract title Personality and psychological distress in Portuguese international students: the role of stress and social support

Introduction: Personality traits are determinants of stress and psychological distress. International students are more exposed to stress, which contributes to psychological distress and social support is believed to be a protective factor of both of these.

Objective: to study the mediation role of stress in the relationship between big-five personality traits and psychological distress, exploring the impact of social support as a covariate.

Methods: 103 Portuguese international students (aged 23.59 years; SD= 2.08; 78.6% women) answered PoMS, PSQ and NEO-FFI-20 scales and a question about social support.

Results: high neuroticism ($r = .623$) and stress ($r = .728$); low levels of extroversion ($r = -.285$), conscientiousness ($r = -.253$), agreeableness ($r = -.229$) and social support ($r = -.329$) were correlated with negative affect ($p < 0.01$ for all). Mediation analysis showed a significant total effect of neuroticism in negative affect. Neuroticism directly and indirectly influenced negative affect through its effect on stress increase; social support did not have a significant impact on stress and negative affect. The direct effects of extroversion, conscientiousness and agreeableness on negative affect were not significant. However, they had total and indirect significant effects on affect: they decreased stress, which in turn increased negative affect. Social support had a protective effect that minimized stress.

Conclusion: the diathesis-stress model explains the relation between personality traits, stress and psychological distress. Contrary to neuroticism, extroversion, conscientiousness, agreeableness, and perceived social support are protective factors that can buffer against the effects of stressors. These findings may have practical implications to the support of international students.

Disclosure statement I have no potential conflict of interest to disclose

ANEXO 2

Questionário a Estudantes Intervenientes em Programas de Mobilidade

Caro colega, no âmbito do meu Trabalho Final de Mestrado, que estou a realizar no Serviço de Psicologia Médica da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra e que visa o estudo comparativo do bem estar em estudantes intervenientes em programas de mobilidade e não intervenientes, venho pedir cerca de 10 MIN do seu tempo para o preenchimento deste inquérito, fulcral para a realização da minha tese. A informação recolhida destina-se unicamente para fins de investigação científica. As respostas obtidas serão tratadas de forma agregada e anónima, garantindo-se a confidencialidade das mesmas.

Muito obrigada!!!!

*Required

IDENTIFICAÇÃO

1. De modo a emparelhar questionários, indique os 4 últimos números do seu BI/CC: *

2. Género *

Mark only one oval.

Feminino

Masculino

3. Idade *

4. Estado Civil *

Mark only one oval.

Solteiro

Casado

Other:

5. Qual a sua nacionalidade? *

6. Qual o país de acolhimento? *

7. Qual a faculdade da UC a que pertence? *

Mark only one oval.

- FMUC
- FDUC
- FFUC
- FLUC
- FCTUC
- FEUC
- FPCEUC
- FCDEF

8. Qual o curso que frequenta? *

9. Qual o grau correspondente? *

Mark only one oval.

- Licenciatura
- Mestrado
- Other:

10. Qual o Programa de Mobilidade em que se inscreveu? *

11. Qual a duração do período de mobilidade? (em meses) *

12. Qual a língua oficial usada pelos estudantes internacionais, no país de acolhimento? *

13. Actualmente encontra-se no país de acolhimento? *

Mark only one oval.

- Sim
- Não

14. Se respondeu Sim à pergunta anterior, há quanto tempo se encontra no país de acolhimento?

15. Se já terminou o programa, indique o ano de início da mobilidade.

16. Se já participou num programa de mobilidade anterior, indique o tipo de programa, duração, país de acolhimento e língua utilizada.

17. Responda às seguintes questões: *

Mark only one oval per row.

	Péssimo	Não Satisfatório	Aceitável	Bom	Muito Bom
Qual o domínio da língua inglesa?	<input type="radio"/>				
Qual o domínio da língua usada no país de acolhimento?	<input type="radio"/>				
Como avalia o seu desempenho académico até ao início do programa?	<input type="radio"/>				

18. Quais as razões que o motivaram a inscrever-se num programa de mobilidade? *

Tick all that apply.

- Motivos Académicos
- Enriquecimento Cultural
- Conhecer novas pessoas
- Aumentar a competência na Língua Inglesa
- Aumentar a competência na Língua do País de Acolhimento
- Conhecer novos destinos
- Contacto com diferentes experiências
- Empregabilidade Futura
- Other:

Questionário a Estudantes Não Internacionais

Caro colega, no âmbito do meu Trabalho Final de Mestrado, que estou a realizar no Serviço de Psicologia Médica da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra e que visa o estudo comparativo do bem estar em estudantes intervenientes em programas de mobilidade e não intervenientes, venho pedir cerca de 10 MIN do seu tempo para o preenchimento deste inquérito, fulcral para a realização da minha tese. A informação recolhida destina-se unicamente para fins de investigação científica. As respostas obtidas serão tratadas de forma agregada e anónima, garantindo-se a confidencialidade das mesmas.

Muito obrigada!!!!

*Required

IDENTIFICAÇÃO

1. De modo a emparelhar questionários, indique os 4 últimos números do seu BI/CC: *

2. Género *

Mark only one oval.

Feminino

Masculino

3. Idade *

4. Estado Civil *

Mark only one oval.

Solteiro

Casado

Other:

5. Qual a sua nacionalidade? *

6. Qual a faculdade da UC a que pertence? *

Mark only one oval.

FMUC

FDUC

FFUC

FLUC

FCTUC

FEUC

FPCEUC

FCDEF

7. Qual o curso que frequenta? *

8. Qual o grau correspondente? *

Mark only one oval.

- Licenciatura
- Mestrado
- Other:

9. Responda às seguintes questões: *

Mark only one oval per row.

	Péssimo	Não Satisfatório	Aceitável	Bom	Muito Bom
Qual o domínio da língua inglesa?	<input type="radio"/>				
Como avalia o seu desempenho académico até à data?	<input type="radio"/>				

10. Alguma vez pensou em participar num programa de mobilidade? *

Mark only one oval.

- Sim
- Não

11. Se respondeu Sim à pergunta anterior, chegou a iniciar algum processo de candidatura?

Mark only one oval.

- Sim
- Não

12. Se respondeu Sim à pergunta anterior mas não prosseguiu com a candidatura, indique em que etapa abandonou o processo e a razão que o motivou.

13. Se já iniciou o processo de candidatura e este está a decorrer, indique qual o programa em que se inscreveu.

14. Quais as razões que o motivaram a inscrever-se ?

Mark only one oval.

- Motivos Académicos
- Enriquecimento Cultural
- Conhecer novas pessoas
- Aumentar a competência na Língua Inglesa
- Aumentar a competência na Língua do País de Acolhimento
- Conhecer novos destinos
- Contacto com diferente experiências
- Empregabilidade Futura
- Other:

ARS

15. Em geral, como tem sido a sua saúde física? *

Mark only one oval.

- Muito Má
- Má
- Nem boa, nem má
- Boa
- Muito Boa

16. Em geral, como tem sido a sua saúde mental/psicológica? *

Mark only one oval.

- Muito Má
- Má
- Nem boa, nem má
- Boa
- Muito Boa

OMS

17. Como avalia a sua qualidade de vida? *

Mark only one oval.

- Muito má
- Má
- Nem boa nem má
- Boa
- Muito Boa

18. Recebe das outras pessoas o tipo de apoio que necessita? *

Mark only one oval.

- Nada
- Pouco
- Moderadamente
- Bastante
- Completamente

AE-R

20. A seguir encontra-se uma lista de afirmações relativas a sentimentos gerais sobre si próprio. Para cada afirmação, escolha a opção que mais se adequa. *

Mark only one oval per row.

	Concordo Muito	Concordo	Discordo	Discordo Muito
Em geral, estou satisfeito(a) comigo mesmo(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Por vezes penso que não sou nada bom.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sinto que tenho algumas qualidades boas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Consigo fazer coisas tão bem como muitas outras pessoas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sinto que não tenho muito de que me orgulhar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sem dúvida que por vezes me sinto inútil.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sinto que sou uma pessoa de valor, pelo menos tanto como os outros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gostaria de poder ter mais respeito por mim próprio(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pensando bem inclino-me a sentir que sou um (a) falhado(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Assumo uma atitude positiva em relação a mim próprio(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Como tem sido o seu sono no último mês

21. Teve dificuldade em começar a dormir? *

Mark only one oval.

- Nunca
 Raramente
 Algumas vezes
 3 a 4 vezes por semana
 Quase todas as noites

22. Acordou muitas vezes durante a noite? *

Mark only one oval.

- Nunca
 Raramente
 Algumas vezes
 3 a 4 noites por semana
 Quase todas as noites

23. Acordou de manhã espontaneamente antes da hora desejada e não conseguiu voltar a adormecer? *

Mark only one oval.

- Nunca
 Raramente
 Algumss vezes
 3 a 4 noites por semana
 Quase todas as noites

24. Habitualmente, quantas horas dorme por noite?

NEO-FFI

25. Leia cada afirmação com atenção. Para cada afirmação, nas páginas seguintes, marque com uma cruz apenas a coluna que melhor corresponde à sua opinião. Assinale **Discordo Fortemente** se a afirmação for definitivamente falsa ou se discordar fortemente dela. Assinale **Discordo** se a afirmação for, na maior parte das vezes, falsa ou se discordar dela. Assinale **Neutro** se a afirmação for igualmente falsa e verdadeira, se não se decidir ou se a sua posição perante o que foi dito é completamente neutra. Assinale **Concordo** se a frase for, na maior parte das vezes, verdadeira ou se concordar com ela. Assinale **Concordo Fortemente** se a frase for definitivamente verdadeira ou se concordar fortemente com ela. *

Mark only one oval per row.

	Discordo fortemente	Discordo	Neutro	Concordo	Concordo fortemente
Raramente estou triste e deprimido(a).	<input type="radio"/>				
Sou uma pessoa alegre e bem disposta.	<input type="radio"/>				
A poesia pouco ou nada me diz.	<input type="radio"/>				
Tendo a pensar o melhor das pessoas.	<input type="radio"/>				
Sou eficiente e eficaz no meu trabalho.	<input type="radio"/>				
Sinto-me, muitas vezes, desamparado(a), desejando que alguém resolva os meus problemas por mim.	<input type="radio"/>				
Muitas vezes, sinto-me a rebentar de energia.	<input type="radio"/>				
Às vezes, ao ler poesia e ao clhar para uma obra de arte sinto um arreio ou uma onda de emoção.	<input type="radio"/>				
A minha primeira reação é confiar nas pessoas.	<input type="radio"/>				
Sou uma pessoa muito competente.	<input type="radio"/>				
Raramente me sinto só ou abatido(a).	<input type="radio"/>				
. Sou uma pessoa muito ativa.	<input type="radio"/>				
Acho as discussões filosóficas aborrecidas.	<input type="radio"/>				
Algumas pessoas consideram-me frio(a) e calculista.	<input type="radio"/>				
Esforço-me por ser excelente em tudo aquilo que faço.	<input type="radio"/>				
Houve alturas em que experimentei ressentimento e amargura.	<input type="radio"/>				
Sou dominador(a), cheio(a) de força e combativo(a).	<input type="radio"/>				
Não dou grande importância às coisas da arte e da beleza.	<input type="radio"/>				
Tendo a ser descrente ou a duvidar das boas intenções dos outros.	<input type="radio"/>				
Sou uma pessoa aplicada, conseguindo sempre realizar o meu trabalho.	<input type="radio"/>				

As questões nesta escala dizem respeito aos seus sentimentos e pensamentos durante o último mês. Escolha a opção mais adequada.

26. *

Mark only one oval per row.

	Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Bastantes vezes	Muitas vezes
No último mês, com que frequência se sentiu incomodado por algo que aconteceu inesperadamente?	<input type="radio"/>				
No último mês, com que frequência sentiu que era incapaz de controlar as coisas importantes da sua vida?	<input type="radio"/>				
No último mês, com que frequência se sentiu nervoso(a) e stressado(a)?	<input type="radio"/>				
No último mês, com que frequência se sentiu confiante quanto à sua capacidade para lidar com os seus problemas pessoais?	<input type="radio"/>				
No último mês, com que frequência sentiu que as coisas estavam a correr como queria?	<input type="radio"/>				
No último mês, com que frequência achou que não conseguia lidar com todas as coisas que tinha de fazer?	<input type="radio"/>				
No último mês, com que frequência tem sido capaz de controlar as coisas que o/a irritam na sua vida?	<input type="radio"/>				
No último mês, com que frequência sentiu que tinha tudo sob controlo?	<input type="radio"/>				
No último mês, com que frequência ficou irritado por causa de coisas que estavam fora do seu controlo?	<input type="radio"/>				
No último mês, com que frequência sentiu que as dificuldades se estavam a acumular de tal forma que não conseguiria superá-las?	<input type="radio"/>				

POMS-36

27. A seguir encontrará uma lista de palavras que descrevem sentimentos que as pessoas têm. Selecione para cada palavra a que melhor descreve o como se tem sentido durante o **ÚLTIMO MÊS, incluindo hoje.***

Mark only one oval per row.

	De maneira nenhuma	Um pouco	Moderadamente	Muito	Muitíssimo
Irado(a)					
Infeliz					
Animado(a)					
Desgostoso(a) com coisas que aconteceram					
Irritado(a)					
Triste					
Activo(a)					
Enervado(a)					
Rabugento(a)					
Neura					
Cheio(a) de força					
Sem esperança					
Descontraído(a)					
Simpático(a)					
Resmungão/Resmungona					
Chateado(a)					
Desanimado(a)					
Ressentido(a)					
Desgraçado(a)					
Alegre					
Amargurado(a)					
Ansioso(a)					
Pessimista					
Desesperado(a)					
Revoltoso(a)					
Desamparado(a)					
Saturado(a)					
Desiludido(a)					
Furioso(a)					
Seguro(a) de si					
Cheio(a) de vida					
Mau humor					
Inútil					
Assustado(a)					
Vigoroso(a)					
Desorientado(a)					

28. Como é que lida com os acontecimentos? Todos/as somos confrontados/as com acontecimentos negativos ou desagradáveis de vez em quando e cada um/a de nós responde a esses acontecimentos à sua maneira. Através das frases seguintes, é-lhe pedido que indique o que é que geralmente pensa quando lhe acontece algo negativo ou desagradável.*

Mark only one oval per row.

	(Quase) Nunca	Às vezes	Regulamente	Muitas vezes	(Quase) Sempre
Sinto que sou aquele/a que deve ser culpabilizado/a.	<input type="radio"/>				
Penso que tenho de aceitar que isto aconteceu.	<input type="radio"/>				
Penso frequentemente sobre o que sinto em relação aquilo porque passei.	<input type="radio"/>				
Penso em coisas mais agradáveis do que aquelas pelas quais passei.	<input type="radio"/>				
Penso no que sei fazer melhor.	<input type="radio"/>				
Penso que posso aprender alguma coisa da situação.	<input type="radio"/>				
Penso que as coisas podiam ter sido piores.	<input type="radio"/>				
Penso frequentemente que aquilo porque passei é muito pior do que o que aconteceu aos outros.	<input type="radio"/>				
Sinto que os outros são culpados pelo que aconteceu.	<input type="radio"/>				
Sinto que sou aquele/a que é responsável pelo que aconteceu.	<input type="radio"/>				
Penso que tenho de aceitar a situação.	<input type="radio"/>				
Estou preocupado/a com o que penso e sinto sobre aquilo pelo que passei.	<input type="radio"/>				
Penso em coisas agradáveis que não têm nada a ver com o que aconteceu.	<input type="radio"/>				
Penso na melhor forma de lidar com a situação.	<input type="radio"/>				
Penso que posso tornar-me uma pessoa mais forte em consequência do que aconteceu.	<input type="radio"/>				
Penso que outras pessoas passam por experiências muito piores.	<input type="radio"/>				
Fico a pensar como é terrível aquilo pelo que passei.	<input type="radio"/>				
Sinto que os outros são responsáveis pelo que aconteceu.	<input type="radio"/>				
Penso sobre os erros que cometi nesta situação.	<input type="radio"/>				
Penso que não posso mudar nada em relação a isso.	<input type="radio"/>				
Quero compreender porque é que me sinto desta maneira em relação aquilo porque passei.	<input type="radio"/>				
Penso em alguma coisa boa em vez do que aconteceu.	<input type="radio"/>				
Penso sobre o modo como posso mudar a situação.	<input type="radio"/>				
Penso que a situação também tem o seu lado positivo.	<input type="radio"/>				

	(Quase) Nunca	Às vezes	Regularmente	Muitas vezes	(Quase) Sempre
Penso que não tem sido tão mau em comparação com outras coisas.					
Penso frequentemente que aquilo pelo que passei é o pior que pode acontecer a uma pessoa.					
Penso sobre os erros que os outros cometeram sobre esta questão.					
Penso que basicamente a causa deve estar em mim.					
Penso que tenho de aprender a viver com isso.					
Fico a matutar nos sentimentos que a situação provocou em mim.					
Penso em experiências agradáveis					
Penso sobre um plano do que é que posso fazer melhor.					
Procuro os aspetos positivos da situação.					
Digo a mim próprio/a que há coisas piores na vida.					
Penso continuamente sobre quão horrível tem sido a situação.					
Penso que, basicamente, a causa tem a ver com os outros.					

29. Se quiser colaborar num futuro inquérito, indique aqui o seu email (pode criar um propositadamente):

Obrigada pela colaboração!