ISSN: 2674-9270
Volume. 8, n. 2, jul./dez. 2026

ARTIGO

Recital
Revista de Educação, Ciência e Tecnologia de Almenara/MG.

Competências socioemocionais de universitários como preditoras de *burnout* acadêmico

Rodrigo Souza
Universidade de Brasília
E-mail: prof.phd.rodrigorodrigues@gmail.com

Cristiane Faiad
Universidade de Brasília
E-mail: crisfaiad@gmail.com

DOI: *https://doi.org/10.46636/recital.v8i2.576*

Recebido: *29 Mai. 2024*

Aceito: *10 Jun. 2026*

Como citar este artigo: SOUZA, Rodrigo; MOURA, Cristiane Faiad de. Competências socioemocionais de universitários como preditoras de burnout acadêmico. **Recital - Revista de Educação, Ciência e Tecnologia de Almenara/MG**, v. 8, n. 2, p. 18–31, 2026. DOI: 10.46636/recital.v8i2.576. Disponível em: https://recital.almenara.ifnmg.edu.br/recital/article/view/576.

Está obra está licenciada sobre uma Creative Commons Attribution 4.0 International License. Nenhuma parte desta revista poderá ser reproduzida ou transmitida, para propósitos comerciais, sem permissão por escrito. Para outros propósitos, a reprodução deve ser devidamente referenciada. Os conceitos emitidos em artigos assinados são de responsabilidade exclusiva de seus autores.

Competências socioemocionais de universitários como preditoras de *burnout* acadêmico

RESUMO

As competências socioemocionais têm despertado crescente interesse de pesquisadores em razão de seu poder explicativo sobre diversas variáveis relacionadas à saúde mental. Nesse contexto, esta pesquisa teve como objetivo geral analisar o poder preditivo das competências socioemocionais sobre o *burnout* acadêmico. Os dados foram coletados por meio de uma pesquisa de campo realizada com uma amostra de 222 estudantes universitários de duas instituições de ensino superior do Distrito Federal, Brasil. Para a coleta de dados, foram utilizados dois instrumentos: uma escala de competências socioemocionais para estudantes universitários e uma escala de *burnout* acadêmico. Para a análise dos dados, foram conduzidas análises de correlação e regressão linear múltipla. Os resultados demonstraram que a maior parte dos fatores de competências socioemocionais correlacionou-se significativamente com o *burnout* acadêmico e apresentou capacidade preditiva em relação a esse construto. Concluiu-se que o instrumento de competências socioemocionais para estudantes universitários pode constituir uma ferramenta relevante para o diagnóstico de habilidades socioemocionais e para a proposição de estratégias de intervenção voltadas à redução do *burnout* acadêmico.

Palavras-chave: Competências socioemocionais. Burnout. Psicometria.

Socioemotional competencies of university students as predictors of academic burnout

ABSTRACT

Socioemotional competencies have attracted the interest of researchers due to their explanatory power regarding various variables related to mental health. Therefore, the present study aimed to analyze the predictive power of socioemotional competencies on academic burnout. Data were collected through a field study involving a sample of 222 university students from two higher education institutions in the Federal District, Brazil. Two instruments were used for data collection. The first was a socioemotional competencies scale for university students, and the second was an academic burnout scale. Correlation analyses and multiple linear regression analyses were conducted to examine the data. The results showed that most socioemotional competency factors for university students were significantly correlated with burnout and were able to predict it. It was concluded that the socioemotional competencies instrument for university students may be an important tool for the assessment of socioemotional skills, with the aim of developing intervention strategies to reduce academic burnout.

Keywords: Socio-emotional skills. Burnout. Psychometrics.

INTRODUÇÃO

As definições do construto Competências Socioemocionais (CSE) são complexas e têm sido abordadas de diferentes maneiras na literatura científica. Uma revisão sistemática de estudos publicados entre 2017 e 2022 concluiu que, entre as diversas definições existentes, as CSE constituem um conjunto de conhecimentos, habilidades e atitudes necessários para a compreensão, regulação e expressão de fenômenos sociais e emocionais, visando ao estabelecimento e à manutenção de relações interpessoais e intrapessoais saudáveis (Silva; Behar, 2023).

Nos últimos anos, organizações internacionais de destaque, como as Nações Unidas, a União Europeia e a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), têm ressaltado a importância das CSE como uma temática que merece a atenção de pesquisadores e, principalmente, de educadores (Lozano et al., 2021). As CSE são consideradas elementos centrais para o desenvolvimento humano, destacando-se por sua capacidade preditiva em relação a diversas variáveis relevantes para o bem-estar e o sucesso pessoal, profissional, social e educacional (Jennings *et al*., 2017).

As definições dos principais modelos de CSE assemelham-se às definições de diversos modelos de inteligência emocional (Souza, 2022). Desde os primórdios dos estudos sobre inteligência emocional, as CSE têm sido abordadas na literatura científica. Segundo Goleman (1996), a inteligência emocional está relacionada ao potencial para aprender, enquanto as CSE corresponderiam ao grau em que esse potencial é desenvolvido e manifestado pelo indivíduo.

A literatura apresenta diversos estudos nos quais fatores de inteligência emocional se mostram preditores de *burnout* (Ardiles *et al*., 2019; González *et al*., 2011; Liébana-Presa *et al*., 2017; Romano *et al*., 2020; Soares, 2014; Supervía *et al*., 2019). Considerando esse contexto, esta pesquisa tem como objetivo geral analisar se as CSE, enquanto construto correlato a determinados modelos de inteligência emocional, constituem preditoras do *burnout.*

REFERENCIAL TEÓRICO

O construto CSE pode ser definido como um conjunto de capacidades individuais que se manifestam por meio de padrões relativamente estáveis de pensamentos, sentimentos e comportamentos oriundos de experiências de aprendizagem formais e informais. Seu desenvolvimento pode promover melhorias em diversos resultados socioeconômicos ao longo da vida das pessoas (Kankaras; Suarez-Alvarez, 2019). As competências socioemocionais têm sido compreendidas como um construto complexo, que pode ser representado por diferentes modelos teóricos e estruturais. De modo geral, englobam componentes emocionais, cognitivos e comportamentais que contribuem para o desenvolvimento humano saudável (Weissberg *et al*., 2015).

As CSE são frequentemente representadas por um conjunto de habilidades, tais como o desenvolvimento do cuidado e da preocupação com os outros, o reconhecimento e gerenciamento das próprias emoções, o estabelecimento de relações positivas, a capacidade de lidar com situações desafiadoras de forma construtiva e ética e a tomada de decisões responsáveis (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, 2008). Também podem ser compreendidas como um conjunto de comportamentos, traços e habilidades que incluem variáveis como atitudes, valores, temperamento, personalidade, competências

sociais, hábitos de trabalho e emoções direcionadas a tarefas específicas, como o comprometimento (Abed, 2016).

As CSE podem ser conceituadas como conhecimentos acerca de si mesmo e dos outros, voltados à regulação das emoções com o propósito de promover o bem-estar pessoal e melhorar as relações sociais (Gondim *et al*., 2014). Também são definidas como conhecimentos, atitudes e habilidades que, de acordo com o estágio de desenvolvimento do indivíduo, lhe permitem reconhecer as próprias emoções e as emoções dos outros (Alzina; López-Cassà, 2021).

De acordo com referências mais recentes, as competências socioemocionais constituem um conjunto de habilidades relacionadas à identificação, compreensão e regulação das emoções, bem como à capacidade de estabelecer relações interpessoais saudáveis, tomar decisões responsáveis e lidar adequadamente com desafios cotidianos (Gonçalves; Resende, 2024; Borges; Morais, 2024).

Do ponto de vista conceitual, as competências socioemocionais abrangem dimensões como autoconhecimento, empatia, cooperação, autorregulação emocional e resiliência. Estudos recentes apontam que essas competências atuam como fatores de proteção para a saúde mental e contribuem para o ajustamento acadêmico e social, favorecendo o enfrentamento de demandas emocionais e relacionais ao longo do desenvolvimento (Gonçalves; Resende, 2024; Nunes *et al*., 2024).

Estudos recentes também indicam que as competências socioemocionais desempenham papel relevante na prevenção do adoecimento psicológico, por favorecerem a autorregulação emocional, a resiliência e o manejo de situações estressoras. Indivíduos com níveis mais elevados dessas competências tendem a apresentar estratégias mais eficazes de enfrentamento diante de demandas acadêmicas e profissionais, reduzindo a vulnerabilidade ao estresse e ao *burnout*. Dessa forma, as competências socioemocionais são consideradas importantes fatores de proteção para a saúde mental e o bem-estar psicológico (Avanci *et al*., 2024; Brantes; Gondim, 2025).

O modelo estrutural de competências socioemocionais utilizado neste estudo foi desenvolvido por Souza *et al*. (2021). Esse modelo define as competências socioemocionais como habilidades individuais que podem ser adquiridas por meio de processos formais e informais de aprendizagem. Sua estrutura é composta por seis fatores: autoconsciência emocional, autogerenciamento das emoções, perseverança, consciência social, habilidades de relacionamento e tomada de decisão responsável.

ESTUDOS SOBRE COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS E *BURNOUT*

González *et al.* (2011) conduziram um estudo com estudantes universitários para analisar a relação entre regulação emocional e síndrome de *burnout*. Para a mensuração do *burnout*, foi utilizada a versão em espanhol do *Maslach Burnout Inventory* (MBI), de Maslach e Jackson (1997), adaptada para estudantes universitários. O instrumento avaliou três fatores: fadiga emocional, despersonalização e realização pessoal. Para mensurar a regulação emocional, foi utilizada a Escala de Dificuldades na Regulação Emocional, adaptada por Hervás e Jódar (2008), composta por cinco dimensões. Neste estudo, foram consideradas apenas as dimensões controle emocional, uso de estratégias de regulação emocional, autoconsciência emocional e clareza emocional. Os resultados das análises de correlação entre os fatores dos instrumentos foram estatisticamente significativos, variando entre $r = 0{,}13$, $p < 0{,}001$, e $r = 0{,}48$, $p < 0{,}001$. Os autores concluíram que níveis mais elevados de regulação emocional

estiveram associados a menores níveis de exaustão e despersonalização e a maiores níveis de realização pessoal.

Soares (2014) realizou um estudo com 301 universitários com o objetivo de investigar a relação entre *burnout* e inteligência emocional. Para a mensuração do *burnout*, foi utilizado o Inventário de *Burnout* para Estudantes Portugueses (Maroco; Tecedeiro, 2005), composto por três subescalas: exaustão emocional, descrença e eficácia profissional. Para a avaliação da inteligência emocional, foi utilizado o Questionário de Competência Emocional (Faria; Lima, 2002), composto pelos fatores percepção emocional, expressão emocional e capacidade para lidar com a emoção. Foram realizadas análises de correlação entre os fatores das escalas e o fator geral de inteligência emocional. A maioria das correlações foi significativa, variando entre $r = 0,14$, $p < 0,001$, e $r = 0,51$, $p < 0,001$. Destacaram-se as associações entre capacidade para lidar com a emoção e descrença ($r = -0,31$, $p < 0,001$), percepção emocional e eficácia profissional ($r = 0,37$, $p < 0,001$), expressão emocional e eficácia profissional ($r = 0,36$, $p < 0,001$), capacidade para lidar com a emoção e eficácia profissional ($r = 0,51$, $p < 0,001$) e inteligência emocional geral e eficácia profissional ($r = 0,47$, $p < 0,001$). Os resultados indicaram baixos níveis de *burnout*, níveis moderados de inteligência emocional e uma associação mais forte entre eficácia profissional e inteligência emocional.

Liébana-Presa *et al.* (2017) conduziram um estudo para analisar a relação entre inteligência emocional e *burnout*. Participaram da pesquisa 134 estudantes universitários, que responderam a dois instrumentos de inteligência emocional e um instrumento de *burnout*. A Escala Schutte SSIE de Inteligência Emocional (Schutte *et al*., 1998) foi utilizada para a mensuração da inteligência emocional geral. A Escala de Inteligência Emocional EIE-25, de Ramos *et al.* (2007), avaliou os fatores consciência emocional, controle emocional, empatia, motivação e habilidades sociais. Por fim, o *Maslach Burnout Inventory Students Survey* (MBI-SS) (Schaufeli *et al*., 2002) avaliou as dimensões cansaço, cinismo e eficácia acadêmica. As análises de correlação revelaram associações significativas entre inteligência emocional e *burnout*, com coeficientes variando entre $r = 0,17$, $p < 0,001$, e $r = 0,45$, $p < 0,001$. Os resultados mais expressivos envolveram a inteligência emocional geral da Escala Schutte SSIE e a eficácia acadêmica ($r = 0,39$, $p < 0,001$), a consciência emocional e a eficácia acadêmica ($r = 0,45$, $p < 0,001$), as habilidades sociais e a eficácia acadêmica ($r = 0,30$, $p < 0,001$) e a inteligência emocional geral da Escala EIE-25 e a eficácia acadêmica ($r = 0,41$, $p < 0,001$). As análises de regressão demonstraram que a inteligência emocional, avaliada pelos dois instrumentos, relacionou-se positivamente com a eficácia acadêmica, explicando 21,7% de sua variabilidade.

Ardiles *et al.* (2019) realizaram um estudo para investigar a relação entre inteligência emocional, *burnout* e engajamento acadêmico em estudantes de enfermagem. Para a mensuração da inteligência emocional, foi utilizado o instrumento TMMS-24, validado no Chile por Espinoza-Venegas *et al.* (2015). A escala avalia a autopercepção das dimensões atenção emocional, clareza emocional e reparo emocional. Para a avaliação do *burnout*, foi utilizado o MBI-SS, adaptado para a população chilena por Pérez *et al.* (2012), que mensura as subescalas exaustão emocional, despersonalização e falta de realização pessoal. Os resultados indicaram correlações significativas entre os fatores de inteligência emocional e *burnout*, variando entre $r = 0,17$, $p < 0,001$, e $r = 0,47$, $p < 0,001$. Destacaram-se as associações entre clareza emocional e realização pessoal ($r = 0,36$, $p < 0,001$) e reparo emocional e realização pessoal ($r = 0,47$, $p < 0,001$).

Supervía *et al.* (2019) realizaram uma pesquisa com o objetivo de analisar a relação entre inteligência emocional, *burnout* e engajamento acadêmico em estudantes do ensino secundário. Para avaliar a inteligência emocional, foi utilizada a TMMS-24, versão reduzida

adaptada por Espinoza-Venegas *et al.* (2015), composta pelos fatores atenção emocional, clareza de sentimentos e regulação emocional. Para a mensuração do *burnout*, foi utilizada a versão em espanhol do MBI-SS (Schaufeli *et al*., 2002), composta pelas dimensões exaustão física/emocional, cinismo e eficácia. As análises de correlação indicaram associações significativas entre inteligência emocional e *burnout*, com coeficientes variando entre r = 0,10, p < 0,001, e r = 0,38, p < 0,001. As correlações mais expressivas ocorreram entre eficácia e clareza emocional (r = 0,33, p < 0,001) e entre eficácia e regulação emocional (r = 0,38, p < 0,001).

Romano *et al.* (2020) realizaram uma pesquisa com estudantes para avaliar a relação entre inteligência emocional e percepção de *burnout*. Para a mensuração da inteligência emocional, foi utilizado o Questionário de Inteligência Emocional de Traços (*Trait Emotional Intelligence Questionnaire* – TeiQue), em sua versão italiana, adaptada por Di Fabio e Palazzeschi (2011). O instrumento avalia as dimensões emocionalidade, sociabilidade, bem-estar e autocontrole, além de um traço emocional global. Para a mensuração do *burnout*, foi utilizado o *School Burnout Inventory*, em sua versão italiana, validada por Fiorilli *et al.* (2014), que avalia exaustão emocional, cinismo e senso de inadequação. Embora não tenham sido apresentadas as correlações entre todos os fatores dos construtos, os autores reportaram uma correlação significativa entre os escores gerais de inteligência emocional e *burnout* (r = -0,41, p < 0,001).

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem quantitativa. Trata-se de uma pesquisa de campo, de delineamento transversal, cujo objetivo foi analisar as correlações estatísticas e o poder preditivo das variáveis do modelo de competências socioemocionais sobre as variáveis de *burnout*.

2.1 Participantes

A amostra foi composta por 222 estudantes de graduação provenientes de duas instituições de ensino superior do Distrito Federal. Os dados foram coletados em nove cursos de graduação, cujos estudantes estavam matriculados entre o segundo e o décimo semestre. Em relação à variável sexo, 64,9% da amostra era composta por mulheres. A média de idade foi de 30,90 anos (DP = 11,64), com idades variando entre 18 e 55 anos.

Para a definição do tamanho amostral, foi realizado um cálculo por meio do programa G*Power 3.1.9.2.7, considerando-se um nível de significância de 5%, poder estatístico de 80% e tamanho de efeito de 0,15. O resultado indicou uma amostra mínima de 98 participantes para a realização de análises de regressão linear múltipla com seis fatores preditores (Faul *et al*., 2009).

2.2 Instrumentos

Para a condução do estudo, foram utilizados dois instrumentos. O primeiro foi a Escala de Competências Socioemocionais para Estudantes Universitários, desenvolvida por Souza *et al.* (2021). O instrumento é composto por 31 itens e, no presente estudo, apresentou os seguintes indicadores de consistência interna: consciência social, com cinco itens (ω = 0,76); autogerenciamento das emoções, com cinco itens (ω = 0,77); tomada de decisão responsável,

com cinco itens (ω = 0,71); autoconsciência emocional, com quatro itens (ω = 0,67); habilidades de relacionamento, com quatro itens (ω = 0,79); e perseverança, com sete itens (ω = 0,77). O modelo apresentou excelentes índices de ajuste: χ^2 = 769,81, χ^2/df = 1,83, CFI = 0,96, TLI = 0,96, RMSEA = 0,03 e SRMR = 0,05.

Em relação aos dados faltantes, não houve exclusão de questionários, uma vez que os formulários on-line exigiam o preenchimento obrigatório de todos os itens, garantindo a completude das respostas. A escala de resposta do instrumento possui cinco pontos, variando de 1 (“discordo totalmente”) a 5 (“concordo totalmente”), de modo que escores mais elevados indicam maior concordância com os itens avaliados. Quanto aos critérios de inclusão, foram considerados todos os questionários respondidos integralmente por estudantes universitários que declararam estar regularmente matriculados em suas respectivas instituições de ensino superior. Não foram adotados critérios de exclusão para a presente pesquisa.

O segundo instrumento utilizado foi a Escala de *Burnout* para Estudantes, de Melamed (2006), adaptada para a população brasileira por Faiad (2024). Para a presente pesquisa, a escala foi composta por 14 itens, sendo seis pertencentes ao fator fadiga física (ω = 0,94), cinco ao fator fadiga cognitiva (ω = 0,92) e três ao fator exaustão emocional (ω = 0,77). O modelo apresentou excelentes índices de ajuste neste estudo: χ^2 = 24,87, χ^2/df = 0,33, CFI = 1,00, TLI = 1,00, RMSEA = 0,00 e SRMR = 0,03. Da mesma forma, não houve exclusão de questionários por dados faltantes, uma vez que os formulários on-line exigiam respostas obrigatórias para todos os itens. Para responder ao instrumento, os participantes foram orientados a indicar a frequência com que vivenciavam as situações descritas em cada item, utilizando uma escala de sete pontos, variando de 1 (“Nunca ou quase nunca”) a 7 (“Sempre ou quase sempre”). Escores mais elevados refletem maior frequência de ocorrência do fenômeno avaliado. Quanto aos critérios de inclusão, foram considerados elegíveis todos os estudantes universitários que declararam estar regularmente matriculados em suas respectivas instituições de ensino superior. Não foram estabelecidos critérios de exclusão para a presente pesquisa.

2.3 Procedimentos éticos e de coleta

Os dados foram coletados por meio de um caderno de pesquisa composto pelos dois instrumentos e por dois termos de consentimento, nos quais eram apresentados o tema e os objetivos da pesquisa, bem como informações referentes à garantia do anonimato dos participantes. Também foi incluído um questionário destinado ao levantamento de dados sociodemográficos. Os instrumentos foram disponibilizados por meio de um link da plataforma Google Forms. As questões sociodemográficas contemplaram informações relativas a sexo, idade, semestre e curso. Todos os procedimentos de coleta foram conduzidos em conformidade com as diretrizes éticas aplicáveis à pesquisa com seres humanos.

2.4 Procedimentos de análise

Para as análises estatísticas, foram utilizados os programas SPSS 24 e JASP 0.15. Inicialmente, foram conduzidas análises descritivas exploratórias com o objetivo de avaliar a qualidade dos dados e verificar os pressupostos estatísticos necessários às análises subsequentes. Em seguida, foram realizadas análises fatoriais confirmatórias das escalas. Para essas análises, foi utilizado o método de estimação *Robust Diagonally Weighted Least Squares*

(RDWLS), considerado mais adequado para dados ordinais e para situações em que não há distribuição normal dos dados (DiStefano; Morgan, 2014; Li, 2016). Posteriormente, foram conduzidas análises de correlação entre todos os fatores dos instrumentos. Complementarmente, realizaram-se análises de regressão linear com o objetivo de investigar o poder preditivo dos fatores de competências socioemocionais sobre os fatores de *burnout*. Em relação aos pressupostos da regressão linear, foram avaliadas a multicolinearidade e a independência dos resíduos. Os resultados não indicaram violações desses pressupostos.

RESULTADOS

Com o objetivo de compreender as relações entre os fatores dos instrumentos utilizados, foram conduzidas análises de correlação para investigar as associações entre as variáveis. A Tabela 1 apresenta os coeficientes de correlação obtidos. Os resultados evidenciaram correlações de magnitude moderada e forte. A interpretação da magnitude dos coeficientes de correlação seguiu os critérios propostos por Cohen (1988), segundo os quais valores de r entre 0,10 e 0,29 indicam correlações fracas, entre 0,30 e 0,49 indicam correlações moderadas e valores iguais ou superiores a 0,50 indicam correlações fortes. Contudo, autores como Dancey e Reidy (2006) propõem critérios mais conservadores, segundo os quais valores de r entre 0,10 e 0,39 correspondem a correlações fracas, entre 0,40 e 0,69 a correlações moderadas e entre 0,70 e 0,99 a correlações fortes.

Tabela 1 - Correlações entre fatores de competências socioemocionais e fatores de *burnout* com respectivos intervalos de confiança de 95%.

	Fadiga física	Fadiga cognitiva	Exaustão emocional
Per.	-0,39** [-0,50; -0,27]	-0,53** [-0,62; -0,43]	-0,25** [-0,37; -0,12]
Aut. e.	-0,14* [-0,27; -0,01]	-0,31** [-0,42; -0,19]	-0,25** [-0,37; -0,12]
Hab. r.	-0,30** [-0,42; -0,18]	-0,32** [-0,43; -0,20]	-0,42** [-0,52; -0,31]
Con. s.	0,10 [-0,03; 0,23]	-0,04 [-0,17; 0,09]	-0,39** [-0,50; -0,27]
Autog. e.	-0,46** [-0,56; -0,35]	-0,50** [-0,59; -0,39]	-0,28** [-0,40; -0,15]
Tom. r.	-0,13* [-0,26; 0,00]	-0,25** [-0,37; -0,12]	-0,42** [-0,52; -0,31]

Fonte: Autoria própria. **: Correlações significativas em 0,01. *: Correlações significativas em 0,05.
Per.: Perseverança. Aut. e.: Autoconsciência emocional. Hab. r.: Habilidades de relacionamento. Con. s.: Consciência social. Autog. e.: Autogerenciamento das emoções. Tom. r.: Tomada de decisão responsável.

Posteriormente, foram realizadas análises de regressão com o objetivo de investigar em que medida os seis fatores de competências socioemocionais — perseverança, autoconsciência emocional, habilidades de relacionamento, consciência social, autogerenciamento das emoções e tomada de decisão responsável — predizem os fatores de *burnout* (fadiga cognitiva, fadiga física e exaustão emocional). Para cada fator de *burnout*, foi realizada uma análise de regressão linear múltipla. A Tabela 2 apresenta os resultados referentes aos preditores significativos da fadiga cognitiva. Conforme observado, a variável que exerceu maior impacto sobre os níveis de fadiga cognitiva foi a perseverança, explicando 28,7% da variância da variável critério. As demais variáveis contribuíram com 8,8% adicionais da variância explicada. Dessa forma, o modelo final explicou 37,5% da variância da fadiga cognitiva.

Tabela 2 - Variáveis preditoras do fator fadiga cognitiva.

Preditores	Modelo 1	Modelo 2	Modelo 3
	Beta	*Beta*	*Beta*
Perseverança	-0,53	-0,38	-0,32
Autogerenciamento das emoções	------	-0,31	-0,31
Autoconsciência emocional	------	------	-0,16
Sig.	0,000	0,000	0,004
t	-5,05	-5,03	-2,87
$R^2_{ajustado}$	0,28	0,35	0,37

Fonte: Autoria própria. Sig: Significância.

A Tabela 3 apresenta os resultados referentes aos preditores significativos da fadiga física. A variável que exerceu maior impacto sobre os níveis de fadiga física foi o autogerenciamento das emoções, explicando 20,9% da variância da variável critério. A outra variável preditora, perseverança, contribuiu com 3,0% adicionais da variância explicada. Dessa forma, o modelo final explicou 23,9% da variância da fadiga física.

Tabela 3 - Variáveis preditoras do fator fadiga física.

Preditores	Modelo 1	Modelo 2
	Beta	*Beta*
Autogerenciamento das emoções	-0,46	-0,35
Perseverança	------	-0,21
Sig.	0,000	0,002
t	-5,17	-3,08
$R^2_{ajustado}$	0,20	0,23

Fonte: Autoria própria. Sig: Significância.

A Tabela 4 apresenta os resultados referentes aos preditores significativos do fator exaustão emocional. A variável que apresentou o maior impacto sobre os níveis de exaustão emocional foi habilidades de relacionamento, explicando 17,4% da variância dessa dimensão. As demais variáveis contribuíram conjuntamente com 10,4% da variância explicada da exaustão emocional. Dessa forma, o modelo final foi capaz de explicar 27,8% da variância da variável predita.

Tabela 4 - Variáveis preditoras de exaustão emocional

Preditores	Modelo 1	Modelo 2	Modelo 3	Modelo 4
	Beta	*Beta*	*Beta*	*Beta*
Habilidade de relacionamento	-0,44	-0,31	-0,22	-0,15
Consciência social	------	-0,26	-0,30	-0,24
Autogerenciamento das emoções	------	------	-0,20	-0,18
Tomada de decisão responsável	------	------	------	-0,17
Sig.	0,032	0,000	0,002	0,016
t	-2,16	-3,56	-3,05	-2,43
$R^2_{ajustado}$	0,17	0,22	0,26	0,27

Fonte: Autoria própria. Sig: Significância.

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A análise dos resultados demonstrou que as competências socioemocionais de estudantes universitários apresentaram correlações significativas com a maioria dos fatores de *burnout*. Os coeficientes de correlação variaram entre r = -0,13, p < 0,001, e r = -0,53, p < 0,001. Entre os principais achados, destacam-se duas correlações de magnitude forte, de acordo com os critérios propostos por Cohen (1988): entre perseverança e fadiga cognitiva (r = -0,53, p < 0,001) e entre autogerenciamento das emoções e fadiga cognitiva (r = -0,50, p < 0,001).

A revisão da literatura realizada neste estudo acerca das relações entre inteligência emocional e *burnout* evidenciou que os fatores mais frequentemente associados a esse fenômeno foram capacidade para lidar com emoções, regulação emocional, percepção emocional, expressão emocional, consciência emocional, habilidades sociais e clareza emocional. As correlações observadas entre fatores específicos e gerais de inteligência emocional e fatores gerais e específicos de *burnout* variaram entre r = -0,10, p < 0,001, e r = -0,51, p < 0,001 (Ardiles *et al*., 2019; González *et al*., 2011; Liébana-Presa *et al*., 2017; Romano *et al*., 2020; Soares, 2014; Supervía *et al*., 2019). Esses resultados mostram-se consistentes com os achados da presente pesquisa.

Em relação aos estudos de regressão, foi identificado apenas um estudo em que os fatores gerais de inteligência emocional foram utilizados como variáveis preditoras. Nesse estudo, tais fatores apresentaram associação positiva com a eficácia acadêmica, dimensão do *burnout*, explicando 21,7% de sua variabilidade (Liébana-Presa *et al*., 2017). De forma semelhante, os resultados da presente pesquisa indicaram percentuais de variância explicada variando entre 23,9% e 37,5%. Esses achados reforçam as evidências empíricas de que habilidades socioemocionais descritas em modelos de inteligência emocional podem atuar como fatores de proteção frente ao *burnout*, contribuindo para a redução de seus níveis entre estudantes universitários.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos resultados obtidos, conclui-se que as competências socioemocionais apresentam correlações significativas com os índices de *burnout* e constituem preditoras relevantes desse fenômeno, embora os tamanhos de efeito observados não tenham sido elevados. Nesse sentido, sugere-se que a Escala de Competências Socioemocionais para Estudantes Universitários possa ser utilizada para fins de diagnóstico e para o planejamento de intervenções voltadas ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais.

Adicionalmente, o instrumento apresenta potencial para aplicação em outros contextos, como o clínico, com o objetivo de identificar déficits de habilidades socioemocionais em estudantes, uma vez que dispõe de estudos normativos (Souza, 2022). Sua utilização em pesquisas correlacionais também pode contribuir para ampliar a compreensão do papel das competências socioemocionais como preditoras de outros construtos psicológicos e de diferentes variáveis sociais.

Algumas limitações relacionadas à amostragem devem ser consideradas. A primeira refere-se à utilização de uma amostra por conveniência. Além disso, o tamanho da amostra constitui outro aspecto que merece atenção. Dessa forma, recomenda-se que estudos futuros ampliem o número de participantes e adotem procedimentos de amostragem probabilística. Como sugestão para pesquisas futuras, e como limitação do presente estudo, recomenda-se

a realização de análises de invariância dos instrumentos em função da modalidade de aplicação, comparando-se versões on-line e impressa.

REFERÊNCIAS

ABED, A. L. Z. O desenvolvimento das habilidades socioemocionais como caminho para a aprendizagem e o sucesso escolar de alunos da educação básica. **Construção psicopedagógica**, 24(25), 8-27. .2016. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-69542016000100002&lng=pt&nrm=iso

ALZINA. R, B.; LÓPEZ-CASSÀ, E. El cultivo inteligente de las emociones morales en la adolescencia. **Revista Española de Pedagogía***,* 79(278), 103-113. 2021. Disponível em https://www.jstor.org/stable/26975252

ARDILES, R.; ALFARO, P.; MOYA, M.; LEYTON, C.; ROJAS, P.; VIDELA, J. La inteligencia emocional como factor amortiguador del burnout académico y potenciador del engagement académico. **Revista Electrónica De Investigación En Docencia Universitaria,** *1*(1), 109-128. 2019. Disponível em https://doi.org/10.54802/r.v2.n1.2020.10

AVANCI, J. Q. et al. Revisão de escopo sobre habilidades socioemocionais na prevenção do comportamento suicida em adolescentes. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 40, n. 7, e00002524, 2024. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csp/a/4g6hpDDjcS7RPYHdBSd7qXw/

BORGES, C; MORAIS, C. P. G. Competências socioemocionais e educação: um olhar a partir da psicologia histórico-cultural. **Neuropsicología Latinoamericana**, v. 16, n. 1, 2024. Disponível em: https://neuropsicolatina.org/index.php/Neuropsicologia_Latinoamericana

BRANTES, C. A. A.; GONDIM, S. M. G. Competências socioemocionais no ensino fundamental: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, v. 30, e300092, 2025. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbedu/a/pLZXsS49KrLPFrVkSKWv8Lr/

COHEN, J.. **Statistical power analysis for the behavioral sciences**. 2. ed. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates, 1988.

COLLABORATIVE FOR ACADEMIC, SOCIAL, AND EMOTIONAL LEARNING. **SEL assessment, tools, needs and outcome assessments.** Chicago, Illinois: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. 2008.

DANCEY, C. P.; REIDY, J. **Statisticals without maths for psychology: using SPSS for Windows**. 4. ed. Harlow: Pearson Education, 2006.

DIFABIO, A.; PALAZZESCHI, L. Proprietà psicometriche del trait emotional intelligence questionnaire short form (TEIQue-SF) nel contesto italiano. **G. Ital. Ric. Appl**. 4, 327–336. 2011. Disponível em https://hdl.handle.net/2158/628715

DISTEFANO, C.; MORGAN, G. B. A Comparison of Diagonal Weighted Least Squares Robust Estimation Techniques for Ordinal Data. **Structural Equation Modeling**, *21*(3), 425-438. 2014. Disponível em https://doi.org/10.1080/10705511.2014.915373

ESPINOZA-VENEGAS, M.; SANHUEZA-ALVARADO, O.; SÁEZ-CARRILLO, K. A validation of the construct and reliability of an emotional intelligence scale applied to nursing students. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, *23*(1), 139-147. 2015. Disponível em https://doi.org/10.1590/0104-1169.3498.2535

FAIAD, C. **Adaptação brasileira da escala de mensuração de burnout acadêmico de Melamed. [Manuscrito não publicado]**. Programa de Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações da Universidadede Brasília – Unb**.** 2024.

FARIA, L.; LIMA, S. N. **Questionário de Competência Emocional (QCE).** Porto, Edição dos Autores. 2002.

FAUL, F.; ERDFELDER, E.; BUCHNER, A.; LANG, A. G. Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. **Behavior Res Methods**. 41(4):1149-60. 2009. Disponível em https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149

FIORILLI, C.; GALIMBERTI, V.; DESTASIO, S.; DICHIACCHIO, C.; ALBANESE, O. L. Utilizzazione dello School Burnout Inventory (SBI) con studenti Italiani di scuola superiore di primo e secondo grado. **Psicol. Clin. dello Svilupp**. 18, 403–423. 2014. Disponível em https://hdl.handle.net/10281/77613

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional.** Rio de Janeiro: Objetiva.1996.

GONÇALVES, L. S.; RESENDE, K. I. D. S. de. Construto socioemocional e suas contribuições para a Psicologia e Educação. **Fractal: Revista de Psicologia**, Niterói, v. 36, e38241, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.22409/1984-0292/2024/v36/38241

GONZÁLEZ-CABANACH, R.; SOUTO-GESTAL, A.; FERNÁNDEZ-CERVANTES, R.; FREIRE-RODRÍGUEZ, C. Regulación emocional y burnout académico en estudiantes universitarios de Fisioterapia. **Revista De InvestigacióN En EducacióN**, 9(2), 7-18. 2011. . Disponível em https://www.agora.edu.es/servlet/articulo?codigo=4730795

GONDIM, S. M. G.; MORAIS, F. A.; BRANTES, C. A. A. Competências socioemocionais: fator-chave no desenvolvimento de competências para o trabalho**. Rev. Psicol., Organ. Trab.**, Florianópolis, v. 14, n. 4, p. 394-406. 2014. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572014000400006&lng=pt&nrm=iso

HERVÁS, G.; JÓDAR, R. Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. **Clínica y Salud**, *19 (2)*, 139-156. 2008. Disponível em http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742008000200001&lng=es&nrm=iso

JENNINGS, P. A.; BROWN, J. L.; FRANK, J. L.; DOYLE, S.; OH, Y.; DAVIS, R.; RASHEED, D.; DEWEESE, A.; DEMAURO, A. A.; CHAM, H.; GREENBERG, M. T. Impacts of the CARE for Teachers program on teachers' social and emotional competence and classroom interactions. **Journal of Educational Psychology**, *109*(7), 1010- 1028. 2017. Disponível em https://doi.org/10.1037/edu0000187

KANKARAS, M.; SUAREZ-ALVAREZ, J. **Assessment framework of the OECD study on social and emotional skills. OECD Education Working papers No. 207**. Paris: OECD. 2019. Disponível em https://doi.org/10.1787/19939019

LI, C. H. Confirmatory factor analysis with ordinal data: Comparing robust maximum likelihood and diagonally weighted least squares. **Behavioral Research Methods***, 48*(3), 936-49. 2016. Disponível em https://doi.org/10.3758/s13428-015-0619-7

LIÉBANA-PRESA, C.; FERNÁNDEZ-MARTÍNEZ, E.; MORÁN-ASTORGA, C. Relación entre la inteligencia emocional y el burnout en estudiantes de enfermería. **Psychology, Society, y Education,** 9(3), 335-345. 2017. Disponível em http://dx.doi.org/10.25115/psye.v9i3.856

LOZANO, P. G.; SAEZ, D. F.; LOPEZ, A. Y.; MELLA, N. J. Teachers' social–emotional competence: History, concept, models, instruments, and recommendations for educational quality. **Sustainability,** *13*(21), 12142. 2021. Disponível em https://doi.org/10.3390/su132112142

MAROCO, J.; TECEDEIRO, M. Inventário de Burnout de Maslach para estudantes portugueses. **Psicologia, Saúde e Doenças***, 10 (2),* 227-235. 2005. Disponível em http://hdl.handle.net/10400.12/1090

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. **MBI: Inventario "Burnout" de Maslach. Síndrome del "quemado" por estrés laboral asistencial.** Madrid: TEA Ediciones.1997.

MELAMED, S., SHIROM, A., TOKER, S., BERLINER, S., & SHAPIRA, I. Burnout and risk of cardiovascular disease: Evidence, possible causal paths, and promising research directions. **Psychological Bulletin**, 132, 327–353. 2006

NUNES, B. R. et al. Competências socioemocionais em estudantes universitários: uma revisão de escopo. **Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 12, 2024. Disponível em: https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude_desenvolvimento.

PÉREZ, C.; PARRA, P.; FASCE, E.; ORTIZ, L.; BASTÍAS, N.; BUSTAMANTE, C. Estructura factorial y confiabilidad del Inventario de Burnout de Maslach en universitarios chilenos. **Revista RIDU** / Vol. 1 / N° 1. 2012. Disponível em www.redalyc.org/comocitar.oa?id=281929021006

RAMOS, F.; MORÁN, C.; PÉREZ, M.; MANGA, D. Relaciones entre la inteligencia emocional, la personalidad y el cansancio emocional en estudiantes universitarios. **Interpsiquis***. 21*(3), 255–263. 2007. Disponível em www.researchgate.net/publication/271846367_Relaciones_entre_la_inteligencia_emocional_la_personalidad_y_el_cansancio_emocional_en_estudiantes_universitarios Acesso em 28 mai. 2024.

ROMANO, L.; TANG, X.; HIETAJÄRVI, L.; SALMELA-ARO, K.; FIORILLI, C. Students' Trait Emotional Intelligence and Perceived Teacher Emotional Support in Preventing Burnout: The Moderating Role of Academic Anxiety. **Int. J. Environ. Res. Public Health**, 17, 4771. 2020. Disponível em 10.3390/ijerph17134771

SILVA, K. K. A. D.; BEHAR, P. A. Mapeamento de Competências socioemocionais de estudantes: uma revisão sistemática. **Concilium.** Vol. 23, n. 3, p. 734-752. 2023. Disponível em https://doi.org/10.53660/CLM-856-23B16

SCHAUFELI, W. B.; SALANOVA, M.; GONZÁLEZ-ROMA, V.; Bakker, A. B. The measurement of engagement and burnout: a confirmative and analytic approach. **Journal of Happiness Studies**, 3, 71-92. 2002. Disponível em https://doi.org/10.1023/A:1015630930326

SCHUTTE, N. S.; MALOUFF, J. M.; HALL, L. E.; HAGGERTY, D. J.; COOPER, J. T.; GOLDEN, C. J.; DORNHEIM, L. Development and validation of a measure of emotional intelligence. **Personality and Individual Difference**, 25, 167-77. 1998. Disponível em https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00001-4

SOARES, N. **Burnout e Inteligência Emocional em estudantes universitários: que relação?** Dissertação de mestrado. Universidade de Coimbra. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação. 2014. Disponível em https://hdl.handle.net/10316/28215

SOUZA, R. R.; FAIAD, C.; RUEDA, F. J. M. (2021). Construction and Validity Evidence of a Socioemotional Skills Scale for University Students**. Avaliação Psicológica,** *20*(4), 445-454. Disponível em https://doi.org/10.15689/ap.2021.2004.22005.06

SOUZA, R. R. Construção, evidências de validade e normatização de uma escala de competências socioemocionais para estudantes universitários**. Tese (Doutorado em Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações) Universidade de Brasília, Brasília.** 2022. Disponível em http://repositorio2.unb.br/jspui/handle/10482/44963

SUPERVÍA, P. U.; BORDÁS, C. S.; MELERO, T. P. Una aproximación a las relaciones de la inteligencia emocional con el burnout y engagement académico en estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria. **Electronic Journal of Research in Educational Psychology**, *17* (3), 541-560. 2019. Disponível em https://doi.org/10.25115/ejrep.v17i49.2306