

RELAÇÃO ENTRE MOTIVAÇÃO PARA AJUDAR, SINTOMATOLOGIA PSICOPATOLÓGICA E STRESS NUMA AMOSTRA DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

*SARA MONTEIRO, PAULA VAGOS, ANABELA PEREIRA, HÉLDER CASTANHEIRA, INÊS
DIREITO, VÂNIA AMARAL, ANA TORRES & GUSTAVO VASCONCELOS*

Em todo o mundo, milhões de pessoas dedicam importantes partes do seu tempo e energia a ajudar os outros, sendo voluntários em diferentes instituições. De acordo com a Organização das Nações Unidas, “o voluntário é o jovem ou o adulto que, devido ao seu interesse pessoal e ao seu espírito cívico, dedica parte do seu tempo, sem remuneração alguma, a diversas formas de actividades, organizadas ou não, de bem-estar social ou outros campos”. Os voluntários ajudam pessoas, com quem não têm contacto prévio, não tendo esta ajuda qualquer título de obrigação ou compromisso para os destinatários dos serviços de voluntariado (Omoto & Snyder, 2002).

Em Portugal, o voluntariado desempenha um papel fundamental enquanto conjunto de acções de interesse social e comunitário, realizadas de forma desinteressada por pessoas, no âmbito de projectos, programas e outras formas de intervenção ao serviço dos indivíduos, das famílias e da comunidade, desenvolvidos sem fins lucrativos por entidades públicas ou privadas (art. 2.º, n.º 71/98, de 3 de Novembro).

Os principais dados disponíveis em Portugal, a nível da caracterização do voluntariado, remontam a um projecto de investigação realizado ao longo de 2001, com o patrocínio da Comissão Nacional para o Ano Internacional do Voluntariado (e coordenação de docentes do Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa) e um levantamento realizado pela ENTRAJUDA em 2010 em parceria com os Bancos Alimentares e a Universidade Católica Portuguesa. No primeiro estudo verificou-se que o voluntariado não é uma actividade reservada a indivíduos sem compromissos familiares pois mais de 60% dos voluntários das IPSS eram casados, a maioria mulheres (ao contrário de outro tipo de voluntariado, como os bombeiros, onde a maioria são homens) e a média com uma escolaridade superior à da população nacional (Delicado, Almeida, & Ferrão, 2002). No que concerne ao segundo estudo, este consiste numa descrição dos voluntários que colaboraram com instituições de solidariedade social mas também os inscritos na bolsa de voluntariado.

Os voluntários que colaboram com Instituições de Solidariedade Social têm na sua maioria mais de 56 anos, reformados, a maior percentagem terminaram o liceu ou um curso superior. Os voluntários inscritos na bolsa de voluntariado são na sua grande maioria mulheres com idades entre 26 e 35 anos.

Efectivamente, em contexto nacional, têm sido conduzidos poucos estudos com o objectivo de caracterizar o voluntariado. Esta lacuna torna-se ainda mais evidente quando nos centramos no trabalho voluntário exercido por estudantes universitários. A este propósito, Eley e Kirk (2002) desenvolveram uma investigação longitudinal com um grupo de estudantes universitários voluntários, em que avaliaram as suas capacidades de liderança e motivações e atitudes acerca do voluntariado num programa de voluntariado com base desportiva, ao longo de 9 meses. No início do programa, os estudantes foram questionados acerca dos motivos que os levaram a voluntariar-se, tendo dado as seguintes respostas: aumentar as capacidades de liderança (42%), base desportiva do programa (34%), trabalhar na comunidade (10%) e melhorar o currículo (14%). Depois de um período de 9 meses, as motivações alteraram-se de forma significativa, a saber: aumentar as capacidades de liderança (28%), base desportiva do programa (37%), trabalhar em comunidade (20%), melhorar o currículo (9%) e outras razões (6%). As alterações verificadas indicam que o envolvimento na comunidade se tornou mais importante, ao mesmo tempo que preocupações com as capacidades de liderança e currículo se tornaram menos importantes, no final dos 9 meses.

Na investigação acerca do voluntariado, tem sido dada uma grande atenção à tentativa de compreensão das motivações para o voluntariado, objectivando a cativação e manutenção do trabalho voluntário (Clary & Snyder 1991; Clary, Snyder & Ridge 1992; Clary, et al., 1998). Clary e Snyder (1991) desenvolveram a teoria funcional do voluntariado, segundo a qual diferentes motivações pessoais e sociais podem promover o voluntariado. A teoria funcional do voluntariado defende que os actos de voluntariado que parecem ser bastante semelhantes na superfície podem reflectir processos motivacionais radicalmente diferentes. Adicionalmente, essas motivações podem influenciar a dinâmica da ajuda, condicionando acontecimentos relevantes associados à iniciação e manutenção do comportamento de ajuda voluntária. Neste contexto, os autores dividiram as motivações de acordo com as seguintes funções: função de valores, função de experiência, função de auto-estima/crescimento, função de carreira, função social e função protectora. As funções referidas são descritas da seguinte forma: (1) função de valores: a pessoa é voluntária para expressar valores importantes para si, como o humanismo e o altruísmo, procurando desta forma ajudar os mais necessitados; (2) função de experiência: o voluntário procura saber mais sobre o mundo e/ou exercer as suas competências que são frequentemente utilizadas. O trabalho voluntário permite novas aprendizagens, conhecimentos, competências e habilidades que, de outro modo não teria oportunidade de praticar; (3) função de auto-estima/crescimento: o indivíduo pretende crescer e desenvolver-se psicologicamente através da participação no voluntariado, procurando o crescimento e/ou a satisfação pessoal; (4) função de carreira: o indivíduo tem como objectivo adquirir capacidades e experiências relacionadas com a sua carreira profissional. O trabalho voluntário serve como preparação para uma

nova carreira ou para manutenção das competências relevantes; (5) função social: o voluntariado permite que a pessoa fortaleça as suas relações sociais, através da oportunidade de conviver com outras pessoas, fazer amigos e ao mesmo tempo estar envolvido numa actividade vista como importante pelos outros, podendo oferecer um certo reconhecimento na sociedade; e (6) função protectora: o indivíduo utiliza o voluntariado para resolver problemas pessoais ou para reduzir sentimentos negativos (por exemplo, reduzir a culpa por ter mais sorte do que os outros).

No que diz respeito às consequências do trabalho voluntário, existe evidência empírica que documenta a relação existente entre a prática de trabalho voluntário e indicadores favoráveis de saúde física e mental (Gonçalves, 2011; Gonçalves, Monteiro, & Pereira, 2011; Rietschlin, 1998; Thoits & Hewitt, 2001; Van Willigen, 1998). Por exemplo, Rietschlin (1998) verificou que pertencer a uma associação de voluntariado contribui para um menor distress psicológico e amortece as consequências negativas de situações geradoras de stress. No mesmo sentido, Van Willigen (1998) constatou que pertencer a uma associação de voluntariado aumenta a satisfação com a vida e diminui a sintomatologia depressiva.

É neste contexto que desenvolvemos o presente estudo, que apresenta como objectivos gerais os seguintes: (1) a caracterização de uma amostra de estudantes universitários voluntários relativamente a variáveis sócio-demográficas e motivações para o voluntariado, e (2) a análise da relação entre as motivações para o voluntariado, a sintomatologia psicopatológica e o stress numa amostra de estudantes universitários voluntários.

MÉTODO

Participantes

A amostra deste trabalho foi constituída por 39 voluntários do serviço Linha da Universidade de Aveiro (LUA). Destes, 31 eram do sexo feminino (79.5%) e 8 eram do sexo masculino (20.5%). A sua média de idades era 22.95 Anos (DP =5.72), com idades compreendidas entre os 18 e os 46 anos. Relativamente ao ano de curso, 7 alunos frequentavam o 1º ano (17.9%), 8 o 2º ano (20.5%), 14 o 3º ano (35.9%), 8 o 4º ano (17.9%) e 1 o 5º ano (2.6). Dois sujeitos (5.1%) foram omissos relativamente a esta informação. Nesta amostra estavam representados com um aluno cada (2.6%) os cursos de engenharia química, engenharia do ambiente, engenharia de materiais, engenharia electrónica e telecomunicações, novas tecnologias da comunicação, técnico superior de justiça, técnico superior de secretariado, técnico superior de informática, matemática, administração pública, música, e estudos editoriais. Os cursos de enfermagem e turismo estavam representados com dois alunos cada (5.1%). Do curso de biologia estavam representados 3 alunos (7.7), do de gestão estavam 4 alunos (10.3%), do de bioquímica estavam 5 alunos (12.8%), e do de psicologia estavam 10 alunos (25.6%).

Material

Inventário de Motivações para o Voluntariado (IMV)

O IMV (Gonçalves, Monteiro, & Pereira, em revisão) consta de 30 itens que pretendem avaliar as motivações para se tornar voluntário em função de seis funções (descritas na introdução) que o voluntariado pode representar na vida da pessoa. Os resultados para cada uma destas funções obtiveram índices adequados de consistência interna: $\alpha = 0.76$ para a função de valores, $\alpha = 0.77$ para a função de experiência, $\alpha = 0.66$ para a função de auto-estima/crescimento, $\alpha = 0.87$ para a função de carreira, $\alpha = 0.79$ para a função social, e $\alpha = 0.70$ para a função protectora.

Inventário de Sintomas Psicopatológicos (BSI)

O BSI (Canavarro, 1999) é composto por 53 itens, pelos quais se pretende avaliar a sintomatologia psicopatológica em nove dimensões, que em seguida se apresentam, bem como os índices de consistência interna que os resultados em cada uma obtiveram no presente trabalho: somatização ($\alpha = 0.68$), obsessões-compulsões ($\alpha = 0.45$), sensibilidade interpessoal ($\alpha = 0.66$), depressão ($\alpha = 0.72$), ansiedade ($\alpha = 0.80$), hostilidade ($\alpha = 0.66$), ansiedade fóbica ($\alpha = 0.76$), ideação paranóide ($\alpha = 0.75$), e psicoticismo ($\alpha = 0.61$).

Inventário de Stress em Estudantes Universitários

Este inventário (Pereira et al., 2004) consiste de 24 itens que versam a vivência de stress em contexto académico, associado a quatro dimensões específicas. Em seguida serão apresentadas essas dimensões, bem como os índices de consistência interna que os resultados em cada uma obtiveram no presente trabalho: ansiedade aos exames ($\alpha = 0.80$), auto-estima e bem-estar ($\alpha = 0.63$), ansiedade social ($\alpha = 0.77$), e ansiedade decorrente de condições sócio-económicas ($\alpha = 0.76$).

Procedimento

Os instrumentos foram aplicados no início da sessão de formação prestada aos voluntários para poderem integrar o serviço LUA. Todos os voluntários foram informados que as suas respostas seriam confidenciais e anónimas, servindo apenas fins de investigação e não de classificação das suas competências enquanto voluntários. O preenchimento foi voluntário.

RESULTADOS

Caracterização das motivações para o voluntariado

A análise descritiva do endosso das funções indica que a função de experiência foi a mais endossada pelos participantes, enquanto a social foi a menos endossada (Quadro 1). Por recurso a comparação de médias em amostras emparelhadas e com um nível de significância ajustado de 0.003, podemos verificar que a diferença entre os resultados das subescalas apenas não foi significativa na

comparação entre as funções social e protectora ($p = 0.04$), e entre as funções de valores e crescimento ($p = 0.36$).

Quadro 1: Motivações para o voluntariado

	Função de valores	Função de experiência	Função de auto-estima/crescimento	Função de carreira	Função Social	Função Protectora
M	5.4	6.04	4.96	3.88	2.29	2.81
F	0.96	0.82	1.25	1.77	1.72	1.55
P						

Os homens apenas apresentaram valores mais elevados nas funções de voluntariado de carreira e social, comparativamente às mulheres. O contrário foi verificado para as restantes funções (Quadro 2). Esta diferença nunca foi estatisticamente significativa.

Quadro 2: Motivações para o voluntariado por sexo

	Função de valores		Função de experiência		Função de auto-estima/crescimento		Função de carreira		Função Social		Função Protectora	
	M	D	M	DP	M	DP	M	D	M	D	M	D
	P						P		P		P	
Sexo Masculino	3	2.09	1.33	0.51	5.25	0.88	6	0	5	0	2	0.98
Sexo Feminino	4.15	1.63	2.56	1.86	5.45	0.99	6	0	4	1	3	1.65

Relativamente à idade, verificamos que apenas a função de carreira se associa de forma significativa à idade ($r = -0.43$; $p = 0.028$), sendo que quanto mais novo o aluno mais usa o voluntariado como meio de ganhar capacidades relacionadas à sua carreira profissional.

Motivações para o voluntariado, sintomatologia psicopatológica e stress

No que se refere à saúde mental, apenas verificámos existirem correlações significativas entre a função social da motivação para o voluntariado e os sintomas obsessivo-compulsivos ($r = 0.415$; $p = 0.039$) e entre a função protectora e os sintomas de psicoticismo ($r = 0.453$; $p = 0.023$).

Em relação aos níveis de stress, apurámos que a ansiedade aos exames se associa à função de carreira atribuída ao voluntariado ($r = 0.432$; $p = 0.02$), bem como à função social ($r = 0.487$; $p = 0.012$). A função de carreira surge ainda associada à ansiedade decorrente de condições sócio-económicas ($r = 0.471$; $p = 0.015$).

DISCUSSÃO

No que respeita à caracterização das motivações para o voluntariado, os resultados obtidos sugerem que as funções mais pontuadas são as funções de experiência e valores, e que as funções menos pontuadas são as funções de protecção e social. Estes dados estão genericamente de acordo com os dados obtidos por estudos anteriores (Clary et al., 1998; Omoto & Snyder 1995; Sales, 2008), chamando a atenção para o facto de serem motivações como o altruísmo e a possibilidade de viver novas experiências as que mais se encontram subjacentes ao trabalho voluntário.

Relativamente à caracterização das motivações para o voluntariado por sexo, os dados revelaram que os homens apresentaram valores mais elevados nas funções de voluntariado de carreira e social, comparativamente com as mulheres (que apresentaram valores mais elevados na restantes funções), resultados estes de acordo com os obtidos por Sales (2008). De qualquer forma, devemos salientar o facto de estes resultados não terem significância estatística, apenas indicando a pertinência de conhecer a experiência de voluntariado masculina e feminina.

Adicionalmente, no nosso estudo, a idade apresentou uma correlação negativa estatisticamente significativa com a função de carreira. Isto significa que quanto mais novo é o estudante voluntário, mais importante parece ser o enriquecimento que o trabalho voluntário pode acarretar para a sua vida profissional, provavelmente como forma de melhorar o currículo profissional. Este dado é congruente com o estudo de Sibicky, Roberts, Felicelli, e Metz (1992), que encontrou dados semelhantes numa amostra de estudantes universitários. Efectivamente, numa fase em que o estudante ainda não entrou no mercado de trabalho e uma das suas grandes preocupações está relacionada com a formação e experiência profissional, a prática de trabalho voluntário pode ser encarada como uma forma de adquirir experiência e competências, eventualmente valorizadas posteriormente pelo mundo profissional.

No que respeita à relação existente entre as motivações para o voluntariado, a sintomatologia psicopatológica e o stress, os resultados obtidos sugerem correlações positivas e estatisticamente significativas entre estas variáveis, quando as funções são de carreira, social e protectora. Poderemos hipotetizar que os estudantes que encaram o trabalho voluntário como meio de adquirir capacidades e experiências relacionadas com a sua carreira profissional, como forma de fortalecer as suas relações sociais através da oportunidade de conviver com outras pessoas, ou como meio de resolver problemas pessoais ou reduzir sentimentos negativos (em vez de valorizarem as funções de valores, experiência, auto-estima/crescimento), serão estudantes com valores mais elevados de sintomatologia psicopatológica e stress. Por exemplo, verificámos que a função de carreira apareceu associada à ansiedade aos exames e ansiedade decorrente de condições sócio-económicas. Este dado fará sentido se pensarmos que um estudante com preocupações acerca das suas condições sócio-económicas e das suas classificações escolares, valorizará tendencialmente a função de carreira que o trabalho voluntário cumpre (mais do que as funções de valores, experiência e auto-estima/crescimento), na medida em que o enriquecimento do currículo lhe poderá permitir aumentar as condições socio-económicas.

Outras dimensões do voluntariado surgiram associadas a marcadores psicopatológicos, nomeadamente a social e a de carreira. Estes dados enfatizam o pressuposto que levou ao estudo das motivações para o voluntariado, de que a mesma experiência comportamental pode ser fundada em processos e necessidades psicológicas diferenciadas (Clary & Snyder 1991). Algumas destas necessidades poderão levar a que o voluntariado seja mesmo visto como uma forma de auto-ajuda, possivelmente lesando a ajuda ao outro, aspecto central em particular do serviço LUA. Assim, a

auscultação destas necessidades ganha especial pertinência, no sentido de otimizar a experiência de voluntariado, não apenas para o voluntário mas também para aquele que o procura.

REFERÊNCIAS

- Canavarro, M. C. (1999). Inventário de Sintomas Psicopatológicos – B.S.I. In M. R. Simões, M. M. Gonçalves, & L. S. Almeida (Eds.), *Testes e provas psicológicas em Portugal* (vol. 2, pp. 95-109). Braga: APPORT/SHO.
- Clary, E., & Snyder, M. (1991). A functional analysis of altruism and prosocial behavior: The case of volunteerism. *Review of Personality and Social Psychology*, 12, 119-148.
- Clary, E., Snyder, M., & Ridge, R. (1992). A functional strategy for the recruitment, placement and retention of volunteers. *Nonprofit Management and Leadership*, 2, 333-350.
- Clary, E., Snyder, M., Ridge, R., Copeland, J., Stukas, A., Haugen, J., et al. (1998). Understanding and assessing the motivations of volunteers: A functional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1516–1530.
- Delicado, A., Almeida, D., & Ferrão, J. (2002). *Caracterização do Voluntariado em Portugal*. Comunicação apresentada no Seminário: Olhares sobre o voluntariado: análises e perspectivas para uma cidadania activa. Lisboa.
- Eley, D., & Kirk, D. (2002). Developing citizenship through sport: The impact of a sport-based programme on young sport leaders. *Sport, Education and Society*, 7, 151-166.
- ENTRAJUDA (2011). *Alguns dados relativos ao voluntariado em Portugal*. Acedido http://www.entrajuda.pt/pdf/Voluntariado%20em%20Portugal_Jan%202011.pdf Acedido a 11 de Junho de 2011.
- Gonçalves, E. (2011). *Caracterização do voluntariado hospitalar em contexto oncológico*. Dissertação de Mestrado não publicada. Universidade de Aveiro. Aveiro.
- Gonçalves, E., Monteiro, S., & Pereira, A. (2011). *Factores determinantes e consequências do trabalho voluntário numa amostra de voluntários hospitalares em contexto oncológico*. Manuscrito submetido para publicação.
- Gonçalves, E., Monteiro, S., & Pereira, A. (2011). Estudo das características psicométricas do Volunteers Functions Inventory. *Submetido*
- Omoto, A., & Snyder, M. (2002). Considerations of community: The context and process of volunteerism. *American Behavioral Scientist*, 45(5), 846-867.
- Pereira, A. M. S., Vaz, A., Medeiros, J., Lopes, P., Melo, A., Ataíde, R., Pinto, C., Motta, E., Bernardino, O., Mendes, R., & Ferreira, J. (2004). Características psicométricas do Inventário do

- Stresse em Estudantes Universitários – Estudo Exploratório. In C. Machado, L. Almeida, M. Gonçalves, & V. Ramalho (Eds), *Avaliação Psicológica: Formas e Contextos – Volume X* (pp. 326-329). Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Rietschlin, J. (1998). Voluntary association membership and psychological distress. *Journal of Health and Social Behavior*, 39, 348-355.
- Sales, G. (2008). *Volunteer functions, satisfaction, commitment, and intention to leave government volunteering*. Tese de doutoramento não publicada, Universidade de Lynn, Florida.
- Sibicky, M., Roberts, D., Felicelli, J., & Metz, R. (1992, March). *Motivations underlying volunteerism: Differences and similarities between student and senior citizen volunteers*. Paper presented at the Meeting of the Southeastern Psychological Association, Knoxville, TN.
- Thoits, P. A., & Hewitt, L. N. (2001). Volunteer work and well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 42, 115-131.
- Van Willigen, M. (1998, August). *Doing good, feeling better: The effect of voluntary association membership on individual well-being*. Paper presented at the Annual Meeting of the American Sociological Association, San Francisco, CA.