Universidades Lusíada

Dias, Luísa Margarida Ferreira

# Efeito do contexto pandémico na perceção da satisfação com a vida e das necessidades psicológicas básicas em adolescentes

http://hdl.handle.net/11067/6200

## Metadados

**Data de Publicação** 2021

**Resumo** A pandemia COVID-19 teve um forte impacto nocivo na saúde-mental e bem-estar das/os adolescente, nomeadamente na sua perceção sobre a satisfação das suas necessidades psicológicas básicas e no seu nível de satisfação com a vida. Este estudo tem como objetivo analisar se a perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das suas necessidades psicológicas básicas está associada ao grau de satisfação com a vida por eles/as evidenciado, no contexto da pandemia. Participaram, neste estudo, 1100 adole...

Abstract: The COVID-19 pandemic had a strong harmful impact on adolescents' mental health and well-being, namely on their perception on the satisfaction of their basic psychological needs and on their level of satisfaction with life. This study aims to analyze whether the adolescents' perception on their basic psychological needs is associated with their degree of satisfaction with life during the pandemic. Participants were 1100 adolescents (518 boys and 582 girls), aged between 12 and 18 year...

**Palavras Chave** Psicologia clínica, COVID-19, Bem-estar, Adolescentes

**Tipo** masterThesis

**Revisão de Pares** Não

**Coleções** [ULP-IPCE] Dissertações

Esta página foi gerada automaticamente em 2024-10-12T04:12:36Z com informação proveniente do Repositório

Universidade Lusíada - Norte
Porto

# Efeito do contexto pandémico na perceção da satisfação com a vida e das necessidades psicológicas básicas em adolescentes

**Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica**
Instituto de Psicologia e Ciências da Educação
**Universidade Lusíada - Norte (Porto)**

**PORTO, 2021**

**Luísa Margarida Ferreira Dias**

ipce
instituto de psicologia
e ciências da educação
Universidade Lusíada - Norte (Porto)

Universidade Lusíada - Norte
Porto

# Efeito do contexto pandémico na perceção da satisfação com a vida e das necessidades psicológicas básicas em adolescentes

**Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica**
Instituto de Psicologia e Ciências da Educação
**Universidade Lusíada - Norte (Porto)**

**PORTO, 2021**

**Luísa Margarida Ferreira Dias**

Trabalho efectuado sob a orientação do/a
**Professora Doutora Mariana Sousa**

ipce
instituto de psicologia
e ciências da educação
Universidade Lusíada - Norte (Porto)

**Agradecimentos**

Quando encerramos uma etapa que corresponde a um ciclo de estudo, o processo de aprendizagem e o resultado final provêm sempre de um conjunto de pessoas que contribuíram para esse crescimento. Felizmente, posso dizer que ao longo deste percurso, foram muitas as que caminharam ao meu lado, e que contribuíram para o meu desenvolvimento pessoal e profissional. Em razão disso, gostava de lhes dirigir a minha gratidão.

Começo por agradecer à Professora Doutora Mariana Lopes de Sousa, minha orientadora, pela compreensão, pela disponibilidade, pelas suas céleres respostas em momentos de inquietação. Agradeço por me ter guiado de forma tão próxima, por toda a partilha de ensinamentos e experiências, essenciais ao longo desta jornada. Agradeço, ainda, por todo o tempo e atenção dedicados, por me impulsionar e motivar.

A todos os professores que fizeram parte deste percurso universitário, que caminharam ao meu lado, e que contribuíram para o meu crescimento, agradeço toda a partilha de conhecimento, as oportunidades privilegiadas de aprendizagem, toda disponibilidade e empatia demonstradas.

Ao Bruno, um agradecimento especial, pelo apoio, companheirismo, paciência, confiança depositada e motivação transmitida. Por estar sempre presente, e me fazer sentir capaz de ultrapassar os maiores obstáculos.

Aos meus pais, pelo carinho, pelo apoio incondicional, pela confiança nas minha capacidades, pela dedicação e compreensão, o meu muito obrigada.

Aos meus avós, e a toda a minha família, por terem sempre acreditado em mim, incentivando-me sempre a lutar pelos meus objetivos.

Agradeço às minhas amigas, Ana, Carla, Sara e Susana, pela partilha de experiências e desabafos, pelo incentivo e compreensão, nesta jornada e na amizade e que se mantém há anos.

Às minhas colegas de curso, com quem partilhei este percurso académico, deixo também o meu agradecimento.

A todos, o meu obrigada!

# Índice

Agradecimentos ..... i

Índice de tabelas ..... iv

Lista de abreviaturas ..... v

Resumo ..... vi

Abstract ..... vii

Introdução ..... 8

A pandemia COVID-19 e o seu impacto na adolescência ..... 9

Adolescência ..... 11

Necessidades psicológicas básicas ..... 13

Satisfação com a vida ..... 14

Associações entre o sexo, a idade e o ano de escolaridade com a satisfação com a vida ..... 15

Necessidades psicológicas básicas e a satisfação com a vida ..... 17

Objetivos e hipóteses de investigação ..... 18

Método ..... 19

Participantes ..... 19

Instrumentos ..... 19

Satisfação com a vida ..... 19

Necessidades psicológicas básicas ..... 19

Procedimento ..... 20

Recolha de dados ..... 20

Análise de dados ..... 21

Resultados ..... 22

Diferenças na perceção sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e na satisfação com a vida em função do sexo ..... 22

Análises correlacionais ..... 22

Associações da satisfação com a vida com a perceção da satisfação das necessidades psicológicas básicas, o sexo, a idade e o nível de escolaridade das/os adolescentes.. 23

Discussão dos resultados ..... 25

Diferenças na perceção sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e na satisfação com a vida em função do sexo ..... 25

Correlações entre a satisfação das necessidades psicológicas básicas, a satisfação com a vida, o sexo, a idade e o ano de escolaridade das/os adolescentes..... 26

Associações da satisfação com a vida com a perceção da satisfação das necessidades psicológicas básicas, o sexo, a idade e o nível de escolaridade das/os adolescentes.. 28

Limitações e sugestões para investigação futura ..... 30

Conclusão ..... 32

Referências bibliográficas ..... 34

## Índice de tabelas

Tabela 1. Diferenças na perceção sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e da satisfação com a vida em função do sexo ……... 22
Tabela 2. Correlações de Pearson entre a perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas, a satisfação com a vida, o sexo, a idade e o ano de escolaridade …….. 23
Tabela 3. Modelos de regressão hierárquica ……..…….…… 24

## Lista de abreviaturas

APA – *American Psychiatric Association*

SARS-CoV-2 - Síndrome Respiratória Aguda Grave 2

UNESCO – *United Nations Education, Scientific and Cultural Organization*

WHO – *World Health Organization*

**Resumo**

A pandemia COVID-19 teve um forte impacto nocivo na saúde-mental e bem-estar das/os adolescente, nomeadamente na sua perceção sobre a satisfação das suas necessidades psicológicas básicas e no seu nível de satisfação com a vida. Este estudo tem como objetivo analisar se a perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das suas necessidades psicológicas básicas está associada ao grau de satisfação com a vida por eles/as evidenciado, no contexto da pandemia. Participaram, neste estudo, 1100 adolescentes (518 rapazes e 582 raparigas), entre os 12 e os 18 anos ($M$ = 12.82; $SD$ = .79), que frequentavam escolas do norte de Portugal. A perceção sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e a satisfação com a vida das/os adolescentes foram avaliadas com recurso às versões portuguesas da Escala das Necessidades Psicológicas Básicas do Estudante (ENPBE) e da Escala Breve de Satisfação com a Vida (EBSV), respetivamente. Observou-se que os adolescentes reportavam uma menor satisfação das suas necessidades psicológicas básicas do que as adolescentes. Não foram observadas diferenças estasticamente significativas em função do sexo, na satisfação com a vida. Adicionalmente, os resultados dos modelos de regressão hierárquica construídos mostraram que: i) as/os adolescentes que reportavam maiores níveis de satisfação das suas necessidades psicológicas básicas evidenciavam uma maior satisfação com a vida; ii) as adolescentes tendem a experimentar níveis mais reduzidos de satisfação com a vida do que os adolescentes; iii) as/os adolescentes mais velhas/os tendiam a reportar uma menor satisfação com a vida e iv) o ano de escolaridade frequentado pela/o adolescente não está estatisticamente associado à satisfação com a vida. Este estudo enfatiza a importância de desenvolver intervenções com as/os adolescentes, as famílias e as escolas, para suprir as necessidades das/os adolescentes de autonomia, competência e conexão, e, desta forma, incrementar a sua satisfação com a vida.

**Palavras-chave:** COVID-19; necessidades psicológicas básicas; satisfação com a vida; adolescentes

**Abstract**

The COVID-19 pandemic had a strong harmful impact on adolescents' mental health and well-being, namely on their perception on the satisfaction of their basic psychological needs and on their level of satisfaction with life. This study aims to analyze whether the adolescents' perception on their basic psychological needs is associated with their degree of satisfaction with life during the pandemic. Participants were 1100 adolescents (518 boys and 582 girls), aged between 12 and 18 years ($M$ = 12.82; $SD$ = .79), who attended schools in the north of Portugal. Adolescents'perception on their basic psychological needs and their satisfaction with life were assessed with the Portuguese versions of the Brief Life Satisfaction Scale (BLSS) and the Student's Basic Psychological Needs Scale (ENPBE), respectively. Boys reported lower satisfaction concerning their basic psychological needs than girls. No statistically significant diferences in life satisfaction regarding sex, were observed. Additionally, the results of the hierarchical regression models show that: i) adolescents who reported higher levels of satisfaction with their basic psychological needs experienced higher levels of satisfaction with life; ii) girls reported lower levels of satisfaction with life than boys; iii) older adolescents tended to report lower levels of satisfaction with life and iv) the school grade is not statistically associated with the satisfaction with life. This study higlights the importance of developing interventions with the adolescents, the families and the schools to meet the adolescents' needs of autonomy, competence and connection, and, consequently, increase their satisfaction with life.

**Keywords:** COVID-19; basic psychological needs; satisfaction with life; adolescents

## Introdução

A pandemia COVID-19 teve um forte impacto nocivo na saúde mental (Faro et al., 2020). O novo coronavírus, designado SARS-CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome - Síndrome Respiratória Aguda Grave), assumiu, rapidamente, proporções a nível mundial, devido à sua célere disseminação (Direção-Geral da Saúde [DGS], 2021; European Union [EU], 2021; Muñoz-Fernández & Rodríguez-Meirinhos, 2021; World Health Organization [WHO], 2021). A infeção pelo SARS-CoV-2 e a consequente doença (COVID-19) conduziram o mundo a uma crise de saúde pública sem precedentes (Chaturvedi et al., 2021; Golberstein et al., 2020; López-Castro et al., 2021; Yao et al., 2021). Foram, por isso, implementados protocolos de emergência a nível internacional, para controlar propagação da doença. Estes protocolos impuseram medidas de confinamento, que implicaram restrição da mobilidade física, a limitação de contactos sociais e o encerramento de instituições de ensino (Chaturvedi et al., 2021; Conejo et al., 2020; Golberstein et al., 2020; Muñoz-Fernández & Rodríguez-Meirinhos, 2021; Saha et al., 2020). Requeram, também, medidas adicionais de limpeza e desinfeção de superfícies, bem como de proteção, através da utilização da máscara facial, ou viseira (DGS, 2021; Sharma et al., 2020).

A pandemia provocou intensas e exigentes mudanças nas rotinas e práticas de socialização, que comportaram e continuam a comportar inevitáveis efeitos negativos no bem-estar e saúde mental (Gori et al., 2020; Guo et al., 2020). Estes efeitos são particularmente visíveis na adolescência, dadas as especificidades desta fase de desenvolvimento (Camacho-Zuñiga et al., 2021; Gavin et al., 2020; Henderson et al., 2020). Com efeito, o confronto com o contexto pandémico teve um forte impacto negativo no bem-estar das/os adolescentes (Camacho-Zuñiga et al., 2021; Gavin et al., 2020; Henderson et al., 2020), dada a centralidade das relações estabelecidas com os pares nesta etapa do desenvolvimento. Na adolescência, a rede de suporte social tende a alargar-se e a complexificar-se, sendo as relações com os pares estruturantes (Brown & Larson, 2009; Ellis et al., 2020; Orben et al., 2020; Whitmire, 2000). Dadas restrições impostas pelas medidas de confinamento, as relações das/os adolescentes com os pares foram fortemente afetadas (Andrews et al., 2020; Guo et al., 2020).

A privação dos contactos sociais, ou, pelo menos, das interações sociais no formato presencial, limitaram as oportunidades das/os adolescentes de satisfazer as suas necessidades psicológicas básicas, tendo um inevitável efeito negativo no seu grau de satisfação com a vida (Cheung et al., 2021; Holzer et al., 2021).

A satisfação com a vida é descrita como a medida positiva que o/a jovem faz da sua vida avaliando diversos domínios (e.g., familiar, escolar, interpessoal, saúde, lazer). Carateriza-se pela avalição cognitiva que o/a adolescente faz da sua vida (Butkovic et al., 2020; Esnaola et al., 2019; Li et al., 2021).

A perceção da satisfação das necessidades psicológicas básicas, passível de definir como uma experiência subjetiva fundamental e indispensável para vivenciar, estruturar e potenciar o crescimento pessoal (Tian et al., 2018), é um preditor do funcionamento psicológico positivo, nomeadamente da satisfação com a vida (Rouse et al., 2020). A satisfação com a vida reportar-se ao processo de julgamento cognitivo do indivíduo sobre a sua vida (Esnaola et al., 2019; Li et al., 2021; Moreno-Maldonado et al., 2020; Shouket & Dildar, 2020).

A investigação documenta, de forma contundente, a associação entre a perceção de satisfação das necessidades psicológicas básicas e a satisfação com a vida (Knon et al., 2021; Kyeong et al., 2020). Contudo, que seja do nosso conhecimento, os estudos que analisam esta relação em contexto pandémico são ainda escassos (Šakan et al., 2020), sendo, por isso, relevante aprofundar a compreensão sobre a mesma.

Esta dissertação encontra-se estruturada em cinco secções. A primeira versa sobre o enquadramento teórico da presente investigação. Na segunda, apresentam-se as questões metodológicas e o plano analítico. Na terceira, são analisados os resultados deste estudo. Na quarta, discutem-se os resultados desta investigação, reflete-se sobre as suas limitações e esboçam-se propostas para futuros estudos. Por último, na quinta, sistematizam-se as principais conclusões deste estudo e exploram-se as suas potenciais implicações das conclusões para a intervenção psicológica a desenvolver com adolescentes, em contexto escolar.

## A pandemia COVID-19 e o seu impacto na adolescência

O termo pandemia reporta-se a um surto de uma doença infeciosa, assim como às suas consequências sociais e económicas, que afetam um elevado número de indivíduos, numa vasta área geográfica (Gao et al., 2021; Grennan, 2019; Shirin et al., 2021; Theilmann, 2020). Ao longo da história, várias doenças infeciosas atingiram níveis de pandemia (e.g., peste, cólera, gripe, varíola, malária) (Grennan, 2019; Theilmann, 2020).

No que concerne à sua expressão sintomatológica, numa fase inicial, os sintomas da COVID-19 tendiam a ser mais severos em indivíduos idosos e com comorbilidades (e.g., diabetes e hipertensão) (Alanagreh et al., 2020; Priyadarsini & Suresh, 2020;

Tsamakis et al., 2021). Contudo, à medida que se foram desenvolvendo e disseminando novas estirpes, a severidade dos sintomas foi aumentado em faixas etárias inferiores e em sujeitos sem problemas dignos de registo na sua história clínica (Alanagreh et al., 2020; Cascella et al., 2021). A gravidade dos sintomas pode variar substancialmente (Centers for Disease Control and Prevention [CDCP], 2020b; Priyadarsini & Suresh, 2020). Dependendo do indivíduo, podem oscilar entre sintomatologia leve (e.g., espirros, tosse; e/ou: diarreia, náuseas, vômitos, dor no peito e cefaleias) e insuficiência cardiorrespiratória e/ou renal, que podem requerar cuidados hospitalares, como o recurso a ventilação mecânica (Tsamakis et al., 2021). Nalguns casos, a doença pode ser letal (CDCP, 2020b; Priyadarsini & Suresh, 2020; Sagar et al., 2020; Sheposh, 2021; Zuo et al., 2021).

Em Portugal, o primeiro confinamento foi implementado a 18 de março de 2020, após a declaração do estado de emergência, enquadrado à luz do decreto-lei nº 14-A/2020, de 18 de março. Durou, aproximadamente, dois meses, tendo terminado no dia 4 de maio de 2020. Durante este período, foi decretado o fecho de escolas e universidades, tendo as instituições de ensino adotado o ensino à distância como recurso, o que teve um forte impacto no processo de aprendizagem e nas relações estabelecidas por milhares de crianças, adolescentes e estudantes universitárias/os (Chaturvedi et al., 2021; Conejo et al., 2020; Ellis et al., 2020; Golberstein et al., 2020; Holzer et al., 2021; Saha et al., 2020). A mudança abrupta para o ensino à distância alterou, de forma repentina e profunda, a rotina das/os adolescentes em todo o mundo (Holzer et al., 2021).

A pandemia gerou um intenso medo, sobretudo, numa fase inicial, em que o conhecimento sobre a doença era marcadamente diminuto (Yao et al., 2021). Este medo, funciona como fator de risco para o desenvolvimento de psicopatologia (Hu et al., 2021; Yao et al., 2021; Zhou et al., 2020). As crianças e as/os adolescentes encontram-se particularmente vulneráveis face à crise pandémica, uma vez que os seus recursos para gerir e significar as experiências de adversidade tendem a ser mais restritos (Holzer et al., 2021; Hu et al., 2021). No caso das/os adolescentes, esta vulnerabilidade fica substancialmente ampliada, devido aos desafios na esfera psicossocial que comporta, devido à privação do contacto com os pares, ao isolamento que dele resulta e ao impacto destas mudanças na esfera socioemocional (Holzer et al., 2021; Hu et al., 2021; Lin, 2020; Pappas et al., 2009; Yao et al., 2021). Elevadas taxas de infeção pela COVID-19 indicam milhões de sujeitos a enfrentar vidas isoladas com picos de ansiedade (Yao et al., 2021). Diversos estudos mostraram que adolescentes que tinham experienciado a quarentena

apresentavam mais perturbações de humor, maior irritabilidade e insónia induzida, a par de um elevado risco de desenvolver sintomatologia Perturbação de Stress Pós-Traumático (Tang et al., 2021; Wang et al., 2020).

Não obstante o forte impacto negativo da pandemia na saúde mental, as entidades governamentais têm-se centrado, primordialmente, no controlo da infeção, na eficácia das vacinas e na taxa de recuperação/cura, estando a dimensão psicossocial a ser algo negligenciada (Yao et al., 2021). Afigura-se, por conseguinte, fundamental aprofundar a compreensão sobre o impacto da pandemia no ajustamento socioemocional e bem-estar dos indivíduos (Wang et al., 2020), a fim de contribuir para a projeção de intervenções que permitam atenuar o impacto negativo da vivência pandémica nestas dimensões.

**Adolescência**

Do ponto de vista etimológico, a palavra *adolescência* deriva do latim *adolescere*, que significa crescer. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a adolescência refere-se ao período entre os 12 e os 20 anos de idade. Corresponde à transição entre a infância e a idade adulta (Belcher et al., 2020; Inchley et al., 2021; Sawyer et al., 2018; Whitmire, 2000 Zhang et al., 2020). O/A adolescente confronta-se com responsabilidades acrescidas na esfera social, fruto da complexificação de papéis que assume no contexto das relações que estabelece, mas necessita, ainda, da proteção da figura adulta (Sawyer et al., 2018). A adolescência uma fase crítica da trajetória de desenvolvimento, dadas as intensas mudanças nos domínios físico, cognitivo, emocional e social, que determinam a sua centralidade no processo de construção da identidade (Bailen et al., 2019; Belcher et al., 2020; Blakemore, 2019; Dahl et al., 2018; Eloranta et al., 2021; Inchley et al., 2021; Tian et al., 2016). No domínio físico, regista-se um rápido crescimento, potenciado por alterações endocrinológicas, com especial ênfase na emergência dos carateres sexuais secundários (Best & Ban, 2021; Blakemore, 2019; Dahl et al., 2018; Jackson & Goossens, 2020; Worthman & Trang, 2018). Na esfera cognitiva, registam-se importantes conquistas, em virtude das intensas mudanças no desenvolvimento neurológico que ocorrem neste período (Bailen et al., 2019; Belcher et al., 2020; Inchley et al., 2021; Zhang et al., 2020). Estas mudanças refletem-se num aumento da plasticidade neuronal e espelham-se no aumento da flexibilidade cognitiva, da velocidade de processamento cognitivo, assim como no desenvolvimento das competências de planeamento, da metacognição e das funções associadas ao controlo dos impulsos (Blakemore, 2019; Eloranta et al., 2021; Orben et al., 2020; Zhang et al., 2020).

No domínio emocional, as/os adolescentes apresentam, com frequência, instabilidade emocional (Bailen et al., 2019), uma vez que tendem a experienciar emoções de valência positiva e negativa de forma mais intensa, comparativamente com as/os adultas/os (Bailen et al., 2019; Orkibi & Ronen, 2017). Na esfera social, verifica-se uma uma automização crescente face à família, a par da complexificação das relações estabelecidas nos diferentes contextos vivenciais (Blakemore, 2019; Inchley et al., 2021; Sawyer et al., 2018; Zhang et al., 2020). Este alargamento das redes relacionais comporta a gestão e ensaio de novos papéis e responsabilidades, que preparam as/os adolescentes para lidar com as exigências da idade adulta (Belcher et al., 2020; Magson et al., 2021; Orben et al., 2020; Whitmire, 2000).

No processo de autonomização face à família e ao adensamento das redes relacionais que pautam a adolescência, os pares desempenham uma função fundamental (Kaur et al., 2020; Magson et al., 2021; Onetti et al., 2019; Orben et al., 2020; Rathmann et al., 2018; Saleem et al., 2019; Whitmire, 2000). Funcionam como uma espécie de alicerce do *self* e securizam a/o adolescente, ao proporcionarem-lhe um sentido de pertença e aceitação (Magson et al., 2021; Orben et al., 2020). Acresce que as relações íntimas na idade adulta e o papel do sujeito na sociedade são influenciadas pela reestruturação das conexões com a família, por meio dos relacionamentos com os pares (Orben et al., 2020; Whitmire, 2000).

As relações de amizade surgem na infância, mas multiplicam-se, intensificam-se e complexificam-se na adolescência (Orben et al., 2020; Whitmire, 2000). Configuram-se como: 1) fonte de suporte afetivo e social, 2) referência na esfera sociomoral, 3) contexto privilegiado para a construção de relações íntimas, que permite ensaiar competências para a construção da intimidade na idade adulta, nomeadamente no contexto das relações românticas, 3) suporte na complexificação da forma como a/o adolescente representam o *self* e o mundo (Brown & Larson, 2009; Ellis et al., 2020; Orben et al., 2020; Whitmire, 2000). A robustez do vínculo estabelecido com o grupo de pares funciona, por isso, como fator de proteção para as/os adolescentes (Orben et al., 2020).

Dada a importância das relações com os pares, as/os adolescentes evidenciam uma vulnerabilidade acrescida face ao confronto com dificuldades associadas à gestão das relações com os pares (Blakemore, 2019; Orben et al., 2020). O contexto pandémico e, em particular, o confinamento, ditou profundas alterações nas práticas de socialização das/os adolescentes. As medidas de contenção da disseminação do vírus, designamente o

encerramento das escolas e universidades e a limitação das interações presenciais, tiveram efeitos nefastos no bem-estar e saúde mental das/os adolescentes (Magson et al., 2021; Tang et al., 2021; Wang et al., 2020). Com efeito, diversos estudos mostram que, durante o confinamento, as/os adolescentes evidenciavam mais sintomatologia ansiosa, depressiva, que aumenta a sua propensão para a adoção de comportamentos de risco (Andrews et al., 2020; Cheung et al., 2021; Ellis et al., 2020; Wang et al., 2020). As fragilidades na esfera socioemocional foram ampliadas pelo facto de, nesta fase do desenvolvimento, tender a observar-se uma menor perseverança e compromisso com objetivos a longo prazo (Cheung et al., 2021), o que dificultou a sua adesão às medidas de conteção da disseminação do vírus. Considerando a vulnerabilidade ampliada das/os adolescente face à pandemia, urge aprofundar a compreensão sobre o efeito da vivência deste período de crise no bem-estar e saúde mental, a fim de reduzir os danos psicológicos gerados pela pandemia, bem como de preservar e promover a saúde mental (Miranda et al., 2020).

**Necessidades psicológicas básicas**

Na linguagem coloquial, o conceito *necessidade* reporta-se a desejos, objetivos e vontades (Ryan, 1995; Vansteenkiste et al., 2020). É, por isso, a uma força motivadora (Ryan, 1995). As crianças podem referir necessitar de um jogo, ou de um doce, as/os jovens de um telemóvel novo e os adultos de férias. Contudo, em cada uma destas situações, a "necessidade" indica a presença de um forte desejo, ou preferência (Vansteenkiste et al., 2020).

No presente estudo, o conceito de *necessidade* será definido tendo por base a Teoria da Autodeterminação, segundo a qual a necessidade psicológica básica "é um nutriente psicológico essencial para o ajustamento, integridade e crescimento dos indivíduos" (Vansteenkiste et al., 2020, p.1). Neste sentido, a necessidade psicológica básica só pode ser considerada, quando a sua satisfação não é apenas vantajosa, mas substancial para o bem-estar dos sujeitos (Ryan & Deci, 2000; Vansteenkiste et al., 2020; Vansteenkiste & Ryan, 2013). Em consonância com estes pressupostos, a satisfação das necessidades está indissociavelmente associada ao bem-estar, porque viabilizam um funcionamento pleno do sujeito (Šakan et al., 2020).

As necessidades psicológicas básicas abrangem três dimensões estruturantes no funcionamento e bem-estar do indivíduo: autonomia, competência e conexão (Behzadnia & FatahModares, 2020; Granero-Gallegos et al., 2019; Guo, 2018; Kwon et al., 2021;

Poulou & Norwich, 2019; Sakan et al., 2020; Schwinger et al., 2020; Shah et al., 2020; Shao et al., 2018; Tang et al., 2019; Vansteenkiste et al., 2020). A autonomia diz respeito ao sentido de integridade e autenticidade, conquistado através de comportamentos autodirigidos (Schweder & Raufelder, 2021). Manifesta-se no sentir-se volitivo, na iniciação e regulação das suas próprias ações (Campbell et al., 2018; Granero-Gallegos et al., 2019; Guo, 2018; Poulou & Norwich, 2019; Schweder & Raufelder, 2021; Tang et al., 2019; Zhou et al., 2021). É "um valor fundamental para a motivação humana" (Yaeger et al., 2017, p. 437), que permite um "senso de livre-arbítrio, liberdade de escolha, autossuficiência e experiência de autogoverno" (Yaeger et al., 2017, p. 437). Por seu turno, a competência reporta-se à perceção de eficácia e está associada à mobilização de competências que potenciam a resolução bem-sucedida de problemas (Campbell et al., 2018; Poulou & Norwich, 2019). Refere-se, também, à eficácia nas negociações com o meio envolvente, bem como nas suas atividades (Guo, 2018; Poulou & Norwich, 2019; Tang et al., 2019). Reflete-se na perceção do indivíduo de deter controlo sobre as suas ações (Schweder & Raufelder, 2021). Por último, a conexão reporta-se à necessidade de estabelecer ligações seguras e satisfatórias com as/os outras/os, através da experiência de cuidado (Campbell et al., 2018; Lo Cricchio et al., 2021; Neubauer et al., 2021; Šakan et al., 2020; Vansteenkeste et al., 2020).

**Satisfação com a vida**

A satisfação com a vida é um importante indicador do ajustamento psicológico (Aymerich et al., 2021; Goldbeck et al., 2007). Este conceito caracteriza-se pela avaliação cognitiva da qualidade de vida (Butkovic et al., 2020). Um elevado grau de satisfação com a vida tende a funcionar como fator de proteção na trajetória de desenvolvimento, enquanto reduzidos níeis de satisfação com a vida são, amiúde, precursores da emergência e estruturação de psicopatologia (Aymerich et al., 2021; Goldbeck et al., 2007). É, por isso, fundamental avaliar este indicador em fases precoces do desenvolvimento, com a infância e adolescência, dada o seu forte impacto na saúde mental e bem-estar (Aymerich et al., 2021; Walsh et al., 2020).

A satisfação com a vida é considerada como um dos principais componentes do bem-estar subjetivo (Aymerich et al., 2021; Butkovic et al., 2020). Este último conceito, é multifacetado, integrando assim um componente cognitivo e outro afetivo (Butkovic et al., 2020). A satisfação com a vida refere-se a um processo de julgamento cognitivo do indivíduo sobre a sua vida, que tem por base os padrões por isso internalizados, no

decurso da sua trajetória de desenvolvimento (Esnaola et al., 2019; Li et al., 2021; Moreno-Maldonado et al., 2020; Shouket & Dildar, 2020). Diz, assim, respeito à avaliação subjetiva e global de um sujeito quanto à positividade da sua vida (Esnaola et al., 2019; Li et al., 2021; Shouket & Dildar, 2020). Particularmente para as/os aolescentes, a internalização das perceções produzem um forte efeito na autoavaliação e no bem-estar geral (Forste & Moore, 2012), configurando-se como uma extensão de avaliação da qualidade de vida em geral (Miller et al., 2019; Shouket & Dildar, 2020). A autoperceção das/os adolescentes está relacionada com a forma como estes/as acreditam ser percercebidas/os e avaliadas/os pelos outros (Forste & Moore, 2012). É um preditor da saúde física e psicológica (Aymerich et al, 2021; Miler el al., 2019), estando posivitivamente associada ao bem-estar (Cha & Yang, 2020; Esnaola et al., 2019; Miler et al., 2019; Moreno-Maldonado et al., 2020), bem como à perceção dos adolescentes sobre a sua qualidade de vida (Shouket & Dildar, 2020). A satisfação com a vida tende a diminuir no início da adolescência, dadas as aceleradas mudanças nos diferentes domínios de desenvolvimento que caraterizam esta fase do ciclo vital e requerem um exigente exercício de adaptação nos domínios físico, psicológico e social (Cha & Yang, 2020; Esnaola et al., 2019).

O contexto pandémico configura-se como acontecimento traumático, tendo um inevitável efeito nocivo na saúde mental e no bem-estar dos adolescentes (Caffo et al., 2020; Guessoum et al., 2020; Miranda et al., 2020). Impôs uma rutura profunda com as rotinas e práticas de socialização instituídas, afetando, por este motivo, a perceção de satisfação com a vida (Bates et al., 2020; Muñoz-Fernández et al., 2021). No caso dos adolescentes, a satisfação com a vida está estreitamente associada ao prazer retirado das relações estabelecidas com os outros (Gempp & González-Carrasco, 2021; Magson et al., 2021; Meuwese et al. 2017; Organization for Economic Cooperation and Development [OECD], 2017; Somerville, 2013), sobretudo com os pares (Andrew set al., 2021). Por conseguinte, o impacto negativo do contexto pandémico na satisfação com a vida é substancialmente ampliado (Magson et al., 2021; Rogers et al., 2021).

**Associações entre o sexo, a idade e o ano de escolaridade com a satisfação com a vida**

A literatura documenta, de forma contundente, a existência de diferenças na satisfação com a vida em função do sexo (Al-Attiyah, & Nasser, 2016; Aymerich et al.,

2021; González-Carrasco et al., 2017; Joshanloo & Jovanović, 2020; Newland et al., 2018). Diversos estudos realizados com adolescentes mostram que, no período da adolescência, as raparigas tendem a experienciar menor satisfação com a vida do que os rapazes (Aymerich et al, 2021; González-Carrasco et al., 2017; Joshanloo & Jovanović, 2020; Newland et al., 2018). Estas diferenças são, possivelmente, explicadas pelo facto de as raparigas percecionarem ser mais pressionadas socialmente, devido aos juízos em torno da sua aparência e à atração de cariz sexual que passam a gerar (Aymerich et al, 2021). As mudanças pubertárias, com especial ênfase no aparecimento da menstruação, podem, também, explicar os menores níveis de satisfação com a vida observados nas raparigas, dado o seu efeito ansiogénico e o impacto auto-estima (Griffiths et al., 2017; Iannello et al., 2016; Lawal et al., 2020). Nas raparigas, o aumento da gordura corporal que marca as mudanças pubertárias leva, frequentemente, a que as jovens tenham de lidar com um corpo que não corresponde aos padrões estéticos dominantes (Davison& McCabe, 2006), o que tem inevitáveis custos para o seu bem-estar e ajustamento socioemocional. Por contraposição, o aumento da massa muscular que se verifica no sexo masculino é consonante com alguns dos ideais de beleza vigentes na cultura ocidental (Agrahari & Kinra, 2017; Aymerich et al., 2021; Bacchini & Magliulo, 2003; Davison & McCabe, 2006). Desta forma, nas raparigas, a influência negativa da imagem corporal na autorrepresentação gera, amiúde, insegurança face ao corpo e à/s sua/s competências (Bacchini & Magliulo, 2003; Davison & McCabe, 2006), que poderá justificar os menores níveis de satisfação com a vida por elas reportados (Bacchini & Magliulo, 2003; Davison & McCabe, 2006).

A par das diferenças em função do sexo, diversos estudos documentam a associação da idade com a satisfação com a vida (Aymerich et al., 2021; Casas & González-Carrasco, 2018; González-Carrasco et al., 2017; Newland et al., 2018; Rees, 2017). A investigação neste domínio mostra que tende a verificar-se uma redução dos níveis de satisfação com a vida ao longo da adolescência (Aymerich et al., 2021; Casas & González-Carrasco, 2018; Gonçalves et al., 2017; González-Carrasco et al., 2017; Jhang, 2019; Lu et al., 2021; Newland et al., 2018; Rees, 2017). Este decréscimo dos níveis de satisfação com a vida é, possivelmente, explicado pelo facto de a pressão social (e.g., exigências associadas à gestão da assunção de novos papéis sociais, bem como com a exigência de regular o comportamento, tendo por base padrões, normas e regras sociomorais que regulam o comportamento) aumentar nesta fase desenvolvimental (Helfert & Warschburger, 2013), devido à complexificação das relações estabelecidas nos

diferentes contextos vivenciais e às exigências a eles associadas (Aymerich et al., 2021; Nagata, 2020). A redução do grau de satisfação com a vida reportado na adolescência é, porventura, também atribuível às mudanças no desenvolvimento físico, cognitivo (e.g., avaliação cognitiva da vida em geral), emocional e social que caraterizam esta fase do desenvolvimento (González-Carrasco et al., 2017; Jhang, 2019). A maturação das estruturas cognitivas viabiliza a emergência e estruturação do pensamento formal (Sidik, 2020; Piaget, 1972) que amplia a autoconsciência. A capacidade de pensar sobre o *self* permite à/ao adolescente ter um olhar crítico sobre os seus contextos de vida e as redes relacionais a eles associados, o que os leva, porventura, a avaliar, com maior grau de exigência, a sua vida, o que explica o decréscimo dos níveis de satisgação com a vida reportados nesta fase da trajetória do desenvolvimento (Lu et al., 2021).

No que respeita ao ano de escolaridade, o nível de satisfação com a vida tende a decrescer, à medida que as/os adolescentes avançam na escolaridade, acompanhando a tendência observada na idade (Gonçalves et al., 2017; Rathmann et al., 2018). No decurso do percurso escolar, aumentam as responsabilidades no domínio académico, devido ao aumento do volume e grau de dificuldade dos conteúdos curriculares, da carga horária e da complexificação das relações estabelecidas com adultas/os e pares (Gonçalves et al., 2017; Tian et al., 2018). Estas exigências acrescidas na gestão da vida escolar tendem a ter um efeito ansiogénico, que pode justificar os menores níveis de satisfação com a vida reportados pelas/os adolescentes (Gonçalves et al., 2017).

**Necessidades psicológicas básicas e a satisfação com a vida**

A perceção da satisfação das necessidades psicológicas básicas é um preditor do funcionamento psicológico positivo, nomeadamente da satisfação com a vida (Rouse et al., 2020). A associação entre a perceção de satisfação das necessidades psicológicas básicas (i.e., autonomia, competência e conexão) e a satisfação com a vida em adolescentes encontra-se descrita de forma extensiva na literatura (Knon et al., 2021; Kyeong et al., 2020; Orkibi & Ronen, 2017). As/Os jovens que percecionam ter as suas necessidades psicológicas básicas supridas tendem a reportar uma maior satisfação com a vida (Kyeong et al., 2020; Orkibi & Ronen, 2017).

Os estudos realizados neste domínio mostram que a motivação das/os adolescentes para suprir as suas necessidades psicológicas básicas contribui para incrementar os seus níveis de satisfação com a vida (Chen et al., 2015; Leversen et al., 2012; Kyeong et al., 2020; Orkibi & Ronen, 2017). A satisfação das necessidades

psicológicas básicas tende a funcionar como mediador da relação entre a autorregulação motivacional e a satisfação com a vida (Behzadnia & FatahModares, 2020; Curran & Standage, 2017; Guo, 2018; Ryan & Deci, 2017a).

A motivação das/os adolescentes para satisfazer as suas necessidades psicológicas básicas no quotidiano tendem a refletir-se num envolvimento acrescido em atividades que potenciam o seu desenvolvimento, o que tende a espelhar-se num aumento dos níveis de satisfação com a vida (Leversen et al., 2012). Por conseguinte, quando as necessidades psicológicas básicas são supridas, o bem-estar e resiliência tendem a aumentar, e as emoções negativas a diminuir (Yang et al., 2017).

**Objetivos e hipóteses de investigação**

A investigação documenta, de forma ampla, a existência de uma associação entre a perceção de satisfação das necessidades psicológicas básicas e a satisfação com a vida (Behzadnia & FatahModares, 2020; Knon et al., 2021; Kyeong et al., 2020; Orkibi & Ronen, 2017; Tang et al., 2019). Mostra, também, que o contexto pandémico tem um impacto negativo na perceção das/os adolescentes face à satisfação das suas necessidades psicológicas básicas e na sua satisfação com a vida (Ammar et al., 2020; Behzadnia & FatahModares, 2020; Skan et al., 2020; Soeste et al., 2020). Contudo, são ainda escassos os estudos realizados com adolescentes (Antunes et al., 2021; Zimmermann et al., 2021). O presente estudo pretende, por isso, contribuir para aprofundar a compreensão sobre o efeito da perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das suas necessidades psicológicas básicas no grau de satisfação com a vida por eles/as evidenciado, no contexto da pandemia. Tem como objetivos 1) verificar se existem diferenças na perceção das/dos adolescentes sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e a satisfação com a vida, em função do sexo e 2) aferir se a perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas está associada ao grau de satisfação com a vida, ao sexo, idade e nível de escolaridade das/os adolescentes, no contexto da vivência da pandemia. Espera-se que as adolescentes percecionem e evidenciem maior insatisfação face à satisfação das suas necessidades psicológicas básicas e um menor grau de satisfação com a vida do que os adolescentes. É, de igual modo, expectável que a perceção sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas esteja positivamente associada ao grau de satisfação com a vida por eles/elas evidenciado**.**

A par dos objetivos elencados, pretende-se, de igual modo, refletir em torno das implicações dos resultados obtidos, quer na esfera social e política, quer para a intervenção psicológica, dada a premência das necessidades emergentes a este nível.

## Método

### Participantes

Os participantes foram recrutados no contexto de um projeto mais amplo, cuja recolha de dados teve início entre abril e julho de 2019. Um ano depois, entre junho e julho de 2020, já em contexto pandémico, foi, novamente, solicitada às/aos adolescentes a sua participação. A amostra do presente estudo integra 1100 adolescentes (518 rapazes e 582 raparigas), entre os 12 e os 18 anos ($M$ = 12.82; $SD$ = .79), que frequentavam escolas no norte de Portugal. No que respeita ao nível de escolaridade, 61.2% dos adolescentes frequentavam o 7º ano e 38.5% o 8º ano.

Como critérios de inclusão, foram considerados: 1) a pertença da faixa etária 12-18 anos, 2) a frequência do 7º e 8º ano de escolaridade e 3) a ausência de compromisso na esfera cognitiva que pudesse funcionar como óbice ao preenchimento autónomo dos questionários.

### Instrumentos

#### Satisfação com a vida

Para avaliar a satisfação com a vida de crianças e adolescentes, foi utilizada a versão portuguesa da Escala Breve de Satisfação com a Vida (EVSV; Huebner, 1994). Esta escala é constituída por seis itens, aferidos numa escala de Likert de 6 pontos (0- Terrível; 6- Fantástica). Esta escala permite avaliar a perceção dos adolescentes face à satisfação com a vida em diferentes domínios (familiar, escolar, interpessoal). A pontuação total da satisfação com a vida dos adolescentes resulta do cálculo da média dos seis itens que integram a escala. As pontuações mais altas refletem um nível superior de satisfação com a vida. Obteve-se um alfa de Cronbach para a pontuação total da EBSV .81.

#### Necessidades psicológicas básicas

Para avaliar a perceção sobre a satisfação de necessidade psicológicas básicas das/os adolescentes, recorreu-se à versão portuguesa da Escala das Necessidades Psicológicas Básicas do Estudante (ENPBE; Tian et al., 2014). Esta escala é constituída

por 15 itens, aferidos numa escala de Likert de 5 pontos (1- Discordo totalmente; 5- Concordo totalmente). Os itens encontram-se organizados em cinco escalas: Necessidade de Autonomia, Necessidade de Relações e Necessidade de Competência, cada uma com cinco itens. Obteve-se um alfa de Cronbach de .88.

## Procedimento

### Recolha de dados

O projeto mais amplo em que se inscreve o presente estudo foi submetido à Comissão de Ética da Universidade Lusíada, tendo sido aprovado por parte da mesma. Foi, de igual modo, obtida a autorização da Direção Geral de Educação. Foi construída uma lista de escolas, a fim de selecionar uma amostra representativa, considerando o tipo de escola (i.e., básica, básica e secundária, ou secundária) e a sua distribuição geográfica.

Foram contactadas, através de telefone ou e-mail, 82 escolas, que se encontravam a participar no projeto de investigação mais amplo. Destas, 48 aceitaram participar no estudo. As restantes escolas recusaram, devido aos constrangimentos impostos pelo Ensino à distância e ao facto de diversos alunos não disporem dos recursos tecnológicos necessários para participar no estudo. A recolha de dados decorreu em dois momentos. O primeiro ocorreu entre abril e junho de 2019 e o segundo entre junho e julho de 2020, em pleno contexto pandémico, depois do período de confinamento, em Portugal.

Em cada escola, um/a professor/a, que mediava a comunicação com a equipa de investigação, convidou as/os alunas/os a participar e assegurou a articulação com as/os encarregadas/os de educação. Depois de acautelada a comunicação com os pais, era pedido às/aos alunas/os que devolvessem a declaração de consentimento informado devidamente assinadas pelas/os encarregadas/os de educação. Nalguns casos, esta declaração era devolvida pelas/os encarregadas/os de educação às/aos diretoras/es de turma no contexto das reuniões realizadas com as/os mesmas/os. De acordo com as recomendações constantes na Declaração de Helsínquia, apenas as/os alunas/os que devolveram a declaração devidamente assinada pelos seus responsáveis legais foram autorizadas/os a participar no estudo. Na declaração de consentimento informado, encontravam-se explicitados os objetivos do estudo, a par dos procedimentos implicados na recolha de dados. Assegurava-se, também, que toda a informação obtida seria usada, apenas e unicamente, para fins de investigação científica e académica. Acautelava-se, adicionalmente, que seria garantida a confidencialidade e anonimato dos dados

recolhidos. Por último, afiançava-se que os dados seriam tratados, analisados e divulgados de modo anónimo e somente em grupo, e nunca individualmente.

Devido aos constrangimentos inerentes ao contexto pandémico, foi criada uma versão *on-line* dos questionários no *Google Forms*, tendo as/os professores responsáveis pela supervisão do processo de recolha de dados enviado o respetivo *link* para as/os alunas/os. A recolha de dados foi financiada por fundos nacionais, pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT).

**Análise de dados**

A análise de dados foi efetuada com recurso ao *Statistical Package for the Social Sciences*, versão 27.0 (SPSS 27.0). Inicialmente, aferiu-se se as variáveis em estudo (i.e., satisfação das necessidades psicológicas básicas e satisfação com a vida) cumpriam o pressuposto da normalidade, com recurso ao teste de normalidade de Shapiro-Wilk. Verificou-se que ambas as variáveis violavavam este pressuposto. Não obstante, foram utilizados testes paramétricos, como sugerido por Fife-Schaw (2006), dado que estes testes podem ter um bom desempenho com dados contínuos que violam o pressuposto da normalidade, mas cumprem os critérios referentes à dimensão amostral (i.e., dois grupos com mais de 15 participantes) (Banga & Fox, 2013).

Por conseguinte, recorreu-se ao teste *t* de Student, para verificar se existiam diferenças na perceção da satisfação das necessidades psicológicas básicas e na satisfação com a vida em função do sexo. Foram, também, realizadas análises correlacionais, com recurso ao teste *r* de Pearson, a fim de perceber se o grau de satisfação com a vida se encontrava associado à perceção sobre satisfação das necessidades psicológicas básicas e às variáveis sociodemográficas (i.e., sexo, idade e ano de escolaridade). Foi, depois, realizada uma regressão hierárquica, para verificar se a perceção sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas estava associada ao grau de satisfação com a vida evidenciado pelas/os adolescentes. Nos modelos construídos, foram introduzidas as seguintes variáveis de entrada: satisfação com as necessidades psicológicas básicas, sexo, idade e ano de escolaridade. Como variável de saída, foi considerada a satisfação com a vida.

Nas secções subsequentes desta dissertação, serão utilizados os termos "associação", ou associações, na análise e discussão dos resultados dos modelos de regressão, uma vez que o facto de os dados se reportarem apenas a um momento de

observação não autorização à utilização dos termos “preditor”, “preditores”, ou efeito de predição.

## Resultados

### Diferenças na perceção sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e na satisfação com a vida em função do sexo

No que concerne às diferenças em função do sexo, os adolescentes reportam uma menor satisfação das necessidades psicológicas básicas do que as adolescentes. Não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre sexos, no que respeita à satisfação com a vida (ver tabela 1).

**Tabela 1**

*Diferenças na perceção sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e da satisfação com a vida em função do sexo.*

| | **Masculino *M* (*DP*)** n = 518 | **Feminino *M* (*DP*)** n = 582 | ***t*** | ***p*** |
|---|---|---|---|---|
| Necessidades Psicológicas Básicas | 3.88 (.55) | 3.94 (.50) | -1.854 | .026 |
| Satisfação com a Vida | 5.07 (.76) | 4.98 (.76) | 1.886 | .738 |

### Análises correlacionais

Observou-se uma correlação positiva estatisticamente significativa entre a perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das suas necessidades psicológicas básicas e o seu nível de satisfação com a vida. Estes resultados mostram que as/os adolescentes que reportam uma maior satisfação das suas necessidades psicológicas básicas apresentam um maior grau de satisfação com a vida.

Verificou-se, também, que a idade está negativamente correlacionada, quer com a satisfação das necessidades psicológicas básicas, quer com a satisfação com a vida. As/Os adolescentes mais velhas/os tendem a reportar uma menor satisfação das suas necessidades básicas, a par de uma menor satisfação com a vida.

Adicionalmente, foi observada uma correlação negativa estatisticamente significativa entre o ano de escolaridade e a satisfação com a vida. As/Os adolescentes

que se encontram mais avançadas/os no seu percurso escolar tendem a evidenciar menores níveis de satisfação com a vida.

Não foram observadas correlações estatisticamente significativas do sexo com a satisfação das necessidades psicológicas básicas e a satisfação com a vida.

**Tabela 2**

*Correlações de Pearson entre a perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas, a satisfação com a vida, o sexo, a idade e o ano de escolaridade.*

| | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|---|---|---|---|---|---|
| (1) Necessidades psicológicas básicas | 1 | | | | |
| (2) Satisfação com a vida | .48** | 1 | | | |
| (3) Sexo | 0.6 | -.06 | 1 | | |
| (4) Idade | -.09** | -.14** | -.05 | 1 | |
| (5) Ano de escolaridade | -.03 | -.08** | .01 | .29** | 1 |

** $p < .01$

**Associações da satisfação com a vida com a perceção da satisfação das necessidades psicológicas básicas, o sexo, a idade e o nível de escolaridade das/os adolescentes**

Para verificar se as necessidades psicológicas básicas tinham um efeito estatisticamente significativo no grau de satisfação com a vida evidenciado pelas/os adolescentes durante a vivência pandémica, foram construídos modelos de regressão hierárquica.

Foram construídos três modelos de regressão, tendo como variável de saída a satisfação com a vida. O primeiro incluía apenas a perceção face à satisfação das necessidades básicas como variável de entrada. No segundo, foram consideradas, como variáveis de entrada, perceção face à satisfação das necessidades básicas e o sexo. No

terceiro modelo, a perceção face à satisfação das necessidades básicas, o sexo, a idade e o ano de escolaridade, foram inseridas como variáveis de entrada.

Na tabela 3, são apresentados os resultados dos três modelos de regressão construídos. Os três modelos de regressão construídos são estatisticamente significativos, sendo que o modelo que explica maior percentagem da variância é aquele que inclui as quatro variáveis (i.e., necessidades psicológicas básicas, sexo, idade e ano de escolaridade) ($R^2$ = .25). Considerando os coeficientes de determinação dos três modelos, é possível observar que a maior percentagem de variância da satisfação com a vida é explicada pelas necessidades psicológicas básicas, uma vez que o modelo que integra esta variável como parâmetro único explica 23% da variância da satisfação com a vida ($R^2$ = .23).

Os resultados dos modelos de regressão construídos mostram que a perceção sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas está positivamente associada à satisfação com a vida, enquanto o sexo e a idade estão negativamente associados à satisfação com a vida. As/Os adolescentes que reportam maiores níveis de satisfação das suas necessidades psicológicas básicas experimentam níveis superiores de satisfação com a vida. Acresce que as adolescentes tendem a experimentar níveis mais reduzidos de satisfação com a vida do que os adolescentes, e que as/os adolescentes mais velhos tendem a reportar uma menor satisfação com a vida. O ano de escolaridade frequentado pela/o adolescente não está estatisticamente associado à satisfação com a vida.

**Tabela 3**

*Modelos de regressão hierárquica*

| Modelo | Variáveis | B | *β* | *t* | *p* | $R^2$ | *F* | *p* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Necessidades psicológicas básicas | 0.70 | .48 | 18.18 | < .001 | .23 | 33.48 | < .001 |
| 2 | Necessidades psicológicas básicas | 0.71 | .49 | 18.41 | < .001 | .24 | 17.75 | < .001 |
| | Sexo | -0.13 | -.08 | -3.20 | .001 | | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Necessidades psicológicas básicas | 0.70 | .48 | 18.09 | < .001 | | | |
| 3 | Sexo | -0.14 | -.09 | -3.36 | < .001 | .25 | 91.27 | < .001 |
| | Idade | -0.09 | -.09 | -3.32 | < .001 | | | |
| | Ano de escolaridade | -0.06 | -.04 | -1.37 | .171 | | | |

## Discussão dos resultados

Este estudo teve como objetivos: 1) verificar se existem diferenças em função do sexo na perceção das/dos adolescentes sobre a satisfação das suas necessidades psicológicas básicas e na sua satisfação com a vida e 2) aferir se a perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas está associada ao grau de satisfação com a vida, ao sexo, idade e nível de escolaridade das/os adolescentes, no contexto da vivência da pandemia.

### Diferenças na perceção sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e na satisfação com a vida em função do sexo

Os resultados mostram que as raparigas reportam uma maior satisfação das suas necessidades psicológicas básicas do que os rapazes, em consonância com a investigação existente (Chu et al., 2019; Rodrigues et al., 2019; Rodríguez-Meirinhos, 2020). Diversos estudos mostram que a conexão é uma preocupação primordial para o sexo feminino (Chu et al., 2019; Rodrigues et al., 2019; Rodríguez-Meirinhos, 2020). Por conseguinte, o facto de a recolha de dados ter decorrido logo após o período de confinamento, após a reabertura das escolas, pode explicar o facto de as raparigas percecionarem as suas necessidades básicas como estando mais satisfeitas do que os rapazes. O retorno ao ensino presencial possibilitou o reencontro com os pares, contribuindo, possivelmente, para ampliar o grau de satisfação retirado pelas adolescentes das interações sociais estabelecidas no contexto escolar (Tordjman et al., 2021; Waters et al., 2021) e, por conseguinte, a perceção de que a sua necessidade de conexão está suprida (Waters et al., 2021). Adicionalmente, a investigação mostra que a necessidade de autonomia é objeto de marcada valorização por parte do sexo feminino (Bergen & Saharso, 2016; Lietaert et

al., 2015; Rodríguez-Meirinhos, 2020) e que as/os professores são percecionados como agentes fundamentais na promoção da autonomia (Lietaert et al., 2015; Rodríguez-Meirinhos, 2020). Por conseguinte, o retorno ao ensino presencial permitiu recuperar um contacto mais estreito com as/os docentes que as adolescentes parecem ter percecionado como benéficas para a conquista de uma autonomia acrescida, nomeadamente no que concerne à gestão do seu processo de aprendizagem (Tordjman et al., 2021; Waters et al., 2021).

No que respeita à satisfação com a vida, não foram observadas diferenças estatistiticamente significativas em função do sexo. Estes resultados são dissonantes face à investigação neste domínio, que mostra que as raparigas reportam menores níveis de satisfação com a vida do que os rapazes (Al-Attiyah, & Nasser, 2016; Aymerich et al., 2021; González-Carrasco et al., 2017; Joshanloo & Jovanović, 2020; Newland et al., 2018). Estes resultados são, porventura, passíveis de explicar pelo facto de, como referido, as raparigas terem retirado uma marcada gratificação do retorno ao ensino presencial, quer na esfera social, quer académica. Retomar as rotinas, os relacionamentos bem como os comportamentos de saúde (i.e. atividade física, alimentação regrada, horas de sono) potencia o bem-estar das adolescentes (Branquinho et al., 2021). Utilizar os pontos fortes como recurso às adversidades, pode aumentar a imunidade aos fatores de *stress* e agir como fator de proteção (Rashid & McGrath, 2020; Waters et al., 2021).

**Correlações entre a satisfação das necessidades psicológicas básicas, a satisfação com a vida, o sexo, a idade e o ano de escolaridade das/os adolescentes**

Observou-se que as/os adolescentes que reportam uma maior satisfação das suas necessidades psicológicas básicas apresentam uma maior satisfação com a vida. Esta associação encontra-se documentada, de forma extensiva, na literatura (Knon et al., 2021; Kyeong et al., 2020; Orkibi & Ronen, 2017). Usualmente, a motivação e perceção de realização das/os adolescentes em contextos que permitam suprir as suas necessidades psicológicas básicas tendem a ser acrescidas (Kyeong et al., 2020; Leversen et al., 2012). Durante a adolescência, as/os jovens tornam-se mais exigentes relativamente à satisfação das necessidades psicológicas básicas de autonomia, conexão e competência (Ryan & Deci, 2017a; Ryan & Deci, 2020; Yang et al., 2021). Mostram uma necessidade crescente de participar, de forma ativa, nos processos de tomada de decisão, sobre objetivos pessoais, uso de dinheiro, escolha de amigos e gestão de tempo (Alonso-Stuyck et al., 2017), de estreitarem a relação com os pares, de usufruir de suporte social nos diferentes

contextos em que se movem, assim como de ter acesso a um repertório de experiências que lhes permita reforçar o seu sentido de competência (Kyeong et al., 2020; Leversen et al., 2012; Orkibi & Ronen, 2017). Por conseguinte, a sua motivação para satisfazer as necessidades psicológicas básicas exponencia os seus níveis de satisfação com a vida (Chen et al., 2015; Leversen et al., 2012; Kyeong et al., 2020; Orkibi & Ronen, 2017) e afigura-se central para o seu bem-estar (Chen et al., 2015; Kyeong et al., 2020; Leversen et al., 2012; Milyavskaya et al. 2009; Orkibi & Ronen, 2017; Rouse et al., 2020; Yang et al., 2021).

Verificou-se, também, que as/os adolescentes mais velhas/os tendem a reportar uma menor satisfação das suas necessidades básicas, a par de uma menor satisfação com a vida. Diversos estudos documentam a associação entre a idade e estas variáveis (Aymerich et al., 2021; Casas & González-Carrasco, 2018; González-Carrasco et al., 2017; Newland et al., 2018; Rees, 2017; Rodríguez-Meirinhos, 2020; Soenens et al. 2019). A diminuição da satisfação das necessidades psicológicas básicas e da satisfação com a vida com a idade podem ser, porventura, explicadas pelas conquistas existentes no domínio cognitivo nesta fase da trajetória do desenvolvimento (Akbağ & Ümmet, 2017; Aymerich et al., 2021; Lu et al., 2021; Nagata, 2020). As aquisições ao nível do pensamento formal permitem à/ao adolescente descentrar-se de um nível concreto de pensamento e, desta forma, refletir, de forma mais elaborada e sofistificada sobre si própria/o, os contextos em que se move e as relações que estabelece (Blakemore, 2019; Eloranta et al., 2021; Orben et al., 2020; Zhang et al., 2020). A maturação registada na esfera cognitiva leva, possivelmente, as/os adolescentes a ter um olhar mais crítico relativamente à forma como avaliam o grau em que as suas necessidades psicológicas básicas estão satisfeitas e o seu nível de satisfação com a vida formal (Lu et al., 2021; Sidik, 2020).

O confronto com o ampliar das exigências sociais que impendem sobre as/os adolescentes nesta fase do desenvolvimento podem, também, contribuir para explicar estes resultados (Aymerich et al., 2021; Gonçalves et al., 2017; Helfert & Warschburger, 2013; Nagata, 2020). Com efeito, a gestão de novas e acrescidas responsabilidades e da complexificação das relações estabelecidas nos diferentes contextos vivenciais pode levar a uma perceção de competência e eficácia reduzida (Aymerich et al., 2021; Helfert & Warschburger, 2013; Nagata, 2020). Esta perceção de não deter os recursos necessários para fazer face às tarefas desenvolvimentais que pautam esta etapa do ciclo vital podem gerar um efeito de vulnerabilidade, que potencia a emergência de fragilidades na esfera

socioemocional, que podem levar à estruturação de psicopatologia (Holzer et al., 2021; Hu et al., 2021; Rodríguez-Meirinhos, 2020; Soenens et al. 2019).

A par das correlações referidas, observou-se que as/os adolescentes que se encontram mais avançadas/os no seu percurso escolar tendem a evidenciar menores níveis de satisfação com a vida. Estes resultados são, possivelmente, justificados pelo facto de, no decurso dos sucessivos ciclos de escolaridade, as/os adolescentes serem confrontadas/os com exigências progressivamente maiores, quer na esfera académica (e.g., aumento da carga horária, do volume e complexidade dos conteúdos curriculares), quer social (e.g., complexificação das relações estabelecidas com adultos e pares, incluindo o aumento da formalidade das relações com as/os docentes, ao longo da escolaridade) (Aymerich et al., 2021; Gonçalves et al., 2017; Helfert & Warschburger, 2013; Nagata, 2020; Orkibi e Ronen, 2017; Rathmann et al., 2018; Tian et al., 2018).

**Associações da satisfação com a vida com a perceção da satisfação das necessidades psicológicas básicas, o sexo, a idade e o nível de escolaridade das/os adolescentes**

Os resultados dos modelos de regressão construídos mostram que as/os adolescentes que reportam maiores níveis de satisfação das suas necessidades psicológicas básicas evidenciam uma maior satisfação com a vida. Mostram, de igual forma, que mais do que o sexo, a idade ou o nível de escolaridade das/os adolescentes, são as necessidades psicológicas básicas que explicam a variabilidade existente na satisfação com a vida. A associação entre perceção de satisfação das necessidades psicológicas básicas (i.e., autonomia, competência e conexão) e a satisfação com a vida em adolescentes, encontra-se descrita em numerosos estudos (Behzadnia & FatahModares, 2020; Knon et al., 2021; Kyeong et al., 2020; Orkibi & Ronen, 2017; Tang et al., 2019). Quando o contexto escolar permite satisfazer as necessidades psicológicas básicas das/os adolescentes, a aprendizagem e desempenho escolar tendem a ser exponenciados (Carmona-Halty et al., 2019; Ryan & Deci, 2017b), o que poderá conduzir a uma perceção acrescida de satisfação com a vida, por parte das/os jovens. Esta assunção é corroborada pelo facto de a satisfação das necessidades psicológicas básicas estar positivamente associada a comportamentos pró-sociais, gratidão, envolvimento académico e bem-estar das/os adolescentes (Carmona-Halty et al., 2019; Tian et al., 2018).

A análise dos modelos de regressão hierárquica construídos permitiu, também, verificar que as adolescentes tendem a reportar níveis mais reduzidos de satisfação com a vida do que os adolescentes. Estes resultados são consonantes com a investigação existente (Al-Attiyah, & Nasser, 2016; Aymerich et al., 2021; González-Carrasco et al., 2017; Joshanloo & Jovanović, 2020; Newland et al., 2018). Estas diferenças são, porventura, explicadas pelo efeito de vulnerabilidade gerado pela pressão social de que as raparigas são alvo, devido às questões associadas à aparência e à sexualidade emergente (Aymerich et al, 2021). Com efeito, as adolescentes lidam, amiúde, com o facto de o seu corpo não corresponder aos padrões estéticos dominantes, o que tende a exercer um efeito negativo no seu bem-estar e ajustamento socioemocional (Agrahari & Kinra, 2017; Aymerich et al., 2021; Bacchini & Magliulo, 2003; Davison & McCabe, 2006). A emergência dos carateres sexuais secundários, nomeadamente o aparecimento da menstruação, podem, também, contribuir para justificar os menores níveis de satisfação com a vida observados nas raparigas, em virtude da ansiedade que podem gerar e do seu impacto na imagem corporal (Griffiths et al., 2017; Iannello et al., 2016; Lawal et al., 2020). A influência negativa da imagem corporal na autorrepresentação gera, amiúde, insegurança face ao corpo e à/s sua/s competências (Bacchini & Magliulo, 2003; Davison & McCabe, 2006), que poderá justificar os menores níveis de satisfação com a vida por elas reportados (Bacchini & Magliulo, 2003; Davison & McCabe, 2006).

Por último, observou-se que o ano de escolaridade não está estatisticamente associado à satisfação com a vida. Estes resultados são, porventura, explicados pelo facto de ser, sobretudo, a idade, enquanto indicador de maturidade nos diferentes domínios do desenvolvimento, e não o nível de escolaridade, a explicar as diferenças observadas na satisfação com a vida (Gonçalves et al., 2017; Rathmann et al., 2018; Tian et al., 2018). Ainda que idade e nível de escolaridade se encontrem estreitamente associados, não é forçoso que o avanço na escolaridade corresponda a uma maturação acrescida no funcionamento cognitivo, emocional, social ou comportamental. Neste sentido, parecem ser as conquistas desenvolvimentais que estão associadas a um olhar mais crítico e exigente na avaliação do grau de satisfação com a vida (Lu et al., 2021).

## Limitações e sugestões para investigação futura

Este estudo apresenta algumas limitações. A primeira prende-se com a natureza transversal do presente estudo, que se centrou apenas na perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das suas necessidades básicas e a sua satisfação com a vida, em contexto pandémico. A realização de estudos longitudinais, por forma a viabilizar a comparação destas perceções, antes, durante e depois do período pandémico afigura-se, pois, relevante. A segunda refere-se ao intervalo etário das/os participantes, que é demasiado amplo, uma vez que integra jovens em fases da adolescência com caraterísticas marcadamente díspares do ponto de vista desenvolvimental. Com efeito, as/os adolescentes de 12 anos não apresentam a mesma destreza na utilização do pensamento abstrato do que adolescentes de 18 anos, que, tendencialmente, conseguem, com relativa destreza, mobilizar a meta-cognição, que se afigura estruturante na reflexão sobre o grau em que percecionam que as suas necessidades psicológicas básicas estão satisfeitas e o seu grau de satisfação com a vida. Em estudos futuros, será importante reduzir este intervalo etário, para diminuir esta heterogeneidade desenvolvimental.

Outra das limitações está associada ao facto de ter sido considerada apenas a perspetiva das/os adolescentes. Por conseguinte, seria interessante aferir, adicionalmente, a perceção de docentes e pais, ou substitutos, sobre o grau em que as/os adolescentes percecionam as suas necessidades psicológicas básicas como estando satisfeitas e o seu nível de satisfação com a vida. As estas limitações, acresce o facto de os questionários terem sido preenchidos *on-line*, o que inviabilizou a monitorização do processo de preenchimento, nomeadamente o esclarecimento de dúvidas quanto às instruções facultadas e à formulação de alguns itens. Deste modo, em estudos posteriores, poderá ser importante que a recolha de dados decorra presencialmente, para acompanhar as/os adolescentes de forma mais estreita no processo de preenchimento. Além disso, poderá ser importante considerar informação referente ao período de confinamento, como o contacto *on-line* com pares e a existência de potenciais fatores de risco associados à COVID-19, como o facto de a/o adolescente, ou um membro da sua família, ter estado infetado com o vírus, o grau de severidade desta infeção e o impacto na dinâmica familiar, para controlar o seu impacto na perceção das/os adolescentes na satisfação das necessidades psicológicas básicas e na satisfação com a vida. A par dos aspetos referidos, em investigações futuras, poderá se relevante recolher informação sobre o desempenho escolar e dificuldades vivenciadas no contexto escolar, para controlar os seus potenciais

efeitos na perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das suas necessidades psicológicas básicas e na sua satisfação com a vida.

Apesar das limitações elencadas, este estudo oferece um importante contributo para aprofundar a compreensão sobre a importância da satisfação das necessidades psicológicas básicas no grau de satisfação com a vida evidenciado pelas/os adolescentes. Face à adversidade adstrita à pandemia, a perceção de autonomia, de deter a possibilidade de fazer escolhas, de expressar os seus desejos, de auto-eficácia e competência, bem como de se sentir cuidadas/os e conectadas/os emocionalmente no contexto das relações estabelecidas, parece funcionar como potencial fator de proteção para as/os adolescentes sujeitos (Ryan & Deci, 2000; Šakan et al., 2020; Vansteenkiste et al., 2020; Vansteenkiste & Ryan, 2013). A satisfação das necessidades psicológicas cumpre uma função importante do ponto de vista motivacional, ao potenciar o envolvimento das/os adolescentes no seu processo de aprendizagem e nas relações que têm placo no contexto escolar (Behzadnia & FatahModares, 2020; Leversen et al., 2012; Poulou & Norwich, 2019). Com efeito, as/os adolescentes com uma perceção acrescida de autonomia na gestão do seu comportamento de processos decisionais tendem a evidenciar um maior envolvimento, esforço e perservança na realização das atividades propostas em contexto escolar, devido a uma perceção ampliada de autoeficácia (Carmona-Halty et al., 2019; Tian et al., 2018). Acresce que as/os adolescentes que experienciam um sentido de pertença nas relações estabelecidas em contexto escolar tendem a investir, de forma acrescida, nas atividades escolares, uma vez que se sentem conectadas/os com os pares e o corpo docente (Lietaert et al., 2015; Magson et al., 2021; Orben et al., 2020; Orkibi & Ronen, 2017; Rodríguez-Meirinhos, 2020).

## Conclusão

O contexto pandémico gerou intensas e exigentes mudanças na vida das/os adolescentes em todo o mundo, que comportam pesados custos para a sua saúde mental e bem-estar (Chaturvedi et al., 2021; Conejo et al., 2020; Golberstein et al., 2020; Holzer et al., 2021; Muñoz-Fernández & Rodríguez-Meirinhos, 2021; Saha et al., 2020). Dada a centralidade das relações estabelecidas com os pares nesta etapa do desenvolvimento, a privação dos contactos sociais, ou, pelo menos, das interações sociais no formato presencial, funcionaram como óbice à satisfação das necessidades básicas, por parte das/os adolescentes e tiveram um impacto negativo de satisfação com a vida por elas/es evidenciado (Cheung et al., 2021; Holzer et al., 2021).

Embora a associação entre a perceção de satisfação das necessidades psicológicas básicas e a satisfação com a vida se encontra amplamente documentada na literatura (Knon et al., 2021; Kyeong et al., 2020), os estudos que analisam esta relação em contexto pandémico e com adolescentes são ainda escassos (Šakan et al., 2020). O presente estudo pretendeu, por isso, contribuir aprofundar a compreensão sobre a associação entre a perceção das/os adolescentes sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e o grau de satisfação com a vida, no contexto da vivência da pandemia.

Os resultados mostram que a perceção de que as necessidades psicológicas básicas estão supridas está estreitamente associada ao grau de satsifação com a vida evidenciado pelas/os adolescentes. É, por isso, relevante procurar criar condições propícias à satisfação das necessidades psicológicas básicas em contexto escolar, por forma a incrementar os níveis de satisfação com a vida das/os adolescentes. Neste âmbito, o trabalho de consultadoria da/o psicóloga/o junto das/os professoras/es afigura-se central. É fundamental sensibilizar as/os docentes para a necessidade de proporcionar às/aos jovens oportunidades de promover a sua autonomia na gestão do seu processo de aprendizagem, que reforcem o seu sentido de autoeficácia e de competência (Alonso-Stuyck et al., 2017; Šakan et al., 2020; Waters et al., 2021**;** Yang et al., 2021). A proposta de atividades de pesquisa autónoma, de exercícios, orais ou escritos, de reflexão crítica sobre os conteúdos curriculares ou outros que se revistam de relevância na esfera social e política poderão, de igual modo, ser importantes. A par das estratégias referidas, a instituição de momentos em que as/os adolescentes são desafiadas/os a refletir sobre o seu processo de aprendizagem e a definir objetivos de aprendizagem poderão ter um efeito positivo na satisfação das necessidades de autonomia e competência.

Adicionalmente, poderá ser benéfico intervir junto das/os adolescentes, por forma a incrementar o seu sentido de pertença, quer no contexto do grupo de pares, quer nas relações estabelecidas com a restante comunidade educativa, como docentes e assistentes operacionais. Neste sentido, a implementação de estratégias que promovam a aproximação das/os adolescentes das/os colegas e das/os adultos com quem interage em contexto escolar, poderá contribuir para reforçar os seus vínculos relacionais em contexto escolar, o que poderá ter um efeito de alavancagem no seu processo de aprendizagem e desempenho escolar.

## Referências bibliográficas


Agarwal, A., Sharma, S., Kumar, V., & Kaur, M. (2021). *Effect of e-learning on public health and environment during COVID-19 lockdown.* Big data mining and analytics, *4*(2), 104-115. https://doi.org/10.26599/BDMA.2020.9020014

Agrahari, S. K., & Kinra, A. (2017). *A comparative study on self-concept of adolescent boys and girls.* Indian journal of positive psychology, *8*(4), 519–523. https://doi.org/10.15614/ijpp%2F2017%2Fv8i4%2F165851

Ahmed, W., Bertsch, P. M., Bibby, K., Haramoto, E., Hewitt, J., Huygens, F., Gyawali, P., Korajkic, A., Riddell, S., Sherchan, S. P., Simpson, S. L., Sirikanchana, K., Symonds, E. M., Verhagen, R., Vasan, S. S., Kitajima, M., & Bivins, A. (2020). *Decay of SARS-CoV-2 and surrogate murine hepatitis virus RNA in untreated wastewater to inform application in wastewater-based epidemiology.* Environmental research, *191*. https://doi.org/10.1016/j.envres.2020.110092

Akbağ, M., & Ümmet, D. (2017). *Predictive role of grit and basic psychological needs satisfaction on subjective well-Being for young adults*. Journal of education and practice, 8(*26*), 127- 135.

Al-Attiyah, A. & Nasser, N. (2016). *Gender and age differences in life satisfaction within a sex-segregated society: sampling youth in Qatar*. International journal of adolescence and youth, *21*(1), 84–95. https://doi.org/10.1080/02673843.2013.808158

Alanagreh, L., Alzoughool, F., & Atoum, M. (2020). *The human coronavirus disease COVID-19: Its origin, characteristics, and insights into potential drugs and its mechanisms. ppathogens,* *9*(5), *331-*342. https://doi.org/10.3390/pathogens9050331

Ali, W. (2020). *Online and remote learning in higher education institutes: A necessity in light of COVID-19 pandemic.* Higher education studies, *10*(3), 16-25. https://doi.org/10.5539/hes.v10n3p16

Andrews, J., Foulkes, L., & Blakemore, S. (2020). *Peer influence in adolescence: public health implications for covid-19.* Trends in Cognitive Sciences, *24*(8), 585-587. https://doi.org/10.1016/j.tics.2020.05.001

Antunes, R., Frontini, R., Amaro, N., Salvador, R., Matos, R., Morouço, P., & Rebelo-Gonçalves, R. (2020). *Exploring lifestyle habits, physical activity, anxiety and basic psychological needs in a sample of portuguese adults during COVID-19.* International jornal of environmental research and public heatth,17(*12*), 4360. https://doi.org/10.3390/ijerph17124360

Aymerich, M., Cladellas, R., Castelló, A., Casas, F., Cunill, M. (2021). *The evolution of life satisfaction throughout childhood and adolescence: Differences in young people's evaluations according to age and gender*. Child indicators research, *14*, 2347–2369. https://doi.org/10.1007/s12187-021-09846-9

Bacchini, D., & Magliulo, F. (2003). *Self-image and perceived self-efficacy during adolescence.* Journal of youth and adolescence, 32*(5)*, 337–349. https://doi.org/10.1023/a:1024969914672

Bailen, N., Green, L., & Thompson, R. (2019). *Understanding emotion in adolescents: A review of emotional frequency, intensity, instability, and clarity*. Emotion review, 11(*1)*, 63–73. https://doi.org/10.1177/1754073918768878

Behzadnia, B., & FatahModares, S. (2020). *Basic Psychological Need-Satisfying Activities during the COVID-19 Outbreak. Applied Psychology.* Health and Well-Being, *12*(4), 1115–1139. https://doi.org/10.1111/aphw.12228

Belcher B.R., Zink J., Azad A., Campbell C.E., Chakravartti S.P. & Herting M. (2020). *The roles of physical activity, exercise, and fitness in promoting resilience during adolescence: Effects on mental well-being and brain development.* Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging, 1-37. https://doi.org/10.1016/j.bpsc.2020.08.005

Benita, M., Roth, G., & Deci, R. (2014). *When are mastery goals more adaptive? It depends on experiences of autonomy support and autonomy*. Journal of educational psychology, *106*(1), 258–267. https://doi.org/10.1037/a0034007

Bergen, D., & Saharso, S. (2016). *Suicidality of young ethnic minority women with an immigrant background: The role of autonomy*. European journal of women's studies, 23, 297–311. https://doi.org/10.1177/1350506815609740

Best, O., & Ban, S. (2021). *Adolescence: physical changes and neurological development.* British journal of nursing, 30(*5*), 1-4. https://doi.org/10.12968/bjon.2021.30.5.272

Beyers, W., &Seiffge-Krenke, I. (2010). *Does identity precede intimacy? Testing Erikson's theory on romantic development in emerging adults of the 21st century*. Journal of adolescent research, *25*, 387-415. https://doi.org/10.1177/0743558410361370

Blakemore, S. (2019). *Adolescence and mental health*. The lancet, *393*(10185), 2030-2031.

Blanchfower, D., & Oswald, A. (2008). Is well-being U-shaped over the life cycle? Social science and medicine, 66, 1733–1749. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.01.030

Branquinho, C., Caetano, C., Ramiro, L., & Gaspar, M., (2021). *# COVID # BACKTOSCHOOL: Qualitative study based on the voice of portuguese adolescents.* Journal community psychology, 49, 2209-2220. https://doi.org/10.1002 / jcop.2267

Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. (2020). *The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence*. The lancet, *395*, 912–920. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8

Brown, B., & Larson, J. (2009). *Peer relationships in adolescents*. In R. M. L. Steinberg (Ed.), *Handbook of adolescent psychology: Vol. 2. Contextual influences on adolescent development* (3rd ed., pp. 74–103). Hoboken, NJ: Wiley

Butkovic, A., Tomas, J., Spanic, A., Hlupic, T., & Bratko, D. (2020). *Emerging adults versus middle-aged adults: Do they difer in psychological needs, self-esteem and life satisfaction*. Journal of happiness studies, 21, 779-798. https://doi.org/10.1007/s10902-019-00106-w

Calvo, R., Deterding, S., & Ryan, R. (2020). *Health surveillance during covid-19 pandemic*. BMJ, *369*, 1-2. https://doi.org/10.1136/bmj.m1373

Camacho-Zuñiga, C., Pego, L., Escamilla, J., & Hosseini, S. (2021). *The impacto f the covid-19 pandemic on students' feelings at high school, undergraduate, and postgraduate levels*. Heliyon, *7*(3). https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06465

Campbell, R., Soenens, B., Beyers, W., & Vansteenkiste, M. (2018). *University students' sleep during an exam period: The role of basic psychological needs and stress*. Motivation and emotion, (published online), 1-11. https://doi.org/10.1007/s11031-018-9699-x

Carmona-Halty, A., Schaufeli, W., Llorens, S., & Salanova, M. (2019). *Satisfaction of basic psychological needs leads to better academic performance via increased psychological capital: A three-wave longitudinal study among high school students*. Frontiers in psychology, 10(*2113*), 1-5. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02113

Casas, F., & González-Carrasco, M. (2018). *Subjective well-being decreasing with age: New research on children over 8*. Child development, *90*, 1-20. https://doi.org/10.1111/cdev.13133

Cascella, M., Rajnik, M., Aleem, A., & Dulebohn, S. (2021). *Features, evaluation, and treatment of coronavirus (COVID-19).* Statpearls, online edition.

Centers for Disease Control and Prevention. (2020a). *Social distancing, quarantine, and isolation*: *keep your distance to slow the spread*. Retrieved from http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/social-distancing.html

Centers for Disease Control and Prevention. (2020b). *Severe outcomes among patients with Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): United States, February 12-March-16, 2020.* Morbidity and mortality weekly report, *69*(12), 343-346. https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6912e2

Chaturvedi, K., Vishwakarma, D., & Singh, N. (2021). *Covid-19 and its impacto n education, social life and mental health of students: A survey*. Children and youth services review, *121*, 1-6, https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105866

Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E.L., Van der Kaap-Deeder, J., Duriez, B., Lens, W., Matos, L., Mouratidis, A., Ryan, R.M., Sheldon, K.M., Soenens, B., Van Petegem, S., Verstuyf, J., (2015). *Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures*. Motivation and emotion, 39, 216 – 236. https://doi.org/10.1007/s11031-014-9450-1

Chen, Y., & Xu, P. (2013). *Investigating the investment in promoting the study of college students: A perspective of learning psychology based on professional commitment.* China higher education research, *9*, 94–98.

Cheung, S., Huang, C., & Zhang, C. (2021). *Passion and persistence: Investigating the relationship between adverse childhood experiences and grit in college students in China.* Frontiers in psychology, *12*, 1-11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.642956

Chiodini, J. (2020). *Online learning in the time of COVID-19*. Travel medicine and infectious disease, 34, 1–3. https://doi.org/10.1016/j.tmaid.2020.101669

Chu, T. L., Zhang, T., Thomas, K. T., Zhang, X., & Gu, X. (2019). *Predictive strengths of basic psychological needs in physical education among hispanic children: A gender-based approach.* Journal of teaching in physical education, *38*(3), 233–240. https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0126

Conejo, L., Chaverni-Chaves, P., & León-González, S. (2020). *Las famílias y la pandemia de la covid-19.* Revista electrónica educare, *24*(suplemento especial), 1-4. https://doi.org/10.15359/ree.24-S.10

Curran, T., & Standage, M. (2017). *Psychological needs and the quality of student engagement in physical education: Teachers as key facilitators*. Journal of teaching in physical education, *36*, 262 -276. https://doi.org/10.1123/jtpe.2017-0065

Davison, T., & McCabe, M. P. (2006). *Adolescent body image and psychosocial functioning.* Journal of social psychology, *146*(1), 15–30. https://doi.org/10.3200/SOCP.146.1.15-30

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2009). *The "what" and the "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior*. Psychological Inquiry, *11*, 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Direção-Geral da Saúde. (2021). *Informações Gerais sobre o vírus e a doença.* Retirado a 26/02/2021 de https://covid19.min-saude.pt/category/perguntas-frequentes/

Dumas, T. M., Lawford, H., Tieu, T., & Pratt, M. W. (2009). *Positive parenting and its relation to identity status in young adulthood: A longitudinal study*. Developmental psychology, *45*, 1531-1544. https://doi.org/10.1037/a0017360

Ellis, W., & Zarbatany, L. (2017). *Understanding processes of peer clique influence in late childhood and early adolescence*. Child development perspectives, 11(4), 227–232. https://doi.org/10.1111/cdep.12248

Ellis, W., Dumas, T., & Forbes, L. (2020). *Physically isolated but socially connected: Psychological adjustment and stress among adolescents during the initial COVID-19 crisis*. Canadian journal of behavioural science, *52*(3), 177–187. http://dx.doi.org/10.1037/cbs0000215

Eloranta, A., Närhi, V., Muotka, J., Tolvanen, A., Korhonen, E., Ahonen, T., & Aro, T. (2021). *Psychiatric problems in adolescence mediate the association between childhood learning disabilities and later well-being.* Learning disability quarterly, *44*(4), 304–317. https://doi.org/10.1177/07319487211012019

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis.* Norton

Esnaola, I., Benito, M., Antonio-Agirre, I., Axpe, I., & Lorenzo, M. (2019). *Longitudinal measurement invariance of the satisfaction with life scale in adolescence.* Quality of life research, 28, 2831–2837. https://doi.org/10.1007/s11136-019-02224-7

European Union. (2021). *Re-open EU.* Retirado a 26/02/2021 de https://reopen.europa.eu/pt

Faro, A., Bahiano, T., Reis, C., & Santos, L. (2020). *COVID-19 e saúde mental: A emergência do cuidado.* Campinas, *37*, 1-14. https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074

Fanelli, D. & Piazza, F. (2020). *Analysis and forecast of COVID-19 spreading in China, Italy and France*. Chaos, solitons & fractals, *134*, 1-5. https://doi.org/10.1016/j.chaos.2020.109761

Firman Sidik. (2020). *Actualizing Jean Piaget's Theory of Cognitive Development in Learning.* Journal pajar, *4*(6), 1106–1111. https://doi.org/10.33578/pjr.v4i6.8055

Gao, H., Wen, H., & Yu, S. (2021). Pandemic effect on analyst forecast dispersion: Earnings uncertainty or information lockdown? Emerging markets finance & trade, *57*(6), 1699–1715. https://doi.org/10.1080/1540496X.2021.1903427

Gavin, B., Lyne, J., & McNicholas, F. (2020). *Mental health and the COVID-19 pandemic*. Irish Journal of Psychological Medicine, *37*(3), 156-158. https://doi.org./10.1017/ipm.2020.72

Golberstein, E., Wen, H., & Miller, B. (2020). *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and Mental Health for Children and Adolescents.* JAMA Pediatrics,1-2 *https://doi.org/*10.1001/jamapediatrics.2020.1456

Goldbeck, L., Schmitz, T. G., Besier, T., Herschback, P., & Henrich, G. (2007). *Life satisfaction decreases during adolescence.* Quality of life research, *16*(6), 969–979. https://doi.org/10.1007/s11136-007-9205-5

Gonçalves, F., Mendes, A., & Santos, J. (2017). *Ansiedade e satisfação com a vida: Estudo das relações numa amostra de estudantes portugueses.* Omnia, 23-40. https://doi.org/10.23882/OM07-2017-10-03

González-Carrasco, M., Casas, F., Viñas, F., Malo, S., Gras, M. E., & Bedin, L. (2017). *What leads subjective well-being to change through adolescence? An exploration of potential factors*. Child indicators research, *10*(1), 33–56. https://doi.org/10.1007/s12187-015-9359-6

Gori, A., Topino, E., & Di Fabio, A. (2020). The protective role of life satisfaction, coping strategies and defense mechanisms on perceived stress due to COVID-19 emergency: A chained mediation model. *PLoS ONE*, *15*(11), 1–11. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0242402

Granero-Gallegos, A., Ruiz-Montero, P., Baena-Extremera, A., & Martínez-Molina, M. (2019). *Effects of motivation, basic psychological needs, and teaching competence on disruptive behaviours in secondary school physical education students*. International jornal of environmental research and public health, *16(*23), 1-15. https://doi.org/10.3390/ijerph16234828

Grennan, D. (2019). *What Is a Pandemic?* JAMA, *321*(9), 910. https://doi.org/10.1001/jama.2019.0700

Griffiths, S., Murray, S. B., Bentley, C., Gratwick-Sarll, K., Harrison, C., & Mond, J. M. (2017). *Sex differences in quality of life impairment associated with body dissatisfaction in adolescents*. Journal of adolescent health, *61*(1), 77–82. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2017.01.016

Guo, Y. (2018). *The influence of academic autonomous motivation on learning engagement and life satisfaction in adolescents: The mediating role of basic psychological needs satisfaction.* Journal of education and learning, *7*(4), 254–261. https://doi.org/10.5539/ijel.v8n5p254

Guo, J., Fu, M., Liu, D., Zhang, B., Wang, X., & IJzendoorn, M. (2020). *Is the psychological impact of exposure to COVID-19 stronger in adolescents with pre-pandemic maltreatment experiences? A survey of rural Chinese adolescents*. Child abuse & neglect, *110*, 1-11. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104667

Helfert, S., & Warschburger, P. (2013). *The face of appearance-related social pressure: gender, age and body mass variations in peer and parental pressure during adolescence.* Child & adolescent psychiatry & mental health, *7*(1), 1–11. https://doi.org/10.1186/1753-2000-7-16

Henderson, M., Schmus, C., McDonald, C., & Irving, S. (2020). *The COVID-19 pandemic and the impact on child mental health: A socio-ecological perspective*. Pediatric nursing education, 46(6), 267–290.

Henriksen, M., Skrove, M., Hoftun, G. B., Sund, E. R., Lydersen, S., Tseng, W.-L., & Sukhodolsky, D. G. (2021). *Developmental course and risk factors of physical aggression in late adolescence.* Child psychiatry & human development, *52*(4), 628–639. https://doi.org/10.1007/s10578-020-01049-7

Holzer, J., Korlat, S., Haider, C., Mayerhofer, M., Pelikan, E., Schober, B., Spiel, C., Toumazi, T., Käser, K., Schultze-Krumbholz, A., Wachs, S., Dabas, M., Verma, S., Iliev, D., Andonovska-Trajkovska, D., Plichta, P., Pyżalski, J., Walter, N., Michałek-Kwiecień, J., Lewandowska-Walter, A., … Lüftenegger, M. (2021). *Adolescent well-being and learning in times of COVID-19—A multi-country study of basic psychological need satisfaction, learning behavior, and the mediating*

*roles of positive emotion and intrinsic motivation.* Plos one, 16(5), 1-22. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251352

Hu, R., Ye, M., Lai, B., Luo, F., Yang, M., Yuan, J., & Tao, Q. (2021*). Fear of COVID-19, Internet addiction, learning burnout, and psychological health on teenagers in china at post-pandemic era: A merial mediation model*. Research square, 1-10. https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-955207/v1

Huebnere, S. (1994). *Preliminary development and validation of a multidimensional life satisfaction scale for children.* Psychological assessment, 6, 149-158.

Iannello, P., Villani, D., & Bruschi, G. (2016). *A preliminary investigation about the relationship between well-being and fertility status in different menstrual cycle phases.* Mind & society, *15(2), 195–205.* http://doi.org/10.1007/s11299-015-0185-9

Ikawa, D. (2014). *The construction of identity and rights: race and gender in Brazil.* International journal of law in context, *10*(4), 494–506. https://doi.org/10.1017/S174455231400024X

Incheley, J., Stevens, G., Samdal, O., & Currie, D. (2020). *Enhancing understanding of adolescent health and well-being: The health behaviour in school-aged children study.* Journal of adolescente health, *66*(6), 3-5. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.03.014

Jackson, S., & Goossens, L. (2020). *Handbook of adolescente development*. Psychology press

Jhang, F. (2019). *Life satisfaction trajectories of junior high school students in poverty: Exploring the role of self-efficacy and social support.* Journal of adolescence, *75*, 85-97. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.07.011

Joshanloo, M., & Jovanović, V. (2020). *The relationship between gender and life satisfaction: analysis across demographic groups and global regions*. Archives of women's mental health, *23*(3), 331–338. https://doi.org/10.1007/s00737-019-00998-w

Katz, I., & Assor, A. (2007). *When choice motivates and when it does not.* Educational psychology review, *19*, 429–442. https://doi.org/10.1007/s10648-006-9027-y.

Kaur, P., Kaur, J., & Bisht, P. (2020). *Emotional autonomy as risk or protective factor towards social adjustment of adolescentes.* Indian journal of positive psychology, *11*(3), 213-217.

Kwon, J., Kim, H., Kim, J., Kim, E., & Kim, J. J. (2021). *Differences in basic psychological needs-related resting-state functional connectivity between individuals with high and low life satisfaction.* Neuroscience Letters, 750, 1-7. https://doi.org/10.1016/j.neulet.2021.135798

Kokou-Kpolou, C., Fernández-Alcántara, M., & Cénat, J. (2020). *Prolonged grief related to COVID-19 deaths: Do we have to fear a steep rise in traumatic and disenfranchised griefs?* Psychological trauma theory research practice and policy, 12(1), https://doi.org/10.1037/tra0000798

Kyeong, S., Kim, J., Kim, J., Kim, E. J., Kim, H. E., & Kim, J.-J. (2020). *Differences in the modulation of functional connectivity by self-talk tasks between people with low and high life satisfaction.* NeuroImage, *217*. https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2020.116929

Lawal, A. M., Idemudia, E. S., & Balogun, S. K. (2020). *Menstrual attitude dimensions, anxiety and body esteem in adolescent girls*. Psychology, health & medicine, *25*(4), 418–425. https://doi.org/10.1080/13548506.2019.1640885

Leal, E., Miranda, G. & Carmo, C. (2013). *Teoria da Autodeterminação: uma Análise da Motivação dos Estudantes do Curso de Ciências Contábeis*. Revista de contabilidade e finanças, 24 (62), 162-173.

Leversen, I., Danielsen, A. G., Birkeland, M. S., & Samdal, O. (2012). *Basic psychological need satisfaction in leisure activities and adolescents' life satisfaction.* Journal of youth and adolescence, *41*(12), 1588–1599. https://doi.org/10.1007/s10964-012-9776-5

Li, A., Wang, S., Cai, M., Sun, R., & Liu, X. (2021). *Self-compassion and life-satisfaction among Chinese self-quarantined residents during covid-19 pandemic: A moderated mediation model of positive coping and gender.* Personality and individual differences, *170*, 1-9 https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110457

Lietaert, S., Roorda, D., Laevers, F., Verschueren, K., & De Fraine, B. (2015). *The gender gap in student engagement: The role of teachers' autonomy support, structure, and involvement.* British journal of educational psychology, 85, 498–518. https://doi.org/10.1111/bjep.12095

Lin, C. (2020). *Social reaction toward the 2019 novel coronavirus (COVID-19).* Social health and behavior, 3(1), 1-2. https://doi.org/10.4103/SHB.SHB_11_2

Lo Cricchio, M. G., Costa, S., & Liga, F. (2021*). Adolescents' well-being: The role of basic needs fulfilment in family context*. British journal of developmental psychology, *39*(1), 190. https://doi.org/10.1111/bjdp.12360

López-Castro, T., Brandt, L., Anthonipillai, N. J., Espinosa, A., & Melara, R. (2021). Experiences, impacts and mental health functioning during a COVID-19 outbreak and lockdown: Data from a diverse New York City sample of college students. *PLoS ONE*, *16*(4), 1–17. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249768

Lu, C., Liang, L., Chen, W., & Bian, Y. (2021). *A way to improve adolescents' life satisfaction: School altruistic group games.* Frontiers in psychology, *11*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.533603

Magson, N. R., Freeman, J. Y. A., Rapee, R. M., Richardson, C. E., Oar, E. L., & Fardouly, J. (2021). *Risk and protective factors for prospective changes in adolescent mental health during the COVID-19 pandemic*. Journal of youth and adolescence, *50* , 44–57. https://doi.org/10.1007/s10964-020-01332-9

Martins, C. (2011). *Manual de análise de dados quantitativos com recurso ao IBM SPSS: saber decidir, fazer, interpretar e redigir*. Psiquilíbrios Edições

McAdams, K.K., Lucas, R.E. & Donnellan, M.B. (2012). *The role of domain satisfaction in explaining the paradoxical association between life satisfaction and age*. Social Indicators Research, 109, 295–303. https://doi.org/10.1007/s11205-011-9903-9

Mhaidat, F., & ALhabi, B. (2016). *The impact of correcting cognitive distortions in reducing depression and the sense of insecurity among a sample of female refugee adolescentes.* Contemporary issues in education research, 9(4), 159-166.

Miller, B., Zivnuska, S., & Kacmar, K. (2019). *Self-perception and life satisfaction.* Personality and individual diferences, *139*, 321-325. https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.12.003

Miranda, D., Athanasio, B., Oliveira, A., & Silva, A. (2020). *How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents?* International journal of disaster risk reduction, *51*, 1-8. https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2020.101845

Mok, M., Kennedy, K. J., & Mooer, O. (2010). *Academic attribution of secondary students: Gender, year level and achievement level.* Educational Psychology, 31, 87–104. https://doi.org/10.1080/01443 410.2010.518596

Montero, I., & Léon, O. G. (2007). *A guide for naming research studies in psychology*. International journal of clinical and health psychology, *7*(3), 847-862.

Moreno-Maldonado, C., JimÃ©nez-Iglesias, A., Camacho, I., Rivera, F., Moreno, C., Matos, M. (2020). *Factors associated with life satisfaction of adolescents living with employed and unemployed parents in Spain and Portugal: A person focused approach.* Children and Youth Services Review, *110*(), *1-10. https://*doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104740

Muanda, F., Gahungu, N., Wood, F., & Bertrand, J. (2018). *Attitudes toward sexual and reproductive health among adolescents and young people in urban and rural DR Congo.* Reproductive health, 15(*74)*, 1-14. https://doi.org/10.1186/s12978-018-0517-4

Muñoz-Fernández, N., & Rodríguez-Meirinhos, A. (2021). *Adolescents' Concerns, Routines, Peer Activities, Frustration, and Optimism in the Time of COVID-19 Confinement in Spain*. Journal of Clinical Medicine, *10*(4), 1-13. https://doi.org/10.3390/jcm10040798

Nadeau, J. M., Jacob, M. L., Keene, A. C., Alderman, S. M., Hacker, L. E., Cavitt, M. A., Alvaro, J., & Storch, E. (2015). *Correlates and mediators of life satisfaction among youth with attention-deficit/hyperactivity disorder*. Children's. health care, 44, 169–182. https://doi.org/10.1080/02739615.2014.896215

Nagata, J. (2020). *New findings form the health behaviour in school-aged children (HBSC) survey: Social media, social determinants, and mental health.*

(2020). Journal of adolescent health, *66*(6), 1-2. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.03.024

Neubauer, A. B., Schmidt, A., Kramer, A. C., & Schmiedek, F. (2021). *A Little autonomy support goes a long way: Daily autonomy-supportive parenting, child well-being, parental need fulfillment, and change in child, family, and parent adjustment across the adaptation to the COVID-19 pandemic*. Child development. https://doi.org/10.1111/cdev.13515

Newland, L.A., Giger, J.T., Lawler, M.J., Roh, S., Brockevelt, B.L., & Schwinle, A. (2018). *Multilevel analisys of child and adolescent subjective well-being acreoss 14 countries: Child-and country-Level predictors.* Child development. *90*(2), 1-19. https://doi.org/10.1111/cdev.13134

Niemiec, C., & Ryan, R. (2009). *Autonomy, competence, and relatedness in the classroom: Applying self-determination theory to educational practice*. Theory and research in education, *7*(2), 133–144. https://doi.org/10.1177/1477878509104318

Okur, S., & Özekes, M. (2020). *Relationship between basic psychological needs and problematic internet use of adolescents: The mediating role of life satisfaction.* Addicta: The turkish journal on addictions, 7(*4*), 214-222. https://doi.org/10.5152/ADDICTA.2020.20041

Onetti, W., Fernández-García, J., & Castillo-Rodríguez, A. (2019). *Transition to middle school: Selfconcept changes.* PLoS ONE, *14*, 1-12. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0212640

Orben, A., Tomova, L., & Blakemore, S. (2020). *The effects of social deprivation on adolescent development and mental health.* The lancet child & adolescent health, *(Published online)*,1-7. https://10.1016/S2352-4642(20)30186-3

Orkibi, H., & Ronen, T. (2017) *Basic psychological needs satisfaction mediates the association between self-control skills and subjective well-being*. Frontiers in psychology, 8(*936*), 1-10. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00936

Pappas, G., Kiriaze, I., Giannakis, P., & Falagas, M. (2009). *Psychosocial consequences of infectious diseases*. Clinical microbiology and infection, *15*(7), 43–47. https://doi.org/10.1111/j.1469-0691.2009.02947.x

Patton, G., Olsson, C., Skirbekk, V., Saffery, R., Wlodek, M., Azzopardi, P., Stonawski, M., Rasmussen, B., Spry, E., Francis, K., Bhutta, Z., Kassebaum, N., Mokdad, A., Murray, C., Prentice, A., Reavley, N., Sheehan, P., Sweeny, K., Viner, R., Sawyer, S. (2018). *Adolescence and the next generation.* Nature, 554, *458-466.* https://doi/10.1038/nature25759

Piaget, J. (1972). *Intellectual evolution from adolescence to adulthood.* Human development, 15, 1-12. https://doi.org/10.1159/000271225

Pluess, M. (2015). *Individual differences in environmental sensitivity.* Child development perspectives, *9*, 138–143. https://doi.org/10.1111/cdep.12120

Pokhrel, S., & Chhetri, S. (2021). *A literature review on impact of COVID-19 pandemic on teaching and learning*. Higher education for the future, *8*(1), 133-141. https://doi.org/:10.1177/2347631120983481

Poulou, M., & Norwich, B. (2019). Psychological needs, mixed self-perceptions, well-being and emotional, and behavioral difficulties: Adolescente students' perceptions. European journal of psychology of education, 35, 775–793. https://doi.org/10.1007/s10212-019-00457-1

Priyadarsini, L., & Suresh, M. (2020). *Factors influencing the epidemiological characteristics of pandemic COVID 19: A TISM approach*. International journal of healthcare management, *13*(2), 89–98. https://doi.org/10.1080/20479700.2020.1755804

Rapee, R. M., Oar, E. L., Johnco, C. J., Forbes, M. K., Fardouly, J., Magson, N. R., & Richardson, C. E. (2019). *Adolescent development and risk for the onset of social-emotional disorders: A review and conceptual model*. Behaviour research and therapy, *123*, 1-65. https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.103501

Rashid, T. e McGrath, R. (2020). *Strengths-based actions to enhance wellbeing in the time of COVID-19.* International Journal of Wellbeing, 10(*4*), 113-132. https://doi.org/10.5502/ijw.v10i4.1441

Rathmann, K., Herke, M., Hurrelmann, K., & Richter, M. (2018). *Perceived class climate and school-aged children's life satisfaction: The role of the learning environment*

*in classrooms*. Plos one, 13(*2*), 1-21. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0189335

Realo, A., & Dobewall, H. (2011). *Does life satisfaction change with age? A comparison of Estonia, Finland, Latvia and Sweden*. Journal of research in personality, 45, 297–308. https://doi.org/10.1016/j. jrp.2011.03.004

Rees, G. (2017). *Children's views on their lives and well-being.* Springer international publishing.

Ribeiro, J. L. (2010). *Investigação e avaliação em psicologia e saúde.* Placebo Editora.

Rodrigues, F., Hair, J. F., Jr, Neiva, H. P., Teixeira, D. S., Cid, L., & Monteiro, D. (2019). *The basic psychological need satisfaction and frustration scale in exercise (BPNSFS-E): Validity, reliability, and gender invariance in portuguese exercisers.* Perceptual and motor skills, *126*(5), 949–972. https://doi.org/10.1177/0031512519863188

Rodríguez-Meirinhos, A. Antolín-Suárez, L. Oliva, A., Brenning, K., Vansteenkiste, M., & Oliva, A. (2020). *A bright and a dark path to adolescents' functioning: The role of need satisfaction and need frustration across gender, age, and socioeconomic status*. Journal of happiness studies, *21*(1), 95–116. https://doi.org/10.1007/s10902-018-00072-9

Rouse, P. C., Turner, P. J. F., Siddall, A. G., Schmid, J., Standage, M., & Bilzon, J. L. J. (2020). *The interplay between psychological need satisfaction and psychological need frustration within a work context: A variable and person-oriented approach*. Motivation & Emotion, *44*(2), 175–189. https://doi.org/10.1007/s11031-019-09816-3

Ryan, R. (1995). *Psychological Needs and the Facilitation of Integrative Processes.* Journal of personality, *63(3), 397–427.* https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1995.tb00501.x

Ryan, R., & Deci, E. (2000). *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being*. American psychologist, *55*(1), 68–78. https://doi.org/10.1037110003-066X.55.1.68

Ryan, R., & Deci, E. (2017a). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. Guilford

Ryan, R., & Deci, E. (2017b). "School as contexts for learning and social development," in *Self–Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*, eds R. M. Ryan, and E. L. Deci, (London: The Guilford Press), 351–381.

Ryan, R., & Deci, E. L. (2020). *Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions.* Contemporary educational psychology, *61*, 1-11. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860

Sagar, M., Reifler, K., Rossi, M., Miller, N., Sinha, P., White, L., & Mizgerd, J. (2020). *Recent endemic coronavirus infection is associated with less-severe COVID-19*. The journal of clinical investigation, *131*(1), 1-6. https://doi.org/10.1172/JCI143380.

Saha, J., Barman, B., & Chouhan, P. (2020*). Lockdown for covid-19 and its impact on community mobility in India: An analysis of the covid-19 Community Mobility Reports, 2020.* Children and youth services review, 116, 1-14. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105160

Šakan, D., Žuljević, D., & Roković, N. (2020). *The Role of Basic Psychological Needs in Well-Being During the COVID-19 Outbreak: A Self-Determination Theory Perspective.* Frontiers in Public Health, *8*, 583181. https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.583181

Saleem, S., Iqbal, S., & Jabeen, A. (2019). *Assessing identity in adolescence: A psychometric study*. Journal of social sciences, 13(2), 25-36.

Sawyer, S., Azzopardi, P., Wickremarathne, & D., Patton, G. (2018). *The age of adolescence.* The lancet child & adolescent health, *(Published Online), 1-6. https://*10.1016/S2352-4642(18)30022-1

Schaufeli, W. B., Salanova, M., Gonzálezromá, V., & Bakker, A. B. (2002). *The measurement of engagement and burnout: A two sample confirmatory factor analytic approach.* Journal of happiness studies, *3*(1), 71–92. https://doi.org/10.1023/A:1015630930326

Schweder, S., & Raufelder, D. (2021). *Needs satisfaction and motivation among adolescent boys and girls during self-directed learning intervention*. Journal of Adolescence, *88*, 1–13. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.01.007

Schwinger, M., Trautner, M., Kärchner, H., & Otterpohl, N. (2020). *Psychological Impact of Corona Lockdown in Germany: Changes in Need Satisfaction, Well-Being, Anxiety, and Depression.* International Journal of Environmental Research and Public Health, *17*(23). https://doi.org/10.3390/ijerph17239083

Shah, S., Shah, A., Memon, F., Kemal, A., & Soomro, A. (2020). *Online learning during the COVID-19 pandemic: Applying the self-determination theory in the 'new normal.'* Revista de psicodidáctica *(English Ed.).* https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2020.12.003

Shao, J., Zhang, L., Ren, Y., Xiao, L., & Zhang, Q. (2018). *Parent-child cohesion, basic psychological needs satisfaction, and emotional adaptation in left-behind children in China: An indirect effects model*. Frontiers in psychology, *9*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01023

Sharma, A., Pillai, D., Lu, M., Doolan, C., Leal, J., Kim, J., & Hollis, A. (2020). *Impact of isolation precautions on quality of life: A meta-analysis.* Journal of Hospital Infection, 1-32. https://doi.org/10.1016/j.jhin.2020.02.004

Sheposh, R. (2021*). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19*). Salem press encyclopedia of health.

Shirin, A., Lin, Y., & Sorrentino, F. (2021). *Data-driven optimized control of the COVID-19 epidemics*. Scientific reports, *11*, 1-17. https://doi.org/10.1038/s41598-021-85496-9

Shouket, H., & Dildar, S. (2020*). Predictors of orphanage residents' life satisfaction: Basic psychological needs and cognitive emotion regulation*. Pakistan journal of psychological research, *35*(3), 493-508. https://doi:org/10.33824/PJPR.2020.35.3.26

Sintema, E. (2020). *Effect of COVID-19 on the performance of grade 12 students: Implications for STEM education*. Journal of mathematics, science and technology education, *16*(7). https://doi.org/10.29333/ejmste/7893

Somerville, L. H., Jones, R., & Casey, B. (2010). *A time of change: Behavioral and neural correlates of adolescent sensitivity to appetitive and aversive environmental cues.* Brain and cognition, *72*(1), 124–133. https://doi.org/10.1016/j.bandc.2009.07.003

Sonu, S., Marvin, D., & Moore, C. (2021). *The intersection and dynamics between COVID-19, health disparities, and adverse childhood experiences*. Journal of child & adolescente trauma, 1-10. https://doi.org/10.1007/s40653-021-00363-z

Tammilehto, J., Punamäki, R., Flykt, M., Vänskä, M., Heikkilä, L., Lipsanen, J., Poikkeus, P., Tiitinen, A., & Lindblom, J. (2021). *Developmental stage-specific effects of parenting on adolescents' emotion regulation: A longitudinal study from infancy to late adolescence*. Frontiers in psychology, *12*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.582770

Tang, M., Wang, D., & Guerrien, A. (2019). *A systematic review and meta-analysis on basic psychological need satisfaction, motivation, and well-being in later life: Contributions of self-determination theory*. PsyCh journal, 1-29. https://doi.org/10.1002/pchj.293

Tang, S., Xiang, M., Cheung, T., & Xiang, Y. T. (2021). *Mental health and its correlates among children and adolescents during COVID-19 school closure: The importance of parent-child discussion.* Journal of affective disorders, *279*, 353–360. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.10.016

Theilmann, J. M. (2020). *Pandemics*. Salem press encyclopedia.

Tian, L., Han, M., & Huebner, E. (2014). *Preliminary development of the Adolescent Students' Basic Psychological Needs at School Scale.* Journal of Adolescence, *37*, 257-267. http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.01.005

Tian, L., Zhang, X., Huebner, E. (2018). *The Effects of satisfaction of basic psychological needs at school on children's prosocial behavior and antisocial behavior: The mediating role of school satisfaction.* Frontiers in psychology, 9(*548*) 1-13. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00548

Tordjman, S., Schröder, C., & Delorme, R. (2021). *From Confinement to Deconfinement: New Perspectives in Child Psychiatry.* Pôle nord lab.

Tsamakis, K., Tsiptsios, D,M Ouranidis, A., Mueller, C., Schizas, D., Terniotis, C., Nikolakakis, N., Tyros, G., Kympouropoulos, S., Lazaris, A., Spandidos, D., Smyrnis, N., & Rizos, E. (2021). *COVID-19 and its consequences on mental health (Review).* Experimental and therapeutic medicine, *21*(244), 1-8. https://doi.org/10.3892/etm.2021.9675

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, 2020. *UNESCO rallies international organizations, civil society and private sector partners in a broad coalition to ensure #LearningNeverStops.* Acedido a 7 de junho de 2021. https://en.unesco.org/news/unesco-rallies-international-organizations-civil-society-and-private-sector-partners-broad

Vansteenkiste, M., Simons, J., Lens, W., Sheldon, K. M., & Deci, E. L. (2004). *Motivating learning, performance, and persistence: The synergistic effects of intrinsic goal contents and autonomy-supportive contexts*. Journal of personality and social psychology, *87*(2), 246–260. https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.2.246

Vansteenkiste, M., & Ryan, R. M. (2013). *On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as na unifying principle.* Journal of psychotherapy integration, *23*(3), 263–280. https://doi.org/10.1037/a0032359

Vansteenkiste, M., Ryan, R. & Soenens, B. (2020). *Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions*. Motivation and emotion, *44*, 1–31. https://doi.org/10.1007/s11031-019-09818-1

Vergara-Torres, A. P., Tristán, J., López-Walle, J. M., González-Gallegos, A., Pappous, A. (Sakis), & Tomás, I. (2020). *Students' Perceptions of Teachers' Corrective Feedback, Basic Psychological Needs and Subjective Vitality: A Multilevel Approach*. Frontiers in Psychology, *11*, 1-10. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.558954

Walsh, S. D., Sela, T., De Looze, M., Craig, W., Cosma, A., Harel-Fisch, Y., Boniel-Nissim, M., Malinowska-Cieślik, M., Vieno, A., Molcho, M., Ng, K., & Pickett, W. (2020). *Clusters of contemporary risk and their relationship to mental well-*

*being among 15-year-old adolescents across 37 countries*. Journal of adolescent health, *66*(6), 40-49. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.02.012

Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F., (2020). *Mitigate the effects of home confinement on children during the covid-19 outbreak.* The Lancet, *Published online*, 1-2. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X

Waters, L., Allen, K.-A., & Arslan, G. (2021). *Stress-related growth in adolescents returning to school after COVID-19 school closure.* Frontiers in Psychology, *11*, 1–13. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.643443

Weinstein, N., Khabbaz, F., & Legate, N. (2016). *Enhancing need satisfaction to reduce psychological distress in Syrian refugees.* Journal of consulting and clinical psychology, *84*(7), 645–650.

Weyn, S., Van Leeuwen, K., Pluess, M., Lionetti, F., Greven, C. U., Goossens, L., Colpin, H., Van Den Noortgate, W., Verschueren, K., Bastin, M., Van Hoof, E., De Fruyt, F., & Bijttebier, P. (2021). *Psychometric properties of the Highly Sensitive Child scale across developmental stage, gender, and country*. Current psychology, *40*(7), 3309–3325. https://doi.org/10.1007/s12144-019-00254-5

Whitmire, K., (2000). *Adolescence as a developmental phase: A Tutorial*. Topics in language disorders, 20(2), 1–14.

Wilinski, A., & Szwarc, E. (2021). *A classification of countries and regions by degree of the spread of coronavirus based on statistical criteria.* Expert Systems With Applications, *172*, 1-12. https://doi.org/10.1016/j.eswa.2021.114654

World Health Organization. (2021). Retirado a 26/02/2021 de https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/global-research-on-novel-coronavirus-2019-ncov

Worthman, C., & Trang, K. (2018). *Dynamics of body time, social time and life history at adolescence*. Nature, 554, 451-457. https://doi.org/10.1038 / nature25750

Yang, C., Pham, T., Ariati, J., Ariati, J., Smith, C., & Foster, M. (2021). *Digital social multitasking (DSMT), friendship quality, and basic psychological needs*

*satisfaction among adolescents: Perceptions as mediators.* Journal of youth and adolescence, 50, 2456–2471. https://doi.org/10.1007/s10964-021-01442-y

Yang, Y., Zhang, Y., & Sheldon, K. (2017). *Self-determined motivation for studying abroad predicts lower culture shock and greater well-being among international students: The mediating role of basic psychological needs satisfaction. International.* Journal of Intercultural Relations. *https://*doi.org/10.1016/j.ijintrel.2017.10.005

Yao, H., Liu, W., Wu, C.-H., & Yuan, Y.-H. (2021). *The imprinting effect of SARS experience on the fear of COVID-19: The role of AI and big data.* Socio-economic planning sciences, 1-7-. https://doi.org/10.1016/j.seps.2021.101086

Yeager, D., Lee, H., & Dahl, R. (2017). *Competence and motivation during adolescence*. In A. J. Elliot, C. S. Dweck, & D. S. Yeager (Eds.), *Handbook of competence and motivation: Theory and application* (2nd ed., pp. 431–449). Guilford.

Zhang, A., Cai, B., Hu, W., Jia, B., Liang, F., Wilson, T. W., Stephen, J. M., Calhoun, V. D., & Wang, Y. (2020). *Joint bayesian-incorporating estimation of multiple gaussian graphical models to study brain connectivity development in adolescence.* Medical imaging, *39*(2), 357–365. https://doi.org/10.1109/TMI.2019.2926667

Zhen, R., Liu, R., Ding, Y., Liu, Y., Wang, J., & Xu, L. (2018). *The moderating role of intrinsic value in the relation between psychological needs support and academic engagement in mathematics among Chinese adolescent students*. International journal of psychology, *53*(4), 313–320. https://doi.org/10.1002/ijop.12374

Zhou, J., Huebnere, E., & Tian, L. (2021). *The reciprocal relations among basic psychological need satisfaction at school, positivity and academic achievement in Chinese early adolescents*. Learning and instruction, 71, 1-11. https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2020.101370

Zhou, S., Zhang, L., Wang, L. Guo, Z., Wang, J., Chen,J., Liu, M., Chen, X., & Chen, J. (2020). *Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19*. European child & adolescent psychiatry**,** 29, 749 – 758. https://doi.org/10.1007/s00787-020-01541-4

Zimmermann, P., Pittet, L. F., & Curtis, N. (2021). *How common is long COVID in children and adolescents?*. The pediatric infectious disease journal, *40*(12), 482-487.

Zuo, T., Liu, Q., Zhang, F., Yeoh, Y. K., Wan, Y., Zhan, H., Lui, G. C. Y., Chen, Z., Li, A. Y. L., Cheung, C. P., Chen, N., Lv, W., Ng, R. W. Y., Tso, E. Y. K., Fung, K. S. C., Chan, V., Ling, L., Joynt, G., Hui, D. S. C., & Chan, F. K. L. (2021). *Temporal landscape of human gut RNA and DNA virome in SARS-CoV-2 infection and severity*. Microbiome, *9*(1), 1–16. https://doi.org/10.1186/s40168-021-01008-x