



EXPERIÊNCIAS DOCENTES E DISCENTES

## Autoeficácia, resiliência e comunicação terapêutica na formação clínica em Enfermagem: uma reflexão fundamentada no Ciclo de Gibbs

*Self Efficacy, resilience, and therapeutic communication in  
clinical Nursing education: a reflection based on Gibbs' Cycle*

*Autoeficacia, resiliencia y comunicación terapéutica  
en la formación clínica en Enfermería: una  
reflexión fundamentada en el Ciclo de Gibbs*

 Jéssica Mateus\*  
 Paula Sarreira de Oliveira\*\*

### RESUMO

**Introdução:** O desenvolvimento profissional em Enfermagem exige mais do que o domínio técnico, sendo essencial compreender os fatores emocionais e cognitivos que impactam a aprendizagem em contextos clínicos. **Objetivo:** Relatar, na percepção da estudante de Enfermagem, a experiência de ensino clínico de cinco semanas (estágio curricular), em contexto de Cuidados de Saúde Primários em Portugal, analisando a influência da autoeficácia, da resiliência e da comunicação terapêutica no processo de aprendizagem e no desenvolvimento profissional em Enfermagem. **Relato da experiência:** O cenário da experiência foi o estágio em uma Unidade de Cuidados de Saúde Primários, no âmbito da Unidade Curricular de Enfermagem Clínica, em um município de Portugal. A análise da experiência foi realizada com base no Ciclo Reflexivo de Gibbs, permitindo identificar os desafios enfrentados, as estratégias de superação adotadas e os aprendizados construídos. A reflexão revelou que a percepção de autoeficácia fragilizada impactou negativamente o envolvimento da estudante na prática clínica, limitando sua participação ativa. O apoio social, a comunicação terapêutica e a reflexão ativa funcionaram como mecanismos promotores da resiliência. **Conclusão:** A experiência permitiu reconhecer que a aprendizagem em Enfermagem é multi-dimensional, exigindo o fortalecimento contínuo de competências emocionais, cognitivas e relacionais. A integração da autoeficácia e da resiliência no processo

\* Egas Moniz School of Health & Science. Monte de Caparica, Almada, Portugal. E-mail: [jessicadominguesmateus@gmail.com](mailto:jessicadominguesmateus@gmail.com).

\*\* Egas Moniz School of Health & Science. Monte de Caparica, Almada, Portugal. E-mail: [psarreira@egasmoniz.edu.pt](mailto:psarreira@egasmoniz.edu.pt).

**Autora para correspondência:** Paula Sarreira de Oliveira. E-mail: [psarreira@egasmoniz.edu.pt](mailto:psarreira@egasmoniz.edu.pt).

formativo mostrou-se essencial para a construção de uma prática profissional consciente, segura e humanizada. O relato contribuiu para o crescimento pessoal e profissional da estudante, fortalecendo o seu compromisso com a qualidade dos cuidados de Enfermagem.

**Palavras-chave:** Autoeficácia. Resiliência Psicológica. Estudantes de Enfermagem. Estágio Clínico. Reflexão Cognitiva.

## ABSTRACT

**Introduction:** Professional development in Nursing requires more than technical proficiency; it is essential to understand the emotional and cognitive factors that influence learning in clinical settings. **Objective:** To report, from the perspective of a Nursing student, on the experience of five weeks of clinical teaching (curricular internship) in the context of Primary Health Care in Portugal, analysing the influence of self efficacy, resilience and therapeutic communication on the learning process and professional development in Nursing. **Experience report:** The setting for the experience was an internship at a Primary Health Care Unit, as part of the Clinical Nursing Course, in a municipality in Portugal. The experience was analysed based on Gibbs' Reflective Cycle, allowing the identification of the challenges faced, the strategies adopted to overcome them, and the lessons learned. The reflection revealed that the perception of weakened self efficacy negatively impacted the student's involvement in clinical practice, limiting her active participation. Social support, therapeutic communication, and active reflection functioned as mechanisms that promoted resilience. **Conclusion:**

The experience allowed us to recognise that learning in Nursing is multidimensional, requiring the continuous strengthening of emotional, cognitive and relational skills. The integration of self efficacy and resilience into the training process proved essential for the development of conscious, safe and humanised professional practice. The report contributed to the student's personal and professional growth, strengthening her commitment to the quality of Nursing care.

**Keywords:** Self Efficacy. Resilience, Psychological. Students, Nursing. Clinical Clerkship. Reflective Practice.

## RESUMEN

**Introducción:** El desarrollo profesional en Enfermería requiere más que el dominio técnico; es fundamental comprender los factores emocionales y cognitivos que influyen en el aprendizaje en contextos clínicos. **Objetivo:** Relatar, desde la perspectiva de la estudiante de Enfermería, la experiencia de enseñanza clínica de cinco semanas (prácticas curriculares) en el contexto de la Atención Primaria de Salud en Portugal, analizando la influencia de la autoeficacia, la resiliencia y la comunicación terapéutica en el proceso de aprendizaje y el desarrollo profesional en Enfermería. **Relato de la experiencia:** El escenario de la experiencia fue la pasantía en una Unidad de Atención Primaria de Salud, en el marco de la Unidad Curricular de Enfermería Clínica, en un municipio de Portugal. El análisis de la experiencia se realizó basándose en el Ciclo Reflexivo de Gibbs, lo que permitió identificar los retos afrontados, las estrategias de superación adoptadas y los aprendizajes adquiridos. La reflexión reveló que la percepción de autoeficacia debilitada tuvo un impacto negativo en la implicación de la estudiante en la práctica clínica, limitando su participación activa. El apoyo social, la comunicación terapéutica y la reflexión activa funcionaron como mecanismos promotores de la resiliencia. **Conclusión:**

La experiencia permitió reconocer que el aprendizaje en Enfermería es multidimensional y exige el fortalecimiento continuo de las competencias emocionales, cognitivas y relacionales. La integración de la autoeficacia y la resiliencia en el proceso formativo resultó esencial para la construcción de una práctica profesional consciente, segura y humanizada. El relato contribuyó al crecimiento personal y profesional de la estudiante, fortaleciendo su compromiso con la calidad de los cuidados de Enfermería.

**Palabras clave:** Autoeficacia. Resiliencia Psicológica. Estudiantes de Enfermería. Prácticas Clínicas. Práctica Reflexiva.

## INTRODUÇÃO

No contexto da formação em Enfermagem, o ensino clínico assume um papel central na consolidação de competências técnicas, relacionais e emocionais. A integração do estudante em ambientes de prática real exige não apenas conhecimento científico, mas também recursos internos que sustentem a adaptação e a resposta eficaz a desafios. Entre esses recursos, destacam-se a autoeficácia, a resiliência e a comunicação terapêutica como fatores cruciais no desenvolvimento profissional dos futuros enfermeiros (Bandura, 1997; Becoña, 2006; McConville; Lane, 2006).

A literatura tem evidenciado que estudantes de Enfermagem com níveis elevados de autoeficácia apresentam maior confiança no desempenho clínico, traduzindo-se em uma participação mais ativa e consciente nas atividades práticas (Lewis; Strachan; Smith, 2012; Kotera *et al.*, 2021). De igual modo, a resiliência surge como um fator protetor, permitindo enfrentar as exigências emocionais do ensino clínico, favorecendo a adaptação e reduzindo o risco de exaustão (Anderson *et al.*, 2019; Sousa, 2023). A comunicação terapêutica, por sua vez, constitui eixo fundamental na prática de cuidados de Enfermagem, promovendo um vínculo, adesão e confiança entre profissional, utente e família (Campos, 2017).

O presente artigo insere-se na linha de textos que valorizam o papel da prática reflexiva e do autoconhecimento na formação em Enfermagem (El Atmani, 2025), potenciadora da aprendizagem e da construção da identidade profissional, evidenciando a relevância de traduzir sentimentos em reflexões críticas (Santos; Fernandes, 2004; Morris, 2020). A reflexão sistematizada sobre experiências clínicas promove o desenvolvimento de competências metacognitivas e permite ao estudante reavaliar o seu percurso de forma crítica e consciente (Ferreira, 2024).

Tem como objetivo relatar, na percepção da estudante de Enfermagem, a experiência de ensino clínico de cinco semanas, de forma crítica e reflexiva, em contexto de Cuidados de Saúde Primários em Portugal, analisando a influência da autoeficácia, da resiliência e da comunicação terapêutica no processo de aprendizagem e no desenvolvimento profissional em Enfermagem.

O relato integra-se no âmbito do “Jornal de Aprendizagem”, utilizado como ferramenta de registo e reflexão sistemática que favorece o desenvolvimento da autonomia do estudante, promovendo o pensamento crítico e a expressão pessoal ao longo do processo educativo (Konrad; Silva; Oliveira, 2024).

## RELATO DA EXPERIÊNCIA

Durante o percurso do ensino clínico em Enfermagem, diferentes experiências proporcionaram momentos de aprendizagem e reflexão. Para orientar a análise crítica das aprendizagens desenvolvidas foi adotado o modelo proposto por Graham Gibbs, reconhecido pela sua eficácia na promoção da reflexão estruturada sobre experiências práticas. O ciclo de Gibbs (2013) organiza o processo reflexivo em seis etapas interligadas – descrição, sentimentos, avaliação, análise, conclusão e planeamento da ação. Trata-se de uma abordagem que permite uma compreensão mais profunda das experiências vividas, destacando desafios, aprendizagens e transformações, favorecendo a integração de conhecimentos, o

desenvolvimento pessoal e a consolidação de competências essenciais à prática profissional em Enfermagem.

### *Primeira etapa: Descrição*

Na primeira etapa do processo reflexivo pretendeu-se a descrição do evento de forma simples, sem juízos de valor e que permita dar resposta à questão: o que aconteceu? (Gibbs, 2013).

A experiência vivenciada ocorreu durante o Ensino Clínico Integrado no 3º ano da Licenciatura em Enfermagem, numa Unidade de Saúde Familiar (USF)/Cuidados de Saúde Primários, em Portugal. O objetivo era desenvolver competências em vigilância da saúde infantil e juvenil, pretendendo-se promover uma intervenção precoce, contínua e centrada na prevenção e no bem-estar.

Durante a primeira semana de estágio, foi atribuído para a orientação da estudante uma tutora enfermeira especialista em Saúde Infantil e Pediátrica. O contexto clínico revelou-se exigente, marcado por uma complexidade técnica e necessidade de conhecimentos específicos. As consultas de Enfermagem abrangiam a avaliação do desenvolvimento infantil, o acompanhamento de patologias crônicas, o aconselhamento parental e a aplicação de instrumentos próprios da prática pediátrica, como a escala de Mary Sheridan e a avaliação de Curvas de Crescimento (Portugal, 2022).

A especificidade da área contribuiu para o surgimento de sentimentos que não permitiram uma adequação ao ambiente do estágio durante o processo formativo. A percepção de autoeficácia da estudante foi gradualmente diminuída à medida que surgiam as dificuldades em corresponder às exigências do contexto. Apesar do esforço no estudo autônomo, os sentimentos de insegurança e frustração comprometeram o envolvimento ativo na prática clínica.

Nesse cenário, o apoio de colegas, familiares e da tutora responsável revelou-se fundamental para o fortalecimento da resiliência.

### *Segunda etapa: Pensamentos e sentimentos*

A segunda etapa do ciclo correspondeu à descrição das reações e sentimentos vivenciados pela estudante face à situação, sem analisá-los, dando resposta à questão: quais foram as reações e sentimentos? (Gibbs, 2013).

Ao compreender que os objetivos de aprendizagem visavam consolidar competências técnicas, relacionais e éticas, promovendo a integração do conhecimento teórico na prática profissional em cenários comunitários, com enfoque na autonomia, no pensamento crítico e na prestação de cuidados centrados no indivíduo-família, tornou-se evidente a distância entre tais metas formativas e as exigências sentidas no contexto clínico.

Apesar de reconhecer que, enquanto estudante do curso de Licenciatura em Enfermagem, os objetivos de aprendizagem não se equiparavam aos de um enfermeiro especialista, a inserção em contextos clínicos caracterizados por elevados níveis de exigência favoreceu o desenvolvimento desse sentimento crescente de inadequação. A percepção de autoeficácia foi progressivamente comprometida, na medida em que se evidenciavam dificuldades em corresponder às expectativas que associava ao desempenho esperado de um estudante de excelência no âmbito da prática clínica.

O estudo autônomo não foi suficiente para reforçar a confiança e a percepção fragilizada de competência aumentou o sentimento de frustração.

Como consequência, estabeleceu-se um padrão de hesitação e retraimento que comprometeu a capacidade de intervir com segurança, participar de forma ativa, aproveitar as oportunidades de aprendizagem disponíveis e envolvimento integral na prática clínica.

### *Terceira etapa: Avaliação*

Nesta etapa se pretendeu a avaliação do que foi positivo e negativo na experiência (Gibbs, 2013).

Entre os aspectos positivos, destaca-se a orientação recebida, a qual proporcionou à estudante aprendizagens significativas. Tal aprendizagem foi percebido pelo modo como foram compartilhados os conhecimentos, adaptando-os à realidade formativa da estudante e a oportunidade de envolvimento nas atividades clínicas proporcionou oportunidades de aprendizagem. A experiência também estimulou a reflexão sobre a relevância da autoeficácia, da resiliência e da comunicação terapêutica.

Nem todos os elementos desta experiência foram positivos. Entre os aspectos negativos, destaca-se a percepção já citada de inadequação durante o processo formativo, que se revelou determinante na restrição da participação ativa, na perturbação do equilíbrio emocional e na diminuição do envolvimento nas atividades clínicas. Tal condição comprometeu o aproveitamento das oportunidades de desenvolvimento profissional proporcionadas pelo contexto de aprendizagem, dificultando a consolidação de competências da prática clínica.

### *Quarta etapa: Análise*

Na etapa seguinte, pretendeu-se dar sentido à experiência. Por meio da integração de ideias e pensamentos, a pergunta para esta etapa foi: que sentido pode-se encontrar nas situações vivenciadas? (Gibbs, 2013).

A vivência no contexto clínico permitiu compreender que o processo de aprendizagem em Enfermagem transcende a mera aquisição de competências técnicas, envolvendo dimensões cognitivas, relacionais e emocionais que se articulam de forma indissociável. A autoeficácia, conceito central na teoria social cognitiva de Bandura (1997), é influenciada por quatro fontes interativas – experiências de desempenho, experiências vicárias (pela observação), persuasão social e estados fisiológicos e emocionais. Neste percurso, a ausência de experiências iniciais facilitadoras da aprendizagem e de validação explícita por parte da supervisão, comprometeu significativamente a construção da confiança no desempenho clínico da estudante.

Apesar das limitações percebidas, a resiliência emergiu como um recurso protetor, especialmente quando fortalecida pelo suporte social proveniente de colegas, de familiares e da professora orientadora da parte pedagógica (Anderson *et al.*, 2019; Baltaci, 2021). A comunicação terapêutica, exercida nas interações com utentes e suas famílias, revelou-se fundamental para a superação de barreiras emocionais, promoção da adesão ao cuidado e reforço do sentido da prática clínica, contribuindo para a consolidação da identidade profissional.

A autoeficácia, segundo Bandura (1997), influencia diretamente a autorregulação, a persistência e a capacidade de execução, sendo determinante para o desempenho e a motivação acadêmica (Teixeira; Ferreira, 2018). Em complemento, a resiliência constitui um fator

essencial para o desenvolvimento humano, ao favorecer a adaptação emocional diante de adversidades (Becoña, 2006).

O ensino clínico em Enfermagem tem potencial para promover o desenvolvimento do raciocínio clínico, da autoeficácia e da confiança nas competências práticas, contribuindo para o fortalecimento do pensamento crítico (Lewis; Strachan; Smith, 2012). A experiência relatada, entretanto, revelou fragilidades nos recursos internos de enfrentamento, evidenciando que o estudo autônomo, embora rigoroso, não é suficiente para consolidar a confiança clínica. A construção da autoeficácia e da resiliência requer, além do domínio teórico, experiências significativas, validação interpessoal e suporte emocional.

A análise das quatro fontes de autoeficácia revelou uma interação desfavorável entre elas. A escassez de experiências de desempenho, a ausência de modelos observáveis com os quais a estudante pudesse se identificar, a falta de reforço positivo por parte da enfermeira orientadora e os elevados níveis de stress inicial contribuíram para uma percepção fragilizada da autoeficácia pela estudante (McConville; Lane, 2006). Em contrapartida, o apoio emocional recebido funcionou como elemento compensatório, promovendo a resiliência mesmo em momentos de vulnerabilidade (Dong; Xu; Xu, 2020).

#### *Quinta etapa: Conclusão*

A experiência analisada evidenciou que a aprendizagem clínica em Enfermagem é um processo multifacetado, que exige não apenas domínio técnico-científico, mas também competências emocionais, relacionais e cognitivas. Sentimentos iniciais de insegurança e frustração revelaram fragilidades na autoeficácia e na resiliência, mas também se configuraram como oportunidades de desenvolvimento pessoal e profissional. Tal como proposto por Kolb (1984), a articulação entre experiência concreta e reflexão ativa promove uma aprendizagem significativa, especialmente em contextos clínicos desafiadores (Morris, 2020).

A compreensão aprofundada dos conceitos de autoeficácia e resiliência permitiu reconhecer a influência das crenças pessoais, do suporte social e do estado emocional na adaptação ao contexto clínico (Bandura, 1997). Profissionais com níveis elevados dessas competências demonstram maior capacidade de resposta às exigências emocionais da prática, sendo menos suscetíveis ao burnout e à depressão (Sousa, 2023). Assim, a construção de competências profissionais implica também o fortalecimento contínuo dos recursos internos, promovendo uma formação mais consciente, integrada e resiliente.

#### *Sexta etapa: Planejamento da ação*

Com base nas aprendizagens adquiridas, a estudante pretendeu adotar uma abordagem multidimensional que articulasse competências técnico-científicas, emocionais e relacionais. Desde o início, a comunicação colaborativa e transparente entre a estudante e o enfermeiro orientador foi estabelecida, compartilhando expectativas, receios e necessidades formativas, de modo a favorecer um ambiente seguro e promotor de confiança mútua (Tuomikoski *et al.*, 2018).

No plano intrapessoal, a estudante comprometeu-se a investir no fortalecimento da autoeficácia, atuando sobre as quatro fontes propostas por Bandura (1997). Para isso, pretendeu definir metas de aprendizagem progressivas e realistas, observar colegas em situações semelhantes, valorizar o feedback da equipe multidisciplinar e adotar estratégias de

autorregulação emocional, como a respiração consciente e pausas reflexivas (Patrício, 2012; Meo; Pramitharesthi; Natalia, 2021).

Quanto à resiliência, a estudante reconheceu a importância de substituir a autocrítica excessiva por uma postura de autocompaixão (Ferreira, 2014), bem como de manter uma rede de apoio interpessoal sólida, que promova espaços de escuta ativa, partilha e validação emocional, que são elementos fundamentais para a gestão do stress e o bem-estar em contextos clínicos exigentes.

Por fim, a estudante assumiu o compromisso de manter uma postura flexível e aberta à aprendizagem contínua, ajustando o planejamento sempre que necessário, de forma a garantir que esteja alinhado com os desafios emergentes e com a evolução de suas competências profissionais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este relato constituiu-se em uma oportunidade significativa de reflexão crítica sobre uma experiência formativa do ensino de Enfermagem no contexto clínico. Ao longo das etapas do ciclo de Gibbs, foi possível identificar fragilidades, reconhecer estratégias de superação e consolidar aprendizagens que transcenderam o domínio técnico-científico.

A experiência evidenciou que a autoeficácia, a resiliência e a comunicação terapêutica são pilares fundamentais na formação em Enfermagem, contribuindo para o desenvolvimento de competências técnicas, emocionais e relacionais. Compreender o estágio como espaço de crescimento pessoal e profissional permitiu reinterpretar sentimentos de insegurança e frustração como parte integrante do processo formativo, reforçando a importância da adaptação e da postura proativa perante os desafios.

A reflexão contínua revelou-se essencial para o fortalecimento da identidade profissional, promovendo uma prática mais consciente, humanizada e centrada no educando. Entre as competências desenvolvidas, destacam-se a capacidade de autorreflexão, a avaliação crítica da qualidade dos cuidados e o compromisso com a excelência na prestação de serviços de saúde.

Conclui-se, portanto, que este percurso reflexivo contribuiu para o desenvolvimento da estudante, para a construção de sua identidade como futura profissional de Enfermagem e para a consolidação de seu compromisso com a qualidade do cuidado.

## Referências

- ANDERSON, G. *et al.* Researching resilience in Bachelor of Science in Nursing (BScN) students. **International Journal for Cross-Disciplinary Subjects in Education**, [s. l.], v. 10, n. 3, p. 4098-4102, set. 2019. Disponível em: <https://infonomics-society.org/wp-content/uploads/Researching-Resilience-in-Bachelor-of-Science.pdf>. Acesso em: 4 ago. 2025.
- BALTACI, O. Prediction of fear of COVID-19: meaning in life and psychological resilience. **Educational Policy Analysis and Strategic Research**, [s. l.], v. 16, n. 2, p. 46-58, 2021. Disponível em: [https://epasr.inased.org/files/3/manuscript/manuscript\\_2177/epasr-2177-manuscript-111740.pdf](https://epasr.inased.org/files/3/manuscript/manuscript_2177/epasr-2177-manuscript-111740.pdf). Acesso em: 6 set. 2025.
- BANDURA, A. **Self-efficacy: the exercise of control**. New York: W.H. Freeman and Company, 1997.
- BECOÑA, E. Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. **Revista de Psicopatología y Psicología Clínica**, [s. l.], v. 11, n. 3, p. 125-146, 2006. Disponível em: <https://www.aepp.net/revistas/revista-de-psicopatologia-y-psicologia-clinica-vol-11-n-3-2006/>. Acesso em: 4 ago. 2025.

- CAMPOS, C. M. A Comunicação terapêutica enquanto ferramenta profissional nos cuidados de Enfermagem. **Revista do Serviço de Psiquiatria do Hospital Prof. Doutor Fernando Fonseca**, [s. l.], v. 15, n. 1, p. 91-101, jun. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.25752/psi.9725>. Acesso em: 6 set. 2025.
- DONG, C.; XU, R.; XU, L. Relationship of childhood trauma, psychological resilience, and family resilience among undergraduate Nursing students: a cross-sectional study. **Perspectives in Psychiatric Care**, [s. l.], v. 57, n. 2, p. 852-859, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/ppc.12626>. Acesso em: 6 set. 2025.
- EL ATMANI, Z. Exploring the development of reflective practice knowledge in Nursing students. **Journal of Research in Environmental and Science Education**, [s. l.], v. 2, n. 1, p. 29-37, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.70232/jrese.v2i1.8>. Acesso em: 16 set. 2025.
- FERREIRA, L. C. L. **Associações entre a resiliência, a autocompaixão e a orientação temporal na adolescência**. 2014. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento) – Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, Coimbra. Disponível em: <https://hdl.handle.net/10316/28128>. Acesso em: 4 ago. 2025.
- FERREIRA, A. M. S. **Peer feedback: modelo de avaliação e desenvolvimento de competências metacognitivas nos estudantes de Enfermagem: contributos para a supervisão clínica**. 2024. Tese (Doutoramento em Enfermagem) – Universidade Católica Portuguesa, Lisboa. Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/entities/publication/f6302f2d-375d-4513-9651-c3ae290de584>. Acesso em: 29 ago. 2025.
- GIBBS, G. **Learning by doing: a guide to teaching and learning methods**. Reimp. Oxford: Oxford Brookes University, 2013. Disponível em: <https://shop.brookes.ac.uk/product-catalogue/oxford-centre-for-staff-learning-development/books-publications/ebooks/learning-by-doing-a-guide-to-teaching-and-learning-methods-by-graham-gibbs-ebook>. Acesso em: 4 ago. 2025.
- KONRAD, A. P.; SILVA, R. V.; OLIVEIRA, M. C. Pedagogia da autonomia: como empoderar alunos para uma educação mais participativa e crítica. **Revista FT**, [s. l.], v. 17, n. 1, p. 45-60, jan./jun. 2024. Disponível em: <https://revistaft.com.br/pedagogia-da-autonomia-como-empoderar-alunos-para-uma-educacao-mais-participativa-e-critica>. Acesso em: 29 ago. 2025.
- KOTERA, Y. *et al.* Predicting self-compassion in UK nursing students: relationships with resilience, engagement, motivation, and mental wellbeing. **Nurse Education in Practice**, Edinburgh, v. 51, p. 102989, fev. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.102989>. Acesso em: 4 ago. 2025.
- LEWIS, R.; STRACHAN, A.; SMITH, M. Is high fidelity simulation the most effective method for the development of non-technical skills in nursing? A review of the current evidence. **The Open Nursing Journal**, [s. l.], v. 6, p. 82-89, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.2174/1874434601206010082>. Acesso em: 4 ago. 2025.
- McCONVILLE, S.; LANE, A. Using on-line video clips to enhance self-efficacy toward dealing with difficult situations among nursing students. **Nurse Education Today**, Edinburgh, v. 26, n. 3, p. 200-208, abr. 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2005.09.024>. Acesso em: 4 ago. 2025.
- MEO, M. L. N.; PRAMITHARESTHI, G. A.; NATALIA, A. M. The effect of academic self-efficacy training toward the nursing students' academic burnout participating in block-system learning. **Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic**, [s. l.], v. 6, n. 2, p. 113-119, Dec. 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.24990/injec.v6i2.363>. Acesso em: 6 set. 2025.
- MORRIS, T. Experiential learning: a systematic review and revision of Kolb's model. **Interactive Learning Environments**, [s. l.], v. 28, n. 8, p. 1064-1077, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/10494820.2019.1570279>. Acesso em: 6 set. 2025.
- PATRÍCIO, A. S. A. **Crenças de autoeficácia e objetivos: um estudo exploratório**. 2012. Tese (Mestrado em Psicologia – Secção de Psicologia da Educação e da Orientação) – Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10451/7822>. Acesso em: 4 ago. 2025.
- PORTUGAL. Direção-Geral da Saúde. **Manual de saúde infantil e juvenil**. Porto: Administração Regional de Saúde do Norte, 2022.
- SANTOS, E.; FERNANDES, A. Prática reflexiva: guia para reflexão estruturada. **Revista de Enfermagem Referência**, [s. l.], série II, n. 11, p. 1-2, mar. 2004. Coimbra: Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem (UICISA:E), Escola Superior de Enfermagem de Coimbra. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/referencia>. Acesso em: 4 ago. 2025.
- SOUSA, L. Resiliência, depressão e autoeficácia entre profissionais de Enfermagem brasileiros na pandemia COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 10, p. 2941-2950, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320232810.09852023>. Acesso em: 6 set. 2025.
- TEIXEIRA, M.; FERREIRA, I. Fatores familiares e escolares nas aspirações, na autoeficácia e no sucesso académico: um estudo com estudantes de 9º ano. **Revista Portuguesa de Psicologia**, [s. l.], v. 47, p. 43-59, 2018. Disponível em: <https://sites.google.com/site/revistaportuguesadepsicologia/numeros-publicados/vol-47/v47-43>. Acesso em: 4 ago. 2025.
- TUOMIKOSKI, A. *et al.* The competence of nurse mentors in mentoring students in clinical practice: a cross-sectional study. **Nurse Education Today**, Edinburgh, v. 71, p. 78-83, Dec. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.09.008>. Acesso em: 7 set. 2025.

## Fonte de financiamento

Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM), Egas Moniz School of Health & Science.

## Contribuição das autoras

Jéssica Mateus - concepção e planejamento do estudo, elaboração do texto, coleta e análise dos dados, responsabilidade pública pelo conteúdo do artigo.

Paula Sarreira de Oliveira - elaboração do texto, revisão do conteúdo, aprovação da versão final do manuscrito e responsabilidade pública pelo conteúdo do artigo.

## Conflito de interesses

As autoras declaram que não há conflito de interesses.

## Responsabilidade editorial

Ramona Fernanda Ceriotti Toassi, Rafael Arenhaltdt, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre, Brasil

Recebido em: 28/07/2025

Aceito em: 18/09/2025

Publicado em: 22/09/2025