

Bem-Estar Subjetivo: aspectos conceituais

Subjective Well-Being: conceptual aspects

Luiza Santos Moreira da Costa^I; Carlos Américo Alves Pereira^{II}

^IUniversidade Federal Fluminense (UFF)

^{II}Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

RESUMO

A partir da análise de publicações sobre o tema do Bem-Estar Subjetivo (BES), depreende-se que o BES/felicidade pode ser percebido enquanto: a) traço; b) estado; ou c) "estar no controle de sua vida", de acordo com diferentes grupos de autores. Os conceitos descritos nos itens a e b consideram que o BES possui três componentes: satisfação, afeto positivo e afeto negativo, que são também apresentados aqui. Os conceitos descritos neste artigo podem ser usados isolados ou combinados, de acordo com os objetivos dos pesquisadores. O BES é um referencial e pode ser utilizado em diversas áreas de pesquisa.

Palavras-chave: Bem-Estar Subjetivo; Satisfação; Afeto Positivo; Afeto Negativo; Flow.

ABSTRACT

It can be depicted from the analyses of publications in the topic Subjective Well-Being (SWB), that SWB/happiness is perceived as: a) trait; b) state; or c) "being in charge of his/her own life", according to different groups of authors. The concepts described on items a and b consider SWB composed by three components: satisfaction, positive affect and negative affect, which are also presented here. The concepts described in this paper can be used alone or combined, according to the researchers proposals. SWB is a valuable guidance and may be used on several areas of research.

Keywords: Subjective Well-Being; Satisfaction; Positive Affect; Negative Affect; Flow.

INTRODUÇÃO

De acordo com Diener, Oishi e Lucas (2003) o Bem-Estar Subjetivo (BES) seria o que os leigos chamam de felicidade, prazer ou satisfação com a vida. No Brasil, o referencial do BES vem sendo utilizado desde 1993, com maior impulso a partir de 2000. No entanto, na maior parte dessas pesquisas, os autores partem dos conceitos previamente estabelecidos na apresentação de panoramas histórico-conceituais, como o trabalho de Pereira (1997) acerca das subdimensões da qualidade de vida e do BES, ou avaliam o BES de determinados grupos, como professores universitários (PEREIRA; ENGELMAN, 1993), idosos que sofreram amputação de membros inferiores (DIOGO, 2003), professores e estudantes de medicina (COSTA, 2003), e pacientes submetidas à mastectomia (MEDEIROS, 2001). Outras contribuições se referem aos instrumentos de medida do BES, como as de Gouveia et al. (2003), Albuquerque e Tróccoli (2004), Albuquerque (2004) e Costa e Pereira (2001).

A partir da leitura de publicações sobre o tema, pode-se perceber que não existe um consenso sobre o conceito de BES. Ed Diener, Robert A. Emmons, Randy J. Larsen, Frank Fujita, Ed Sandvick e Eunkook Suh consideram-no como sinônimo de "qualidade de vida percebida". As pessoas com alto nível de BES, segundo esses autores, seriam aquelas satisfeitas e felizes, identificando no BES um componente cognitivo (satisfação) e outro emocional. O componente emocional é referido, ora como felicidade, ora como afeto positivo e afeto negativo. Uma pessoa com balanço positivo entre o afeto positivo e o afeto negativo seria considerada feliz (LARSON, 1987). Csikszentmihalyi (1999), por sua vez, afirma que a verdadeira felicidade seria aquela que se seguiria ao *flow*, levando a uma complexidade e a um crescimento cada vez maior da consciência. O *flow* corresponderia à sensação de ação sem esforço experimentada em momentos que se destacam como os melhores de nossas vidas. Nessa mesma linha, seguem Ryff (1989) e Ryff e Keyes (1995), sendo que, em vez de Bem-Estar Subjetivo ou felicidade, preferem utilizar o termo "Bem-Estar Psicológico".

CONCEITOS DE BES

De um modo geral, os estudos sobre a felicidade percebem-na sob três aspectos, como: a) "estar no controle de sua vida" (CSIKSZENTMIHALYI, 1999; RYFF, 1989; RYFF; KEYES, 1995); b) estado; ou c) traço (DIENER, 1984, 1996; MICHALOS, 1980; entre outros).

Felicidade enquanto "estar no controle de sua vida"

O "estar no controle de sua vida" seria o conceito que mais se aproxima do sentido aristotélico de *eudaimonia*¹. A felicidade seria o resultado de uma vida repleta de complexas atividades de *flow* (CSIKSZENTMIHALYI, 1999). Este resultado seria atingido pelas pessoas que tivessem conquistado uma personalidade autotélica, isto é, que julgam valioso e importante, por si mesmo, tudo o que realizam, e se mostram menos dependentes de recompensas externas. Este crescimento psicológico levaria a um *eu* mais complexo, provocando uma sensação de profunda satisfação, (CSIKSZENTMIHALYI, 1992). É importante ressaltar que este autor não nega o valor do prazer passivo na vida das pessoas (sentido hedônico da felicidade), mas que este não geraria um sentimento mais profundo. Na mesma linha, Carol Ryff (1989) critica os estudos sobre BES que, segundo a autora, enfatizam principalmente o componente afetivo, de curta duração – a felicidade, deixando de lado desafios da vida mais duradouros, como, por exemplo, ganhar um sentido de auto-realização. Tanto Ryff e Keyes (1995) quanto Mihaly Csikszentmihalyi (1992, 1999) trabalham com o conceito de "felicidade aprendida", conquistada por meio de um crescimento psicológico. Curiosamente, nem Csikszentmihalyi cita trabalhos de Ryff e Keyes, nem estas autoras fazem referência aos trabalhos daquele autor.

Felicidade enquanto estado

A felicidade percebida como estado (estar feliz) resultaria de muitos momentos de felicidade na vida. Esta seria a forma de perceber a felicidade por meio das teorias denominadas "de baixo para cima" (*bottom-up*) fundamentadas na visão lockeana de que a mente seria uma tábula rasa moldada pela experiência. De acordo com Feist et al. (1995), nada existiria na mente que não tivesse passado pelos sentidos, pois as sensações seriam reflexões "objetivas" do mundo externo. Também para Glatzer

(1987), a felicidade seria concebida como um estado emocional produzido por eventos positivos e negativos, bem como pelas experiências de vida de uma pessoa.

Diener (1996) salientou que não apenas fatores ligados à personalidade, mas também circunstâncias ambientais amplas e duradouras podem produzir mudanças substanciais e de longa duração no BES. Isto é observado, principalmente, quando se compara grupos, nações ou culturas em que as circunstâncias de vida podem ser extremamente diferentes. A teoria da adaptação baseia-se em um padrão derivado da própria existência do indivíduo. Este padrão pode elevar-se ou baixar a qualquer nível, por qualquer circunstância, sendo que apenas a superação deste nível produziria afeto (DIENER, 1984). No processo de adaptação, novos eventos trariam novas informações que passariam a ser prioritárias em relação aos eventos passados (SUH et al., 1996), modificando o padrão anterior – reforço às teorias “de baixo para cima”.

Felicidade enquanto traço

Já a felicidade percebida como traço (ser feliz) é considerada como dependente da predisposição em interpretar as experiências da vida de forma positiva. Diener e Seligman (2002) observaram que as pessoas muito felizes possuem um sistema emocional que reage de forma apropriada às circunstâncias da vida diária. A experiência em si não seria nem boa nem má. As teorias da felicidade denominadas “de cima para baixo” (*top-down*) baseiam-se na visão kantiana na qual a mente seria uma intérprete ativa e organizadora da experiência sensorial, filtrando e selecionando as sensações que chegam até ela, de forma congruente com suas crenças e atitudes (Feist et al., 1995). Lykken e Tellegen (1996) chegaram a afirmar que cerca de 80% da variância estável no BES seria herdada e que tentar ser mais feliz seria tão fútil quanto tentar ser mais alto. As teorias “de cima para baixo” seriam reforçadas pelos achados de Suh et al. (1996), revelando que os eventos da vida ou mudanças parecem não possuir uma influência no BES por períodos longos. As pessoas reagiriam a estes eventos apenas por um período de tempo curto (três meses ou menos), retornando a uma linha de base estável, determinada por sua personalidade. Já Diener (1996) observou que a influência da personalidade no BES seria forte apenas quando fossem considerados os níveis médios de afeto a longo prazo. As emoções momentâneas seriam fortemente influenciadas por fatores situacionais. No entanto, os balanços decorrentes de eventos imediatos podem ser substanciais; as pessoas podem levar até vários anos para se adaptar a algumas situações fortemente negativas. Este tempo de adaptação pode variar não só entre indivíduos, mas entre eventos da vida; e, para um mesmo indivíduo, em diferentes momentos, embora as emoções negativas pareçam requerer um tempo maior que as emoções positivas para que a adaptação ocorra (FRIJDA, 1988).

COMPONENTES DO BES

A maior parte dos pesquisadores em BES considera os componentes do BES propostos por Andrews e Withey (1974): satisfação com a vida, afeto positivo e afeto negativo.

Segundo Glatzer (1987), satisfação pode ser expressa em diferentes níveis: a) satisfação com a vida em geral; b) satisfação com todo um domínio da vida (ex: satisfação com o trabalho); c) satisfação com determinados aspectos de um domínio (ex: satisfação dos professores universitários com o reconhecimento do seu trabalho docente pelo seu departamento). Além disso, a satisfação é menos dependente de situações momentâneas e menos sensível a mudanças súbitas do humor que a felicidade (VERMUNT; SPAANS; ZORGE, 1989), sofrendo mais influência de preocupações no espaço de vida mais amplo – político e social (MCKENNELL, 1978).

A relação entre cognição e afeto ainda não foi amplamente investigada (DIENER, 1984). No entanto, o nível de satisfação pode ser um modulador das emoções, aumentando ou diminuindo as emoções positivas ou negativas dependendo do que se pensa (DIENER; SUH; OISHI, 1998). Tentativas conscientes explícitas para evitar pensamentos tristes e pensar nos momentos alegres podem, de alguma forma, aumentar a felicidade. Os resultados do estudo de Lewinsohn, Redner e Seeley (1991) indicaram que baixos níveis de satisfação com a vida seriam fator de risco para depressão futura. Shin e Johnson (1978) identificaram que a fonte mais importante de felicidade é a satisfação das necessidades humanas, seguida por comparações favoráveis de situações de vida e recursos disponíveis. As pessoas podem aumentar seu BES comparando-se a outros que podem estar em uma situação tanto superior quanto inferior em relação a elas mesmas. Em alguns casos, as pessoas chegam mesmo a criar uma pessoa imaginária com a qual se comparam para atingir seus objetivos (DIENER; SUH; OISHI, 1998).

A satisfação parece ainda ser função do tipo de objetivos que se pretende alcançar. Assim é que as pessoas insatisfeitas podem estar comprometidas com objetivos com previsão de recompensa a longo prazo, possuindo pouco reforço ou alegria a curto prazo. Além disso, seus projetos seriam difíceis de alcançar. Já as mais satisfeitas possuiriam projetos mais agradáveis, menos difíceis e mais importantes, naquele momento (PALYS; LITTLE, 1983).

Um processo de enfrentamento ativo pode ocorrer quando as pessoas se “livram” de suas experiências negativas reorientando sua atenção e recursos para objetivos mais facilmente atingíveis; reinterpretando os eventos de uma forma mais positiva, ou procurando encontrar um novo significado para sua experiência adversa (SUH et al., 1996). Estudando recursos psicológicos, ilusões positivas e saúde, Taylor et al. (2000) observaram que a capacidade de encontrar sentido na experiência também estava associada a um curso menos rápido de doenças como a AIDS. Mesmo crenças otimistas não realistas sobre o futuro podem proteger a saúde, não só mental como física. A psicologia voltada para a patologia, até então dominante, vem cedendo lugar à psicologia positiva, que busca entender como as pessoas sobrevivem sob condições adversas (SELIGMAN; CSIKSZENTMIHALYI, 2000). Um exemplo é o trabalho de Biswas-Diener e Diener (2001), por meio do qual observaram que, para contrabalançar os efeitos negativos da pobreza, moradores de favelas de Calcutá lançam mão de fortes relações sociais. Esses achados foram corroborados por Diener e Scollon (2003), que perceberam que, embora os recursos materiais possam contribuir para a satisfação com a vida, fatores como respeito e bom relacionamento social mostraram-se mais importantes. De acordo com Michalos (1985) e sua Teoria das Discrepâncias Múltiplas, a satisfação auto-relatada seria uma função da discrepância entre o que alguém possui e: a) o que aspira; b) o que outras pessoas importantes para ela/ele possuem; c) a melhor situação que teve no passado; d) o que esperava, há três anos atrás, ter agora; e) o que espera ter no futuro (daqui a, pelo menos, cinco anos); f) o que merece; g) o que necessita.

Entretanto, as pessoas podem usar mais de um padrão de comparação com sua situação presente. No estudo de Vermunt et al. (1989), os respondentes utilizaram, em média, três a quatro padrões de comparação simultaneamente para avaliar a satisfação com os domínios da vida e, em média, cinco padrões para avaliar a vida como um todo.

Hipoteticamente, seriam previsores positivos do BES os objetivos que atendessem às necessidades intrínsecas como autonomia, compreensão e competência, enquanto os previsores negativos seriam aqueles que refletissem necessidades extrínsecas, como buscar poder ou mostrar-se para os outros (SRIVASTAVA; LOCKE; BARTOL, 2001). Assim, as pessoas orientadas para metas intrínsecas (auto-aceitação, afiliação emocional e envolvimento comunitário) tenderiam a experimentar maior bem-estar que aquelas orientadas para metas externas.

Strumpel (1975 apud MCKENNEL, 1978) chama a atenção para a diferença entre a satisfação que estaria associada a uma experiência de crescentes expectativas e a que estaria associada a uma experiência de expectativas decrescentes. Em outras palavras, a satisfação pode refletir tanto o objetivo atingido como a aceitação de sua impossibilidade, isto é, a acomodação a uma realidade imutável. A primeira seria a satisfação da vitória, do sucesso; a segunda, a satisfação da resignação. Duas pessoas poderiam estar igualmente satisfeitas pelo preenchimento de suas necessidades, mas o conteúdo afetivo associado ao sucesso e à resignação seria diferente. A insatisfação pode exprimir tanto um sentimento de privação, de iniquidade e amargura, quanto um afastamento necessário às circunstâncias presentes, precedendo esforços para melhorá-las. Para Michalos (1980), a satisfação humana pode, no bom sentido, ser gerenciada; no mau sentido, manipulada.

Os afetos podem ser divididos em emoções específicas, tais como: determinação, inspiração e dinamismo (afeto positivo), e culpa, vergonha e tensão (afeto negativo). Estas emoções específicas corresponderiam ao nível inferior da estrutura hierárquica dos afetos, refletindo o conteúdo específico dos descritores do humor. Já o afeto positivo e o afeto negativo, refletindo sua valência, corresponderiam ao nível superior desta estrutura. Watson e Clark (1992) chamam a atenção para a importância em se acessar tanto o nível superior quanto o nível inferior da estrutura hierárquica dos afetos auto-referidos, pois pode-se encontrar uma correlação alta entre uma variável e o afeto negativo (nível superior), mas uma correlação baixa com alguma das emoções negativas, isoladamente (nível inferior). Entretanto, Diener e Emmons (1985) e Watson e Clark (1992) perceberam altas correlações entre relatos de emoções da mesma polaridade, tanto para períodos de tempo curtos quanto longos. Isto poderia ocorrer porque as condições que levam a uma emoção positiva também tenderiam a levar a outras emoções positivas (o mesmo ocorrendo com as emoções negativas); ou porque as emoções de uma determinada polaridade tendem a se misturar na experiência (DIENER; EMMONS, 1985). Diferente da satisfação, os afetos parecem ser mais sensíveis a preocupações no espaço de vida imediato do indivíduo (MCKENNEL, 1978).

De acordo com Larsen e Diener (1987), quanto à intensidade dos afetos, aqueles que experimentam altos níveis de intensidade emocional negativa também tendem a experimentar altos níveis de

intensidade emocional positiva. Este fenômeno é observado com mais frequência entre as mulheres. No entanto, estudos coletando dados *on-line*, isto é, por meio de mensagens por *paggers*, demonstraram que homens e mulheres apresentam os mesmos níveis de emoção (ROBINSON; JOHNSON; SHIELDS, 1998 apud DIENER; BISWAS-DIENER, 2000). Beck (1963) observou que as pessoas com alta intensidade de afetos, da mesma forma que pacientes deprimidos, pessoas levemente neuróticas e psicóticas utilizavam com mais frequência a personalização (o indivíduo interpretaria os eventos da vida de modo auto-referido); a supergeneralização (tomaria o evento isolado como sendo representativo de todos os eventos do mundo); e a abstração seletiva (retiraria um detalhe do contexto, perdendo o significado da situação total).

Satisfação, afeto positivo e afeto negativo não são aceitos por Ryff e Keyes como os únicos componentes do BES (RYFF, 1989; RYFF; KEYES, 1995). Estas autoras propuseram seis componentes para o BES: 1) auto-aceitação; 2) relações positivas com os outros; 3) autonomia; 4) domínio do ambiente; 5) razão de viver; e 6) crescimento pessoal. Diener, Suh e Oishi (1998) não consideram o BES como sinônimo de saúde mental, mas como apenas um de seus aspectos.

O modelo causal bidirecional de BES

Segundo Feist et al. (1995), havia uma falha teórica na literatura sobre BES. As teorias do Bem-Estar Subjetivo, embora guiassem o trabalho empírico da psicologia do bem-estar, frequentemente se mantinham separadas e distintas, ao invés de serem integradas em conceituações mais sistemáticas. Diener (1996), Feist et al. (1995) e Brief et al. (1993) estão entre os autores que propõem uma integração entre as duas teorias em modelos causais bidirecionais do BES. As circunstâncias objetivas da vida e as dimensões globais da personalidade afetariam indiretamente o BES por meio de seus efeitos na interpretação das circunstâncias da vida (BRIEF et al., 1993). O modelo causal bidirecional reforçaria que o BES poderia ser considerado tanto uma variável de estado quanto de traço, ou seja, em termos tanto disposicionais quanto ambientais (WARR; BARTER; BROWNBRIDGE, 1983). Esta integração se reflete na afirmativa de Lewinsohn et al. (1991), de que as pessoas mais felizes tenderiam a apresentar um *locus* de controle interno e ter uma ausência relativa de conflitos internos, embora bons relacionamentos sociais e envolvimento com um trabalho voltado para um objetivo e atividades de lazer também apresentem uma relação positiva com a felicidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As diferentes percepções do Bem-Estar Subjetivo, assim como a preferência de certos autores por alguns de seus componentes, permitem diferentes olhares sobre o BES. Conhecê-los é fundamental para que também nós possamos dar continuidade ao desenvolvimento deste tema ou mesmo aplicar os conhecimentos já produzidos em nossa área de atuação. Outros textos em BES, como os de Joronen (2005), Albuquerque e Tróccoli (2004) e Medeiros (2001), trouxeram uma apresentação dos conceitos de BES. Buscamos com o presente trabalho organizar e apresentar, de forma crítica, os vários conceitos de BES.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, A. S. **Bem-Estar Subjetivo e sua relação com Personalidade, Coping, Suporte Social, Satisfação Conjugal e Satisfação no Trabalho**. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de Psicologia da Universidade de Brasília, Brasília, 2004.

_____; TRÓCCOLI, B. T. Desenvolvimento de uma escala de Bem-Estar Subjetivo. **Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 20, n. 2, p. 153-164, 2004.

ANDREWS, F. M.; WITHEY, S. B. Developing measures of perceived life quality: results from several national surveys. **Social Indicators Research**, n. 1, p. 1-26, 1974.

BECK, A. T. Thinking and depression. **Archives of General Psychiatry**, n. 9, p. 324-333, 1963.

BISWAS-DIENER, R.; DIENER, E. Making the best of a bad situation: satisfaction in the slums of Calcutta. **Social Indicators Research**, n. 55, p. 329-352, 2001.

BRIEF, A. P. et al. Integrating bottom-up and top-down theories of Subjective Well-Being: the case of health. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 64, n. 4, p. 646-653, 1993.

COSTA, L. S. M. da. **Abuso no curso médico e Bem-Estar Subjetivo**. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2003.

_____; PEREIRA, C. A. A. Possibilidades de análise das escalas de afeto positivo e afeto negativo – PANAS: um estudo entre alunos de medicina da Universidade Federal Fluminense. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 53, n. 4, p. 67-81, 2001.

CSIKSZENTMIHALYI, M. **Psicologia da felicidade**. São Paulo: Saraiva, 1992.

_____. **A descoberta do fluxo: a psicologia do envolvimento com a vida cotidiana**. Rio de Janeiro: Rocco, 1999.

DIENER, E. Subjective Well-Being. **Psychological Bulletin**, v. 95, n. 3, p. 542-575, 1984.

_____. Traits can be powerful, but are not enough: lessons from Subjective Well-Being. **Journal of Research in Personality**, n. 30, p. 389-399, 1996.

_____; BISWAS-DIENER, R. New directions in Subjective Well-Being research: the cutting edge. **Indian Journal of Clinical Psychology**, v. 27, n. 1, p. 21-33, 2000.

_____; EMMONS, R. A. The independence of positive and negative affect. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 47, n. 5, p. 1.105-1.117, 1985.

_____; OISHI, S.; LUCAS, R. E. Personality, culture and Subjective Well-Being: emotional and cognitive evaluations of life. **Annual Review of Psychology**, n. 54, p. 403-425, 2003.

_____; SCOLLON, C. **Subjective Well-Being is desirable, but not the Summum Bonum**. Trabalho apresentado no *workshop* interdisciplinar em bem-estar (Interdisciplinary Workshop on Well-Being) da Universidade de Minnesota, Minneapolis, EUA, 2003.

_____; SELIGMAN, E. P. Very happy people. **Psychological Science**, v. 13, n. 1, p. 81-84, 2002.

_____; SUH, E.; OISHI, S. Recent findings on Subjective Well-Being. **Indian Journal of Clinical Psychology**, n. 2, p. 25-41, 1998.

DIOGO, M. J. D. Satisfação global com a vida e determinados domínios entre idosos com amputação de membros inferiores. **Revista Panamericana de Salud Publica**, v. 13, n. 6, p. 395-399, 2003.

FEIST, G. F. et al. Integrating top-down and bottom-up structural models of Subjective Well-Being: a longitudinal investigation. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 68, n. 1, p. 138-150, 1995.

FRIJDA, N. H. The laws of emotion. **American Psychologist**, v. 43, n. 5, p. 349-358, 1988.

GLATZER, W. Subjective Well-Being: components of well-being. **Social Indicators Research**, n. 19, p. 25-38, 1987.

GOUVEIA, V. V. et al. A utilização do QSG-12 na população geral: estudo de sua validade de construto. **Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 19, n. 3, p. 241-248, 2003.

JORONEN, K. Adolescents' Subjective Well-Being in their social contexts. **Acta Universitatis Tamperensis** 1063.2005. Disponível em: <<http://acta.ucta.fi/english/haku.phtml>>. Acesso em: 16 mar. 2006.

LARSEN, R. J.; DIENER, E. Affect intensity as an individual difference characteristic: a review. **Journal of Research in Personality**, v. 21, n. 1, p. 1-39, 1987.

LARSON, R. W. On the independence of positive and negative affect within hour-to-hour experience. **Motivation and Emotion**, v. 11, n. 2, p. 145-156, 1987.

LEWINSOHN, P. M.; REDNER, J. E.; SEELEY, J. R. The relationship between life satisfaction and psychosocial variables: new perspectives. In: STRACK, Fritz; ARGYLE, Michael; SCHWAIZ, Norbert (Org.). **Subjective Well-Being: an interdisciplinary perspective**. London: Pergamon Press, 1991.

LYKKEN, D.; TELLEGEN, A. Happiness is a stochastic phenomenon. **Psychological Science**, n. 7, p. 186-189, 1996.

MCKENNEL, A. C. Cognition and affect in perception of well-being. **Social Indicators Research**, n. 5, p. 389-426, 1978.

MEDEIROS, R. H. A. de. **O papel da informação adicional no Bem-Estar Psicológico Subjetivo de pacientes submetidas à mastectomia**: um estudo pela melhora no atendimento hospitalar. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2001.

MICHALOS, A. C. Satisfaction and happiness. **Social Indicators Research**, n. 20, p. 355-381, 1980.

_____. Multiple discrepancies theory (MDT). **Social Indicators Research**, n. 16, p. 347-413, 1985.

PALYS, T. S.; LITTLE, B. R. Perceived life satisfaction and the organization of personal projects systems. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 44, n. 6, p. 1.221-1.230, 1983.

PEREIRA, C. A. A. Um panorama histórico-conceitual acerca das dimensões de qualidade de vida e do Bem-Estar Subjetivo. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 49, n. 4, p. 32-48, 1997.

_____; ENGELMAN, A. Um estudo da qualidade da vida universitária no trabalho entre docentes da Universidade Federal do Rio de Janeiro. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 45, n. 3/4, p. 12-48, 1993.

RYFF, C. D. Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of Psychological Well-Being. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 57, n. 6, p. 1.069-1.081, 1989.

_____; KEYES, C. L. The structure of Psychological Well-Being revisited. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 69, n. 4, p. 719-727, 1995.

SELIGMAN, M. E. P.; CSIKSZENTMIHALYI, M. Positive psychology. **American Psychologist**, v. 55, n. 1, p. 5-14, 2000.

SHIN, D. C.; JOHNSON, D. M. Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. **Social Indicators Research**, n. 5, p. 475-492, 1978.

SRIVASTAVA, A.; LOCKE, E. A.; BARTOL, K. M. Money and Subjective Well-Being: it's not the money, it's the motives. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 80, n. 6, p. 959-971, 2001.

SUH, E.; DIENER, E.; FUJITA, F. Events and Subjective Well-Being: only recent events matter. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 70, n. 5, p. 1.091-1.102, 1996.

TAYLOR, S. E. et al. Psychological resources, positive illusions and health. **American Psychologist**, v. 55, n. 1, p. 99-109, 2000.

VERMUNT, R.; SPAANS, E.; ZORGE, F. Satisfaction, happiness and well-being of Dutch students. **Social Indicators Research**, n. 21, p. 1-33, 1989.

WARR, P.; BARTER, J.; BROWNBIDGE, G. On the independence of positive and negative affect. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 44, n. 3, p. 644-651, 1983.

WATSON, D.; CLARK, L. A. Affects separable and inseparable: on the hierarchical arrangement of the negative affects. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 62, n. 3, p. 489-505, 1992.

Endereço para correspondência

Luiza S. M. da Costa
E-mail: lusamoco@vm.uff.br

Recebido em: 22/03/2006
Revisado em: 26/10/2006
Aprovado em: 20/03/2007

¹*Eudaimonia*: “[...] sentimento acompanhando o comportamento na direção de, e consistente com o verdadeiro potencial de cada um” (WATERMAN, 1984 apud RYFF, 1989, p. 1.070).