

## Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida

Claudia Hofheinz Giacomoni  
*Universidade Federal de Santa Maria*

### Resumo

O bem-estar subjetivo (BES) é uma área da Psicologia que tem crescido reconhecidamente nos últimos tempos. Essa área cobre estudos que têm utilizado as mais diversas nomeações, tais como: felicidade, satisfação, estado de espírito e afeto positivo, além de também ser considerada a avaliação subjetiva da qualidade de vida. Refere-se ao que as pessoas pensam e como elas se sentem sobre suas vidas. Perspectivas atuais definem o bem-estar subjetivo como uma ampla categoria de fenômenos que inclui as respostas emocionais das pessoas, domínios de satisfação e os julgamentos globais de satisfação de vida. O presente estudo introduz essa nova área de estudos da psicologia, seus aspectos conceituais e avaliativos, assim como, as suas principais contribuições para a compreensão do impacto dos eventos de vida na qualidade de vida.

**Palavras chave:** bem-estar subjetivo, satisfação de vida, afeto positivo.

### Subjective well-being: The search for quality of life

#### Abstract

The subjective well-being is a growing interest in the area of Psychology. This interest is shown in studies under different titles and key words: happiness, satisfaction, and positive affect, besides the subjective evaluation of quality of life. Subjective well being is concerned with what people think and feel about their lives. The distinct perspectives on the matter have defined subjective well-being as a wide category of a phenomenon that includes emotional responses, satisfaction domains, and the global judgments of life's satisfactions. The present study introduces this new area of Psychology, its conceptual and evaluative aspects, as well as its main contributions to comprehend the life events impact on quality of life.

**Key words:** subjective well-being, life satisfaction, positive affect.

#### Definição e estrutura do bem-estar subjetivo

Diferentes abordagens vêm investigando a qualidade de vida das pessoas ao longo do tempo. A Economia avalia a qualidade de vida das sociedades através da quantidade de bens, mercadorias e serviços que são produzidos pelas comunidades. Já os cientistas sociais adicionam à avaliação objetiva da Economia indicadores sociais importantes como: baixas taxas de crime, expectativa de vida, respeito pelos direitos humanos e distribuição equitativa dos recursos. Uma terceira abordagem de definição e avaliação da qualidade de vida é o bem-estar subjetivo.

O bem-estar subjetivo é uma área da psicologia que tem crescido muito ultimamente, cobrindo estudos que têm utilizado as mais diversas nomeações, tais como: felicidade, satisfação, estado de espírito e afeto positivo. De forma ampla, pode-se dizer que o tema foca como as pessoas avaliam suas vidas (Diener, 1996). Mais especificamente, este construto diz respeito a como e por que as pessoas experienciam suas vidas positivamente. Também é considerada a avaliação subjetiva da qualidade de vida.

---

Trabalho apresentado na mesa redonda *A Psicologia Positiva e o seu Papel na Construção de Novas Tendências e Possibilidades de Pesquisa*, na XXXII Reunião Anual da Sociedade Brasileira de Psicologia, Florianópolis, SC, 2002. Trabalho parcialmente financiado pela Capes.

Endereço para correspondência: R. Afonso Taunay n. 180 apt 301 Porto Alegre, RS, 90520-540. E-mail: [giacomon@uol.com.br](mailto:giacomon@uol.com.br).

Pensadores ocidentais têm procurado compreender a “Felicidade” (Diener, 1994). Através da história, filósofos consideraram a felicidade como o bem maior e a principal motivação para a ação humana. Porém, até recentemente, psicólogos deram pouca atenção para o estudo do bem-estar subjetivo, preferindo investigar a infelicidade e o sofrimento humano. Atualmente, este construto tem sido muito utilizado nas áreas de saúde mental, qualidade de vida e gerontologia social. A partir da década de setenta, cientistas sociais e do comportamento passaram a estudar e trabalhar sobre a teoria. O termo “felicidade” passou a ser indexado no *Psychological Abstracts* em 1973 e o periódico *Social Indicators Research*, fundado em 1974, começou a publicar um grande número de artigos sobre bem-estar subjetivo (Diener, 1984).

Diener (1984) agrupa as definições de bem-estar subjetivo e felicidade em três categorias. A primeira categoria concebe o bem-estar através de critérios externos, tais como virtude ou santidade<sup>1</sup>. Nessas definições normativas - porque definem o que é desejável - a felicidade não é pensada como um estado subjetivo, mas antes como o possuir alguma qualidade desejável.

A segunda categoria de definição de bem-estar, formulada por cientistas sociais, investiga os questionamentos sobre o que leva as pessoas a avaliar suas vidas em termos positivos. Tem sido chamada de satisfação de vida e utiliza os padrões dos respondentes para determinar o que é a vida feliz. A terceira categoria de definição de bem-estar considera esse como sendo o estado que denota uma preponderância do afeto positivo sobre o negativo (Bradburn, 1969). Enfatiza a experiência emocional de satisfação ou prazer. Aponta o quanto a pessoa está experienciando emoções positivas ou negativas durante um período específico da vida, ou o quanto a pessoa está predisposta a essas emoções.

Nos últimos trinta anos, o estudo do bem-estar subjetivo tem sido guiado por duas concepções de funcionamento positivo. A primeira, iniciada pelo trabalho de Bradburn (1969), diferenci-

a o afeto positivo do negativo e define a felicidade como o equilíbrio entre os dois. A segunda concepção, que vem ganhando atenção entre sociólogos, enfatiza a satisfação de vida como o principal indicador do bem-estar. A satisfação de vida é vista como o componente cognitivo que complementa a felicidade, dimensão afetiva do funcionamento positivo (Ryff e Keyes, 1995).

O bem-estar subjetivo é uma atitude e como tal possui pelo menos dois componentes básicos: afeto e cognição (Ostrom, 1969). O componente cognitivo refere-se aos aspectos racionais e intelectuais, enquanto o componente afetivo envolve os componentes emocionais. Além dessa distinção, que auxilia o entendimento e a medida, o componente afetivo pode ser dividido em afeto positivo e negativo. Andrews e Withey (1976) estruturaram, como componentes do bem-estar subjetivo, o julgamento de satisfação de vida e o afeto positivo e negativo.

Definir bem-estar é difícil, uma vez que pode ser influenciado por variáveis tais como idade, gênero, nível sócio-econômico e cultura. Muito amplamente, aponta-se que uma pessoa com elevado sentimento de bem-estar apresenta satisfação com a vida, a presença freqüente de afeto positivo, e a relativa ausência de afeto negativo. A relativa preponderância do afeto positivo sobre o negativo é referida como balança hedônica (Diener, 1996).

Diener (1984) sugere que existem três aspectos do bem-estar subjetivo que são importantes de serem destacados: o primeiro é a subjetividade - o bem-estar reside dentro da experiência do individual; o segundo consiste no entendimento de que bem-estar não é apenas a ausência de fatores negativos, mas também a presença de fatores positivos; o terceiro salienta que o bem-estar inclui uma medida global ao invés de somente uma medida limitada de um aspecto da vida.

Desde o estudo de Bradburn, em 1960, que concluiu que afeto positivo e negativo são relativamente independentes um do outro, a relação entre os dois componentes tem sido controversa. Entretanto, atualmente, há extensa evidência mostrando que níveis proporcionais de afeto negativo e positivo são independentes, mesmo quando diferentes instrumen-

1. Ver Coan (1977) para uma revisão das várias concepções da condição ideal em diferentes culturas e épocas.

tos de medidas são usados (Diener, 1984).

Ryff e Keyes (1995) apresentaram um modelo multidimensional de bem-estar composto por seis componentes distintos de funcionamento psicológico positivo: avaliação positiva de si mesmo e do período anterior de vida (auto-aceitação), um sentido de crescimento contínuo e desenvolvimento como uma pessoa (crescimento pessoal), acreditar que a vida possui objetivo (sentido) e significado (sentido de vida), possuir relações de qualidade com outros (relações positivas com outros), capacidade de manejar efetivamente a vida e o mundo ao redor (domínio do ambiente), e sentido de auto-determinação (autonomia).

As principais teorias e modelos explicativos do bem-estar subjetivo vêm sendo apresentados, historicamente, em dois grandes blocos opostos denominados *bottom-up* versus *top-down*. As principais teorias iniciais de bem-estar subjetivo estavam preocupadas em identificar como os fatores externos, as situações e as variáveis sócio-demográficas afetavam a felicidade. Estas abordagens, conhecidas como *bottom-up*, mantêm como base o pressuposto de que existe uma série de necessidades humanas universais e básicas, e que a satisfação, ou não, destas viabiliza a felicidade. Outros fatores associados por essas teorias são as experiências de eventos prazerosos diários estando relacionados ao afeto positivo, assim como o seu oposto, eventos desprazerosos associados a afetos negativos. Mais ainda, a satisfação e a felicidade resultariam do acúmulo desses momentos específicos, dessas experiências felizes (Diener, Sandvik e Pavot, 1991).

Os últimos trinta anos de pesquisa têm demonstrado que todos os fatores demográficos tomados juntos não contam muito para a variância do bem-estar subjetivo. Campbell, Converse e Rodgers (1976), no extenso trabalho realizado, encontraram que as variáveis demográficas (por exemplo: sexo, idade, renda, raça, educação e condição civil) computaram menos do que vinte por cento da variância do bem-estar. A média de variância explicada pelas circunstâncias externas encontrada é de aproximadamente dez por cento para Andrews e Whitey (1976) e de quinze por cento para Diener (1984). Quando outras variáveis, usualmente demográficas, são controladas, o efeito

costuma diminuir, mas geralmente todas têm sobrevivido a tais controles. Argyle (1999) aponta as variáveis de maior impacto positivo na felicidade: o casamento, o emprego, o *status* ocupacional, o lazer e as “competências” de saúde e habilidades sociais. Além disso, os efeitos são mais intensos em determinados grupos como a renda para o pobre, a religião para os velhos, a exemplo do fato do desempregado ser mais infeliz, assim como, os divorciados e separados.

Devido a esses pequenos efeitos relatados acima, os pesquisadores passaram a questionar o fato de que o impacto das variáveis demográficas é provavelmente mediado por processos psicológicos como metas e habilidades de *coping*. Buscou-se, assim, estudar os aspectos intrínsecos na explicação do restante da variabilidade do bem-estar subjetivo. Quais estruturas da pessoa determinariam como os eventos e as circunstâncias são percebidos? As tentativas de responder a tais questionamentos estão representadas pelas abordagens *Top-down*.

As abordagens *top-down* do bem-estar subjetivo assumem que as pessoas possuem uma predisposição para interpretar as situações, as experiências de vida, de forma tanto positiva quanto negativa, e essa propensão influenciaria a avaliação da vida. Em outras palavras, a pessoa aproveitaria os prazeres porque é feliz e não vice-versa. Para a perspectiva *top-down*, nossa interpretação subjetiva dos eventos é que primariamente influencia o bem-estar subjetivo, ao invés das próprias circunstâncias objetivas sugeridas pela abordagem anterior (*bottom-up*). Atualmente, existem algumas teorias investigando como ocorre esse processo de interpretação dos eventos e suas relações com a nossa avaliação da vida. Três grandes blocos de teorias compõem a área de estudos: as teorias de personalidade e seus diferentes modelos, as chamadas teorias de discrepância e as teorias relativas aos processos de adaptação e *coping*.

As pesquisas sobre as relações entre a personalidade e o bem-estar subjetivo, e as causas destas relações fornecem informações importantes sobre o bem-estar subjetivo, sua estrutura e funcionamento. A literatura aponta que os componentes cognitivos e afetivos do

bem-estar apresentam-se consistentes nas pessoas ao longo do tempo e das situações, correlacionando-se com específicos traços e construtos da personalidade. Além disso, os componentes do bem-estar também se relacionam de forma distinta com os traços: extroversão correlaciona-se com afeto prazeroso de forma moderada; neuroticismo correlaciona-se com afeto desprazeroso; e as metas pessoais estão mais fortemente relacionadas com o componente cognitivo do bem-estar. Os estudos demonstraram que a tendência a experienciar emoções fortes ou leves é estável ao longo do tempo. As pessoas são consistentes em seus padrões de reação. A intensidade do afeto, portanto, não se correlaciona com os indicadores do bem-estar. A intensidade do afeto, para Diener e Lucas (1999), reflete a qualidade, ao invés do nível, do bem-estar subjetivo que uma pessoa experimenta.

Outras abordagens teóricas acreditam que os indivíduos, ao avaliarem suas vidas, comparam-se a vários padrões incluindo outras pessoas, condições passadas, aspirações e níveis ideais de satisfação e necessidades ou metas (Michalos, 1985). O julgamento das satisfações está baseado nas discrepâncias entre as condições atuais reais e esses padrões de comparação. A discrepância que envolve uma comparação superior (quando o padrão é mais elevado) resultará na diminuição da satisfação, enquanto, uma comparação em direção inferior ocasionará um aumento da satisfação.

Os processos de adaptação ou habituação em condições contínuas e a forma como lidamos com as situações estressantes (*coping*) são apresentados como componentes centrais nas modernas teorias de bem-estar subjetivo. O processo de adaptação pressupõe um ajuste do organismo às situações.

### **Mensuração do bem-estar subjetivo**

A área de estudo do bem-estar subjetivo possui suas bases em estudos empíricos, caracterizados por medidas de auto-relato (Diener, 1984, Lucas, Diener e Suh, 1996). Inicialmente, o bem-estar subjetivo, por ser de importância central nos estudos de qualidade de vida das décadas de 1960 e 1970, era avaliado através de medidas de único-item em grandes pesquisas sociais gerais (Andrews e Robinson, 1991; Diener, 1984). Basicamente, era incluí-

da, nos grandes levantamentos sociais da época, uma questão específica sobre felicidade ou satisfação de vida. Entre as medidas de único-item sobre satisfação de vida mais utilizadas temos o Index de Bem-Estar de Campbell, Converse e Rodgers (1976), utilizado no grande levantamento sobre a qualidade de vida americana realizado no início da década de 1970, com a participação de mais de 2.000 pessoas. O Index de Bem-estar (Campbell, Converse e Rodgers, 1976) é composto pela soma do escore médio da escala de afeto geral (conjunto de oito indicadores semânticos de afeto) e pela medida da escala de único-item de satisfação de vida (“O quão satisfeito você está com a sua vida como um todo?”), com resposta em escala de tipo *Likert* de sete pontos, variando entre completamente não satisfeito (1) a completamente satisfeito (7).

Algumas escalas, também de único-item, fizeram uso de artifícios gráficos para romper a barreira do uso de uma língua em particular, com especial finalidade para estudos transculturais. Cantril (1967) desenvolveu a Escala da Escada, que era composta pela figura de uma escada com 10 degraus (composta de 11 números, de zero a dez) onde o indivíduo era questionado a marcar entre o melhor e o pior estado que se encontrava. Outro instrumento muito utilizado foi a Escala de Faces, de Andrews e Withey (1976), composta por sete faces cujas expressões variam de muito positivo a muito negativo, apresentadas em um cartão impresso ao respondente. A seguir, era questionado ao sujeito qual das fisionomias era a mais próxima para expressar como estava se sentindo sobre a sua vida. Outro instrumento desenvolvido por Andrews e Withey (1976) foi a *Delighted-Terrible Scale*, composta por uma escala de resposta tipo *Likert* de sete pontos, ilustrada por adjetivos desde *terrible* até *delighted*.

Apesar de todas as vantagens de brevidade das escalas de único-item, há críticas quanto à falta de dados de confiabilidade. Índices de consistência interna não poderiam ser obtidos. As únicas medidas de confiabilidade possíveis eram extraídas das coletas multitemporais.

Além das escalas de felicidade e de satisfação acima descritas, outros tipos de esca-

las foram desenvolvidas e muito utilizadas. Tais instrumentos tentaram ultrapassar o modelo geral de questionamentos sobre felicidade e satisfação de vida, que negligenciavam outro componente do bem-estar subjetivo, no caso da felicidade era o componente cognitivo, e no caso da satisfação de vida, o componente afetivo.

Entre os instrumentos mais utilizados e encontrados na literatura para uso em amostras de adultos jovens e de meia-idade destacam-se a *Affect Balance Scale* (Bradburn, 1969), *General Well-being Schedule* (Fazio, 1977) e *Affectometer 2* (Kammann e Flett, 1983). Atualmente, os instrumentos de bem-estar subjetivo mais utilizados em pesquisas com adultos são a Escala de Satisfação de Vida, de Diener, Emmons, Larsen e Griffin (1985) e as Escalas PANAS (Positive and Negative Affect Schedule) de Watson, Clark e Tellegen (1988).

A Escala de Satisfação de Vida (Diener, Emmons, Larsen e Griffin, 1985; Pavot, Diener, Colvin e Sandvik, 1991; Pavot e Diener, 1993) foi desenvolvida para avaliar satisfação de vida global em adultos e jovens, assim como, em pessoas de terceira idade. A Escala de Satisfação de Vida de Diener, Emmons, Larsen e Griffin (1985) é de uso e de domínio público, podendo ser encontrada no site [www.psych.uiuc.edu/~ediener](http://www.psych.uiuc.edu/~ediener), bem como suas instruções. No Brasil, a escala foi adaptada para seu uso por Giacomoni e Hutz (1997) e vem apresentando resultados coerentes com os americanos.

As Escalas PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*) de Watson, Clark e Tellegen (1988) foram desenvolvidas na tentativa de suprir a lacuna de instrumentos psicometricamente bem construídos, econômicos e de fácil aplicação, que avaliassem afeto positivo e negativo. Cada escala é composta por dez itens, que são termos descritores de estados de humor. Foi desenvolvida por Giacomoni e Hutz (1997) uma versão da PANAS para o português. Os autores, seguindo os mesmos passos e critérios de construção da PANAS original, construíram uma versão em português, ao invés de somente fazer a tradução-adaptação da mesma.

Outros métodos para avaliar bem-estar subjetivo tornaram-se disponíveis há pouco

tempo. Por não ser uma entidade única e simples, mas, ao contrário, por apresentar múltiplas facetas, o bem-estar subjetivo deve ser avaliado, também, através dos julgamentos globais, dos relatos de humores momentâneos, da fisiologia, da memória e das expressões emocionais. Conforme pudemos observar, a forma mais tradicional de mensuração do bem-estar subjetivo foram as medidas de auto-relato que fazem uso de exemplificações de experiências de felicidade. Outros métodos existentes para avaliar bem-estar subjetivo podem ser também: os escores de descritores qualitativos da vida das pessoas, a medição das reações a estímulos emocionais ambíguos e os registros de lembranças de eventos bons e ruins das pessoas. Além desses, podemos citar uma variedade de medidas alternativas às de auto-relato, entre elas, frequência de sorrisos, a habilidade de lembrar eventos positivos ou negativos de suas vidas, assim como, relatos de familiares e/ou amigos sobre os níveis de satisfação e felicidade da pessoa (Diener e Diener, 1998). Por último, não se pode deixar de citar as medidas fisiológicas, tais como os níveis de cortisol salivar, ou medidas eletrofisiológicas, obtidas através de eletroencefalografias, que também podem ser utilizadas para indicar níveis de bem-estar e mal-estar (Kahneman, Diener e Schwarz, 1999).

Bem-estar subjetivo, portanto, tem sido avaliado de maneiras diferentes por investigadores de várias áreas<sup>2</sup>. Entretanto, o método mais frequentemente utilizado nessa área tem sido as medidas de um único item. Apesar da vantagem da brevidade, elas vêm sendo criticadas por um grande número de razões: foram desenvolvidas para populações específicas, não permitem obter estimativas de consistência interna, e não cobrem todos os aspectos do bem-estar subjetivo. As outras escalas utilizadas são as escalas de vários itens que medem diferentes componentes. Muitas dessas escalas são úteis para medir os componentes separados de frequência e intensidade do bem-estar subjetivo (Diener, 1984).

Vários estudos têm sido desenvolvidos

---

2. Para revisões sobre mensuração de bem-estar subjetivo, especialmente avaliações psicométricas de escalas, ver Diener (1984, 1994); Horley e Lavery (1991).

com a preocupação de verificar a estabilidade dos níveis de bem-estar. Essas pesquisas têm mostrado que o bem-estar subjetivo apresenta alguma estabilidade temporal (Diener, 1994; Horley e Lavery, 1991). O estudo de Andrews (1991) sobre a estabilidade e mudança nos níveis e na estrutura do bem-estar subjetivo nos Estados Unidos, num intervalo de dezesseis anos (entre 1972 e 1988), demonstrou que a estrutura das medidas de bem-estar subjetivo permaneceram constantes, enquanto somente algumas mudanças nos níveis de medidas foram encontradas.

### **O impacto dos eventos de vida no bem-estar subjetivo**

Pesquisadores têm investigado as consequências psicológicas de eventos de vida e como indivíduos lidam com os estresses causados por choques externos. De forma mais particular, os eventos negativos têm recebido maior atenção devido ao seu ameaçador impacto potencial no bem-estar. A forma como os eventos de vida estressantes são vivenciados pelo indivíduo são mediados pelos estilos de interpretação cognitiva, *coping patterns* e os fatores de personalidade (Suh, Diener e Fujita, 1996).

Estudos recentes têm utilizado medidas de lembranças de eventos de vida para acessar bem-estar subjetivo de longo prazo (Diener, Sandik, Pavot, e Gallagher, 1991; Pavot, Diener, Colvin, e Sandvik, 1991). Nesse tipo de estudo, os sujeitos são submetidos a testes de lembranças de eventos de vida positivos e negativos. Geralmente, são usadas medidas de auto-relato tradicionais de bem-estar subjetivo a longo prazo, correlacionando-se o número de eventos de vida positivos menos os eventos de vida negativos lembrados (Seidlitz e Diener, 1993).

Seidlitz e Diener (1993), ao investigarem a memória para os eventos de vida positivos e negativos, partiram da simples indagação de por que pessoas felizes lembram mais os positivos ao invés dos negativos que as pessoas infelizes. Headey, Holmstrom e Wearing (1984) verificaram que eventos de vida favoráveis predizem modestamente aumentos no bem-estar subjetivo e os adversos predizem diminuições no bem-estar subjetivo. Sendo assim, indivíduos felizes podem lembrar mais eventos positivos e menos negativos sim-

plesmente devido à frequência com que eles experienciam esses eventos.

Seidlitz e Diener (1993) propõem outra explicação para as diferenças de lembranças entre as pessoas felizes e infelizes. Eles argumentam que pessoas felizes interpretam os eventos de forma mais positiva do que pessoas infelizes. Uma vez que diferenças individuais na interpretação de tais eventos correspondem a diferenças individuais no bem-estar subjetivo, tais diferenças interpretativas também poderiam explicar as diferenças nas lembranças de pessoas felizes e infelizes. Outra explicação potencial para as diferenças observadas pode ser encontrada na literatura sobre memória e humor (ver Blaney, 1986). No entanto, cabe ressaltar a distinção feita entre o humor presente, corrente, e o bem-estar subjetivo. Seidlitz e Diener (1993) consideraram o humor corrente como o quanto de afeto positivo e negativo uma pessoa sente em um momento particular, enquanto o bem-estar subjetivo possui dois componentes, a felicidade a longo prazo e a satisfação com a vida.

Outra teoria examinada, para explicar o funcionamento da memória nos eventos de vida positivos e negativos, é aquela em que as diferenças no lembrar resultariam de diferenças de grupo, na frequência de pensamentos sobre eventos positivos versus negativos. Sendo assim, pessoas felizes devem pensar mais frequentemente sobre eventos de vida positivos do que negativos, uma tendência que serve para manter sua felicidade a longo prazo. O contrário é verdadeiro para pessoas infelizes.

### **Considerações finais**

O bem-estar subjetivo, por sua vez, investiga a experiência individual de avaliação da vida e os processos envolvidos nessa avaliação. Essa perspectiva teórica da Psicologia tem procurado contribuir para a compreensão e melhoria da qualidade de vida das pessoas. O estudo dos construtos com as mais diversas nomeações tais como felicidade, alegria, afeto positivo, satisfação de vida etc. apresentou avanços sem precedentes nas últimas três décadas.

Os últimos trinta anos de pesquisas permitiram demonstrar que todas as variáveis demográficas contam muito pouco para a variância do bem-estar subjetivo. Isto se deve em parte porque os efeitos das variáveis demográficas são provavelmente mediados pelos processos psicológicos como as metas, habilidades de *coping* entre outros.

Em contraste aos aspectos demográficos, uma parcela bem mais significativa da variância do bem-estar de longo-prazo é atribuída a aspectos genéticos como o temperamento. Muitas linhas de estudos evidenciam que a influência da personalidade pode ser substancial para o bem-estar subjetivo, entre essas estão os estudos com gêmeos, achados sobre temperamento, estudos longitudinais e as correlações encontradas com as escalas de personalidade, todas reforçando as evidências da relação entre personalidade e bem-estar subjetivo. Entretanto, principais autores da área alertam para o fato de que é errôneo concluir que o bem-estar subjetivo resulta completamente do temperamento da pessoa. Tal conclusão ignora os achados referentes às diferenças transculturais, ao impacto dos eventos de vida e aos comportamentos.

Apesar de todos os avanços, a área do bem-estar subjetivo precisa crescer em algumas direções. É apontada a necessidade de avaliações mais sofisticadas como, por exemplo, baseadas na psicofisiologia e memória, assim como, a inclusão de outras medidas que não somente as de auto-relato. Outro aspecto muito referido pelos pesquisadores é a necessidade de uso de designs de pesquisa mais avançados do que as transversais puramente, entre essas a longitudinal, de modelo causal e experimental.

O estudo de bem-estar subjetivo é de substancial importância aplicada. Quando políticos procuram entender como melhorar a qualidade de vida das populações, medidas de bem-estar subjetivo são necessárias para complementar as medidas objetivas como os índices econômicos. Quando somente indicadores sociais objetivos (por exemplo, renda per capita e índices de violência) são medidos, indicadores de aspectos da vida como relacionamentos interpessoais não são captados.

### Referências bibliográficas

- Andrews, F. M. (1991). Stability and Change in levels and structure of subjective well-being: USA 1972 and 1988. *Social Indicators Research*, 25, 1-30.
- Andrews, F. M. e Robinson, J. P. (1991). Measures of subjective well-being. Em J. P. Robinson; P. R. Shaver e L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and*
- Andrews, F. M. e Whitey, S. B. (1976). *Social Indicators of well-being: America's perception of quality of life*. New York: Plenum Press.
- Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. Em D. Kahneman; E. Diener e N. Schwarz (Eds), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 354-373). New York: Russell Sage Foundation.
- Blaney, P. H. (1986). Affect and memory: a review. *Psychological Bulletin*, 99, 229-246.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Campbell, A.; Converse, P. e Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life: perceptions, evaluations, and satisfactions*. New York: Russell Sage Foundation.
- Cantril, H. (1967). *The pattern of human concerns*. New Brunswick, NJ: Rutgers Univ. Press.
- Coan, R. W. (1977). *Hero, artist, sage, or saint?* New York: Columbia University.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E. (1996). Subjective well-being in cross-cultural perspective. Em G. Hector (Ed.), *Key issues in cross-cultural psychology: selected papers from the Twelfth International Congress of the International Association for Cross-Cultural Psychology*. San Diego: Academic Press.
- Diener, E. e Diener, M. B. (1998). Happiness: Subjective well-being. Em H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of Mental Health*, (Vol. 2, pp. 311-321). San Diego: Academic Press.
- Diener, E.; Emmons, R. A.; Larsen, R. e Griffin, S. (1985). The satisfaction with Life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 91-95.
- Diener, E. e Lucas, R. E. (1999). Personality and Subjective well-being. Em D. Kahneman, E. Diener e N. Schwarz (Eds), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation.
- Diener, E.; Sandvik, E. e Pavot, W. (1991). Happiness is the frequency, not the intensity, of positive versus negative affect. Em F. Strack; M. Argyle e N. Schwarz (Eds), *Subjective well-being* (pp. 119-139). Oxford: Pergamon.
- Diener, E.; Sandvik, E.; Pavot, W. e Gallagher, D. (1991). Response artifacts in the measurement of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 47, 871-883.

- Fazio, A. F. (1977). *A concurrent validation study of the NCHS general well-being schedule*. Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics.
- Giacomoni, C. H. e Hutz, C. S. (1997). A mensuração do bem-estar subjetivo: escala de afeto positivo e negativo e escala de satisfação de vida [Resumos]. Em Sociedade Interamericana de Psicologia (Org.), *Anais XXVI Congresso Interamericano de Psicologia* (p. 313). São Paulo, SP: SIP.
- Headey, B.; Holmstrom, E. e Wearing, A. (1984). The impact of life events and changes in domain satisfactions on well-being. *Social Indicators Research*, 15, 203-227.
- Horley, J. e Lavery, J. J. (1991). The stability and sensitivity of subjective well-being measures. *Social Indicators Research*, 24, 113-122.
- Kahneman, D.; Diener, E. e Schwarz, N. (Eds) (1999). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Kammann, R. e Flett, R. (1983). Affectometer 2: A scale to measure current level of general happiness. *Australian Journal of Psychology*, 35, 259-265.
- Lucas, R. E.; Diener, E. e Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Michalos, A. C. (1985). Multiple discrepancies theory (MDT). *Social Indicators Research*, 16, 347-413.
- Ostrom, T. M. (1969). The relationship between affective, behavioral and cognitive components of attitude. *Journal of Experimental Psychology*, 5, 12-30.
- Pavot, W. e Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5 (2), 164-172.
- Pavot, W.; Diener, E.; Colvin, C. R. e Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction with Life Scale: evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57, 149-161.
- Ryff, C. D. e Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Seidlitz, L. e Diener, E. (1993). Memory for positive versus negative life events: theories for the differences between happy and unhappy persons. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 654-664.
- Suh, E.; Diener, E. e Fujita, F. (1996). Events and subjective well-being: only recent matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1091-1102.
- Watson, D.; Clark, L.A. e Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.

Enviado em Dezembro / 2002  
Aceite final Março / 2005