



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências Sociais e Humanas

Relação entre a Satisfação com a Vida e a Agressão Estudo exploratório

(Versão final após defesa pública)

Maria Madalena Pestana Pinto

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em
Psicologia Clínica e da Saúde
(2º ciclo de estudos)

Orientador: Prof. Doutor Manuel Joaquim da Silva Loureiro

Covilhã, janeiro de 2020

Agradecimentos

Há seis anos atrás não imaginei que algum dia iria tirar um curso, nem acharia possível que a minha vida me levasse a escrever um projeto tão elaborado como uma dissertação de mestrado. Mas a vida é uma caixinha de surpresas e, felizmente, levou-me por caminhos trabalhosos e, ao mesmo tempo, recompensadores. Todo este percurso não seria feito sem o apoio de algumas pessoas.

Primeiro quero agradecer aos meus pais, por nunca desistirem de mim e por me incentivarem a dar o meu melhor. À minha mãe, por me ensinar que uma mulher deve ser desenrascada, forte e independente e ao meu pai, por me ensinar que todos os dias de chuva têm um raio de sol e que no fim tudo irá valer a pena. Sem vocês não seria possível chegar onde cheguei hoje e por isso agradeço.

À minha irmã, que eu adoro, por nunca desistir de mim, por ouvir todas as minhas histórias mirabolantes e rir-se no final e ainda por estar comigo em todos os bons e maus momentos, mesmo que estejamos separadas estamos sempre juntas.

À minha tia Dalila, pela paciência infinita, pelos conselhos infundáveis e pela ajuda constante, por me acompanhar em cada passo e ouvir-me nos momentos em que apenas necessitava de alguém a abanar a cabeça do outro lado do telefone e a dizer eu compreendo.

À Laura, por ser como uma irmã, por me acompanhar há mais de dez anos nesta caminhada, e por nunca se separar de mim e estar lado a lado comigo em todos os momentos. Mais que uma amiga, uma irmã.

À Mónica e ao Luís, por me lembrarem constantemente que eu consigo e que o pior já passou!

À Margarida, por me surpreender com a sua amizade, pelas suas palavras carinhosas e de ânimo, que me ajudaram a ultrapassar os maus momentos, ensinando-me que eu sou muito mais forte do que imaginava.

À Adriana, aquela amiga especial, amiga de todas as horas e todas as batalhas. Pessoa que aquece o meu coração e alegria a minha “alma velha”. Obrigada por todo o carinho, todos os conselhos e por todo o amor que me deste. Obrigada por me ensinares a aceitar-me e a amar-me.

Ao Francisco, tu foste a pessoa mais inesperada deste percurso e a que me faz mais feliz, obrigada por entrares na minha vida e torná-la mais completa, obrigada por me

acompanhares nesta batalha diária e nunca me deixares desistir, obrigada por seres a pessoa que és e alegrares o meu coração.

Quero também agradecer ao meu orientador, Professor Manuel Loureiro, por me acompanhar nesta caminhada, orientando-me na melhor direção.

Resumo

Este estudo desenvolvido no âmbito do Projeto V360°- Violência Interpessoal, Voluntariado e Bem-Estar Psicológico em Jovens, está focado na relação entre a satisfação com a vida e a agressão em estudantes universitários. Atendendo à importância que estas variáveis assumem na vida dos jovens, estabelecemos como objetivo deste estudo fazer uma abordagem exploratória à possível relação entre as mesmas. Foi ainda possível estudar estas variáveis, numa perspetiva de comparação de grupos de acordo com algumas variáveis sociodemográficas como o sexo e a idade.

O número de participantes foi 174, sendo 77% homens (134) e 23% mulheres (40), com idades compreendidas entre 18 e os 24 anos, com uma média de 20.56. Os instrumentos utilizados na recolha de dados foram a versão portuguesa da Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) de Simões (1992) e a versão portuguesa do Questionário de Agressão de Buss-Perry (AQ) de Cunha e Gonçalves (2012), juntamente com um questionário sociodemográfico para caracterização dos participantes.

Dos resultados obtidos neste estudo para a variável satisfação com a vida é de salientar as diferenças existentes quando comparados os géneros, sendo que as mulheres apresentam uma satisfação com a vida ligeiramente mais elevada que os homens. No entanto, no que toca à variável agressão não encontradas diferenças significativas quando comparados os géneros.

Destacamos ainda a existência de uma relação estatisticamente significativa entre a satisfação com a vida e a agressão, o que nos leva a concluir que, jovens com um maior nível de satisfação com a vida demonstram um menor nível de agressão, expresso numa correlação negativa entre as variáveis.

Palavras-chave

Satisfação com a vida, agressão, agressão física, agressão verbal, raiva, hostilidade

Abstract

This study, developed within the Project V360° - Interpersonal Violence, Volunteering and Psychological Wellbeing in Youth, it's focused on the relationship between life satisfaction and aggression in college students. Given the importance that these variables assume in the lives of young people, we established as a goal of this study the use of an exploratory approach to the possible relationship between them. It was also possible to compare these variables with some sociodemographic variables, such as gender and age.

The number of participants was 174, being 77% men (134) and 23% women (40), with ages between 18 and 24 years, with a mean of 20.56. The instruments used for the data collection were the portuguese version of the Satisfaction with Life Scale (SWLS) of Simões (1992) and the portuguese version of the Buss-Perry Aggression Questionnaire (AQ) of Cunha e Gonçalves (2012), along with a sociodemographic questionnaire, that was used to describe the participants.

From the obtained results in this study about life satisfaction, it is important to point out the differences between genders, with women having a slightly higher life satisfaction than men. However, regarding the aggression variable, no significant differences were found between genders.

We highlight the existence of a statistically significant relationship between life satisfaction and aggression, which means that young people with a higher level of life satisfaction show a lower level of aggressiveness, so the variables express a negative correlation between them.

Keywords

Satisfaction with life, aggression, physical aggression, verbal aggression, anger, hostility.

Índice

Lista de Tabelas	xi
Lista de Acrónimos	xiii
Introdução	1
Capítulo I: Satisfação com a Vida e Agressão.....	3
1.1. Satisfação com a Vida	3
1.1.1. Aspectos Desenvolvimentais.....	6
1.1.2. Diferenças de Género	8
1.1.3. Relações Íntimas	9
1.1.4. Divórcio dos pais	9
1.2. Agressão	10
1.2.1. Teorias da agressão	13
1.2.1.1. Teoria do Instinto e Psicologia Evolutiva	13
1.2.1.2. Influências Neurais, Genéticas e Bioquímicas.....	14
1.2.1.3. Teoria da Aprendizagem Social	15
1.2.1.4. Teoria da Frustração-Agressão	15
1.2.1.5. Teoria Cognitiva Neo-associacionista	16
1.2.1.6. Processamento da Informação Social	16
1.2.1.7. Modelo Geral da Agressão baseado em estruturas de conhecimento	17
1.2.2. Aspectos Desenvolvimentais.....	18
1.2.3. Diferenças de género.....	19
1.2.4. Divórcio dos pais	21
1.3. Objetivos e Hipóteses	22
Capítulo II: Método.....	25
2.1. Projeto Violência 360 ^a	25
2.2. Participantes	25
2.3. Instrumentos.....	27
2.3.1. Questionário Sociodemográfico.....	27
2.3.2. Escala de Satisfação com a Vida.....	27
2.3.3. Questionário de Agressão de Buss-Perry.....	28
2.4. Procedimentos	29

Capítulo III: Resultados.....	31
3.1. Análise Descritiva.....	31
3.1.1. Análise descritiva dos resultados da Escala de Satisfação com a Vida (SWLS).....	31
3.1.2. Análise descritiva dos resultados do Questionário de Agressão (AQ)	33
3.2. Estatística inferencial.....	35
3.2.1. Satisfação com a Vida	35
3.2.2. Agressão	37
3.2.3. Relação entre a satisfação com a vida e a agressão	41
3.2.4. Modelo de Regressão Linear Simples	42
Capítulo IV: Discussão dos Resultados.....	45
Conclusão	51
Bibliografia.....	53

Lista de Tabelas

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica da amostra ($N = 174$).

Tabela 2 - Consistência interna através da análise do Alfa de *Cronbach* da SWLS.

Tabela 3 - Consistência interna através da análise do Alfa de *Cronbach* da AQ.

Tabela 4- Análise descritiva da escala total da SWLS.

Tabela 5- Análise de frequências de respostas da escala SWLS.

Tabela 6- Análise descritiva dos itens da SWLS ($N = 174$).

Tabela 7- Análise descritiva da escala total do AQ.

Tabela 8- Análise descritiva das subescalas do AQ.

Tabela 9- Análise de frequências de respostas do AQ.

Tabela 10 - Análise descritiva dos itens do AQ ($N = 174$).

Tabela 11 - Teste-t para amostras independentes para a SWLS e Variável Género.

Tabela 12 - Teste-t para amostras independentes para a SWLS e Variável Idade.

Tabela 13 - Teste-t para amostras independentes para a SWLS e Variável Relacionamento íntimo.

Tabela 14 - Análise de Variância unidirecional para a SWLS e Variável Relacionamento dos pais.

Tabela 15 - Teste-t para amostras independentes para o AQ e Variável Género.

Tabela 16 - Teste-t para amostras independentes para as subescalas do AQ e Variável Género.

Tabela 17 - Teste-t para amostras independentes para AQ e Variável Idade.

Tabela 18 - Teste-t para amostras independentes para as subescalas do AQ e Variável Idade.

Tabela 19 - Teste-t para amostras independentes para o AQ e Variável Relacionamento íntimo.

Tabela 20 - Teste-t para amostras independentes para as subescalas do AQ e Variável Relacionamento íntimo.

Tabela 21 - Análise de Variância unidirecional para o AQ e Variável Relacionamento dos pais.

Tabela 22 - Análise de Variância unidirecional para as subescalas do AQ e Variável Relacionamento dos pais.

Tabela 23 - Coeficiente de Correlação de *Pearson* para a análise da associação entre a satisfação com a vida e a agressão.

Tabela 24 - Coeficiente de Correlação de *Pearson* para a análise da associação entre a satisfação com a vida e as subescalas da agressão.

Tabela 25 - Coeficientes e estatísticas do Modelo de regressão linear simples entre a satisfação com a vida e a agressão.

Lista de Acrónimos

V360°	Projeto Violência 360°
UBI	Universidade da Beira Interior
UMA	Universidade da Madeira
SWLS	Escala de Satisfação com a Vida
AQ	Questionário de Agressão
SPSS	<i>Statistical Package for Social Sciences</i>
ANOVA	Análise de Variância Unidirecional
DP	Desvio Padrão
GRP	Gabinete de Relações Públicas

Introdução

O presente estudo foi desenvolvido no âmbito do projeto Violência 360°-Violência interpessoal, voluntariado e bem-estar psicológico em jovens. Este projeto tem por objetivo a análise de um conjunto de comportamentos e atitudes, que poderão ser pró-sociais, como o voluntariado, ou serem de natureza antissocial, como é o caso da agressão. O projeto foi desenvolvido por um grupo de docentes do Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior e apresenta uma abordagem comunitária, clínica, familiar e social da violência interpessoal. Deste modo, a população alvo escolhida para este estudo foram estudantes do ensino superior.

Inicialmente foi realizada uma recolha de dados presencial, entre alunos da Universidade da Beira Interior (UBI) e da Universidade da Madeira (UMA). Após esta recolha, foram escolhidas as variáveis a explorar, sendo estas a satisfação com a vida e a agressão, onde serão explorados os seus antecedentes motivacionais e cognitivos e os seus efeitos a nível do ajustamento psicológico do indivíduo.

A satisfação com a vida é uma das mais importantes variáveis de estudo, no que concerne à psicologia positiva e à psicologia social (Useche & Serge, 2016). Todavia, apenas no século XX os estudos empíricos sobre o bem-estar subjetivo tornaram-se relevantes (Lopez & Snyder, 2009). Esta é definida como uma avaliação cognitiva, por parte do sujeito, da sua vida completa e é defendido que esta avaliação é realizada consoante padrões autoimpostos pelo sujeito, circunstâncias de vida e comparações pessoais entre indivíduos (Valois et al. 2001). Foi descoberto que existe uma associação entre a satisfação com a vida e outros conceitos, como a existência de bom sistema de apoio, elevados níveis de ego, força, autoeficácia e um locus de controlo interno, caso esta seja boa. Assim como a baixa satisfação com a vida encontra-se associada a variáveis como à depressão, à solidão, à ansiedade, ao *stress* emocional generalizado, à disfunção social e à preocupação (Paolini, Yanez & Kelly, 2006).

A agressão é uma variável muito estudada, que se define por um comportamento nocivo, cujo objetivo direto passa por magoar e prejudicar outros (Krahé, 2013). Em 1994, Baron e Richardson acrescentaram algumas implicações à definição de agressão, afirmando que o que conta é a intenção negativa de prejudicar ou magoar outro ser, tendo a perfeita noção que essas atitudes irão prejudicar os outros, levando a um evitamento dessas ações por parte do alvo. Os mais recentes estudos sobre a agressão dividem a mesma em agressão física, agressão verbal, hostilidade e raiva (Cunha e Gonçalves, 2012). Esta conceção será também adotada no presente estudo, para melhor compreensão dos resultados.

O principal objetivo deste estudo, passa por verificar se existe uma relação entre as variáveis satisfação com a vida e a agressão. Será apresentada uma análise de cada variável em separado, no sentido de caracterizar o seu comportamento no grupo de participantes envolvido neste estudo.

Este trabalho é composto por diferentes partes. Começaremos por a apresentar uma revisão da literatura existente sobre o tema escolhido, que irá ajudar a planear os restantes passos deste projeto de investigação e quais os seus objetivos. Posteriormente será realizada uma análise estatística, de forma a caracterizar a amostra, seguida de uma análise descritiva da mesma, averiguando assim quais as diferenças existentes entre os grupos. Finalizando, com um estudo da associação entre a satisfação com a vida e a agressão, procurando compreender se esta é verídica.

Capítulo I: Satisfação com a Vida e Agressão

1.1. Satisfação com a Vida

A satisfação com a vida é uma componente cognitiva do bem-estar, que tem sido muito explorada nestas últimas décadas. É também uma das variáveis com mais peso e profundidade, nos mais recentes desenvolvimentos dos campos da psicologia positiva e social. De acordo com as visões mais recentes, a satisfação com a vida é um constructo considerado em várias áreas de estudo do bem-estar, envolvendo comparações culturais e internacionais (Useche & Serge, 2016).

Os conceitos de bem-estar subjetivo e bem-estar psicológico, mesmo sendo similares e muitas vezes confundidos, são vistos em muitas abordagens como diferentes constructos e podem ser previstos por diferentes variáveis externas. O bem-estar subjetivo mostra-se importante na relação com outras variáveis relevantes para a vida das pessoas como a saúde, relações e a performance do mesmo em diferentes áreas da vida, assim como os ciclos da vida. Deste modo, este é visto como a avaliação dos sujeitos no que toca ao seu bem-estar, saúde e qualidade de vida (Useche & Serge, 2016).

De um ponto de vista histórico, observa-se que vários filósofos e religiosos sugeriram que, para obter uma existência preenchida, realizada e com satisfação, era necessário existir aspetos como o amor, sabedoria e o não apego, ao longo da vida. Outros defendiam que a abstinência de dor e a presença do prazer eram as características de uma boa vida. Mesmo sendo necessário a existência de diferentes características pessoais para uma vida completa e preenchida, é aceite que um indivíduo que sinta uma alegria abundante tenha a chave para uma boa vida (Lopez & Snyder, 2009).

No início do século XX, estudos empíricos sobre o bem-estar subjetivo começaram a ganhar forma. Flugel, em 1925, realizou um estudo onde era pedido aos indivíduos que registassem os seus momentos emocionais e avaliassem as suas reações emocionais, como um total, durante esses momentos, de modo a estudar e avaliar os diferentes estados emocionais associados. Depois da Segunda Guerra Mundial, os investigadores começaram a questionar várias pessoas sobre a sua felicidade e satisfação com a vida, utilizando um simples questionário global. Desde esse ponto, os questionários utilizados foram evoluindo de forma a compreender e avaliar melhor o bem-estar subjetivo (Lopez & Snyder, 2009).

O avanço da sua pesquisa ajudou a compreender de melhor forma a ligação entre a infelicidade e o mal-estar na depressão, ansiedade e outras emoções negativas. Esta orientação forneceu aos pesquisadores e clínicos uma perspectiva adicional do que os indivíduos experienciam como bem-estar subjetivo. Com isto, foram identificados dois aspectos do bem-estar subjetivo, um componente afetivo que normalmente é dividido em afetos agradáveis ou desagradáveis; e uma componente cognitiva que é referida como satisfação com a vida, que é referente a um processo de julgamento, no qual os indivíduos avaliam, com base nos seus critérios únicos, a sua qualidade de vida (Pavot & Diener, 2009).

Em 1978, Shin e Johnson definiram a satisfação com a vida como uma avaliação global da qualidade de vida de um sujeito de acordo com os seus critérios (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). Deste modo, a satisfação com a vida é um julgamento cognitivo consciente da vida de um indivíduo, em que o seu critério depende de si mesmo (Pavot & Diener, 2009).

Existe um certo acordo sobre quais os componentes de importância para uma boa vida, sendo estes a saúde e relações bem-sucedidas, mas o peso da sua importância poderá diferenciar de indivíduo para indivíduo. Será normal que estes apresentem um critério único do que significa ter uma boa vida e que em alguns casos este critério pese mais que as referências comuns de importância. A sua maneira de avaliar o “sucesso” nas diferentes áreas da sua vida, também pode variar consoante o sujeito. Por conseguinte, é necessário avaliar o julgamento global do indivíduo da sua vida, em vez de apenas ver a sua satisfação com alguns domínios específicos (Pavot & Diener, 2009).

A satisfação com a vida é caracterizada pelo grau de contentamento do indivíduo com a maneira como a sua vida tem decorrido, ou seja, passa por um juízo subjetivo sobre a qualidade da sua vida em que o padrão é estabelecido, não por critérios externos, mas sim pelo próprio sujeito no que toca a aspetos positivos e negativos da vida (Simões, 1992).

A satisfação global com a vida tem sido definida como uma avaliação cognitiva completa do sujeito sobre a sua vida. É apoiado por alguns autores que o julgamento dessa satisfação é baseado em comparações pessoais entre indivíduos, com um critério autoimposto e circunstâncias de vida detetadas. É esperado que estas apreciações influenciem a probabilidade da existência de respostas subsequentes emocionais e de *coping*. Alternativamente, pode levar a comportamentos de risco ou comportamentos que podem alterar a maneira como os indivíduos percecionam a vida (Valois et al. 2001).

É também assumido que a incongruência entre os desejos de um indivíduo e as suas conquistas influencia a sua qualidade de vida e quanto menor a mesma, maior será a sua satisfação com a vida. Numa outra visão, a Teoria Afetiva, defende que a satisfação com a vida muda consoante a sua experiência na dominância de emoções positivas sobre emoções

negativas. Nas pesquisas recentes, a satisfação com a vida tem sido avaliada através do grau de emoções positivas experienciadas pelo indivíduo (Prasoon & Chaturvedi, 2016).

Mesmo demonstrando alguma estabilidade a longo e a curto prazo, a satisfação com a vida é um constructo que se modifica com a influência de circunstâncias que mudam ao longo da vida. Estas mudanças podem levar a mudanças nas estratégias de *coping* dos adolescentes. Alguns indivíduos podem responder ao declínio da satisfação com a vida e às emoções associadas com comportamentos de risco relacionados com a sua saúde, como uma tentativa de melhorar a sua satisfação, com a violência e agressão (Valois et al. 2001).

A realização de vários estudos sobre a satisfação com a vida, levou à descoberta de associações entre esta, quando elevada e outras variáveis, como a autoestima, a existência de um bom sistema de apoio, elevados níveis de autoconceito, força, autoeficácia e um locus de controlo interno. Quando a satisfação com a vida é baixa, normalmente encontra-se associada à depressão, à solidão, à ansiedade, ao *stress* emocional generalizado, à disfunção social e à preocupação (sequência de pensamentos negativos) (Paolini, Yanez & Kelly, 2006).

Foi também explorado como é que indivíduos, lidando com experiências negativas, conseguem manter uma satisfação com a vida elevada, e foi descoberto que indivíduos que passam por eventos negativos mantêm a sua satisfação com a vida, pois “desligam-se” da realidade até certo ponto, focando-se apenas nos aspetos positivos da vida. Outra pesquisa afirma que sujeitos que se focam os eventos positivos do dia e não nos negativos apresentam também uma satisfação com a vida mais elevada (Paolini et al. 2006).

Ao falar do termo satisfação com a vida, é importante falar do conceito de bem-estar subjetivo. Segundo Diener et al. (1999), o bem-estar subjetivo inclui um componente afetivo e cognitivo. O componente cognitivo é normalmente medido perguntando aos indivíduos o quão satisfeitos estão com a vida, como um todo, esta apresenta uma avaliação a longo termo do bem-estar, em contraste à componente afetiva que avalia os sentimentos positivos (alegria e otimismo) e negativos (tristeza e raiva), no momento (Çakar, 2012).

A satisfação com a vida, vista como base do bem-estar subjetivo e como chave para medir a saúde mental, apresenta uma forte relação com os processos intrínsecos, como a personalidade e tendências pessoais. Deste modo, a baixa satisfação encontra-se muitas vezes lado a lado com alguns comportamentos de risco, como o abuso de álcool, comportamento violento e agressivo e atividades sexuais de risco; com sintomas psicopatológicos, como a depressão, ansiedade, baixa autoeficácia e solidão, e com os índices da saúde física (Çakar, 2012).

1.1.1. Aspetos Desenvolvimentais

A satisfação com a vida pode ser vista como um constructo compreensivo e multidimensional. Deste modo, alguns cientistas afirmam que esta pode ser prevista através de fatores individuais como a inteligência emocional, *stress* na vida e *coping* do mesmo, associada também com a experiência e expressão de emoções positivas e de afeto. A nível do percurso escolar, é descrito em várias pesquisas que o bem-estar psicológico tem uma importância fundamental na performance académica dos estudantes e os comportamentos observados em ambiente escolar, assim como na obtenção dos objetivos académicos (Useche & Serge, 2016).

Estudos realizados em crianças e adolescentes em idade escolar encontraram associações entre a sua satisfação com a vida e a vulnerabilidade, discriminação, ambiente escolar, trabalho e a rede de relações do indivíduo. Também se encontra relacionada com a perceção do apoio dos professores e da família, assim como a sua satisfação com o local onde vivem (Cassoni, Marturano, Coimbra & Fontaine, 2017).

Cassoni et al., em 2017 realizaram um estudo de validação da Escala Multidimensional de Satisfação de Vida para Crianças e descobriu uma correlação existente entre o autoconceito e as capacidades sociais. É mostrada também uma correlação entre a satisfação com a vida e as relações positivas do sujeito, assim como uma autoavaliação positiva tanto em crianças como adolescentes. A nível escolar a dimensão *stress* encontrava-se diretamente ligada à satisfação com a vida (Cassoni et al., 2017).

Os jovens adultos experienciam muitas mudanças em vários aspetos da sua vida. Este período é caracterizado por um desenvolvimento pessoal, associado a altos níveis de conhecimento pessoal. Existe um aumento da mobilidade e independência dos pais e uma adoção dos papéis adultos, como carreira, formação de uma família e realização ocupacional. É também a altura em que os valores são ponderados e se mantêm ou se modificam quando comparado com os valores em criança (Çakar, 2012).

Havighurst em 1972, desenvolveu uma teoria que proponha que o nível de satisfação com a vida encontra-se relacionado com vários fatores pessoais e sociais, incluindo a fase de vida em que o sujeito se encontra, os seus valores pessoais e interpretações. É defendido que a satisfação com a vida também se encontra relacionada com o sucesso da tarefa desenvolvimental correspondente a esta fase, que é “intimidade *versus* isolamento”, segundo Erikson (Çakar, 2012).

No que se refere à população jovem em geral, a satisfação com a vida tem sido correlacionada com os fatores sociais, como pouca resolução de problemas e pouca resiliência, comportamentos violentos e delinquentes, comportamentos negativos no uso da

internet e tecnologias de informação. Complementarmente é encontrada uma correlação positiva entre a satisfação com a vida e o funcionamento familiar (Useche & Serge, 2016).

A satisfação com a vida tem sido associada com a saúde dos sujeitos, incluindo em estudantes universitários, onde a saúde tem um papel muito importante. Foi descoberto que a saúde psicológica dos jovens tem um papel de extrema importância na satisfação de vida dos mesmos, em particular no que toca a sintomas psicossomáticos, perturbações depressivas e comportamentos relacionados com a saúde, como consumo de comida e tabaco, fatores que destabilizam e diminuem a sua qualidade de vida (Useche & Serge, 2016).

Estudos mais recentes declararam que um bem-estar positivo ajuda a prevenir problemas de saúde e a mortalidade do indivíduo. No entanto, a relação entre as variáveis psicológicas e saúde mudam com a idade, no caso dos jovens adultos têm sido identificados diferentes indicadores de impacto na satisfação com a vida, tendo em conta que esta é uma idade de mudanças e normalmente onde os estudos profissionais tomam lugar (Useche & Serge, 2016).

Pesquisas feitas em estudantes universitários, encontraram uma ligação entre o quão satisfeito com a vida estão os indivíduos e alguns hábitos de autocuidado e proteção. É também discutido que existem relações significativas entre a inteligência emocional, bem-estar e fatores de saúde com melhores resultados entre a saúde física e mental (Useche & Serge, 2016).

Çakar (2012), afirma que o *status* económico de um universitário (jovem adulto), apresenta uma ligação mais forte com o bem-estar subjetivo e a satisfação com a vida do que a idade e o sexo, não sendo o único estudo a defender a ideia de que quando o nível socioeconómico é maior, é igualmente maior a satisfação com a vida. No mesmo estudo, foi relevado que a autoeficácia em jovens adultos é um preditor significativo da satisfação com a vida, sendo que pessoas com alta autoeficácia apresentam uma maior capacidade para ultrapassar situações stressantes.

Ao experienciar tantas mudanças simultâneas e em diferentes campos da sua vida, a satisfação com a vida de um jovem adulto pode ser afetada por vários fatores, pois estão a lidar com o seu crescimento enquanto indivíduos, tentando criar e manter relações próximas, enquanto tomam decisões sobre a sua área vocacional, tornando-se mais independentes da família de origem e aumentando as suas responsabilidades (Çakar, 2012).

Deste modo, é possível afirmar que não é só a satisfação com a escola ou universidade que é um determinante importante da performance académica. Estudantes que apresentam uma satisfação com a vida elevada, aparentam demonstrar uma maior resiliência e menos fragilidade ao enfrentar os desafios académicos, é também sugerido que estudantes que

apresentam baixos níveis de satisfação com a vida aparentam perder o seu foco e deteriorar a sua performance em sala de aula (Rode et al., 2005).

A satisfação com a vida é um constructo muito complexo, que abrange a vida do sujeito como um todo e avalia a sua vida como um longo percurso e não apenas como um momento. É uma variável muito complexa, pois encontra-se associada a vários fatores da vida do indivíduo a nível da saúde mental, incluindo processos intrínsecos, saúde física, estatuto socioeconómico, grupo de pares, fase da vida em que se encontra, entre outros. Apenas a positividade de todos estes fatores levará a que o indivíduo se sinta completamente satisfeito com a sua vida.

1.1.2. Diferenças de Género

É referido que em todas as sociedades os homens e as mulheres têm papéis diferenciados, quando atingem a idade adulta, isto é definido no início da infância graças à socialização. É esperado que estes indivíduos adquiram capacidades específicas do sexo, assim como conceitos específicos tornando-se masculinos ou feminino por um processo chamado de tipologia de sexo. Deste modo, a masculinidade tem certas características, o indivíduo é focado em si mesmo, separando-se dos outros, demonstrando independência, liderança, assertividade e capacidade de tomar decisões, enquanto a vertente feminina tem uma característica mais comunicativa, com foco nos outros e na formação de conexões, expressividade, empatia, qualidades afetivas como a simpatia, sensibilidade, respostas emocionais e necessidade de afiliação (Matud, Bethencourt & Ibáñez, 2014).

Tradicionalmente era considerado que o bem-estar subjetivo melhorava quando o papel de género fosse preenchido, correspondendo ao género do indivíduo e assim a sua saúde mental seria plena, mas esta teoria não apresentava provas suficientes. No entanto, é considerado que tanto a comunicação como o foco no *self* são importantes para o bem-estar subjetivo (Matud et al., 2014).

É também sugerido que a estrita adesão aos papéis masculinos e femininos podem limitar os comportamentos e escolhas sociais aceitáveis, mesmo com as mudanças sociais dos últimos anos, a necessidade de haver uma diferenciação entre géneros não se extinguiu. O que torna necessário o conhecimento da importância da adesão do papel tradicional para cada sujeito e como interfere com a satisfação com a vida do mesmo (Matud et al., 2014).

Matud, Bethencourt & Ibáñez, em 2014, apresentaram um estudo que defendia que a autoestima era um preditor importante da satisfação com a vida, assim como o suporte social, numa proporção mais pequena, sendo mais prevalente nas mulheres. A adesão ao papel de género é também significativa para a satisfação de vida na população adulta.

A nível das diferenças de género, as primeiras pesquisas previam que as mulheres apresentassem níveis de satisfação com a vida e autoestima mais baixos, pois tradicionalmente estas possuíam menos poder e recursos do que os homens, estes usufruíam de uma maior liberdade e *status*. Mas, ao contrário do que era esperado, muitos estudos apresentavam apenas pequenas mudanças entre os dois sexos (Diener & Diener, 1995).

1.1.3. Relações Íntimas

A satisfação com a vida tem sido positivamente associada com relacionamentos íntimos felizes, estas relações tendem a ser caracterizadas por uma intimidade alta, paixão e compromisso (Ali & Chamorro-Premuzic, 2010).

Em 1997, Myers e Diener afirmaram que estas relações próximas, como o casamento e o namoro, se encontram associadas à felicidade, e também à saúde. É ainda referido que indivíduos com relações longas, íntimas e maritais apresentam uma satisfação com a vida mais elevada do que indivíduos que não se encontram envolvidos intimamente, sendo deste modo um preditor da satisfação com a vida (Arrindell & Luteijn, 2000).

1.1.4. Divórcio dos pais

Devido ao aumento do número de divórcios, começou a existir uma maior preocupação nos efeitos, a longo prazo, na família, mais precisamente no bem-estar psicológico dos filhos. Alguns estudos afirmam que a disrupção da família na infância pode levar à existência de problemas psicológicos na idade adulta, porém os seus efeitos variam consoante a idade da criança. Cherlin e Chase-Lansdale, através de um estudo longitudinal, descobriram que o divórcio dos pais durante a adolescência, apresenta efeitos adversos em jovens adultos, afetando quase todos os aspetos da idade adulta, como o casamento, trabalho, ajustamento emocional e psicológico (Louis & Zhao, 2002).

Após ser realizada uma meta-análise de 37 estudos, foi possível afirmar que adultos, cujos pais se separaram na sua infância, apresentam um bem-estar psicológico menor, um sucesso socioeconómico menos relevante, a nível das suas relações íntimas a qualidade é pobre, existente uma maior propensão para o divórcio (Amato, Loomis & Booth, 1995).

De um modo geral, a separação dos pais, divórcio e um novo casamento mostram-se associados com a diminuição do bem-estar dos adolescentes, assim como outras variáveis verbais mais complexas, como a falta de envolvimento parental (Proctor, Linley & Maltby, 2009).

Em suma, a satisfação com a vida é um constructo complexo, que se encontra interligado com todas as fases da vida do indivíduo e variáveis do seu dia-a-dia. Avalia os aspetos positivos da

sua vida e se estes se sobrepõem aos aspetos negativos, calculando o presente, o passado e perspectivas futuras.

1.2. Agressão

O tema agressão pode ser visto como uma construção social, o que é ou não considerado agressão é determinado com base nos valores partilhados e crenças normativas que variam com os tempos e entre as sociedades (Krahé, 2013).

Este termo é utilizado em linguagem comum, assim como no vocabulário dos psicólogos sociais, mas isto não significa que exista um acordo sobre a sua definição e o que é visto como um caso de agressão. Maioritariamente, esta é focada como um comportamento social negativo que causa problemas entre indivíduos, grupos e sociedades (Krahé, 2013).

Buss, em 1961, propôs como definição “uma resposta que fornece um estímulo nocivo a outro organismo”, no entanto esta definição é apenas comportamental, sendo ao mesmo tempo demasiado abrangente e restrita, incluindo muitas formas de comportamento que não são categorizadas como agressão e excluindo todos os processos não comportamentais, como sentimentos, pensamentos e comportamentos que têm intenção de lesar, mas que, por alguma razão, falham o seu objetivo (Krahé, 2013).

Vários autores concordam que a agressão é um traço de personalidade, uma característica da mesma e que a sua forma de expressão é diversificada, tendo sempre em comum o dano causado a outro indivíduo. O comportamento que resulta deste traço tem o nome de agressão, este tem como características danos pessoais e destruição, não esquecendo que a denominação de um comportamento como agressivo passa também por fatores de classificação social (Cunha e Gonçalves, 2012).

É sugerido por Baron e Richardson (1994) que o termo “agressão” deve ser utilizado para descrever “qualquer forma de comportamento com o objetivo direto de magoar ou prejudicar outro ser vivo que é motivado a evitar esse tratamento”; sendo a sua definição concisa e aceite por muitos. “Prejudicar” implica qualquer forma de tratamento que não esteja de acordo com os desejos dos sujeitos que são alvo deste trato, como por exemplo magoar fisicamente, ferir os sentimentos, danificar as suas relações sociais espalhando rumores ou tirar e destruir os seu pertences (Krahé, 2013).

Deste modo, o dano involuntário e acidental, não é visto como agressão, pois não carrega uma intenção, excluindo colisões e acidentes, assim como procedimentos de ajuda que

possam causar alguma dor como retirar um dente ou em casos extremos, o suicídio assistido (Myers, 2017).

De forma a distinguir a agressão de outras formas de comportamento social, Baron e Richardson, em 1994, acrescentaram à sua definição três implicações:

1. O comportamento agressivo é caracterizado por uma motivação implícita de magoar ou prejudicar outro ser vivo, mesmo que a consequência não exista, o que conta é a intenção negativa; um atirador pode falhar o alvo, mas tinha intenção de acertar, o ato de puxar o gatilho é o ato agressivo.
2. Uma característica desta intenção é que o autor tem de entender que o comportamento em questão tem como potencial magoar ou prejudicar o alvo. Se as ações da pessoa levam ao mal de outro, mas o autor não antecipou que este comportamento ia levar a efeitos adversos, então estes não contam como agressão, podem ser graças à incompetência ou falta de cuidado.
3. Este comportamento de agressão tem que fazer a vítima querer evitar as ações que causam mágoa. Se foram feitas com o consentimento do alvo, como um tratamento médico doloroso, não representa agressão.

Nos dias de hoje, os estudos realizados a nível da agressão falam na agressão física, verbal, hostilidade e raiva, sendo que estes conceitos são vistos como essências de uma conceptualização global da agressão. Deste modo, a agressão tanto física, como a verbal, representam uma componente motora ou instrumental do comportamento existente. A nível da preparação para a agressão e a excitação fisiológica, temos a raiva que passa por uma representação da componente afetiva e emocional do comportamento. Esta informação leva ao pressuposto que a agressão é um constructo tripartido, instrumental, afetivo e cognitivo (Cunha e Gonçalves, 2012).

São atualmente classificados como agressão, comportamentos como pontapés, socos e estaladas, destruição de propriedade, ameaças e insultos direcionados, boatos, mexericos ou observações sarcásticas. Comportamentos recorridos durante experiências como choques elétricos, são classificados como comportamentos agressivos (Myers, 2017).

A psicologia atual sustenta que o ser humano apresenta dois tipos de agressão, a agressão hostil (“quente e furiosa”) e a agressão instrumental (“fria e ponderada”) (Myers, 2017). A hostilidade tem sido definida como algo impulsivo, não planeado, sendo proveniente da raiva, ocorrendo como uma reação a provocações anteriores, levando a que seja classificado como agressão afetiva, impulsiva e reativa. Outra definição utilizada é a agressão instrumental, esta é premeditada, não estando focada no indivíduo, e é considerada um meio para a obtenção de certos objetivos, fins, baseando-se na pro-atividade e não na reatividade (Anderson & Bushman, 2002).

O terrorismo é qualificado como agressão instrumental, como é concluído por Robert Page, já que todos os terroristas apresentam um objetivo específico, sendo raramente cometido por alguém que apresenta uma patologia psicológica. Foi também concluído que a grande parte das guerras são caracterizadas como agressão instrumental. No entanto, a maioria dos homicídios são classificados como agressão hostil, sendo que a sua maior parte acontece graças a brigas, álcool e drogas, confusões amorosas e discussões, o que os torna muitas vezes emocionais e impulsivos. Apenas os premeditados são considerados instrumentais, acontecendo muitas vezes por vingança, coerção sexual ou estando inseridos no crime organizado (Myers, 2017).

Um dos conceitos utilizados na definição destes comportamentos lesivos é a violência, que tem como objetivo o prejuízo extremo, ou seja, toda a violência é considerada agressão, mas nem toda a forma de agressão é violência, se uma criança empurrar outra de uma bicicleta é considerado um ato de agressão, mas não de violência (Anderson & Bushman, 2002).

Em 2002, a Organização Mundial da Saúde, caracterizou a violência como utilização do poder, força ou ameaça, contra o mesmo ou outro indivíduo, que tem como consequência danos físicos e psicológicos, morte ou privação. Esta divide-se em três categorias, podendo ser autodirecionada, contra si mesmo (como é o caso do suicídio); interpessoal, que pode ser feita intrafamiliar, onde ocorre um padrão de relacionamento violento entre sujeito com laços afetivo e extrafamiliar, em que o agressor não pertence ao seio familiar, mas sim ao contexto social do indivíduo, podendo ser referida como violência comunitária (exemplo, assaltos, violações, agressões entre outros). A violência coletiva, que por sua vez poderá abranger uma vertente social, política e económica, é muitas vezes cometida por grandes grupos de indivíduos ou por estados, é nesta categoria que se insere o terrorismo. A nível das suas características a violência pode ser psicológica, física, sexual e por negligência (Patias, 2015).

A agressão humana tem sido um foco de estudo muito popular nas últimas décadas, graças ao seu impacto negativo na sociedade e com maior particularidade nos indivíduos. Com estas pesquisas foi produzida informação de elevada importância sobre o desenvolvimento, manutenção e consequências da envolvimento em atos agressivos contra outros indivíduos (Werner & Crick, 1999).

Nos últimos dez anos, começou a necessidade de distinguir entre agressão direta e indireta. A agressão direta envolve uma confrontação entre o agressor e o alvo, enquanto a agressão indireta tem como objetivo magoar outras pessoas sem o seu conhecimento, de forma oculta, espalhando rumores sobre as mesmas ou prejudicando as suas relações com o grupo de pares. Este tipo de agressão também poderá ser denominado de agressão relacional. Estas agressões, por vezes, são feitas sem o indivíduo ter conhecimento da identidade do agressor, isto

representa uma forma alternativa de infligir dor ou mágoa em outros sem que haja um contacto direto (Krahé, 2013).

1.2.1. Teorias da agressão

A agressão tem sido estudada por várias disciplinas como a biologia, a sociologia, a psicologia e a antropologia, cada disciplina utilizava os seus conhecimentos específicos em conjunto com fatores demográficos, culturais, evolucionistas e muitas vezes processos cognitivos e alterações metabólicas, o que permitiu o aparecimento de teorias clássicas como a psicanálise, o behaviorismo e aprendizagem social. Recentemente foram criadas outras teorias, como o cognitivismo neo-associacionista, o processamento da informação social, o interacionismo social e o modelo geral da agressão baseado em estruturas do conhecimento (Kristensen et al. 2003).

Ao explorar as teorias clássicas, é possível encontrar contribuições vindas do modelo de evolução de Darwin na sua Teoria da Seleção natural, afirmando que o comportamento do ser humano era regulado pelos mesmos mecanismos que regulam os outros seres vivos, este estudo veio a ser alinhado com outros recentes, que defendiam uma base genética no ritmo de vida, na memória e na identificação de parceiros, os seja, os instintos apresentavam assim uma componente genética (Kristensen et al. 2003).

1.2.1.1. Teoria do Instinto e Psicologia Evolutiva

Em 1966, Lorenz especialista em comportamento animal, descreveu o “instinto da agressão”, como uma contribuição à perseveração e organização da vida, não defendendo um princípio negativo de destruição e morte. Afirma também que as pulsões agressivas são provenientes da “pressão da seleção intraespecífica”, sendo que o ser humano apresenta uma quantidade deste comportamento, não tendo uma forma de escape na sociedade atual. Em 1976, é apresentado, por Moyer, uma diferenciação do comportamento agressivo, entre predatório, territorial, inter-machos, defensivo, maternal, instrumental, irritável e induzido pelo medo, e que são controlados por substratos neuroquímicos e neuroanatômicos (Kristensen et al. 2003).

Sigmund Freud refere-se à agressão, no contexto da sua teoria das pulsões. Apresentou duas pulsões, Eros que é a pulsão de vida, e Thanatos que é a pulsão de morte (instinto de morte). Esta pode estar dirigida para o interior ou para o exterior, caso seja para o interior é chamada de pulsão de destruição, no caso de ser exterior é a pulsão de agressão. Defendeu que a agressão era o maior impedimento à civilização, mas defende que, ao mesmo tempo, sem a agressão o homem não se sente confortável, é um instinto natural do homem, um aspeto da sua evolução, sendo uma característica psicológica da civilização, e por tal inútil a sua eliminação (Kristensen et al. 2003).

Tanto Lorenz, como Freud defendiam que a energia agressiva era algo instintivo, ou seja, esta não era aprendida, fazendo parte do instinto, caso esta não seja libertada irá acumulando-se até que um certo estímulo a acione ou até o indivíduo agir de forma agressiva. Esta teoria não tinha em conta a idiosincrasia de cada sujeito e de cada cultura (Myers, 2017)

1.2.1.2. Influências Neurais, Genéticas e Bioquímicas

Não existe um lugar específico no cérebro que controle a agressão, mas existem sistemas neuronais que facilitam a mesma. Ao ativar algumas áreas do cérebro, cientistas descobriram que estas aumentavam a hostilidade. Raine e colaboradores utilizaram a tomografia para medir como era a atividade de assassinos e indivíduos com Perturbação de Personalidade Antissocial (PPAS). Verificou-se que o córtex pré-frontal era 15% menor nos indivíduos com TPAS e 14% menor nos assassinos, esta descoberta foi importante para a descoberta da influência verbal, pois o córtex pré-frontal funciona como o “travão” nas áreas profundas do cérebro envolvidas na agressão (Myers, 2017).

A nível genético, é afirmado que a parte hereditária influencia como um indivíduo percebe os estímulos agressivos, pois afeta a sensibilidade do sistema neuronal. Esta agressão varia entre os seres humanos e primatas. Os comportamentos agressivos apresentados na primeira infância normalmente perduram toda a vida, deste modo o nosso temperamento é apresentado ao mundo, a nível de reação e intensidade, influenciado pelo nosso sistema nervoso simpático. Estudos com gémeos descobriram que gémeos idênticos apresentam uma maior probabilidade de apresentar, ambos, comportamentos agressivos do que gémeos fraternos. É falado também, a partir de um estudo realizado na Nova Zelândia, numa “receita” genética que soma um gene, altera o equilíbrio dos neurotransmissores com possíveis maus tratos na infância, levando à existência de comportamentos agressivos no futuro (Myers, 2017).

As influências bioquímicas compreendem diferentes componentes como o álcool, a testosterona, níveis baixos de serotonina. É defendido que o álcool é um ativador da agressão, caso estas sejam provocadas, não só por experiências laboratoriais como experiências feitas pela polícia, sendo que 65% dos homicídios e 55% das agressões e brigas começam porque o agressor estava bêbado e/ou a vítima. Isto acontece porque o álcool reduz a autoconsciência e desinibe, centrando a sua atenção nas provocações que poderão acontecer, aumentando a sua relevância para o indivíduo (Myers, 2017).

A agressão humana tem uma correlação com a testosterona, a hormona masculina. Ao serem administradas drogas que diminuem a testosterona as tendências agressivas diminuem também, sendo vista por James Dabbs, em 2000, como “uma molécula pequena com grandes efeitos”, mulheres e homens que apresentam maiores níveis de testosterona apresentam uma

maior prevalência de respostas negativas a estímulos agressivos. Outro influenciador da agressão é o nível de serotonina, quando a sua quantidade é baixa (Myers, 2017).

1.2.1.3. Teoria da Aprendizagem Social

Noutra perspetiva a agressão não necessita de impulsos internos, como preconiza Bandura, que em 1973 apresentou a Teoria da Aprendizagem Social. Esta defende que a maior causa para a agressão eram o incentivo e as recompensas que este oferecia, deste modo, quando um indivíduo se encontra face a uma situação, este pesa assim quais os custos e os benefícios de apresentar um comportamento agressivo, existindo assim um estímulo aversivo (Kristensen et al. 2003). Afirma que os atos de extrema violência não são inatos, nem espontâneos, estes necessitam de ser aprendidos e treinados, ou seja, esta forma de atuar é aprendida lentamente e através de modelos, para que isto se suceda o sujeito tem que passar por quatro processos:

1. O indivíduo tem que estar atento às pistas que são fornecidas;
2. As observações realizadas devem ser codificadas para que fiquem guardadas na memória;
3. As representações guardadas devem passar a padrões de imitação de comportamento;
4. Para que estas sejam utilizadas, deveram ser apresentados incentivos apropriados (Ribeiro, 2009).

Esta teoria é extremamente útil na compreensão da aquisição de comportamentos agressivos e na explicação da agressão instrumental, especialmente os conceitos de desenvolvimento e mudança das expectativas e de como um constrói o mundo social (Anderson & Bushman, 2002).

Deste modo, é defendido que pessoas fisicamente agressivas tendem a ter pais que puniram fisicamente e que gritavam, assim como eles próprios deviam ter tido pais punitivos. Este comportamento pode se tornar abusivo, ainda que apenas 30% das pessoas que sofreram abusos sejam eles próprios abusivos. O ambiente social em que a criança está inserida poderá também oferecer os estímulos necessários para esta aprendizagem (Myers, 2017).

1.2.1.4. Teoria da Frustração-Agressão

A teoria da frustração-agressão baseia-se numa crítica à teoria do instinto. Em 1939, num estudo interdisciplinar, Dollard, Doob, Miller, Mower e Sears, afirmam que a frustração pode ser definida como algo que impede um indivíduo de alcançar um objetivo que este possua, este impedimento pode ser social, físico ou apenas uma interrupção. Esta resposta emocional produz muitas vezes um sentimento agressivo, não instigando em todas as ocasiões respostas

agressivas, podendo resultar em várias respostas e comportamentos. Esta resposta negativa irá depender de outros fatores, assim como a sua intensidade (Kristensen et al., 2003).

Esta energia não tem que ocorrer diretamente com o objeto que ativou a frustração, esta situação tem o nome de redirecionamento, onde a frustração é direcionada para fontes mais seguras e próximas (Myers, 2017).

1.2.1.5. Teoria Cognitiva Neo-associacionista

Berkowitz (1989, 1990, 1993), por sua vez, propôs que eventos aversivos como provocações, barulhos fortes, temperaturas e odores não confortáveis e frustrações produzem no indivíduo um efeito negativo, que estimula automaticamente vários pensamentos, memórias, reações motoras e respostas fisiológicas associadas às tendências agressivas e de fuga que, conseqüentemente, geram sentimentos de raiva ou medo. Esta teoria, a Teoria Cognitiva Neo-associacionista assume que pistas apresentadas durante um evento aversivo ficam associadas ao mesmo, assim como às respostas emocionais e cognitivas. Defende também que todos os pensamentos agressivos, emoções e tendências comportamentais se encontram ligados na memória (Anderson & Bushman, 2002).

Nesta teoria são utilizados dois sistemas, a agressão reativa ou afetiva que é provocada por estímulos adversos, sendo deste modo inata e impulsiva, atacando a fonte do estímulo adverso ou outros alvos, diminuindo logo a agressão após o ato; e a agressão instrumental que é um comportamento apreendido e tem como objetivo atingir recompensas e fugir de punições (Kristensen et al., 2003).

Neste modelo a componente raiva não é percebida como um determinante da resposta agressiva, mas como um facilitador da mesma, deste modo quando é aplicado um estímulo negativo, este será avaliado por um conjunto de cognições que poderão levar a uma resposta agressiva (Kristensen et al., 2003).

1.2.1.6. Processamento da Informação Social

Dodge e colegas, na década de 1980, utilizaram um modelo que existia desde a década de 1950, formulada através do ajustamento social realizado na infância, que se sucede a partir de quatro processos mentais: codificação de pistas situacionais, representação e interpretação dessas pistas, procura mental de possíveis respostas à situação e seleção de uma resposta. Deste modo é defendido que os diferentes tipos de agressão acontecem graças a défices neste processamento, atribuindo uma intenção negativa, devido a erros de percepção ou falha, levando a uma reação hostil e agressiva por vezes (Kristensen et al., 2003).

Esta base levou à construção de um novo modelo, com uma estrutura cíclica, com seis passos, 1) codificação de pistas internas e externas, 2) interpretação e representação mental destas

pistas, 3) clarificação ou seleção de um objetivo, 4) construção ou acesso à resposta, 5) decisão da resposta e 6) realização do comportamento. O último passo leva a uma consequência e será essa consequência que irá codificar esse estímulo, dependendo do ambiente em que este se encontra inserido (Kristensen et al., 2003).

Após uma revisão deste modelo, Huesmann em 1998, propôs um novo modelo, o modelo unificado de processamento de informação, que ligava ao antigo modelo o conceito de *script* mental, este explica que é sugerido ao indivíduo que eventos que aconteceram num determinado ambiente podem se repetir, o que cria uma necessidade de saber agir, criando estratégias de comportamento. Estas cognições desenvolvem-se durante a infância e o seu processamento passa por quatro fases, a percepção da hostilidade ao deparar-se com situações ambíguas; aquisição, permanência e recuperação dos *scripts* e esquemas mentais do comportamento social, sendo muito importante as primeiras experiências; avaliação e seleção do script, mesmo que este seja ativado pode ser ou não utilizado; as respostas do ambiente é que levarão à existência ou extinção do comportamento, pois nem sempre será atribuída pelo sujeito um significado negativo (Ribeiro & Sani, 2009).

1.2.1.7. Modelo Geral da Agressão baseado em estruturas de conhecimento

O modelo geral da agressão, apresentado por Anderson e Bushman em 2012, é dos modelos mais recentes que existem numa tentativa de explicar a mesma. Neste são referidas três estruturas, esquemas perceptuais, esquemas pessoais e scripts comportamentais, que se desenvolvem graças às experiências de vida dos sujeitos, influenciando posteriormente a vida do indivíduo e as suas percepções da mesma. Com a sua utilização, estas tornam-se automáticas, orientando o sujeito ligadas ao seu lado efetivo quando enfrentado com as adversidades do ambiente à sua volta. Este modelo encontra a sua sustentabilidade no ramo da Psicologia Social (Kristensen et al., 2003).

Deste modo, este modelo contempla três aspetos centrais, os *inputs* referentes à pessoa (traços, sexo, crenças, atitudes, valores, objetivos e *scripts*) e à situação (incentivos, frustração, provocação, drogas, dor, desconforto e dicas agressivas), os caminhos do estado interno atual (cognição, afeto, excitação) e os resultados decorrentes dos processos de avaliação (imediate ou automática e “secundária” ou controlada) e decisão. Tendo assim um carácter cíclico e os resultados do processo como *inputs* do próximo episódio (Kristensen et al., 2003).

A agressão é um tema abrangente, que envolve atos que variam consoante a idade, se são manifestações típicas da idade, a sua severidade e a escolha dos seus oponentes ou vítimas. E o seu termo varia de agressões verbais, *bullying* e lutas para uma violência mais grave como roubo, violações e homicídios, muitos estudos demonstram que estas variadas formas de violência encontram-se correlacionadas em diferentes níveis (Loeber & Hay, 1997).

1.2.2. Aspectos Desenvolvimentais

O comportamento agressivo nos seres humanos não pode ser explicado por um fator sozinho ou por um processo psicológico singular, assim como outras patologias, esta apresenta uma maior incidência quando existem várias predisposições e fatores precipitantes acompanhados de condições ambientais que levam a este comportamento. Em muitos casos diferenças neurológicas, hormonais e outras, provenientes da genética, do perinatal, traumas e outras situações ocorrentes, estão interligados a esses comportamentos agressivos, no entanto o ambiente, a família e as características cognitivas que promovem a aprendizagem do comportamento agressivo, contam também numa grande proporção para a sua existência (Huesmann, 1988).

A aprendizagem desta conduta na infância é realizada através da observação de comportamentos agressivos, que acontecem várias vezes no dia-a-dia da criança. Esta aprendizagem pode também ser feita através de acontecimentos na primeira pessoa, sendo a criança o alvo desta agressão. No entanto, apenas algumas crianças se tornam extremamente agressivas, normalmente acompanhadas de outros comportamentos antissociais, ocorrendo apenas quando existe uma convergência de inúmeros fatores durante o desenvolvimento da criança, mas nenhum fator sozinho é capaz de explicar mais do que uma pequena porção da variação deste comportamento. Normalmente uma criança violenta torna-se um adulto violento. O início de um comportamento agressivo numa criança pode se transformar em habitual, dependendo da resposta do ambiente envolvente, passando a ser a sua resposta à vitimização e à frustração (Huesmann, 1988).

A manifestação da agressão muda drasticamente durante a infância, a adolescência e início da adultez, e as mudanças não são as mesmas para os dois géneros. O conceito de desenvolvimento implica tanto mudança como continuidade, assim como a diferenciação do comportamento e a consolidação das tendências pré-existentes. No entanto, dependendo da idade, algum grau de agressão é normal, pelo menos no sexo masculino, apenas algumas variações no seu desenvolvimento poderão levar à criação de indivíduos muito agressivos (Loeber & Hay, 1997).

É importante referir que indivíduos violentos não apresentam a mesma história comportamental, ou seja, indivíduos mais violentos passam por um desenvolvimento caracterizado por uma escalada na severidade da agressão durante vários anos, apenas uma minoria destes indivíduos apresentou uma violência tardia, sem este percurso. É claro que a violência apresenta antecedentes e componentes cognitivos e emocionais, alguns destes antecedentes são um temperamento difícil e uma pobre regulação emocional, aliadas a um baixo nível de inteligência, problemas de leitura e problemas de atenção. Ainda existem outros fatores mais específicos como deficiências sociais cognitivas, esquemas mentais mal adaptativos e baixa autoestima (Loeber & Hay, 1997).

As primeiras manifestações de agressão correm no início da infância, quando a criança se encontra com o mundo social, muitas vezes demonstrando sinais de frustração e raiva e não existe, neste ponto, uma diferença entre os géneros. A expressão da raiva inicia-se no primeiro ano de idade, quando a criança começa a entender a relação existente entre a causa e o efeito. No segundo e terceiro ano da criança, esta começa a demonstrar alguns sinais de agressão para com os adultos e os colegas e começam a ser notadas algumas diferenças entre os rapazes e as raparigas. As primeiras diferenças de género começam a ser notadas entre os três e os seis anos, com a integração da criança em grupos de pares, para propósitos escolares. É notado que os rapazes apresentam um nível de agressão física mais elevado que as raparigas e que as raparigas utilizam uma agressão mais verbal e indireta e, quando decidem praticar uma agressão física, fazem-no escondido dos adultos (Loeber & Hay, 1997).

As maiores mudanças no padrão da agressão ocorrem durante a adolescência e no início da idade adulta. O impacto dos atos agressivos aumenta, pois há um crescimento da força física e do uso de armas, ainda que poucas vezes. Outra mudança que se sucede é o grupo de pares, que poderá promover várias formas de delinquência e de agressão, participando em formas coletivas de violência, podendo parecer normativas durante a adolescência. Nesta fase é ainda observado um aumento da agressão entre géneros, existindo conflitos entre as raparigas e os rapazes, assim como o início do namoro torna mais visível o confronto entre casais (Loeber & Hay, 1997).

Alguns estudos referem que, com o aumento da idade, a agressão e a violência diminuem especialmente durante a adolescência e o início da idade adulta (Loeber & Hay, 1997).

1.2.3. Diferenças de género

Atualmente, a agressão é reconhecida nas suas diferentes formas, podendo ser física, verbal, direta ou indireta, o que que cria uma grande limitação nos seus estudos, pois, anteriormente, estes apenas incidiam na agressão física e verbal e em comportamentos maioritariamente cometidos por homens (Werner & Crick, 1999).

Os papéis de género são culturalmente reforçados por regras que moldam os comportamentos vistos como apropriados para homens e mulheres, sendo estes impostos pela sociedade envolvente. É então sugerido que o género é um elemento fundamental da identidade humana, tendo em conta que maioritariamente este é imutável, tornando-se fundamental para alguns aspetos da vida como o trabalho, a educação, relações com os outros e atividades recreativas (Matud et al., 2014).

Uma revisão clássica de mais de 90 estudos, realizada por Maccoby e Jacklin, em 1974, afirma que o sexo masculino apresenta uma maior tendência para a agressão, seja esta física ou verbal, afirmando que a diferença entre os dois sexos se encontrava bem delimitada. Apenas

dez anos mais tarde é que Hyde atualizou esta informação, integrando estudos mais recentes e concluiu que esta diferença não era tão visível como na revisão anterior (Simões, 1993).

O estudo da agressão feminina apenas começou a receber atenção recentemente, pois era defendido que as mulheres apenas eram agressivas em momentos muito raros, o que não tornava o seu estudo completamente desnecessário (Bjorkqvist, 1994).

É necessário ter em conta que a literatura existente sobre a agressão tem sido dominada por estudos feitos apenas em indivíduos do sexo masculino e nos estudos em que existe uma amostra feminina, esta é pequena. Tendo em conta tal situação, o que se sucede nos dias de hoje é que o conhecimento sobre o comportamento agressivo nas mulheres e as consequências psicossociais, durante o seu decurso de vida, são pouco conhecidas (Werner & Crick, 1999).

Existem excelentes razões para duvidar se um sexo é mais agressivo do que o outro, mas este debate só poderá acontecer se for tido em conta o tipo de conflito existente, se a agressão é interpessoal ou entre grupos, se é num grupo ou em família e qual é o sexo do oponente, se é masculino-masculino, feminino-feminino, masculino-feminino ou feminino-masculino. No caso da agressão interpessoal, é mais comum que esta seja entre indivíduo do mesmo sexo (Bjorkqvist, 1994).

Se limitarmos a agressão, para uma agressão puramente física, é verdade que os homens são muito mais agressivos do que as mulheres, no entanto esta verdade apenas sucede nas sociedades ocidentais, não sendo comum para todas as culturas (Bjorkqvist, 1994).

Muitos destes estudos de diferença de género utilizam o modelo dos cinco fatores da personalidade, demonstrando que as mulheres apresentam um grau mais elevado de neuroticismo, amabilidade, carinho e abertura para os sentimentos, enquanto os homens apresentavam uma maior assertividade e abertura a novas ideias. Outras pesquisas afirmavam as mulheres apresentavam maiores níveis de ansiedade, depressão e baixa autoestima, ou seja, a nível de psicopatologias estas apresentam com maior frequência perturbação de ansiedade, depressão major, perturbação distímica, distúrbios alimentares e na perturbação de personalidade *borderline*, enquanto o sexo masculino apresenta uma maior incidência na perturbação de personalidade antissocial (Burton, Hafetz & Henninger, 2007).

Com os diferentes estudos e pesquisas, a definição do que é agressão expandiu-se, incluindo comportamentos que são mais típicos do sexo feminino, como a rejeição social e o espalhar de rumores maliciosos. Crick e os seus colegas, em 1995, rotularam estes comportamentos como agressão relacional, sendo uma forma de agressão que envolve uma tentativa de magoar os outros através da manipulação e prejuízos nas relações e sentimentos de inclusão

social. O que levou a um avanço no domínio da pesquisa da agressão envolvendo o sexo feminino (Werner & Crick, 1999).

Inúmeros estudos mostram que as raparigas, em oposição aos rapazes, tendem a participar em níveis mais elevados de agressão relacional. No entanto, quando a agressão relacional foi avaliada em conjunto com a agressão verbal e física, foi identificado que os rapazes e as raparigas são igualmente agressivos. Estes achados serviram, em parte, para desmistificar a ideia de que o sexo feminino não é agressivo e, desta forma, mudar o foco das investigações e explorar outras formas de hostilidade e tentativa de controlo sobre os outros, por parte do sexo feminino (Werner & Crick, 1999).

Quando direcionado numa população mais jovem, é observado que as raparigas apresentam maior agressão relacional do que os rapazes e que esta se encontra diretamente relacionada com a depressão, rejeição dos pares e outras dificuldades. Ao avaliar estudantes universitários demonstrou que, utilizando uma medida para a agressão reacional e o inventário de avaliação de personalidade, entre outras medidas, os rapazes apresentavam mais comportamentos antissociais, egocentricidade, procura de estímulos, instabilidade afetiva e menor perceção do apoio social, enquanto as raparigas apresentavam maiores sintomas de distúrbios alimentares. A nível da agressão relacional as diferenças não eram notáveis entre os géneros, mas a sua correlação com as outras variáveis diferenciava consoante o género. No sexo masculino, esta encontrava-se ligada à rejeição social e ao egocentrismo e no sexo feminino esta encontrava-se associada com a baixa satisfação com a vida, comportamento antissocial, instabilidade afetiva, traços depressivos, rejeição dos pares, relações negativas, procura de estímulos, egocentrismo, comportamento auto-lesivo e sintomas bulímicos (Burton et al., 2007).

1.2.4. Divórcio dos pais

A maioria dos estudos sobre pais divorciados afirmam que os filhos desses casais têm uma maior probabilidade de apresentar problemas académicos, psicológicos, sociais e comportamentais, quando comparados a crianças cujos pais se mantêm juntos. Estudos em adultos sugerem que ainda existe essa diferença entre filhos de pais divorciados e filhos de pais não divorciados, persistindo na idade adulta. A exposição prolongada a conflitos interparietais durante a infância cria uma predisposição para dificuldades futuras a nível psicológico e a nível de compromisso (Amato, Loomis & Booth, 1995).

Quando as crianças presenciam o conflito entre os pais, elas observam o ambiente como agressivo e hostil e gradualmente vão incorporando essas atitudes, que podem futuramente integrar-se na sua personalidade. Deste modo, crianças que experienciam o divórcio dos pais experienciam sentimentos de raiva, que podem originar comportamentos agressivos e destrutivos (Spigelman, Spigelman & Englesson, 1991).

Concluindo, é possível compreender pela revisão de literatura que existe uma relação entre estas duas variáveis, sendo possível verificar, ao longo do texto, que a agressão e a baixa satisfação com a vida se encontram relacionadas com alguns sintomas psicopatológicos como a depressão, a ansiedade, o *stress*, a baixa autoeficácia e a solidão. Çakar (2012) afirma que a satisfação com a vida se encontra diretamente ligada a comportamentos de risco, sendo um deles a agressão e violência, reforçando a relação negativa existente nestas variáveis

1.3. Objetivos e Hipóteses

O primeiro passo para planear este projeto de investigação e definir os seus objetivos, consistiu em proceder a uma revisão da literatura já existente sobre o tema. Assim, tendo em conta o nível etário sobre o qual incidiria a investigação, foi traçado como objetivo principal responder à pergunta: “Será que existe uma relação entre a Agressão e a Satisfação com a Vida em estudantes universitários?”

A etapa seguinte passou por determinar os objetivos gerais a atingir durante esta investigação. Estes contemplam uma avaliação das variáveis agressão e satisfação com a vida em estudantes universitários, bem como analisar as relações existentes, ou não, entre as mesmas.

Partindo da revisão teórica efetuada e de acordo com os objetivos da investigação proposta, foram formuladas as hipóteses que apresentamos de seguida. Assim, considerando a variável satisfação com a vida, medida através das pontuações obtidas na SWLS:

Hipótese 1: Os homens apresentam uma maior satisfação com a vida quando comparados com as mulheres.

Hipótese 2: Os indivíduos mais velhos apresentam uma maior satisfação com a vida quando comparados com os mais novos.

Hipótese 3: Os indivíduos que se encontram numa relação íntima apresentam uma maior satisfação com a vida quando comparados com os indivíduos que não se encontram numa relação.

Hipótese 4: Os indivíduos cujos pais se encontram casados ou em união de facto apresentam uma maior satisfação com a vida quando comparados com os indivíduos que os pais se encontram divorciados.

Tendo em conta a revisão efetuada e considerando a variável agressão, medida através das pontuações obtidas por meio do Questionário da Agressão e respetivas subescalas foram formuladas as seguintes hipóteses:

Hipótese 5: Os homens apresentam um nível de agressão mais elevado quando comparados com as mulheres.

Hipótese 6: Indivíduos do sexo masculino apresentarão um nível de agressão física e de raiva maior e um nível de agressão verbal e de hostilidade menor, quando comparados com os indivíduos do sexo feminino.

Hipótese 7: Indivíduos mais novos apresentam um nível de agressão mais elevado quando comparados com os indivíduos mais velhos.

Hipótese 8: Indivíduos mais novos apresentarão um nível de agressão física e de raiva maior e um nível de agressão verbal e de hostilidade menor, quando comparados com os indivíduos mais velhos.

Hipótese 9: Indivíduos que não se encontram numa relação íntima apresentam um nível de agressão mais elevado quando comparados com os indivíduos que se encontram nesse tipo de relação.

Hipótese 10: Indivíduos que não se encontram numa relação íntima apresentarão um nível de agressão física e de raiva maior e um nível de agressão verbal e de hostilidade menor, quando comparados com os indivíduos que se encontram nesse tipo de relação.

Hipótese 11: Indivíduos cujos pais se encontram divorciados apresentam um nível de agressão mais elevado quando comparados com os indivíduos cujos pais se encontram casados ou em união de facto.

Hipótese 12: Indivíduos cujos pais se encontram divorciados apresentarão um nível de agressão física e de raiva maior e um nível de agressão verbal e de hostilidade menor, quando comparados com os indivíduos cujos pais se encontram casados ou em união de facto.

Tendo por referência as variáveis em estudo, encontraram-se poucos estudos que falassem da relação entre a satisfação com a vida e a agressão. Foi possível entender que poderá existir entre as duas uma associação. Foi então criada a seguinte hipótese:

Hipótese 13: é esperada uma associação negativa, estatisticamente significativa entre a variável satisfação com a vida e a variável agressão, sendo que os indivíduos que apresentam pontuações mais elevadas no Questionário das Agressão e respetivas subescalas, apresentam pontuações mais baixas na Escala de Satisfação com a Vida.

Capítulo II: Método

2.1. Projeto Violência 360^a

O presente estudo foi desenvolvido no âmbito do projeto Violência 360° (V360°), que analisa um conjunto de atitudes e comportamentos que poderão ser pró-sociais, como é o caso do voluntariado, ou de natureza antissocial, como é o caso da agressão, estudando ainda, os seus antecedentes motivacionais e cognitivos, assim como os seus efeitos a nível do ajustamento psicológico e satisfação com a vida. A população alvo deste estudo são os jovens estudantes do ensino superior.

Este projeto foi desenvolvido por um grupo de docentes do Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, sendo uma abordagem clínica, comunitária, social e familiar da violência interpessoal. Pretende avaliar estudantes universitários a nível da sua iniciativa de crescimento pessoal, crenças sobre a violência conjugal e a possível existência de uma associação entre as duas.

A nível da investigação, esta é caracterizada como descritiva, pois apresenta dados baseados num levantamento prévio e uma descrição dos mesmos, assim como o porquê da sua existência. O presente estudo pode-se classificar como um estudo quantitativo correlacional, pois procura explicar o grau de relação entre as variáveis e o seu modo de atuação, com o auxílio de técnicas estatísticas (Dalfovo, Lana & Silveira, 2008).

2.2. Participantes

O presente estudo foi realizado com jovens que frequentam o ensino superior, em duas universidades públicas portuguesas. Participaram 189 indivíduos, mas após terem sido retirados alguns participantes com respostas incompletas e alguns *outliers*, o total fixou-se em 174.

A nível do género dos participantes cerca de 77% ($N = 134$) são homens e 23% ($N = 40$) são mulheres. No que concerne à idade dos indivíduos, a média é de 20.56 ($DP = 1.53$), apresentando idades compreendidas entre os 18 anos e os 24 anos.

Foram vários os cursos que participaram neste estudo, estando 28.7 % ($N = 50$) desta amostra no primeiro ano de Licenciatura, 4.6% ($N = 8$) no segundo ano de licenciatura e 64.9% ($N = 113$) no terceiro ano de estudos. Deste total, 2 são de Bioengenharia (1.1%), 67 de Ciências do Desporto (38.5%), 1 de Design Industrial (0.6%), 14 de Engenharia Aeronáutica (8%), 4 de

Engenharia Eletromecânica (2.3%), 3 de Engenharia Eletrotécnica e de Computadores (1.7%), 52 de Engenharia Informática (29.9%), 4 de Engenharia Civil (2.3%), 10 de Engenharia Eletrónica (5,7%) e, por fim, 7 em Informática Web (4%).

No que concerne à nacionalidade, 165 responderam portuguesa (94.8%), 5 brasileira (2.8%), 1 ucraniana (0.6%), 1 venezuelana (0.6%). Relativamente à situação atual dos pais, 128 responderam que os pais eram casados (73.6%), 32 responderam que os pais estavam separados/divorciados (18.4%), 3 que viviam juntos/união de facto (1.7%) e 5 responderam que se encontravam numa outra situação (2.8%), como por exemplo falecimento de um dos pais.

Quando perguntado aos participantes se tinham nesse momento um relacionamento íntimo, 46% respondeu que não ($N = 80$) e 50% respondeu que sim ($N = 87$). Dos que responderam afirmativamente, 59 responderam que namoravam sem viver juntos (33.9%), 10 que namoravam e viviam juntos (5.7%), 1 que estavam casados (0.6%) e 16 que namoravam sem compromisso (9.2%). Relativamente à orientação sexual, 139 responderam que eram heterossexuais (79.9%), 1 que era homossexual (0.6%), 2 que eram bissexuais (1.1%) e 2 outra (1.1%).

Por fim, foi questionado se existe algum tipo de acompanhamento psicológico, 138 responderam que não (79.3%) e 6 responderam que sim (3.4%); 3 por depressão (1.7%), 1 por problemas pessoais (0.6%) e 1 por Perturbação Obsessiva Compulsiva (0.6%).

Tabela 1.
Caracterização sociodemográfica da amostra ($N = 174$)

		N	Percentagem (%)
Género ($N = 174$)	Masculino	134	77
	Feminino	40	23
Idade ($N = 174$)	18	19	10.9
	19	22	12.6
	20	46	26.4
	21	41	23.6
	22	30	17.2
	23	8	4.6
	24	8	4.6
Ano de curso ($N = 171$)	1º ano	50	28.7
	2º ano	8	4.6
	3º ano	113	64.9
Curso ($N = 164$)	Bioengenharia	2	1.1
	Ciências do Desporto	67	38.5
	Design Industrial	1	.6
	Engenharia Aeronáutica	14	8
	Engenharia Civil	4	2.3
	Engenharia Eletrónica	10	5.7
	Engenharia Eletromecânica	4	2.3
	Engenharia Eletrotécnica e de Computadores	3	1.7
	Engenharia Informática	52	29.9
	Informática Web	7	4

Nacionalidade (N = 172)	Portuguesa	165	94.8
	Brasileira	5	2.8
	Ucraniana	1	.6
	Venezuelana	1	.6
Pais (N = 168)	Casados	128	73.6
	Divorciados	32	18.4
	União de facto	3	1.7
	Outra	5	2.8
Relacionamento íntimo (N = 167)	Sim	87	50
	Não	80	46
Natureza da Relação (N = 86)	Namoro sem viverem juntos	59	33.9
	Namoro a viver juntos	10	5.7
	Sem compromisso	16	9.2
	Casamento	1	.6
Orientação Sexual (N = 144)	Heterossexual	139	79.9
	Homossexual	1	.6
	Bissexual	2	1.1
	Outra	2	1.1
Acompanhamento Psicológico (N = 144)	Não	138	79.3
	Sim	6	3.4
Motivo do Acompanhamento (N = 4)	Depressão	3	1.7
	Problemas Pessoais	1	.6
	Perturbação Obsessiva Compulsiva	1	.6

2.3. Instrumentos

2.3.1. Questionário Sociodemográfico

O questionário sociodemográfico tem como objetivo um conhecimento mais aprofundado da população que respondeu ao questionário. Este inclui variáveis pessoais do sujeito, como género, idade, nacionalidade, curso, local de residência, grau de escolaridade dos pais, pessoas com quem vive, estado civil dos pais, se já fez voluntariado, em que áreas realizou/realiza voluntariado, quanto tempo durou a experiência de voluntariado, se tem/já teve um relacionamento íntimo, a natureza e duração desse relacionamento, orientação sexual e acompanhamento psicológico/psiquiátrico.

O questionário aplicado foi desenvolvido pelo grupo de investigadores responsáveis pelo projeto de investigação, tendo como objetivo um conhecimento aprofundado dos participantes.

2.3.2. Escala de Satisfação com a Vida

Com o desenvolvimento da pesquisa sobre o bem-estar subjetivo e sendo a satisfação de vida um aspeto de julgamento cognitivo, foi necessário criar uma escala para a sua medição (Diener, Emmons & Larsen, 1985).

A Escala de Satisfação com a Vida (*Satisfaction With Life Scale*, SWLS) foi elaborada por Diener e colaboradores, em 1985, com um número total de 48 itens, sendo reduzida posteriormente

para 5 itens, apresentando da mesma forma um índice de fidelidade e validade aceitáveis. Esta é figurada como um dos instrumentos mais válidos (psicometricamente) e úteis dentro do seu género (Simões, 1992).

A sua validação para a língua portuguesa foi realizada, pela primeira vez, por Neto e colaboradores, em 1990. Utilizando uma amostra de 308 indivíduos, professores do ensino básico e secundário, que tinham uma idade média de 38,8 anos e uma experiência média de ensino de 16 anos. Neste estudo o alfa de *Cronbach* foi de .78 (Simões, 1992).

Mais tarde, Simões (1992) reavaliou a escala para a população portuguesa, melhorando a tradução da escala e diminuído o número de respostas. Deste modo a *Escala de satisfação com a Vida* (SWLS) é constituída por 5 itens e apresenta 5 alternativas de resposta: *discordo muito* (1), *discordo um pouco* (2), *não concordo, nem discordo* (3), *concordo um pouco* (4) e *concordo muito* (5), obtendo assim uma pontuação total de 25 pontos e uma pontuação mínima de 5. Neste estudo a escala apresentou um alfa de *Cronbach* de .77 (Simões, 1992).

No presente estudo, a escala de satisfação com a vida, apresentou um alfa de *Cronbach* de .827, exibindo uma boa consistência interna.

Tabela 2.

Consistência interna através da análise do Alfa de Cronbach da SWLS.

Escala	Alfa de Cronbach (α)
Escala de Satisfação com a Vida	.827

2.3.3. Questionário de Agressão de Buss-Perry

Buss e Durnkee, em 1957, de forma a encontrarem quais os componentes teóricos da agressão, desenharam o Inventário de Hostilidade Buss-Durkee (BDHI), mas as suas propriedades psicométricas demonstraram-se pouco satisfatórias. A sua construção foi impulsionada pela falta de instrumentos que avaliassem a relação entre a agressão e a frustração, consequentemente, foi considerado durante vários anos o melhor meio de avaliação das diferenças individuais da agressão (Pinto, 2015).

Em 1992, Buss e Perry desenvolveram o Questionário da Agressão (AQ), composto por 29 itens, apresentando quatro fatores da agressão: a física, a verbal, raiva e hostilidade, revelados pela análise fatorial exploratória deste instrumento (Cunha & Gonçalves, 2012).

Em 1993, Simões elaborou a primeira tradução do Questionário de Agressão para português, seguido do estudo de validação do mesmo. Foi ainda realizada uma investigação que tinha como objetivo entender quais as diferenças entre os géneros na expressão da agressão. Nessa investigação o autor aplica um procedimento estatístico. Esta tradução foi trabalhada com uma amostra de estudantes de psicologia, dos primeiros anos de curso, com idades compreendidas entre os 18 e os 20 anos (Cunha & Gonçalves, 2012).

Para além do estudo psicométrico de Simões (1993) Cunha e Gonçalves em 2012 analisaram a estrutura fatorial do AQ numa amostra de estudantes universitários portugueses, confirmando a estrutura fatorial do mesmo e as suas propriedades psicométricas (Cunha & Gonçalves, 2012).

O Questionário da Agressão de Buss-Perry (AQ), é composto por um total de 29 itens, numa escala do tipo *likert*, com as respostas expressas em 5 níveis: entre 1, que representa o “Nunca ou quase nunca” e o 5 “sempre ou quase sempre”. Nesta escala existem quatro subescalas, a agressão física com 9 itens, a agressão verbal com 5 itens, a raiva com 7 itens e a hostilidade com 8 itens (Cunha & Gonçalves, 2012).

No estudo realizado por Cunha e Gonçalves, em 2012, o resultado obtido a nível da consistência interna, avaliada pelo alfa de *Cronbach*, foi .88, para a escala total. A nível das subescalas, os resultados foram admissíveis (raiva, $\alpha = .79$; agressão física, $\alpha = .76$ e hostilidade, $\alpha = .76$), apenas o valor da subescala da agressão verbal ($\alpha = .56$) se revelou baixo. No presente estudo, os valores apresentados foram $\alpha = .877$ na escala total, $\alpha = .620$ na subescala da raiva, $\alpha = .724$ na agressão física, $\alpha = .834$ na hostilidade e $\alpha = .609$ na agressão verbal, sendo a sua consistência interna, quer no total, quer nas subescalas, satisfatória (Tabela 3).

Tabela 3.
Consistência interna através da análise do Alfa de Cronbach da AQ.

Escala	Alfa de Cronbach (α)
Subescala da Agressão Física	.724
Subescala da Agressão Verbal	.609
Subescala da Raiva	.620
Subescala da Hostilidade	.834
Questionário da Agressão	.877

2.4. Procedimentos

A recolha de dados foi realizada presencialmente com recurso a um protocolo definido para o projeto global *Projeto V360º- Violência interpessoal, voluntariado e bem-estar psicológico em jovens*, constituído entre outros pelos instrumentos referidos acima. Foram respeitadas todas as exigências éticas aplicáveis, assim como o anonimato dos participantes. Para que fosse possível esta recolha, os investigadores do projeto dirigiram-se às universidades em questão, a Universidade da Beira Interior e a Universidade da Madeira, passando o protocolo, em formato papel, por várias turmas, de diferentes cursos, de forma a obter uma amostra abrangente e variada. No início de cada recolha era explicado o intuito do projeto, como deveriam responder e a importância do seu preenchimento total e do consentimento informado. Esta recolha obteve um total de 189 participantes.

Após a recolha de dados, as variáveis recolhidas foram integradas numa matriz de SPSS, no IBM® SPSS® (*Statistical Package for Social Sciences*) versão 25 para *Windows*, de forma completamente anónima.

A análise estatística iniciou-se por uma caracterização da amostra recolhida, explorando assim o questionário sociodemográfico, de modo a caracterizar os participantes. Posteriormente, foi analisada a consistência interna dos instrumentos utilizados, através do Alfa de *Cronbach*. Esta medida será utilizada para verificar a fiabilidade de um teste psicométrico, para uma determinada amostra (Pereira & Patrício, 2013).

Seguidamente, foi realizada uma análise descritiva da amostra, onde foram utilizadas um conjunto de medidas de tendência central, que são a média (incluindo o desvio-padrão), a moda e a mediana. Após esta análise, foram averiguadas as diferenças existentes, entre grupos, considerando os resultados das escalas e as variáveis sociodemográficas escolhidas e para tal propósito, com recurso ao Teste-t de *Student* para Amostras independentes, que permitiram averiguar se as médias das variáveis diferiam significativamente (Martins, 2011). Relativamente à variável idade, tornou-se necessário a sua divisão em dois grupos, com a utilização de um ponto de corte, na respetiva média (20.56), que divide em indivíduos mais novos e indivíduos mais velhos.

Sempre que utilizada a variável relacionamento dos pais, foi necessário usar a Análise de Variância Unidirecional (ANOVA), pois esta análise permite o teste de diferenças de várias situações para duas ou mais variáveis (Pereira & Patrício, 2013).

Posteriormente, para estudar a associação entre a satisfação com a vida e a agressão, e respetivas subescalas, foi utilizado o Coeficiente de Correlação de *Pearson*. Este teste analisa se existe uma associação significativa entre duas variáveis, qual a sua direção (positiva ou negativa) e a sua magnitude (varia de 1 a -1) (Martins, 2011). Para consolidação dos resultados foi utilizado o Modelo de Regressão Linear, que estuda a relação existente entre uma variável independente e uma variável dependente (Maroco, 2007).

Capítulo III: Resultados

No presente capítulo serão apresentados os resultados da análise estatística efetuada no IMB SPSS, versão 25, com uma explicação dos processos escolhidos, do processo de análise utilizado para a obtenção dos resultados e o porquê da sua escolha. Inicialmente será feita uma análise descritiva das escalas e questionários, seguida de uma análise inferencial, onde serão exploradas as possíveis conexões entre variáveis.

3.1. Análise Descritiva

O objetivo da análise descritiva é atingir conclusões pormenorizadas sobre as características sociodemográficas dos participantes e das escalas em uso. As medidas utilizadas para esta caracterização passam por medidas de frequência relativa (%) e frequência absoluta (n), a média, desvio padrão (DP), mínimo e máximo.

Seguidamente será realizada a análise descritiva das escalas utilizadas, iniciando-se pela Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) e, posteriormente, o Questionário de Agressão (AQ).

3.1.1. Análise descritiva dos resultados da Escala de Satisfação com a Vida (SWLS)

A análise descritiva feita às respostas provenientes da Escala de Satisfação com a Vida tem como objetivo a identificação da existência, ou não, da satisfação com a vida em estudantes universitários e qual a sua dimensão. Esta é composta por 5 itens, podendo atingir uma pontuação entre 5 a 25 pontos, tendo um ponto médio de 15. Desde modo, a SWLS apresenta uma média 18.29, com um desvio padrão de 3.98 e um mínimo e máximo de 7 e 25 pontos, respetivamente. É possível retirar desta análise que os estudantes que compõem a amostra se apresentam ligeiramente acima da média, apresentando uma satisfação com a vida ligeira.

Tabela 4.
Análise descritiva da escala total da SWLS

Escala	N	Número de Itens	Média	Desvio-Padrão	Mínimo	Máximo
SWLS	174	5	18.29	3.98	7	25

Na análise do padrão de resposta dos sujeitos, esta escala apresenta cinco tipos de resposta, sendo a mais utilizada “concordo um pouco” e “não concordo, nem discordo”, com percentagens de 34.9% e 28.9%, respetivamente. Cerca de 23.9% responderam “concordo muito” e 9.4% responderam “discordo um pouco”, sendo a resposta com menos percentagem “discordo muito” (3.7%). Desta forma, é possível compreender que os estudantes se encontram satisfeitos com a sua vida.

Tabela 5.*Análise de frequências de respostas da escala SWLS*

Escala	Respostas	Frequência Relativa (%)
SWLS	“Discordo muito”	3.7
	“Discordo um pouco”	9.4
	“Não concordo, nem discordo”	28.9
	“Concordo um pouco”	34.9
	“Concordo muito”	23.9

Ao realizar uma análise dos itens como um todo, foi possível observar que a sua média é de 3.66, esta continua semelhante mesmo separando e analisando os itens, sendo que o primeiro item e o último apresentavam uma média de 3.38 e de 3.4, respetivamente, e os restantes três itens apresentavam médias entre o 3.5 e o 4, que se encontra entre as respostas “não concordo nem discordo” e “concordo pouco”.

Foi então possível perceber quais as respostas mais positivas, no que concerne à satisfação com a vida, sendo que no item 2, “As minhas condições de vida são muito boas”, apenas 0.6% respondeu “discordo muito”, 2.9% “discordo um pouco” e 28.2% “não concordo, nem discordo”, deste modo 37.4% respondeu “concordo um pouco” e 31% “concordo muito”. Seguidamente, ficou o item 3, “Estou satisfeito(a) com a minha vida”, com 39.1% de resposta “concordo um pouco” e 27% “concordo muito”. O item 4, “Até agora, tenho conseguido as coisas mais importantes da vida que eu desejava”, apresenta 24.1% de resposta “concordo muito”, 34.5% de “concordo pouco”, 33.3% de “não concordo, nem discordo” e apenas 63% de “discordo pouco” e 1.7% de “discordo muito”.

O item 1, “A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu queria que ela fosse”, e o item 5, “Se pudesse recomeçar a minha vida, não mudaria quase nada”, apresentam uma maior percentagem de discordância, sendo que no primeiro 4% respondeu “discordo muito”, 14.4% respondeu “discordo pouco” e 33.3% respondeu “nem concordo, nem discordo”, no segundo 10.9% respondeu “discordo muito”, 16.1% “discordo pouco” e 20.1% respondeu “nem concordo, nem discordo”. Estes dois itens apresentam uma média de 3.38 e 3.4, respetivamente, que se enquadra na resposta “nem concordo, nem discordo”.

Tabela 6.*Análise descritiva dos itens da SWLS (N=174)*

Itens	N	Média das Respostas	Desvio-Padrão
Item 1	174	3.38	1.006
Item 2	174	3.95	.872
Item 3	174	3.82	.972
Item 4	174	3.73	.957
Item 5	174	3.40	1.317

3.1.2. Análise descritiva dos resultados do Questionário de Agressão (AQ)

De modo a realizar uma análise detalhada dos resultados o questionário em questão foi analisado como um todo e por partes. Analisando primeiramente como um todo foi possível verificar que o questionário no seu total apresenta uma média de 66,93 ($DP = 14,64$). O AQ apresenta um máximo de respostas de 145 e conseqüentemente com um ponto médio de 72,5, no caso da amostra recolhida o máximo recolhido foi de 116 e o mínimo de 29 e a média um pouco abaixo da esperada.

Tabela 7.
Análise descritiva da escala total do AQ

Escala	N	Número de Itens	Média	Desvio-Padrão	Mínimo	Máximo
AQ	174	29	66.93	14.64	29	116

Analisando os itens do Questionário de Agressão no total, a média apresentada foi de 2.31 que equivale a resposta “raro em mim”, a nível da subescala de agressão física a média foi de 2.15, no que concerne à subescala agressão verbal teve uma média de 2.71, na subescala da raiva a média foi de 2.26, terminando com a subescala da hostilidade com uma média de 2.28. A subescala de agressão verbal é a única que corresponde ao item de resposta “por vezes acontece comigo”.

Tabela 8.
Análise descritiva das subescalas do AQ

Subescala	Número de Itens	Média	Desvio-Padrão	Média das respostas
Agressão Física	9	19.34	5.49	2.15
Agressão Verbal	5	13.55	3.06	2.71
Raiva	7	15.82	4.06	2.26
Hostilidade	8	18.22	5.94	2.28

Ao analisar o padrão de resposta dos indivíduos foi perceptível que as três primeiras respostas foram as mais utilizadas, sendo que 34.1% dos sujeitos respondeu “muito raro em mim”, 24.5% respondeu “raro em mim” e 23.3% respondeu “por vezes acontece comigo”, deixando as outras respostas com 12.3%, “frequente em mim” e 5.7% “muito frequente em mim”.

Tabela 9.
Análise de frequências de respostas do AQ

Escala	Respostas	Frequência Relativa (%)
AQ	“Muito raro em mim”	34.1
	“Raro em mim”	24.5
	“Por vezes acontece comigo”	23.3
	“Frequente em mim”	12.3
	“Muito frequente em mim”	5.7

Alguns itens apresentam uma média mais elevada, sendo esses os itens que apresentavam atitudes que os sujeitos frequentemente utilizavam, o item 10 “quando não estou de acordo com os meus amigos, digo-lhes abertamente”, o item com a média mais elevada ($M = 3.78$)

que equivale à resposta “frequente em mim”, ou seja, de 37.4% dos sujeitos. Cerca 28.2% respondeu “muito frequente em mim” e 23.6% respondeu “por vezes acontece comigo”, apenas 6.3% afirmou ser “raro em mim” e 4.6% “muito raro em mim”. O item 18, “sou uma pessoa extremamente calma”, apresentou a segunda maior média 3.59, correspondendo às respostas “por vezes acontece comigo” (20.1%) e “frequente em mim” (35.6%). Nas restantes respostas 24.7% afirmou ser “muito frequente em mim”, 13.2% ser “raro em mim” e 6.3% “muito raro em mim”.

O terceiro item com a média mais alta é o item 12, “quando as pessoas me irritam, chego a dizer-lhes o que penso delas”, a média é de 3.05 sendo correspondente a resposta “por vezes acontece comigo” (39.1%), sendo que 26.4% respondeu “raro em mim”, 24.1% “frequente em mim”, 6.9% que era “muito frequente em mim” e 3.4% “muito raro em mim”. O item 7, “não consigo encontrar nenhuma boa razão para bater em alguém”, apresenta uma média de 3.03 (16.7% respondeu “muito raro em mim”, 23.6% “raro em mim”, 17.2% “por vezes acontece comigo”, 25.3% “frequente em mim”, 17.2% “muito frequente em mim”).

Os itens que apresentavam as médias mais baixas, demonstram atitudes que os sujeitos consideram raras em si. O item com a média mais alta é o item 4, “meto-me em brigas mais vezes que a maioria das pessoas” apresentando uma média de 1.36, sendo que 78.7% respondeu “muito raro em mim”, 9.8% “raro em mim” e 9.2% “por vezes acontece comigo”, a percentagem para ambas as respostas “frequente em mim” e “muito frequente em mim” foi 1.1%.

Seguidamente, encontra-se o item 20, “alguns dos meus amigos pensam que sou conflituoso”, com uma média de 1.41, que corresponde à resposta “muito raro em mim” (71.8%), cerca de 18.4% afirmou ser “raro em mim” e 6.9% que “por vezes acontece comigo”. Com uma média de 1.52 está o item 19, “perco o controlo sem razão alguma”, em que 62.6% respondeu “muito raro em mim”, 25.3% “raro em mim” e 9.8% “por vezes acontece comigo”.

O item 1 ($M = 1.56$), “não consigo controlar a vontade de bater noutra pessoa”, encontra-se entre as respostas “muito raro em mim” (67.8%) e “raro em mim” (18.7%). Apenas 8% declarou “por vezes acontece comigo”, 4% ser “frequente em mim” e 1.1% ser “muito frequente em mim”. Os restantes itens da escala apresentam médias mais próximas à média da escala total.

Tabela 10.
Análise descritiva dos itens do AQ (N = 174)

Itens	N	Média das Respostas	Desvio-Padrão
Item 1	174	1.55	.965
Item 2	174	1.98	.959
Item 3	174	2.83	1.265
Item 4	174	1.36	.791
Item 5	174	2.49	1.181

Item 6	174	2.05	1.074
Item 7	174	3.03	1.362
Item 8	174	1.87	.991
Item 9	174	2.18	1.133
Item 10	174	3.78	1.069
Item 11	174	2.76	1.012
Item 12	174	3.05	.961
Item 13	174	2.36	.949
Item 14	174	1.60	.905
Item 15	174	2.41	1.198
Item 16	174	2.71	1.026
Item 17	174	2.17	1.236
Item 18	174	3.59	1.178
Item 19	174	1.52	.788
Item 20	174	1.41	.769
Item 21	174	2.01	1.051
Item 22	174	1.84	.999
Item 23	174	2.02	.959
Item 24	174	2.13	.968
Item 25	174	2.06	1.035
Item 26	174	2.52	1.201
Item 27	174	2.86	1.275
Item 28	174	2.12	1.071
Item 29	174	2.67	1.184

Tendo em conta que a escala avalia comportamentos agressivos, é notório o afastamento de respostas que impliquem algum tipo de agressão por parte dos indivíduos.

3.2. Estatística inferencial

Finalizada a análise da estatística descritiva, a próxima fase passa por apresentar a estatística inferencial das variáveis, que tem como objetivo descobrir se existe, ou não, uma relação entre as mesmas. Deste modo, assim como referido nas hipóteses, primeiramente iremos explorar a relação entre as escalas estudadas e as variáveis sociodemográficas. Este estudo será iniciado pela análise da Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) e, seguidamente, pelo Questionário de Agressão (AQ).

3.2.1. Satisfação com a Vida

Para melhor compreensão dos resultados, estes serão apresentados pela ordem das hipóteses iniciais, lado a lado com o teste específico e valores finais resultantes do mesmo.

Hipótese 1: Os homens apresentam uma maior satisfação com a vida quando comparados com as mulheres.

Tabela 11.*Teste-t para amostras independentes para a SWLS e Variável Gênero*

Escala	Gênero	Média	Desvio-Padrão	Prob.-t
SWLS	Masculino	18.202	4.21	.014*
	Feminino	18.575	3.14	

* $p < .05$

Através dos resultados obtidos no teste-t de *Student* para amostras independentes, é possível afirmar que existem diferenças estatisticamente significativas entre a satisfação com a vida e a variável gênero, mais especificamente entre o gênero masculino e feminino, pois $p < .05$ ($p = .014$). No entanto, ao avaliar a média e desvio-padrão entre os homens e as mulheres, estas apresentaram uma maior média ($M = 18.575$, $DP = 3.14$), que os homens ($M = 18.202$, $DP = 4.21$), diferenciando do resultado esperado inicialmente.

Hipótese 2: Os indivíduos mais velhos apresentam uma maior satisfação com a vida quando comparados com os mais novos.

Tabela 12.*Teste-t para amostras independentes para a SWLS e Variável Idade*

Escala	Idade	Média	Desvio-Padrão	Prob.-t
SWLS	≥ 21	18.230	3.79	.398
	< 21	18.345	4.19	

Os resultados obtidos demonstravam uma ligeira diferença entre os indivíduos mais velhos ($M = 18.345$, $DP = 4.19$) e os indivíduos mais novos ($M = 18.230$, $DP = 3.79$). Porém, o resultado do teste-t demonstrou que não existiam diferenças estatisticamente significativas entre as idades ($p = .398$, $p > .05$).

Hipótese 3: Os indivíduos que se encontram numa relação íntima apresentam uma maior satisfação com a vida quando comparados com os indivíduos que não se encontram numa relação.

Tabela 13.*Teste-t para amostras independentes para a SWLS e Variável Relacionamento íntimo*

Escala	Existência de Relacionamento	Média	Desvio-Padrão	Prob.-t
SWLS	Não	17.563	3.67	.541
	Sim	19.012	4.14	

Os resultados do teste demonstram uma diferença de valores, entre os indivíduos que não se encontravam num relacionamento íntimo ($M = 17.563$, $DP = 3.67$) e os indivíduos que se encontravam num relacionamento íntimo ($M = 19.012$, $DP = 4.14$). Contudo, a análise da probabilidade não apresentou diferenças estatisticamente significativas ($p = .541$, $p > .05$).

Hipótese 4: Os indivíduos cujos pais se encontram casados ou em união de facto apresentam uma maior satisfação com a vida quando comparados com os indivíduos que os pais se encontram divorciados.

Tabela 14.

Análise de Variância unidirecional para a SWLS e Variável Relacionamento dos Pais

Escala	Relacionamento dos pais	M	DP	ANOVA	
				Z	Sig.
SWLS	Casados	18.188	3.87	.313	.869
	União de facto	20.333	4.16		
	Divorciados	18.594	4.38		
	Outra situação	18,000	4.90		

Foi realizada a Análise de Variância Unidirecional (ANOVA), que revelou a inexistência de diferenças estatisticamente significativas entre o relacionamento dos pais e a satisfação com a vida do sujeito ($p < .05$, $p = .869$).

No entanto, ao observar a tabela 14, é possível compreender que os pais em união de facto ($M = 20.333$, $DP = 4.16$) apresentam valores ligeiramente superiores aos pais divorciados ($M = 18.594$, $DP = 4.38$), que por sua vez apresentam valores ligeiramente superiores aos pais casados ($M = 18.188$, $DP = 3.87$) e os pais que se encontram em outra situação ($M = 18.000$, $DP = 4.90$).

3.2.2. Agressão

As seguintes hipóteses relacionam o Questionário de Agressão e as suas subescalas, com as variáveis sociodemográficas escolhidas para o estudo.

Hipótese 5: Os homens apresentam um nível de agressão mais elevado quando comparados com as mulheres.

Tabela 15.

Teste-t para amostras independentes para o AQ e Variável Género

Escala	Género	Média	Desvio-Padrão	Prob.-t
AQ	Masculino	67.575	14.67	.295
	Feminino	64.750	14.48	

Ao analisar a tabela 15, é possível observar a existência de uma ligeira diferença entre o género masculino ($M = 67.575$, $DP = 14.67$) e o género feminino ($M = 64.750$, $DP = 14.48$), no que concerne à agressão como um todo. Todavia, o teste realizado, demonstrou que não existe uma diferença estatisticamente significativa entre a escala e a variável ($p < .05$, $p = .295$).

Hipótese 6: Indivíduos do sexo masculino apresentarão um nível de agressão física e de raiva maior e um nível de agressão verbal e de hostilidade menor, quando comparados com os indivíduos do sexo feminino.

Tabela 16.

Teste-t para amostras independentes para as subescalas do AQ e Variável Género

Subescala	Género	Média	Desvio-Padrão	Prob.-t
Agressão Física	Masculino	20.082	5.39	.497
	Feminino	16.850	5.16	
Agressão Verbal	Masculino	13.582	2.93	.399
	Feminino	13.425	3.52	
Raiva	Masculino	15.918	3.84	.146
	Feminino	15.500	4.76	
Hostilidade	Masculino	17.993	6.06	.304
	Feminino	18.975	5.53	

As subescalas da agressão apresentaram valores diferentes entre si quando utilizado o teste-t, na agressão física os homens ($M = 20.082$, $DP = 5.39$) apresentam valores superiores as mulheres ($M = 16.850$, $DP = 5.16$), o mesmo sucede na agressão verbal onde o sexo masculino apresenta uma média de 13.582 ($DP = 2.93$) e o sexo feminino uma média de 13.425 ($DP = 3.52$), e na subescala raiva os homens apresentam uma média de 15.918 ($DP = 3.84$) e as mulheres de 15.500 ($DP = 4.76$). Apenas a subescala hostilidade apresenta valores contrários, onde o sexo feminino apresenta valores ligeiramente superiores ($M = 18.975$, $DP = 5.53$) ao sexo masculino ($M = 17.993$, $DP = 6.06$). Contudo, os valores da probabilidade não apresentam níveis de significância.

Hipótese 7: Indivíduos mais novos apresentam um nível de agressão mais elevado quando comparados com os indivíduos mais velhos.

Tabela 17.

Teste-t para amostras independentes para AQ e Variável Idade

Escala	Idade	Média	Desvio-Padrão	Prob.-t
AQ	≥ 21	67.368	14.83	.517
	< 21	66.483	14.51	

Na tabela 17, é possível observar que sujeitos com idades inferiores e iguais a 21 anos, apresentam uma média de 67.368 ($DP = 14.83$), sendo ligeiramente superior aos indivíduos com idades superiores aos 21 anos, apresentando uma média de 66.483 ($DP = 14.51$). Contudo, o teste revela que não existem diferenças estatisticamente significativas no que concerne à variável agressão e a variável idade ($p < .05$, $p = .517$).

Hipótese 8: Indivíduos mais novos apresentarão um nível de agressão física e de raiva maior e um nível de agressão verbal e de hostilidade menor, quando comparados com os indivíduos mais velhos.

Tabela 18.*Teste-t para amostras independentes para as subescalas do AQ e Variável Idade*

Subescala	Idade	Média	Desvio-Padrão	Prob.-t
Agressão Física	>=21	19.644	5.20	.478
	<21	19.035	5.79	
Agressão Verbal	>=21	13.448	2.96	.620
	<21	13.644	3.18	
Raiva	>=21	16.069	4.16	.754
	<21	15.575	3.96	
Hostilidade	>=21	18.207	6.20	.418
	<21	18.230	5.71	

Após a divisão das idades foi possível notar que as subescalas da agressão apresentaram valores diferentes entre si. A agressão física e a raiva apresentam médias mais elevadas nos sujeitos com idades inferiores ou iguais aos 21 anos ($M = 19.644$, $DP = 5.20$; $M = 16.069$, $DP = 4.16$), do que em sujeitos com idades superiores aos 21 anos ($M = 19.035$, $DP = 5.79$; $M = 15.575$, $DP = 3.96$). A agressão verbal e a hostilidade apresentam médias mais elevadas nos sujeitos com idades superiores aos 21 anos ($M = 13.644$, $DP = 3.18$; $M = 18.230$, $DP = 5.71$), do que sujeitos com idades inferiores ou iguais aos 21 anos ($M = 13.448$, $DP = 2.96$; $M = 18.207$, $DP = 6.20$). No entanto, as probabilidades resultantes do teste-t não demonstraram nenhuma significância ($p > .05$).

Hipótese 9: Indivíduos que não se encontram numa relação íntima apresentam um nível de agressão mais elevado quando comparados com os indivíduos que se encontram nesse tipo de relação.

Tabela 19.*Teste-t para amostras independentes para o AQ e Variável Relacionamento Intimo*

Escala	Existência de Relacionamento	Média	Desvio-Padrão	Prob.-t
AQ	Não	68.363	15.07	.515
	Sim	66.448	14.27	

Sendo o nível de significância $p = .515$, é possível afirmar que não existem diferenças estatisticamente significativas entre a escala da agressão e a variável relacionamento íntimo. Contudo, os indivíduos que não se encontram num relacionamento apresentam uma média maior ($M = 68.363$, $DP = 15.07$) que os indivíduos que se encontram num relacionamento ($M = 66.448$, $DP = 14.27$).

Hipótese 10: Indivíduos que não se encontram numa relação íntima apresentarão um nível de agressão física e de raiva maior e um nível de agressão verbal e de hostilidade menor, quando comparados com os indivíduos que se encontram nesse tipo de relação.

Tabela 20.

Teste-t para amostras independentes para as subescalas do AQ e Variável Relacionamento íntimo

Subescala	Existência de Relacionamento	Média	Desvio-Padrão	Prob.-t
Agressão Física	Não	19.688	5.86	.503
	Sim	19.092	5.23	
Agressão Verbal	Não	13.425	3.03	.997
	Sim	13.644	3.10	
Raiva	Não	16.275	4.01	.644
	Sim	15.667	4.06	
Hostilidade	Não	18.975	6.20	.076
	Sim	18.046	5.52	

Na tabela 20 é possível observar que a subescala da agressão física apresenta uma maior média para as pessoas que não se encontram num relacionamento íntimo ($M = 19.688$, $DP = 5.86$), quando comparado com os indivíduos que se encontram num relacionamento íntimo ($M = 19.092$, $DP = 5.23$). Na subescala da raiva, os sujeitos que não se encontravam numa relação ($M = 16.275$, $DP = 4.01$), apresentam resultados ligeiramente superiores aos que se encontram numa relação ($M = 15.667$, $DP = 4.06$). O mesmo se sucede com a subescala hostilidade, sendo a média dos indivíduos que responderam “não” 18.975 ($DP = 6.20$) e dos indivíduos que responderam “sim” de 18.046 ($DP = 5.52$). Apenas a subescala agressão verbal apresenta valores contrários sendo que os sujeitos que responderam que se encontravam num relacionamento íntimo ($M = 13.644$, $DP = 3.10$) apresenta valores superiores que os sujeitos que não se encontram numa relação ($M = 13.425$, $DP = 3.03$). Todavia, o teste realizado apresentou que as diferenças existentes não são estatisticamente significativas ($p > .05$, $p = .503$; $p = .997$; $p = .644$; $p = .076$).

Hipótese 11: Indivíduos cujos pais se encontram divorciados apresentam um nível de agressão mais elevado quando comparados com os indivíduos cujos pais se encontram casados ou em união de facto.

Tabela 21.

Análise de Variância unidirecional para o AQ e Variável Relacionamento dos Pais

Escala	Relacionamento dos pais	M	DP	ANOVA	
				Z	Sig.
AQ	Casados	68.117	15.11	.781	.539.
	União de facto	72.333	3.79		
	Divorciados	64.219	13.19		
	Outra situação	60.500	15.20		

Foi realizada a Análise de Variância Unidirecional (ANOVA), que revelou a inexistência de diferenças estatisticamente significativas entre o relacionamento dos pais e a agressão ($p > .05$, $p = .539$).

Todavia, é possível observar na tabela 21, que os pais em união de facto e os pais casados apresentam médias mais elevadas ($M = 72.333$, $DP = 3.79$; $M = 68.117$, $DP = 15.11$), dos que os pais divorciados e em outra situação ($M = 64.219$, $DP = 13.19$; $M = 60.500$, $DP = 15.20$).

Hipótese 12: Indivíduos cujos pais se encontram divorciados apresentarão um nível de agressão física e de raiva maior e um nível de agressão verbal e de hostilidade menor, quando comparados com os indivíduos cujos pais se encontram casados ou em união de facto.

Tabela 22.

Análise de Variância unidirecional para o AQ e Variável Relacionamento dos pais

Subescala	Relacionamento dos pais	M	DP	ANOVA	
				Z	Sig.
Agressão Física	Casados	19.453	5.77	.662	.619
	União de facto	20.333	1.53		
	Divorciados	19.375	4.77		
	Outra situação	18.000	4.55		
Agressão Verbal	Casados	13.672	3.12	.662	.619
	União de facto	15.000	.00		
	Divorciados	13.094	2.73		
	Outra situação	12.000	4.24		
Raiva	Casados	16.141	4.17	1.05	.385
	União de facto	17.667	1.16		
	Divorciados	14.906	3.70		
	Outra situação	15.000	2.94		
Hostilidade	Casados	18.852	5.82	1.73	.149
	União de facto	19.333	4.73		
	Divorciados	16.844	5.65		
	Outra situação	15.500	7.33		

Na tabela 21, podemos verificar que os pais em união de facto apresentam uma média mais elevada em todas as subescalas analisadas ($M = 20.333$, $DP = 1.53$; $M = 15.000$, $DP = .00$; 17.667 , $DP = 1.16$; $M = 19.333$, $DP = 4.73$), seguida dos pais casados ($M = 19.453$, $DP = 5.77$; $M = 13.672$, $DP = 3.12$; $M = 16.141$, $DP = 4.17$; $M = 18.852$, $DP = 5.82$). Sendo as médias mais baixas dos pais divorciados ($M = 19.375$, $DP = 4.77$; $M = 13.094$, $DP = 2.73$; $M = 14.906$, $DP = 3.70$; $M = 16.844$, $DP = 5.65$) e dos pais em outra situação ($M = 18.000$, $DP = 4.55$; $M = 12.000$, $DP = 4.24$; $M = 15.000$, $DP = 2.94$; $M = 15.500$, $DP = 7.33$).

Contudo, a Análise de Variância Unidirecional (ANOVA), que revelou a inexistência de diferenças estatisticamente significativas entre o relacionamento dos pais e a subescala da agressão física ($p = .619$), assim como com a subescala da agressão verbal ($p = .619$), a subescala da raiva ($p = .385$) e a subescala da hostilidade ($p = .149$).

3.2.3. Relação entre a satisfação com a vida e a agressão

Este ponto foca-se em entender se existe ou não uma relação entre a satisfação com a vida e a agressão, a sua análise será realizada através do coeficiente de Correlação de *Pearson*.

Hipótese 13: é esperada uma associação negativa, estatisticamente significativa entre a variável satisfação com a vida e a variável agressão, sendo que os indivíduos que apresentam pontuações mais elevadas no Questionário das Agressão e respectivas subescalas, apresentam pontuações mais baixas na Escala de Satisfação com a Vida.

Tabela 23.

Coeficiente de Correlação de Pearson para a análise da associação entre a satisfação com a vida e a agressão

AQ	SWLS
	Coef. de Correlação
	-.428**

**A correlação é significativa no nível 0.01

De acordo com a tabela 22, é possível observar a existência de uma correlação negativa e estatisticamente significativa, entre a satisfação com a vida e a agressão, sendo o coeficiente de correlação -0.428 ($p < .01$), tornando possível afirmar que existe uma associação negativa moderada entre estas duas variáveis.

Tabela 24.

Coeficiente de Correlação de Pearson para a análise da associação entre a satisfação com a vida e as subescalas da agressão

Subescalas	SWLS
	Coef. de Correlação
Agressão Física	-.289**
Agressão Verbal	-.133
Raiva	-.388**
Hostilidade	-.425**

**A correlação é significativa no nível 0.01 ($p \leq .01$)

Na tabela 23, encontram-se os resultados das correlações entre a satisfação com a vida e a agressão, onde é possível verificar a existência de uma correlação negativa entre a satisfação com a vida e a subescala agressão verbal ($r = -.289$, $p < .01$), assim como com a subescala raiva ($r = -.388$, $p < .01$) e a subescala hostilidade ($r = -.425$, $p < .01$). Contudo, a subescala da agressão verbal não apresenta uma correlação com a satisfação com a vida ($r = -.133$).

Ao avaliar os resultados como um todo é possível afirmar que existe uma associação negativa entre a satisfação com a vida e a agressão, assim como para a maioria das suas subescalas.

3.2.4. Modelo de Regressão Linear Simples

Para se obter resultados mais robustos para a análise da relação entre a satisfação com a vida e a agressão, irá realizar-se um Modelo de Regressão Linear Simples. Este modelo irá ter a forma da equação reduzida da reta ($Y = mX + b$), onde o Y irá ser a variável dependente e X a variável independente:

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X + \varepsilon \quad (1)$$

Consoante o modelo, os betas (β) são chamados coeficientes de regressão e ε representa os erros ou resíduos do modelo, ou seja, a diferença entre o valor esperado e o observado. β_0 é a ordenada na origem (constante), se o valor de β_1 for zero. β_1 representa a variação de Y por unidade de variação de X (Maroco, 2007).

Consoante a literatura inicial, a variável independente escolhida foi a satisfação com a vida (X) e a variável dependente a agressão (Y). Foi então gerada a regressão linear no programa de SPSS, com os seguintes *outputs*:

Tabela 25.

Coefficientes e estatísticas do Modelo de regressão linear simples entre a satisfação com a vida e a agressão

Variável Independente	Coefficiente (β)	Probabilidade (p)
Constante	95.654	.000
SWLS	-1.571	.000

R²=.183
p-value ANOVA = .000

Variável Dependente: Agressão

Os resultados do modelo de regressão linear simples possibilitaram a construção de uma equação explicativa, baseada na equação 1, tal como:

$$Y = 95.654 + (- 1.571)X + \varepsilon \quad (2)$$

Simplificando,

$$Y = 95.654 - 1.571X + \varepsilon \quad (3)$$

Deste modo, ao avaliar a equação 3, podemos observar que o aumento de 1 nível da satisfação com a vida leva à diminuição de 1.571 da agressão, em termos absolutos. A robustez destes valores baseia-se no nível de significância que ambas as variáveis, constante e satisfação com a vida, apresentam ($p = .000$, $p < .05$), afirmando a importância das mesmas para a explicação da equação e modelo.

A regressão apresenta um coeficiente de determinação (R^2) no valor de .183, o que indica que 18.3% da agressão (variável dependente) é explicada pela satisfação com a vida (variável independente). O coeficiente de determinação reflete a capacidade explicativa do modelo, compreendido entre 0 e 1, o que significa que quanto mais próximo do valor 1 mais explicativo será (Marôco, 2007).

O teste ANOVA permite testar a hipótese nula, que afirma que os coeficientes apresentam um valor igual a zero ($H_0: \beta_1=\beta_2=\dots=\beta_p=0$). Deste modo, tornou-se possível verificar que neste estudo, os coeficientes não apresentam valores iguais a zero, rejeitando a hipótese nula ($p = .000$, $p < .05$). Com isto, podemos afirmar que a variável independente exerce uma influência na variável dependente, para um nível de significância de 5% (Marôco, 2007).

O modelo da regressão linear simples permitiu concluir que a satisfação com a vida se encontra associada à diminuição da agressão, demonstrando-se relevante para a mesma, ainda que moderadamente.

Capítulo IV: Discussão dos Resultados

A última etapa deste estudo passa por uma discussão dos resultados obtidos e um confronto dos mesmos com a literatura revista. Inicialmente, foi realizada uma avaliação das variáveis satisfação com a vida e agressão, separadamente, com algumas variáveis sociodemográficas selecionadas, pertinentes para o seu estudo, criando hipóteses específicas sobre as mesmas.

Primeiramente foi explorada a variável satisfação com a vida, onde foi possível identificar valores de satisfação ligeiramente acima da média por parte da amostra, apresentando uma média de 18.29, com um ponto médio 15.

Contudo, mesmo a avaliar a sua vida como algo positivo, as respostas mais baixas foram dadas a perguntas que exploravam a possibilidade de uma mudança na sua vida, “A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu queria que ela fosse” e “Se pudesse recomeçar a minha vida, não mudaria quase nada”. Estes resultados revelam que, mesmo avaliando a sua vida como positiva, os sujeitos consideram que existe sempre espaço para uma melhoria e mudança no futuro.

Terminando a avaliação geral da satisfação com a vida, deu-se início a uma avaliação pormenorizada da mesma, com hipóteses específicas. Em primeiro lugar, foram escolhidas consoante a literatura, as variáveis sociodemográficas, escolhendo quais poderiam ter uma maior influência na escala. Em seguida, foram escolhidas a variável género, idade, relacionamento íntimo e relacionamento dos pais.

De acordo com a literatura encontrada, quando explorada a variável género, era esperado que indivíduos do sexo masculino apresentassem uma maior satisfação com a vida, graças às suas características masculinas e ao preenchimento do papel esperado pela sociedade, separando os comportamentos esperados por ambos os géneros (Matud et al., 2014). A maioria das pesquisas realizadas, afirmavam que as mulheres apresentavam uma menor autoestima e satisfação com a vida (Diener & Diener, 1995). No entanto, quando analisada a variável, no presente estudo, os resultados que apareceram foram o contrário do esperado, tendo o género feminino apresentado uma maior satisfação com a vida, rejeitando a hipótese esperada. Esta mudança poderá estar relacionada com a mudança dos tempos e pensamentos, assim como uma diminuição da obrigação de seguir os comportamentos e papéis esperados pela sociedade.

A segunda variável explorada foi a idade, esta foi escolhida porque a amostra estudada encontra-se numa fase de vida muito importante, a sair da adolescência e a iniciar a idade adulta. Os jovens adultos experienciam muitas mudanças, na sua forma de viver e nos seus

valores, abrangendo vários fatores da sua vida como as suas relações íntimas, satisfação académica e ocupacional e, também, o seu *status* económico. Esta instabilidade leva a uma diminuição da satisfação com a vida, até que encontrem um equilíbrio enquanto adultos (Çakar, 2012). Deste modo foi proposta a hipótese 2, que indivíduos mais velhos apresentassem uma maior satisfação com a vida. Todavia este resultado não foi o previsto, pois ainda que indivíduos mais velhos ($M = 18.345$, $DP = 4.19$) apresentassem valores ligeiramente superiores quando comparados aos mais novos ($M = 18.230$, $DP = 3.79$), o teste utilizado afirmou não existir qualquer diferença estatisticamente significativa. Contudo, esta situação poderá ter ocorrido, pois a amostra estudada apresentava idades muito próximas, sendo o seu intervalo dos 18 anos aos 24 anos.

Vimos referida em alguns artigos, a existência de uma ligação entre a satisfação com a vida e relacionamentos íntimos, pois estes tendem a estar relacionados com a intimidade, paixão e compromisso (Ali & Chamorro-Premuzic, 2010), assim como com a felicidade e a saúde (Arrindell & Luteijn, 2000). Despertada a curiosidade, foi então criada a hipótese 3, que explorava o aumento da satisfação com a vida em sujeitos que se encontrassem numa relação íntima. Contudo, ao realizar o teste não foi descoberta nenhuma diferença estatisticamente significativa, apesar dos valores serem ligeiramente superiores em indivíduos que se encontram num relacionamento íntimo.

Outra variável considerada pertinente foi o relacionamento dos pais, com o aumento de divórcios, começou a existir uma preocupação dos efeitos a longo prazo que estes poderiam ter nos filhos de indivíduos separados, sendo que alguns estudos afirmam que esta separação poderá levar a problemas futuros, principalmente se o divórcio tiver acontecido na fase da adolescência, podendo comprometer todos os aspetos da sua vida adulta, comprometendo assim, a sua satisfação com a vida (Louis & Zhao, 2002). A hipótese 4 foi criada para explorar este aspeto, esta dividiu a relação dos pais não só em casados e divorciados, mas também em união de facto e outra situação (ex. viúvo). Ao realizar a Análise da Variância Unidirecional, foi revelada a inexistência de uma diferença estatisticamente significativa, no entanto os filhos de pais em união de facto e divorciados apresentam valores ligeiramente superiores a nível da sua satisfação com a vida, em relação aos filhos de pais casados e aos filhos de pais que se encontram em outra situação.

A nível da variável agressão, as variáveis sociodemográficas utilizadas foram iguais às da satisfação com a vida (género, idade, relacionamento íntimo e relacionamento dos pais), mas foram relacionadas não só com a variável agressão no seu total, assim como com as suas subescalas, agressão física, agressão verbal, raiva e hostilidade.

A hipótese 5 relacionava a agressão com a variável género. Na literatura existente, é defendido que os homens apresentam um grau de agressão mais elevado que as mulheres, e que essa diferença encontra-se bem delimitada (Simões, 1993). Outros estudos afirmam que

as mulheres, também são agressivas, mas utilizam outras formas mais subtis de agressão, como a agressão relacional (Werner & Crick, 1999). No entanto, no presente estudo, não existiram nenhuma diferença estatisticamente significativa que consolidasse essa ideia. Todavia, o género masculino apresentava uma média de 67.575 ($DP = 14.67$) e o feminino uma média de 64.750 ($DP = 14.48$), no questionário da agressão. Quando avaliadas as subescalas uma por uma, obteve-se a mesma escassez de diferenças estatisticamente significativas, não aceitando a hipótese proposta, sendo que o nível de agressão física e a raiva não se demonstrava maior para o sexo masculino, assim como a agressão verbal e a hostilidade no que concerne ao sexo feminino.

A segunda variável analisada na agressão e as suas subescalas foi a idade. Tendencialmente, indivíduos durante a adolescência apresentam um maior nível de agressão, assim como o impacto destes comportamentos aumenta (Loeber & Hay, 1997). Foi então dividida a amostra em indivíduos mais velhos (>21) e em indivíduos mais novos (≤ 21), esperando que, tanto na agressão total como nas suas subescalas, os indivíduos mais velhos, apresentassem níveis de agressão menores (hipótese 7 e 8). Os resultados do presente estudo, demonstram uma média mais elevada para os indivíduos mais novos, indicando assim uma maior agressão, mas a nível da probabilidade não existiu nenhuma significância, o que nos leva a afirmar que a agressão não se encontra diretamente ligada com a idade, neste estudo.

A variável seguinte não apresentava nenhum estudo ou literatura que consolidasse a sua ligação com a variável agressão, no entanto achou-se interessante e pertinente analisar os resultados que poderiam aparecer. As hipóteses 9 e 10 analisam se existem diferenças estatisticamente significativas entre a agressão e suas subescalas e a existência ou não de um relacionamento íntimo. Não obstante, a probabilidade retirada do teste-t não demonstrou nenhuma significância estatística entre as variáveis, o que permite concluir que o facto de um indivíduo se encontrar num relacionamento não interfere com o seu nível de agressão.

É referido que crianças que passam por um processo de divórcio experienciam sentimentos de raiva, originando muitas vezes comportamentos agressivos (Spigelman, Spigelman & Engleson, 1991), e que apresentam mais problemas académicos, psicológicos, sociais e comportamentais, quando comparados a filhos de pais que se mantêm juntos (Amato, Loomis & Booth, 1995). Em 2012, Çakar afirmou que a satisfação com a vida se encontra diretamente ligada a comportamentos de risco, sendo um deles a agressão e violência. Deste modo, foram criadas duas hipóteses (11 e 12), que exprimissem a ligação entre a agressão e as suas respetivas subescalas, e o relacionamento dos pais. Quando analisada como um todo, a média mais alta foi dos pais em união de facto ($M = 72.333$, $DP = 3.79$), seguida dos pais casados ($M = 68.117$, $DP = 15.11$), sendo que os pais divorciados apresentavam uma média menor ($M = 64.219$, $DP = 13.19$), contudo não existem diferenças estatisticamente significativas para estas variáveis, rejeitando as duas hipóteses propostas.

O grande objetivo deste estudo passa por descobrir se existia, ou não, uma relação entre a variável satisfação com a vida e a agressão. Ao realizar a revisão de literatura, apenas um estudo relacionou diretamente a satisfação com a vida e comportamentos de risco, neste caso a agressão e violência. Mas ao ler separadamente as variáveis e analisando detalhadamente cada uma, é possível compreender que alguns sintomas psicopatológicos, como o *stress*, ansiedade, depressão, baixa eficácia e solidão, aparecem na baixa satisfação com a vida e na agressão, tornando possível dizer que a satisfação com a vida se encontra negativamente associada com a agressão. Foi então criada a hipótese de que “exista uma associação negativa, estatisticamente significativa entre variável satisfação com a vida e a variável agressão, sendo esperado que os indivíduos que apresentam pontuações mais elevadas no Questionário das Agressões e respectivas subescalas, apresentem pontuações mais baixas na Escala de Satisfação com a vida.”

Deste modo, foi utilizado o Coeficiente de Correlação de *Pearson*, para averiguar se existia ou não uma associação significativa entre estas duas variáveis, avaliando ao mesmo tempo a sua direção e magnitude (Martins, 2011). Os resultados obtidos apresentaram um coeficiente de correlação de -0.428 , para o nível de significância de 0.01 , o que leva a afirmar que existe uma associação negativa moderada entre a satisfação com a vida e a agressão. Deste modo, é possível concluir que indivíduos com pontuações elevadas no Questionário da Agressão apresentam pontuações baixas na Escala de Satisfação com a vida.

Para as subescalas da agressão, também foi utilizado o Coeficiente de Correlação de *Pearson*, de modo a avaliar se existe, ou não, uma associação negativa entre as mesmas e a satisfação com a vida. A subescala da agressão física apresentou um coeficiente de correlação de -0.289 , com um nível de significância de 0.01 , o mesmo de sucede para a subescala da raiva, com um coeficiente de correlação de -0.388 , e para a escala da hostilidade, que apresenta um coeficiente de correlação de -0.425 . Tornando possível afirmar que, indivíduos que apresentam pontuações mais altas na Escala de satisfação com a vida, apresentam pontuação mais baixas na subescala da agressão física, na subescala da raiva e na subescala da hostilidade. A subescala da agressão verbal não apresentou um nível de significância para com a escala de satisfação com a vida, mas apresenta um resultado negativo.

O Coeficiente de Correlação de *Pearson*, permitiu descobrir a associação que existia nas variáveis e a sua direção. É possível dizer que um indivíduo que apresente uma boa satisfação com a vida será um indivíduo menos agressivo e que um indivíduo com uma baixa autoestima será um indivíduo mais agressivo, o que vai de encontro com a literatura existente e referida inicialmente.

De modo a obter uma maior robustez dos resultados, foi realizado o Modelo de Regressão Linear Simples, este tem como propósito dar uma relação quantitativa às variáveis, que tornou mais evidente a associação negativa das duas variáveis. Os resultados permitiram tirar

duas conclusões pertinentes, que a satisfação com a vida possui um efeito significativo e negativo sobre a agressão, ou seja, por cada unidade aumentada na satisfação com vida, a agressão baixa 1.571 do seu valor. Foi possível concluir, também, que a capacidade explicativa do modelo foi de 18.3%, isto é, a satisfação com a vida explica apenas 18.3% dos resultados do nível de agressão.

Conclusão

Finalizado o presente estudo é possível retirar do mesmom, algumas conclusões pertinentes e que vão de encontro ao seu objetivo principal, mostrar se existe uma associação negativa entre a satisfação com a vida e a agressão. A importância desta pesquisa foi estimulada pela escassez de estudos relevantes acerca desta associação, contribuindo assim para uma literatura pouco vasta. Todavia, quando analisadas em separado, as duas variáveis apresentam inúmeros estudos sobre as suas características.

A satisfação com a vida foi a primeira variável a ser aprofundada, é uma variável muito estudada no que concerne à psicológica positiva e a psicologia social. Os participantes neste estudo, encontram-se numa idade que é acompanhada por mudanças nos seus valores e estilo de vida, o que torna pertinente que os resultados obtidos mostrem que esta população se encontre ligeiramente satisfeita com a sua vida.

A agressão é uma variável igualmente muito estudada, graças a curiosidade que levanta, tendo em conta as suas consequências negativas, o que leva muitos pesquisadores à procura do porquê destes comportamentos. Neste estudo, os participantes apresentaram um nível de agressão abaixo da média, o que foi interessante de observar na perspectiva de a adolescência e o início da idade adulta serem consideradas as fases de vida em que o individuo é mais agressivo.

A ligação presumida inicialmente entre estas duas variáveis mostrou-se verdadeira, apresentando assim uma associação negativa entre as duas. Deste modo, um individuo que apresente uma baixa satisfação com a vida, irá também apresentar comportamentos mais agressivos. Com ajuda da literatura inicial, é possível afirmar que uma pessoa que se encontre insatisfeita com a sua vida, cansada, stressada, depressiva ou ansiosa, apresenta uma maior facilidade em demonstrar comportamentos agressivos a nível físico, assim como uma maior raiva e hostilidade para com os outros e objetos circundantes.

Limitações

O presente estudo compreende algumas limitações, ocorrendo a primeira no momento inicial com o protocolo escolhido, que embora pertinente e completo, se revela ao mesmo tempo muito extenso, levando presumivelmente a que os participares demonstrassem algum desinteresse e não respondesse às últimas escalas com a mesma dedicação que responderam às primeiras. Outra limitação, os cursos escolhidos para a recolha de dados, pois são cursos maioritariamente masculinos, tornando a amostra menos homogénea no que concerne ao

gênero. Entendemos ainda como uma limitação os valores abaixo de .70 das subescalas Agressão Verbal e Raiva do Questionário da Agressão obtidos com os participantes neste estudo.

Concluindo, a pertinência deste estudo tornou-se notória, devido à escassez de estudos que correlacionem estas variáveis diretamente, sendo importante realçar a necessidade de continuação futura do estudo destas mesmas.

Bibliografia

- Ali, F. & Chamorro-Premuzic, T. (2010). The dark side of love and life satisfaction: Associations with intimate relationships, psychopathy and Machiavellianism. *Personality and Individual Differences*, 48, 228-233. Doi:10.1016/j.paid.2009.10.016.
- Amato, P. R., Loomis, L. S. & Booth, A. (1995). Parental Divorce, Marital Conflict and Offspring Well-being during Early Adulthood. *The University of North Carolina Press*, 73 (3), 895-915.
- Anderson, C. A. & Bushman, B. J. (2002). Human Aggression. *Annual Review of Psychology*, 53, 27-51.
- Arrindell, W. A. & Luteijn, F. (2000). Similarity between intimate partners for personality traits as related to individual levels of satisfaction with life. *Personality and Individual Differences*, 28, 629-637. Doi: [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00125-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00125-7).
- Baron, R. A., & Richardson, D. R. (1994). *Perspectives in social psychology. Human aggression* (2^a ed.). Plenum Press.
- Burton, L. A., Hafetz, J. Henninger, D. (2007). Gender Differences in Relational and Physical Aggression. *Social Behavior and Personality*, 35 (1), 41-50.
- Bjotirskvist, K. (1994). Sex Differences in Physical, Verbal, and Indirect Aggression: A Review of Recent Research. *Sex Roles*, 30 (3/4).
- Cassoni, C., Marturano, E. M., Coimbra, S. & Fontaine, A. M. (2017). A validation study of the Multidimensional Life Satisfaction Scale for Children. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 30 (40),1-9. doi: 10.1186/s41155-017-0068-6.
- Cunha, O. & Gonçalves, R. A. (2012). Análise confirmatória fatorial de uma versão portuguesa do Questionário de Agressividade de Buss-Perry. *Laboratório de Psicologia*, 10 (1), 3 - 17.
- Çakar, F. S. (2012). The Relationship between the Self-efficacy and Life Satisfaction of Young Adults. *Internacional Education Studies*, 5 (6), 123-130. doi:10.5539/ies.v5n6p123.
- Dalfovo, M. S., Lana, R. A. & Silveira, A. (2008). Métodos Quantitativos e Qualitativos: Um Resgate Teórico. *Revista Interdisciplinar Científica Aplicada*, 2(4), 01-13.
- Diener, E. & Diener, M. (1995). Cross-Cultural Correlates of Life Satisfaction and Self-Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (4), 653-663.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1).
- Huesmann, L. R. (1988). An Information Processing Model for the Development of Aggression. *Aggressive Behavior*, 14, 13-24.

- Loeber, R. & Hay, D. (1997). Key Issues in the Development of Aggression and Violence from Childhood to Early Adulthood. *Annual Review of Psychology*, 48, 371-410. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.48.1.371>.
- Louis, V. & Zhao, S. (2002). Effects of Family Structure, Family SES, and Adulthood Experiences on Life Satisfaction. *Journal of Family Issues*, 23, 986-1005. Doi: 10.1177/019251302237300
- Lopez, S. J. & Snyder, C. R. (2009). *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (2ª ed.). Oxford: Oxford University Press.
- Krahé, B. (2013). *The Social Psychology of Aggression* (2ª ed.). New York: Psychology Press.
- Kristensen, C. H., Lima, J. L., Ferlin, M., Flores, R. Z. & Patrícia Hauschild Hackmann, P.H. (2003). Fatores etiológicos da agressão física: uma revisão teórica. *Estudos de Psicologia*, 8 (1), 175-184.
- Marroco, J. (2018). *Análise Estatística com Utilização do SPSS* (3ª Ed.). Lisboa: Edições Sílabo.
- Martins, C. (2011). *Manual de Análise de Dados Quantitativos com Recurso ao IBM SPSS: Saber Decidir, Fazer, Interpretar e Redigir* (1ª Ed.). Braga: Psiquilibrios Edições.
- Matud, M. P., Bethencourt, J. M. & Ibáñez, I. (2017). Relevance of gender roles in life satisfaction in adult people. *Personality and Individual Differences*, 70, 206-211. Doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.06.046>.
- Morais, C. (sd). *Descrição, análise e interpretação de informação quantitativa. Escalas de medida, estatística descritiva e inferência estatística*. Bragança: Instituto Politécnico de Bragança Escola Superior de Educação.
- Myers, D. G. & Twenge, J. M. (2017). *Social Psychology* (12th Ed., Chap. X). N. Y.: McGraw-Hill.
- Ribeiro, M. C. O. & Sani, A. I. (2009). Modelos Explicativos da Agressão: Revisão teórica. *Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais*, 6, 96-104.
- Rode, J. C., Arthaud-Day, M. L., Mooney, C.H., Near, J. P., Baldwin, T.T., Bommer, W. H. & Rubin, R. S. (2005). Life Satisfaction and Student Performance. *Academy of Management Learning & Education*, 4 (4), 421-433.
- Simões, A. (1992). Ulterior Validação de uma Escala de Satisfação com a Vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXVI (3), 503 - 512.
- Simões, A. (1993). São os homens mais agressivos que as mulheres? *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXVII (3), 387 - 408.
- Spigelman, G., Spigelman, A., & Englesson, I. (1991). Hostility, aggression, and anxiety levels of divorce and nondivorce children as manifested in their responses to projective tests. *Journal of Personality Assessment*, 56(3), 438-452. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5603_6

- Paolini, L., Yanez, A. P. & Kelly, W. E. (2006). An Examination of Worry and Life Satisfaction Among College Students. *Individual Differences Research*, 4 (5), 331-339.
- Patias, N. D. (2015). *Exposição à Violência na Adolescência: Relações com Bem-Estar Subjetivo e Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse* (Tese de Doutorado). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Cidade (Brasil).
- Patias, N. D. (2015). *Exposição à violência na adolescência: Relações com bem-estar subjetivo e sintomas de depressão, ansiedade e estresse* (Tese de doutorado). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre (Brasil).
- Pavot, W. & Diener, E. (2009). Review of the Satisfaction With Life Scale. Ed Diener (ed.), *Assessing Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*. Illinois: University of Illinois.
- Pereira, A. & Patricio, T. (2013). *Guia Prático de Utilização do SPSS: Análise de dados para Ciências Sociais e Psicologia* (8ª Ed.). Lisboa: Edições Sílabo.
- Pinto, C. A. V. (2015). *Validação de um questionário de agressividade numa amostra de jovens adultos portugueses* (Dissertação de Mestrado). Universidade de Coimbra, Coimbra (Portugal).
- Prasoon, R. & Chaturvedi, K. P. (2016). Life Satisfaction: A literature Review. *The Researcher- International Journal of Management Humanities and Social Sciences*, 1 (2), 25-32.
- Proctor, C. L, Linley, P. A. & Maltby, J. (2009). Youth Life Satisfaction: A Review of the Literature. *Journal of Happiness Studies*, 10, 583-630. doi: 10.1007/s10902-008-9110-9.
- Useche, S. & Serge, A. (2016). The Satisfaction with Life Scale (SWLS): Psychometric Properties and Observed Scores in University Students. *Psychology and Behavioral Sciences*, 5 (6), 149-155. doi: 10.11648/j.pbs.20160506.14
- Werner, N. E. & Crick, N. R. (1999). Relational Aggression and Social-Psychological Adjustment in a College Sample. *Journal of Abnormal Psychology*, 108 (4), 615-623.
- Valois, R. F., Zullig, K. J., Huerbner, S. & Drane, J.W. (2001). Relationship Between Life Satisfaction and Violent Behaviors among Adolescents. *American Journal of Health Behavior*, 25 (4), 353 - 366.

