



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR  
Ciências Sociais e Humanas

**Personalidade, Bem-Estar Subjetivo e  
Religiosidade na Velhice  
Um Estudo na Cidade da Covilhã**

**Flávia Maria Reis Brito**

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, outubro de 2012**



Dissertação de Mestrado realizada sob  
Orientação do Prof. Doutor Manuel Loureiro  
apresentado à Universidade da Beira Interior  
para a obtenção do Grau de Mestre em  
Psicologia, registado na DGES sob o 9463.



“Não abandones a tua alma à tristeza,  
não te atormentes a ti mesmo nos teus pensamentos.

A alegria do coração é a vida do homem,  
e a alegria do homem aumenta a sua longevidade.

Anima a tua alma e consola o teu coração  
e afasta a tristeza para longe de ti,  
porque a tristeza faz morrer a muitos,  
e nela não há nenhuma utilidade.”

Sir 30, 21-24.

Aos meus avós.



# Agradecimentos

A presente dissertação é o produto do trabalho conjunto de uma série de profissionais e instituições à qual gostaria de agradecer, de forma breve, mas sincera.

Em primeiro lugar gostaria de agradecer ao Professor Doutor Manuel Joaquim da Silva Loureiro, por toda a sua orientação, pelo rigor dos contributos científicos prestados, pela grande disponibilidade, pela confiança, paciência e otimismo sempre manifestada. É-me impossível não fazer ainda alusão à extrema simplicidade e humildade com que trata os seus alunos, a par de toda competência teórica e prática, bem como por um interesse genuíno e dedicado ao ensino. É sem dúvida um exemplo.

À Professora Doutora Rosa Marina Afonso, pela disponibilidade e pelo contributo profissional prestado no desenvolvimento das várias fases que constituíram o desenrolar deste projeto.

A todos os colegas e voluntários que integraram o presente protocolo, e que se dedicaram de uma forma mais próxima a este trabalho. Pela disponibilidade na aplicação dos protocolos e numa série de outros procedimentos inerentes ao projeto levado a cabo. Uma obrigada especial à Ana Margarida e à Letícia, minhas companheiras ao longo desta jornada.

A todos os Técnicos, às Instituições e seus Colaboradores, que permitiram que este projeto fosse levado a cabo com sucesso, facilitando o contacto aos participantes, bem como o acesso aos instrumentos necessários. Um agradecimento especial à UNIFAI, pela disponibilização dos instrumentos que serviram de base ao desenvolvimento do presente projeto.

A todos os idosos que participaram neste estudo, pela disponibilidade e paciência, esperando que os contributos conjuntos dos vários estudos integrados neste protocolo possam de alguma forma, servir de agradecimento e retribuição.

Agradeço ainda a todos os meus amigos, sempre presentes, mesmo nas minhas ausências, fazendo-me sentir o seu apoio e a sua confiança nas minhas capacidades. Um agradecimento especial à Carina e à Susana, por me mostrarem constantemente o valor da amizade, aconteça o que acontecer.

Por último, mas de longe aos mais importantes, agradeço à minha família, especialmente aos meus pais e irmão. Chagada até aqui, todas as palavras se afiguram inúteis, a vós um eterno e sempre insuficiente obrigado. Amo-vos.



## Resumo

A personalidade tem sido apontada como um dos principais preditores de Bem-Estar Subjetivo (BES). Por outro lado, os fatores sociodemográficos, entre os quais o género, parecem não influenciar de forma significativa o BES. A religiosidade tem também sido associada a alguns traços de personalidade. Este estudo teve como objetivo investigar a associação entre BES e os traços de Neuroticismo e Extroversão, e ainda tentar perceber se diferenças entre BES e a variável género. Explorou-se ainda a associação entre religiosidade e os traços de Neuroticismo e Abertura à Experiência. Participaram neste estudo 227 idosos, com idades compreendidas entre os 64 e os 96 anos, residentes na cidade da Covilhã.

Os resultados obtidos revelaram diferenças significativas entre a perceção de Bem-Estar Subjetivo e o género ( $U=4708$ ,  $p<0,05$ ), no qual os homens apresentaram níveis mais elevados de BES ( $M=124,10$ ) face às mulheres ( $M=102,17$ ). Por outro lado, a Extroversão revelou-se positivamente associada à perceção de BES ( $r_s=0,178$ ,  $p<0,01$ ), contrariamente ao Neuroticismo que evidenciou uma associação negativa com o mesmo ( $r_s= -0,158$ ,  $p<0,05$ ). A Abertura à Experiência mostrou-se apresentou ainda uma associação positiva marginalmente significativa com a crença de religiosidade ( $r_{pb}= 0,122$ ,  $0,05 <p< 0,1$ ).

## Palavras-chave

Personalidade, Bem-Estar Subjetivo, Religiosidade.



## Abstract

Personality has been identified as a major predictor of Subjective Well-Being (SWB). Furthermore, sociodemographic factors, including gender, seem to influence significantly the SWB. Religiosity has also been associated to certain personality traits. This study aimed to investigate the association between Neuroticism and Extraversion and SWB, and to understand if there are differences between variable gender and SWB. It is further explored the association between religiosity, Neuroticism and Openness to Experience. 227 seniors participated in this study, aged between 64 and 96 years, living in the city of Covilha.

The results revealed significant differences between the perception of Subjective Well-Being and gender ( $U = 4708$ ,  $p < 0.05$ ), in which men reported higher levels of SWB ( $M = 124.10$ ) compared to women ( $M = 102.17$ ). Moreover, the Extroversion proved to be positively associated with the perception of SWB ( $r = 0.178$ ,  $p < 0.01$ ), unlike Neuroticism which showed a negative association with the same variable ( $r = -0.158$ ,  $p < 0.05$ ). The Openness to Experience had proved to have even a marginally significant positive association with religious belief ( $r_{pb} = 0.122$ ,  $0.05 < p < 0.1$ ).

## Keywords

Personality, Subjective Well-Being, Religiosity.



# Índice

Dedicatória	v
Agradecimentos	vii
Resumo	ix
Abstract	xi
Lista de Tabelas	xv
Lista de Acrónimos	xvii
Introdução	1
Capítulo II. Enquadramento Teórico	2
2.1. Personalidade: breve contextualização	2
2.1.1. Definição de Personalidade	2
2.1.2. Traços de personalidade	7
2.1.3. A Abordagem dos Cinco Fatores	10
2.2 A Religião	15
2.2.1. Conceções sobre a religião e religiosidade	15
2.2.2. Religiosidade e personalidade	25
2.3. Bem-estar Subjetivo/Felicidade	29
2.3.1. Delimitação do conceito de Bem-Estar Subjetivo	29
2.3.2. Personalidade e Bem-Estar Subjetivo/Felicidade	37
Capítulo III. Metodologia	43
3.1. Enquadramento do Estudo e Objetivos	43
3.2. Método	44
3.2.1. Participantes	44
3.2.2. Instrumentos	47
3.2.3. Procedimentos	49
3.2.4. Análise dos dados	51
Capítulo IV. Resultados	53
Capítulo V. Discussão dos Resultados e Conclusões	57
Referências Bibliográficas	65
Anexos	84



# Lista de Tabelas

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica da amostra (n= 227)	45
Tabela 2 - Caracterização dos participantes em relação ao Bem-estar/Felicidade (n= 227)	46
Tabela 3 - Caracterização da amostra quanto à percepção de religiosidade (n= 227)	47
Tabela 4 - Médias relativas às pontuações obtidas no NEO-FFI (n= 227)	47
Tabela 5 - Resultados relativos às diferenças entre sexo (feminino e masculino) e a percepção de Bem-estar/Felicidade	53
Tabela 6 - Resultados do Coeficiente de Correlação de Spearman ( $r_s$ ) entre o traço de Neuroticismo e a percepção de Bem-estar/Felicidade	53
Tabela 7 - Resultados do Coeficiente de Correlação de Spearman ( $r_s$ ) entre o traço de Extroversão e a percepção de Bem-estar/Felicidade	54
Tabela 8 - Resultados do Coeficiente de Correlação Ponto-Bisserial ( $r_{pb}$ ) entre o traço de Neuroticismo e a crença de religiosidade	54
Tabela 9 - Resultados do Coeficiente de Correlação Ponto-Bisserial ( $r_{pb}$ ) entre o traço de Abertura à Experiência e a crença de religiosidade	55



## Lista de Acrónimos

BES	Bem-Estar Subjetivo
DPE	Departamento de Psicologia e Educação
ESAP	European Survey on Aging Protocol
FCS	Faculdade de Ciências da Saúde
INE	Instituto Nacional de Estatística
R/E	Religiosidade/Espiritualidade
SAC	Sistema de Ativação Comportamental
SIC	Sistema de Inibição Comportamental
UBI	Universidade da Beira Interior
UNIFAI	Unidade de Investigação e Formação em Adultos e Idosos
SPSS	Statistical Package for Social Sciences



# Introdução

O crescente aumento da população idosa em todo o mundo, comprovado por inúmeros estudos demográficos e epidemiológicos, tem colocado aos órgãos governamentais e à sociedade em geral, desafios médicos e socioeconómicos próprios do envelhecimento. Temos assim assistido a uma verdadeira revolução na longevidade humana, que tende a perpetuar-se ao longo do século XXI (Netto, Yuaso & Kitadai, 2005).

Esta transformação demográfica tem sido verificada à escala mundial, no qual se constata que o crescente número de idosos se mantém superior a qualquer outra faixa etária. As previsões estatísticas apontam que a percentagem de pessoas com idade igual ou superior a 60 anos no mundo em 2050 parará de 10% para 21%, sendo que paralelamente o natalidade verificada deverá sofrer um decréscimo que irá desde os 30 para os 21%. Numa estimativa prevê-se que nalguns países desenvolvidos, o número de idosos será mais do que o dobro de crianças (Netto, Yuaso & Kitadai, 2005).

No panorama português, o cenário não se afigura diferente. A população residente em Portugal tem envelhecido de uma forma contínua nas últimas quatro décadas, em particular na faixa etária superior a 85 anos. Desde 2003, a população idosa presente em território nacional, elevou-se de 8 para 16,8%, no qual a proporção dos mais idosos (80 ou mais anos) na população ronda os 21,8% (Pinto, 2006).

No contexto científico, tal fenómeno tem vindo a suscitar um aumento exponencial na investigação levada a cabo acerca das temáticas de cariz gerontológico. É importante ter em conta que o envelhecimento não implica necessariamente doença ou afastamento. O idoso tem potencial para mudar as situações da sua vida, bem como a si mesmo, possuindo reservas que muitas vezes não são desenvolvidas, nem exploradas. Atualmente, tem-se verificado uma tentativa por parte de estudiosos de diversas áreas, na construção de um envelhecimento ativo e satisfatório. Esta mudança ideológica tem vindo a desenvolver-se desde os anos 60, no qual a Gerontologia passou também a investigar os aspetos positivos da velhice, o potencial para o desenvolvimento e principalmente a heterogeneidade associada a este processo (Luz & Amatuzzi, 2008).

Neste sentido torna-se fulcral estudar os componentes relacionados ao Bem-Estar Subjetivo junto desta população, a fim de melhor compreender, mas acima de tudo de forma intervir de uma forma mais sistemática e eficaz na melhoria da qualidade de vida dos idosos. A personalidade por sua vez afigura-se como uma das variáveis internas ao sujeito que mais se tem relacionado e que mais influência parece ter nos mecanismos e na perceção de Bem-estar (e.g. Lykken & Tellegen, 1996). A par desta encontra-se a religiosidade, que assume um papel tanto mais central nesta fase da vida, em que muitas vezes os sujeitos idosos encontram na mesma uma eficaz estratégia de *coping* face às suas adversidades, bem como

aos novos desafios que podem vir associados a par do envelhecimento (e.g. Laranjeira, 2007). As associações entre BES e religiosidade e traços de personalidade já vem sendo explorada na literatura, contudo a nível nacional os contributos parecem escassos.

# Capítulo II. Enquadramento Teórico

## 2.1. Personalidade: breve contextualização

### 2.1.1. Definição de Personalidade

O estudo científico da personalidade desde cedo se tornou tema de interesse devido à sua importância na compreensão da natureza humana (Goodwin, 2005; Craighead & Nemeroff, 2004; Cabral & Nick, 2006). Porém, durante mais de metade da história da Psicologia enquanto ciência, a sistematização do seu estudo recebeu relativamente pouca atenção por parte dos psicólogos. De um modo geral, apesar dos contributos anteriores de inúmeras correntes e escolas psicológicas, foi nos finais da década de trinta, quando o estudo da psicologia se formalizou enquanto disciplina independente através dos contributos decisivos de psicólogos como Henry Murray ou Gordon Allport (Schultz & Schultz, 2009).

Em 1937, no primeiro manual *Psicologia da Personalidade*, Allport apresentou cerca de cinquenta definições diferentes de personalidade, sendo que, a partir desse momento a lista tem continuado a crescer até à atualidade (Roeckelein, 1998). Apesar dos seus pressupostos tenham sofrido influência das teorias psicodinâmicas da personalidade, Allport recusava fortemente as ideias defendidas por Freud (1940) acerca do inconsciente, rejeitando qualquer teoria reducionista que atribuísse o comportamento humano a instintos inatos, a recalcamientos na infância ou complexos reprimidos (Vernon, 1994 cit. in Roeckelein, 1998; Carducci, 2009).

Depois de várias reformulações, Allport (1961) apresenta uma definição condensada das inúmeras descrições que fora fazendo. Segundo esta última, a personalidade seria uma organização dinâmica, no sujeito, de um conjunto de sistemas psicofísicos que determinam os comportamentos e pensamentos característicos daquele indivíduo (Engler, 2009). Esta definição apresenta claramente alguns aspetos centrais que encerram em si um encadeamento completo e abrangente da personalidade como um todo constituído por diversas partes, na qual cada uma parece ter influência no resultado final que define as ações do sujeito. Podemos assim verificar que a personalidade enquanto sistema dinâmico, está sujeita a mudanças, não sendo necessariamente algo estagnado ou rígido, mas amadurecendo ao longo do tempo; encontra-se organizada, ou seja estruturada; o seu carácter psicofísico integra tanto o lado fisiológico como psicológico do sujeito; assume um carácter determinante do comportamento, na medida em que tem como função direccionar e ativar a expressão dos comportamentos e pensamentos adaptativos para o indivíduo; por último a personalidade assume um papel característico, ou seja, ela assume-se como única em cada indivíduo. Desta forma, considerando a interação dos componentes que definem a personalidade enquanto sistema dinâmico, verifica-se que a especificidade desse mesmo

sistema em cada sujeito traduz-se através dos pensamentos e comportamentos individuais na interação do mesmo com o meio ambiente que o rodeia (Engler, 2009). Na mesma linha, Murray (1938) considera a personalidade do ponto de vista de uma série de eventos que abrangem a totalidade da vida do indivíduo, traduzindo-se tanto em dimensões duradouras e recorrentes do comportamento, quanto a elementos novos e isolados. A personalidade seria a componente estrutural e organizadora do indivíduo (Barenbaum & Winter, 2003).

Por outro lado, Cattell (1950 cit in. Carducci, 2009) assume que a personalidade traduz-se num conjunto de traços que permitem prever a forma como o indivíduo se irá comportar face a determinada situação. Eysenck (1953) encara a personalidade como uma organização, mais ou menos firme e duradoura do carácter, do temperamento, da inteligência e da dimensão física do indivíduo, no qual a individualidade obtida através dessa organização irá determinar a sua singular adaptação ao meio (Hansenne, 2003). No seu modelo epigenético, este reconhecia que apesar da estabilidade temporal que a personalidade adquiria, existia uma possibilidade de mudança, em cada período do *life-span*, onde a auto-percepção do indivíduo poderá, contudo, cristalizar-se mas apenas porque a própria personalidade se cristalizou (Craig, 1999; Lerner, Lerner, Almerigi, Theokas, 2006).

Do mesmo modo, Hilgard, Atkinson e Atkinson (1979) realçam que a personalidade é composta por características individuais de comportamento, sendo estas responsáveis pelo ajustamento do indivíduo ao meio ambiente. Segundo Maddi (1980), a personalidade define-se por um conjunto sólido de características e tendências que determinam as diferenças e as semelhanças expressas no comportamento psicológico das pessoas, que englobaria os seus sentimentos, pensamentos e ações, sendo este contínuo ao longo do tempo (Chaves, 1992). Singer (1986), por sua vez refere que a personalidade diz respeito à forma singular de como o sujeito se expressa e reage face a um estímulo, construindo-se através dos anos, partindo de uma estrutura básica genética e das experiências de vida, especialmente as da infância (Rotella, Boyce, Allyson & Savis, 1998; Junior, 2007). De acordo com Neri (2005b), a personalidade expressa-se através da forma como os indivíduos geralmente se comportam; através da forma como encaram e sentem diferentes experiências, bem como pelo conjunto de crenças que assumem, e da forma como se sentem em relação a si mesmos, em relação aos outros e ao mundo. Por outro lado, Kaplan, Sadock e Greeb (2003) definem personalidade como a totalidade de traços emocionais e comportamentais que caracterizam o indivíduo nas situações de vida do seu quotidiano, em condições normais, sendo estes relativamente estáveis e previsíveis. Mischel (2004) sumariza as características de personalidade, em termos de padrões distintos e recorrentes de pensamentos, sentimentos e ações que ocorrem como resposta a situações particulares (Campôa, 2009).

Após a presente enumeração de algumas das definições de personalidade que forma sendo formuladas ao longo do tempo e que podemos encontrar na literatura, facilmente constatamos que, apesar da proliferação de definições que se observa, nem sempre é possível

observar um consenso entre elas, diferindo entre si de acordo com o corpo teórico que as sustenta, tornando-se assim quase impossível e porventura redutor, a adoção de uma única definição de personalidade. Contudo é possível verificar que, apesar das diferenças, as várias teorias apresentam na generalidade dois pontos comuns entre si. Por um lado, a maioria das definições salientam as diferenças individuais que tornam cada pessoa única, por outro lado, é enfatizam a consistência e a estabilidade da personalidade (Hjelle & Ziegler, 1976; Silva, 2010). Note-se simultaneamente que, maioria das definições sobre personalidade, não são abordadas as diferenças físicas, nem as diferenças individuais dos indivíduos, embora reconheçam que estas influenciam tanto a personalidade como o comportamento, reconhecendo que apesar de poder haver indivíduos parecido em termos de caracter, estes serão sempre únicos sob determinados aspetos (Pervin, 1989; Bernardes, 2007).

Carver e Scheier (2000 cit. in Shah & Gardner, 2008) delineiam uma síntese dos principais tópicos que parecem orientar as várias definições e contributos que ao longo dos anos têm sido apresentados. De entre as principais características da personalidade podemos então concluir que esta:

1. Não corresponde a uma justaposição de peças, sendo sim uma organização;
2. Não podemos encontrá-la simplesmente num local específico, ao contrário trata-se de um construto ativo, um processo dinâmico no interior do sujeito;
3. Embora seja um conceito psicológico, as suas bases são fisiológicas;
4. Representa uma força interna que determina a forma como o indivíduo se comportará;
5. É constituída por padrões de resposta recorrentes e consistentes;
6. Não se reflete apenas numa direção, mas em várias, tal como os comportamentos, os pensamentos e os sentimentos.

Apelando ainda à forma como os diversos autores descrevem as diferenças individuais integradas na sua personalidade, os diferentes autores adotam diferentes perspetivas no qual optam por descrever a personalidade em termos de *tipos* de personalidade, ou *traços* comuns que caracterizam cada uma (Cloninger, 2003). Porém, independentemente da teoria regente associada a cada definição de personalidade, a sua definição não explica a forma como esta se forma e organiza concretamente, embora a maioria faça alusão a uma vertente genética, hereditária, bem como à influência dos fatores ambientais no seu desenvolvimento. De facto, a personalidade pode ser encarada como uma auto construção da máxima individualidade do indivíduo, através da síntese dos processos biológicos e psicológicos que através de uma interação dialética com o meio, transformam o sujeito graças à sua ação e consciência (Sève, 1979 cit. in Meira & Facci, 2007).

Contudo, será necessário que esta integração de fatores responsáveis pela construção da personalidade, seja balanceada no sentido de perceber qual a influência de cada entidade, sob o risco de descurar a totalidade do potencial humano. Um exemplo deste radicalismo

pode ser ilustrado através das investigações realizadas por Skinner (1972) na base da corrente comportamentalista. Numa das suas obras, Skinner (1951), refere-se à personalidade como sendo o conjunto de diferenças comportamentais entre os indivíduos, constantes no tempo e em diversas situações. Sendo assim, esta seria exclusivamente determinada pelas experiências da vida, como o são os comportamentos. Por seu lado, esses comportamentos correspondem a leis, sendo possível predizê-los e controlá-los através de manipulações ambientais. Desta forma, este autor recusa qualquer explicação biológica ou genética do comportamento ou da personalidade (O' Donohue, 2001; Funder, 2008). Posteriormente, vários autores com base neste quadro teórico, tentaram conciliar os pressupostos comportamentalistas com fatores sociais e cognitivos. Um desses autores foi Bandura (1977), insistindo ainda no facto de a maioria dos reforços, serem reforços de natureza social, tal como a atenção dos outros, os sorrisos, a aprovação, o interesse e a aceitação, e não reforços ligados às necessidades físicas, exceto no que diz respeito aos primeiros anos de vida (Bandura, 1999).

De facto, Allport (1966) refere ser difícil afirmar que um recém-nascido tenha personalidade, uma vez que ainda não possui a organização característica dos sistemas psicofísicos, ou seja, apesar de possuir as bases para o funcionamento da personalidade inseparável entre mente e corpo, este vai-se desenvolvendo ao longo do próprio crescimento. Este desenvolvimento inicia-se com o nascimento, no qual, segundo este autor, o bebé possui uma personalidade potencial, sendo praticamente inevitável que certas características se desenvolvam. Isto porque existiriam “materiais brutos” que formam a personalidade, tais como a inteligência, o físico, o temperamento, que dependeria maioritariamente da hereditariedade (Engler, 2009).

Neste âmbito, o temperamento diz respeito aos fenómenos característicos da natureza emocional do indivíduo, do qual fariam parte a suscetibilidade à estimulação, a intensidade e a rapidez de resposta, bem como as características próprias do indivíduo no que respeita à intensidade da sua disposição (Clark & Watson, 2008).

Com base nestes pressupostos, seria possível explicar como é que pessoas que vivem num mesmo local e aparentemente tiveram os mesmos estímulos, agiam de forma diferente face a uma mesma situação, adotando estilos comportamentais diferentes. De facto, inúmeras investigações desenvolvidas com base no funcionamento nervoso dos animais, vieram mostrar que a capacidade dos seres vivos se adaptarem nas suas vidas ao seu meio ambiente, dependeria do seu sistema nervoso (Silva, 2010). Por outro lado, Kardiner (1945) vem evidenciar o facto de, embora não muito usual, nalguns grupos e comunidades isoladas, os indivíduos apresentam padrões de comportamento e reações emocionais comuns, sendo esses denominados por alguns autores como traços de “personalidade básica” (Silva, 2010). Desta forma, a personalidade pode ser encarada como um produto das nossas predisposições inatas, bem como das próprias experiências de vida de cada indivíduo, adquiridas ao longo do desenvolvimento. Neste sentido, os fatores fisiológicos e sociais modelam a história pessoal e

coletiva de cada sujeito, que se torna único na combinação desses fatores, existindo determinadas características adquiridas e que são comuns a outros indivíduos da nossa família ou comunidade (Smith, 1968; Stagner, 1974).

Geralmente, indivíduos com características personalísticas semelhantes, tendem quase que naturalmente a associar-se, podendo sentir-se distantes e pouco à vontade com pessoas cuja personalidade difere muito da sua. Contudo, se considerarmos a crescente complexidade dos grupos sociais, assistiremos a uma maior prevalência da diversidade sob a uniformidade (Kardiner, 1945 cit. in Silva, 2010; Neto, 1998; Cross, Hardin & Swing, 2009). Assim sendo, podemos considerar que também os grupos, organizações e culturas têm as suas próprias personalidades. Com base nesta premissa, seria legítimo supor que existissem traços de personalidade, que em maior ou menor escala, pudessem ser fortemente induzidos pelo ambiente social e cultural onde o sujeito se encontra inserido. De facto, certos traços de personalidade, ou mesmo certas atitudes, bem como um pensamento ou filosofia dominante, podem ser encontrados e identificados com facilidade entre membros de uma mesma cultura, não sendo contudo partilhados por indivíduos pertencentes a outro tipo de cenário cultural. Sendo assim, a variedade do meio ambiente e as diferenças estruturais de personalidade podem desfavorecer o contacto e a interação entre sujeitos, tornando difícil as suas relações. Contudo, fatores como a educação, trajetórias de vida, papéis e estatutos semelhantes tendem a ligar indivíduos de sociedades diferentes que compartilhem da mesma ideologia, ou seja, que compartilhem um conjunto de crenças e valores que na sua essência se aproximem (Cross & Maekus, 1999; Benet-Martinez & Oishi, 2008; Cross, Hardin & Swing, 2009)

Neste campo, a psicanálise dá um importante contributo ao considerar desde cedo a relevância de experiências fortuitas ao longo do desenvolvimento, como fator decisivo no desenvolvimento da personalidade. Estudos levados a cabo com gémeos monozigóticos têm confirmado a tese de que diferentes experiências sociais determinam o desenvolvimento de personalidades diferentes. Por outro lado, investigações junto de adultos têm vindo mostrar que muitos dos padrões de comportamento observados, derivam de processos de condicionamento na primeira infância (Mead, 1949, 1954 cit. in Mead, 1999).

Em jeito de síntese, e independentemente da concreta importância de cada um desses fatores no desenvolvimento da personalidade humana, este é um construto amplo, uma construção assente em tendências individuais, entre o seu balanço e a sua relação, a sua expressão e a sua reação nos outros, com origens diversas no que toca às influências que a moldam, contudo, a investigação desenvolvida neste contexto tem trazido importantes contributos na elucidação dos mesmos.

### **2.1.2. Traços de personalidade**

Para diversos teóricos, os traços de personalidade são, até aos dias de hoje, a unidade básica e central na Psicologia da Personalidade (Laak, 1997). Através de uma definição básica do

conceito de traço, podemos sublinhar que estes se referem a características da personalidade, que dizem respeito aos atributos e qualidades de um indivíduo, as quais podem ser medidas através de inventários de personalidade próprios para o efeito (Fernández-Ballesteros, 2003; Yassine, 2011). Porém, antes de definir o conceito de traço propriamente dito, será pertinente tecer alguns comentários acerca da Teoria dos Traços. De um modo sucinto, esta refere-se a todas as abordagens que encaram a personalidade do indivíduo como sendo um conjunto de traços. A base dos traços, bem como o seu desenvolvimento pressupõe a de fatores hereditários, ou seja, na sua predisposição para desenvolver determinados tipos de traços, bem como de fatores ambientais (Silva, 2010).

De um modo geral, o estudo sobre as teorias da personalidade sofreu um crescimento exponencial com as publicações de Sigmund Freud no início do século XX. Com base na teoria psicanalítica, a personalidade teria como fatores propulsores os instintos de vida (necessidade de auto preservação) e de morte (força destrutiva). Estes seriam constituídos por elementos conscientes e inconscientes que formam o esqueleto da estrutura psíquica (Id, Superego e Ego). Com base nesta organização, salientam-se ainda as experiências traumáticas ou gratificantes durante o desenvolvimento infantil (nas fases oral, anal, fálico e genital, passando ainda pelo complexo de Édipo) que completam e influenciam a constituição da estrutura psíquica que se traduzirá na personalidade do sujeito (Hjelle & Ziegler, 1976; Westen & Gabbard, 1999).

A necessidade eminente de criar Teorias da Personalidade relaciona-se intimamente com as necessidades requeridas pela prática clínica dos técnicos de saúde. Isto porque, a formação dos pioneiros à investigação neste campo é o resultado da combinação das suas teorias da personalidade, com a sua prática psicoterapêutica como forma de tratamento de doenças mentais, com vista a uma compressão global do ser humano, tanto na sua natureza básica, como na sua patologia (Gill, 2000; Nunes & Hultz, 2006).

Com o desenvolvimento de uma psicologia científica, cada vez mais orientada para o estudo do comportamento humano e menos dada à análise introspetiva da mente, surge a necessidade de estudar a personalidade, não numa vertente puramente médica e psicoterapêutica, para se tornar parte integrante da psicologia enquanto ciência (Silva, 2010). A este propósito, também os processos motivacionais assumem um papel determinante na adaptação do ser humano ao meio, razão pela qual a compreensão desses mesmos processos promove um maior entendimento adaptado do comportamento humano, que só será possível na sua globalidade partindo do estudo da personalidade total do indivíduo (Friedman & Förster, 2008; Higgins & Scholer, 2008).

Embora já referido anteriormente, será necessário realçar aqui o papel pioneiro de Gordon Allport (1961) no que concerne à conceptualização e futuro desenvolvimento da ideia de traço. Com a possível exceção de Raymond Cattell, Allport explorou o conceito de traço mais

do que qualquer teórico da área da personalidade, propondo uma concepção biofísica dos traços, sob forma de estruturas neuropsíquicas. Assim sendo, o traço seria a última derradeira realidade da organização psicológica do indivíduo, ou seja, a unidade básica da personalidade; uma determinada tendência ou predisposição para responder face a determinadas situações; um conjunto de vários comportamentos habituais do sujeito (Carducci, 2009; Engler, 2009). Ainda segundo este autor, a personalidade da pessoa seria constituída por um certo número de traços específicos, que estão na base e predominam na sua personalidade, chamados traços centrais. Este faz ainda distinção entre traços individuais, que seriam próprios de uma única pessoa, e traços comuns, próprios de muitas pessoas, cada qual com um momento diverso (Schultz & Schultz, 2009). Desta forma, a diferente organização dos traços em cada indivíduo, permite não só caracterizá-los, mas também diferenciá-los, representando formas típicas de pensamento, sentimento e comportamento, que por sua vez correspondem a estilos motivacionais, interpessoais, experienciais, altitudinais e motivacionais básicos, que se manifesta através de um conjunto de padrões característicos (McCrae & Costa, 1995).

Independentemente das ténues diferenças sob o qual o conceito de traço possa ser classificado ou definido, existem duas características centrais que os definem. A primeira refere-se à sua estabilidade ao longo do tempo, o que os distingue de meros estados de humor. Contudo, é possível verificar que estes tendem a progredir a par com a experiência, podendo esta mudar à medida que o sujeito aprende novas maneiras de se adaptar ao ambiente que o rodeia (Cloninger, 1996). Por outro lado, o segundo pressuposto assume que os traços influenciam diretamente o comportamento (Matthews, Deary & Whiteman, 2003).

A personalidade, bem como todos os traços advindos da mesma são uma característica duradoura no indivíduo, manifestando-se de forma consciente na forma de se comportar num diverso leque de situações, concebendo assim uma construção física única, ou seja, o sujeito. Da constituição física de cada indivíduo, resulta o seu temperamento, sendo que da cominação destes dois, a par com o ambiente físico e social onde a pessoa se encontra inserida, surgem o caráter e grande parte dos restantes traços de personalidade. Desde a sua concepção até à adultez, o sujeito vai construindo a sua própria identidade, estruturando progressivamente e conferindo significados às diferentes situações que vão surgindo, reagindo de forma padronizada e aprendendo a adaptar-se de forma cada vez mais otimal (Teles, 1982).

Em síntese, muito embora os traços possam ser um nível superficial no qual a personalidade deve ser compreendida, estes não se relacionam apenas com o comportamento explícito e visível do indivíduo, mas fazem parte das motivações e pulsões, sentimentos e fantasias, estilos cognitivos e interesses intelectuais do indivíduo, tendo implicações a um nível muito mais íntimo, afetando as interações interpessoais, sexualidade, mecanismos de *coping* e

defesa, orientação religiosa, práticas de saúde e o bem-estar psicológico (Caprara & Cervone, 2000).

### **2.1.3. A Abordagem dos Cinco Fatores**

A teoria dos cinco fatores, ou *Big Five*, é indubitavelmente das teorias mais salientes no panorama atual no que diz respeito aos traços de personalidade. Este pertence a um leque de teorias fatoriais da personalidade, concebidas como um esboço matemático da sua estrutura, refletindo uma síntese de características básicas, considerando as suas principais propriedades e relacionando-as entre si (John & Srivastava, 1999). Segundo estas teorias, a personalidade é encarada como um conjunto de padrões estáveis das dimensões afetivas, cognitivas e comportamentais dos seres humanos (Silva, Schlottfeldt, Rozenberg, Santos & Lelé, 2007).

Porém, antes de nos debruçarmos mais detalhadamente sobre os pressupostos de tal modelo, será conveniente tecer uma breve resenha histórica acerca dos contributos teóricos que lhe serviram de base e impulsionaram o seu desenvolvimento. A partir da década de trinta, vários foram os autores que, mesmo de forma discreta, se debruçaram e contribuíram com as suas investigações, no sentido de delimitar certos traços que pudessem delinear e caracterizar a personalidade humana, usando para tal diferentes pressupostos e metodologias (De Raad, 2000). Porém, para que esta exposição não se torne exaustiva, faremos apenas alusão à teorias clássicas fatoriais que mais se destacaram devido à relevância e consistência dos resultados obtidos, nomeadamente as abordagens desenvolvidas por Raymond B. Cattell e Hans J. Eysenck.

Referindo novamente Allport, como um dos teóricos que mais se debruçou sobre o conceito de traço, realçamos a análise levada a cabo a par com Odbert, no qual examinaram cerca de 400.000 palavras *Webster's New International Dictionaire*, do qual resultaram 4.500 descritores de traços de personalidade. Este estudo veio a revelar-se uma influência incontestável em vários teóricos que posteriormente pegaram nestas conclusões para, a partir daí, desenvolverem as suas próprias investigações, entre os quais Cattell. Este baseou-se em análises fatoriais de descrições de personalidades obtidas através de entrevistas, questionários, bem como avaliações entre pares. Através da sua metodologia, foi possível agrupar, de forma objetiva, centenas de descritores de traços (Marx & Hillix, 1973; Digman, 1989, 1990; Goldberg, 1992; Digman, 1996; Ewen, 2003). Para tal, Cattell teve por base a abordagem léxica, que utiliza os descritores encontrados na linguagem natural das pessoas como fonte para encontrar as principais características da personalidade humana (Cattell & Dreger, 1977; Digman, 1990). Os resultados obtidos através dessa análise, permitiram formular um modelo baseado em 16 fatores primários que se combinam a seis fatores de segunda ordem, operacionalizado através do instrumento *Sixteen Personality Factor*

*Questionnaire* (Cattell, 1987; 2004, 2008; Suzuki, Ponterotto & Meller, 2008; Domino & Domino, 2006).

Ao contrário da teoria de Cattell, assente na linguagem, encontramos a abordagem de Eysenck, que concebe os traços através de parâmetros biológicos. Desta forma, este autor assumia os traços do temperamento como sendo aquelas características que tivessem uma base biológica, alcançada através de estudos correlacionais e experimentais (Livesley, Jang & Vernon, 2003; Zuckerman, 2003; Millon & Lerner, 2003). Também Eysenck desenvolveu, na década de 50, o *Eysenck Personality Inventory*, que avaliava a introversão e o neuroticismo. Posteriormente, em 1970, com o intuito de estudar as várias formas de psicoses, surgiu o *Eysenck Personality Questionnaire*, o qual varia do anterior instrumento na medida em que acrescenta um terceiro fator ao modelo de Eysenck: o Psicoticismo. Assim, desde essa altura, a teoria de Eysenck passou a ser conhecida como sistema PEN (Psicoticismo, Extroversão e Neuroticismo) (Furnham, Eysenck & Saklofske, 2008). Relativamente ao fator *Psicoticismo*, este é definido por características tais como o egocentrismo, frieza, agressividade, impessoalidade, impulsividade, falta de empatia, criatividade, obstinação e anti sociabilidade. Este fator expressasse através da tendência a ser solitário e insensível, porém a aceitar os costumes sociais e a interessar-se por outras pessoas (Eysenck, 1994; Eysenck, 1998).

Com base em diversos estudos, algumas críticas foram sendo apontadas por diversos autores, a ambas as abordagens anteriormente expostas. Se por um lado, o teste desenvolvido por Eysenck, EPI, parece subvalorizar o número de fatores necessários para avaliar a personalidade, Cattell, através do 16 PF tende a sobrevalorizar essas mesmas dimensões, utilizando 16 fatores (Digman, 1989). Por outro lado, algumas investigações levadas a cabo com ambos os instrumentos, no sentido de perceber a replicabilidade dos mesmos, deram origem a cinco únicos fatores (Norman, 1963 cit in. Singer, 2005; Goldberg 1992).

Os modelos anteriormente resumidos dominavam a literatura quando no centro de pesquisas de Gerontologia do *National Institute of Health* em Baltimore, Robert McCrae e Paul Costa (1989 cit. in John & Srivastava, 1999) iniciaram uma série de pesquisas de onde viriam a resultar os cinco grandes fatores. Este modelo tem sido o mais utilizado no que toca a pesquisas relativas à personalidade, por se ter mostrado abrangente e conciso, e paralelamente consistente e replicável (Silva, Schlottfeldt, Rozenberg, Santos & Lelé, 2007), servindo como abordagem teórica de base da presente investigação.

O Modelo dos Cinco Grandes Fatores, ou *Big Five*, resulta da combinação dos pressupostos e contributos das teorias dos traços, bem como da teoria fatorial, que aliada ao avanço das técnicas fatoriais e computacionais, permitiram o desenvolvimento de métodos mais sofisticados na localização e extração dos diversos fatores. Desta forma, o presente modelo reflete um grande avanço conceptual e empírico, considerada a versão mais atual no que

concerne à teoria dos traços, procurando compreender a totalidade do ser humano, sem descuidar as diferenças individuais que lhe conferem a sua especificidade (John & Srivastava, 2008; McCrae & Costa, 1996,1999).

A base deste modelo postula que a personalidade é constituída por cinco traços principais, sendo estes a extroversão, a amabilidade, a conscienciosidade, o neuroticismo e a abertura à experiência. A partir da análise de descritores da personalidade foi possível, com base na linguagem natural, encontrar o cinco fatores que as diretrizes de qualquer personalidade, sendo que cada um destes poderá configurar-se em muitos outros traços, mais específicos e restritos, estando na base da individualidade humana (McCrae, 2004; McCrae & Costa,1996, 1999, 2006, 2008; Costa & McCrae, 2006). Tal análise foi levada a cabo com base na hipótese lexical fundamental, que considera que as diferenças individuais mais relevantes por entre as transações humanas, podem ser codificadas como termos únicos em algumas ou em todas as línguas do mundo. Assim sendo, a premissa base do modelo dos cinco fatores considera que todos os aspetos importantes da personalidade humana estão registrados na linguagem natural. (Saucier & Goldberg, 1996; De Raad, 2000).

Para além dos méritos que temos vindo a alucidar, podemos observar que o surgimento deste cinco fatores léxicos permitiu a elaboração de uma taxonomia, pela qual é possível classificar todos os traços de personalidade, sejam estes reconhecidos por psicólogos ou por leigos (McCrae, 1991). Por outro lado, a sistematização dos cinco grandes fatores permitiu o desenvolvimento de novos instrumentos concebidos para avaliar especificamente esses mesmo fatores (De Raad & Perugini, 2002).

Segundo este modelo, os traços de personalidade, embora com base biológica, interagem com o ambiente social onde o sujeito se insere, para dessa forma orientar o nosso comportamento constantemente. Essa interação leva a novas adaptações psicológicas, aprendidas com base nas experiências quotidianas. Os traços de personalidade podem então ser encarados como um auxílio na forma como interpretamos o ambiente que nos rodeia, bem como a forma como respondemos às situações à qua temos de dar resposta, o que explica as diferenças individuais (McCrae & Costa, 1995,1996; McCrae, 2004).

No que concerne à nomenclatura referente a cada traço, existem algumas controvérsias, porém no que concerne às designações utilizadas no manual do Inventário de Personalidade NEO Revisto (NEO PI-R) na versão aferida à população portuguesa, observamos: Extroversão, Neuroticismo, Abertura à Experiência, Conscienciosidade e Amabilidade (Lima & Simões, 2006).

O primeiro domínio refere-se ao Neuroticismo, o qual configura um contínuo que vai desde a adaptação até à instabilidade emocional. Assim sendo, no que concerne à instabilidade emocional, deparamo-nos com sujeitos preocupados, ansiosos, hipocondríacos,

emocionalmente inseguros, com sentimentos de incompetência, descompensação emocional, ideias irrealistas, desejos e necessidades irrealistas e respostas de *coping* desadequadas. O aspecto central deste domínio é tendência a experienciar afetos negativos, tais como a tristeza, medo, embaraço, raiva, culpabilidade e repulsa. Estes indivíduos apresentam ainda propensão para perturbações psicossomáticas, apresentando reações muito intensas a todo o tipo de estímulo. Contrariamente, o sujeito estável, é calmo, relaxado, seguro, satisfeito consigo, conseguindo encontrar o equilíbrio e voltar à calma face a uma elevada estimulação emocional. (Costa & McCrae, 1987; Costa & McCrae, 1992; Widiger, 2009).

No que concerne à *Extroversão*, este traço relaciona-se intimamente com o nível de sociabilidade um indivíduo. Este traço traduz a quantidade e intensidade das relações interpessoais, a sociabilidade, o nível de atividade, a necessidade de estimulação, a capacidade do indivíduo de exprimir alegria. Assim, sujeitos extrovertidos são caracterizados por elevados níveis de atividade, são afirmativos, otimistas, afetuosos e amantes da diversão, mostrando-se assim alegres animados e enérgicos. Seriam características de um indivíduo extrovertido. Por outro lado, indivíduos introvertidos tendem a ser mais sérios e inibidos, evitando a companhia de outras pessoas. Estes porém, não devem ser considerados necessariamente tímidos, uma vez que podem possuir elevadas competências sociais (Costa & McCrae, 1992; Wilt, 2009).

Relativamente à *Abertura à Experiência*, esta configura-se como sendo o traço menos conhecido e o mais controverso por entre as cinco dimensões, contudo, é também a mais relevante para o estudo da imaginação, da cognição e da personalidade. Este traço avalia a procura proactiva e a apreciação da experiência por si própria, a tolerância, bem como a exploração do que não é familiar ao sujeito. Características que apontem para a fantasia, a estética, a curiosidade, a criatividade, a originalidade e o gosto pelo não tradicional, tendem a configurar sujeitos abertos à experiência. Inversamente, sujeitos com baixos níveis de abertura à experiência tenderam a ser mais convencionais, pragmáticos, de interesses limitados, não tendo inclinações artísticas nem analíticas (Costa & McCrae, 1992; McCrae & Sutin, 2009).

Quanto à *Amabilidade*, esta mede a qualidade da orientação interpessoal, tendo como base um contínuo, que vai desde a compaixão, ao antagonismo nos pensamentos, sentimentos e ações. Desta forma, indivíduos muito amáveis são essencialmente altruísta, benevolente, de bons sentimentos, digna de confiança, prestável, disposta a acreditar nos outros, reta, simpática, disposta a perdoar. Por sua vez, sujeitos pouco amáveis, mostram-se rudes, cínicos, desconfiados, pouco cooperativos, vingativos, impiedosos, irritáveis e manipuladores (Costa & McCrae, 1992; Graziano & Tobin, 2009).

Por último, a *Conscienciosidade* remete para o grau de organização, persistência e motivação no comportamento orientado para um objetivo. Costa & McCrae (1992), referem que esta

configura aspetos proactivos e inibitórios, ou seja, por um lado é possível observar a necessidade de realização e o apego ao trabalho, enquanto que o lado inibidor prende-se com os escrúpulos morais e com a prudência. Assim sendo, neste traço contrastam-se sujeitos de confiança e escrupulosos, com sujeitos preguiçosos e descuidados (Roberts, Jackson, Fayard, Edmonds & Meints, 2009).

Na resenha teórica do modelo dos cinco grandes fatores, cada traço da personalidade se subdivide em seis facetas inter-relacionadas, podendo estas ser definidas como fatores primários do traço que caracterizam. As facetas representam a amplitude e o alcance de cada traço, facultando informação mais detalhada acerca das características que melhor definem cada um (Lima & Simões, 2006).

Neste sentido, é necessário destacar que um dos principais fatores associados à predominância do modelo dos cinco grandes fatores prende-se com a sua replicabilidade (Bagby, Costa, McCrae, Livesley, Kennedy, Levitan, et al., 1999; Saggino, 2000). Com recurso à tradução revista do NEO-PI (instrumento desenvolvida com base no Modelo *Big Five* para a avaliar os cinco grandes fatores) para seis línguas diferentes (Português, Alemão, Hebreu, Chinês, Coreano e Japonês), verificou-se que em todas as versões do instrumento houve uma boa compreensão dos dados a partir do modelo dos cinco grandes fatores, somando assim pontos no que concerne à sua validade em diferentes países (Costa, McCrae & Jónsson, 2002; Costa & McCrae, 2008; Silva, 2010; Weiner & Greene, 2008; Andrade, 2008). Também a replicabilidade do modelo tem sido levada em inúmeros estudos, em vários outros países, demonstrando na sua generalidade resultados satisfatórios (McCrae, Costa, Tomas, Martin, Oryol, Rukavishnikov, et al., 2004).

Vários estudos transculturais têm sido levados a cabo no sentido de analisar a presença e a estabilidades dos traços ao longo do ciclo vital do indivíduo. Estes revelam-se precisos na comparação cultural que permitem, uma vez que cultura representa uma poderoso e persuasivo meio ambiental, que pode por sua vez influenciar a forma como se expressam e desenvolvem os traços de personalidade (McCrae, Costa, Lima, Simões, Ostendorf, Angleitner, et al., 1999; McCrae, 2001; McCrae & Allik, 2002). Na sua maioria os resultados apontam para importantes mudanças desenvolvimentais até à idade adulta, havendo dados que apontam para elevados resultados ao nível da Extroversão, Abertura à Experiência e Neuroticismo, sendo que a Amabilidade e Conscienciosidade menos patentes (Costa & McCrae, 1994).

Contudo a partir dos 30 anos, parece não haver alterações significativas, embora existam já evidências de que a Amabilidade e a Conscienciosidade tendem a destacar-se ao longo do envelhecimento, enquanto os restantes traços parecem sofrer um decréscimo (Caspi, Roberts & Shiner, 2005;). Outras tendências têm sido apontadas. Numa amostra portuguesa do estudo EXCELSA, Paúl, Fonseca, Cruz e Cerejo (2001, cit. in Fonseca, 2006) observaram uma tendência geral para o aumento do neuroticismo, ainda que de forma irregular, à medida que

se avança na velhice; ao contrário, a extroversão tende a diminuir com o avanço da idade. Maiden, Peterson, Caya e Hayslip (2003), salientam que embora muitos sujeitos possam manter a personalidade estável sob circunstâncias da vida normais, observa-se que diante situações mais complexas a personalidade moldar-se-ia como forma de se adaptar às transformações da vida (Irigaray & Schneider, 2007; 2009). Por outro lado, é pertinente entender a mudança dos traços de personalidade, na idade avançada, por vezes, como o produto de mudanças fisiológicas relacionadas com o envelhecimento, especialmente por patologias (Côrrea, 2009).

No que concerne ao presente trabalho, e como já referido anteriormente, este será o modelo de base adotado na abordagem da personalidade e da sua correlação com as variáveis que nos propomos estudar. Contudo, iremos focar-nos apenas em três dos cinco fatores enumerados, nomeadamente o Neuroticismo, a Extroversão e a Abertura à experiência. Em jeito de conclusão, e apesar da validade e consistência dos resultados obtidos através da vasta investigação do qual este modelo tem sido alvo, deve ter-se em conta que a teoria dos cinco fatores é apenas uma, por entre uma multiplicidade de outras possíveis (Lima & Simões, 2000; Becker, 1999).

## **2.2. A Religião**

### **2.2.1. Concepções sobre a religião e religiosidade**

Diferentes termos são utilizados para denominar a realidade do fenómeno religioso presente em todos os tempos e culturas ao longo da história: “religião”, “religiosidade”, “sagrado”, “divino”, “mistério”, “transcendente”, entre muitas outras nomenclaturas. Devido à sua complexidade e às múltiplas configurações que assume, este fenómeno tem sido estudado pluridimensionalmente por diversas áreas das ciências sociais como a Sociologia, a Antropologia, a Etnologia, a Psicologia, entre muitas outras. A delimitação do conceito de religião torna-se assim uma árdua tarefa, tendo em conta a permeabilidade e a falta de consenso entre definições e abordagens que tentam conferir-lhe algumas fronteiras com vista a uma maior sistematização (Oliveira, 2000; Rodrigues, 2007). Desta forma, assumimos que todas as conceptualizações se revelarão incompletas, tentaremos contudo delimitar e diferenciar algumas terminologias que permitiram uma análise mais clara deste fenómeno.

A génese da palavra religião parece sugerir algumas bases introdutórias à alusão ao qual a mesma se refere. Cícero afirmava que “religião” (*religio*) provém de *relegere*, que significa: ler de novo; observar algo atentamente; recordar as coisas de Deus. Por sua vez Lactâncio, apologista cristão do século. IV, o vocábulo deriva de *religare*, ou seja, tornar a ligar-se às coisas de Deus. Por outro lado, S. Agostinho, influente filósofo e teólogo cristão do século IV/V prefere derivar o termo de *reeligere*, que significa: ligar de novo a Deus. Independentemente da correta etimologia do termo em si, qualquer uma das hipóteses acima

apresentadas aponta para a religião como adesão voluntária do homem a Deus ou á divindade, através de diferentes ritos e cultos (Segal, 2006; Scopinho, 2010).

Recorrendo a algumas definições conceptualizadas por psicólogos e fenomenólogos encontramos que, para Thouless (1971), a religião é a relação vivida e praticada com o ser ou os seres supramundanos nas quais se crê. Pelo que a religião, conseqüentemente, é um comportamento e um sistema de crenças e sentimentos. Esta conceção permite compreender a religião numa ótica onde entra em jogo a totalidade do homem, os seus aspetos distintos (afetivos, racionais e comportamentais) e sua dimensão de transcendência, de relação diagonal.

Juan Martin Velasco (1982), afirma que a religião é um facto humano complexo e específico, na medida em que se caracteriza por um conjunto de crenças, de práticas, de símbolos, de estruturas sociais através das quais o homem, nas diferentes épocas e culturas, vive a sua relação com um mundo específico, ou seja, o mundo do sagrado. Desta forma, a religião caracteriza-se pela sua complexidade, uma vez que nela estão envolvidos todos os níveis da consciência humana, mas também intervenção de uma intenção específica de referência a uma realidade superior, invisível, transcendente e misteriosa da qual faz depender o sentido último da vida. Podemos verificar que a presente definição completa a anterior, conferindo-lhe uma dimensão social e cultural (Velasco, Franco, Del Rio & Tornos, 1989).

É importante destacar que a dimensão do sagrado assume aqui um papel de primordial. Segundo Pargament (1997), a religião pode ser encarada como uma busca de sentido em relação ao sagrado, adotando uma perspectiva funcional e ao mesmo tempo substantiva para uma abordagem psicológica da religião. Isto porque funcionalmente a religião é uma busca de sentido, mas nem toda as pessoas que procuram podem ser qualificadas de religiosas. Assim, o que distingue a procura religiosa de outros tipos de procura é a referência ao sagrado, pelo que essa é a substância que a distingue de outros fenómenos humanos.

Neste sentido, parece pertinente apresentar algumas distinções. Oliveira (2000) difere o termo religião de *religiosidade*. A religião diz assim respeito a “*um conjunto de doutrinas e práticas visando colocar o homem em contacto com o divino ou sobrenatural, reconhecendo o homem um Princípio superior do qual se faz dependente através da fé e da fidelidade moral aos compromissos assumidos*” (p. 15). Por sua vez, a Religiosidade remete para “*a tendência para os sentimentos religiosos ou abertura ao sobrenatural, mas de forma difusa e descomprometida*” (Oliveira, 2000, p. 15).

Inúmeros psicólogos empenhados no estudo da religião, têm proposto a adoção do termo “*espiritualidade*” ao invés de religião. Isto porque, tal como elucidado na anterior distinção, a “*religião*” remete-nos imediatamente para uma conceção reduzida aos aspetos institucionais, rituais, ideológicos e sociais ou por outro lado, aos aspetos mais alienantes e negativos. Por

sua vez, o termo “espiritualidade” indica os aspectos mais pessoais, experienciais, criativos e realizadores do ser humano (Pargament, 1997).

Por outro lado, Panzini & Bandeira (2007), refere que os termos religiosidade e espiritualidade têm sido usados como sinónimos na maioria dos estudos empíricos, porém este aponta algumas diferenças. Assim, a dimensão religiosa/religião aparece associada a uma profissão de fé, uma crença num ser ou poder sobrenatural ao qual se atribui a responsabilidade da criação e controle do universo. Por outro lado, a espiritualidade relaciona-se com o significado da vida e a razão de viver, com a crença em aspectos sagrados (Deus, Poder Superior e outros substantivos) e ou transcendentos (alma, essência). Panzini, Rocha, Bandeira & Fleck (2007) esclarecem que, nesse sentido, a religiosidade seria a extensão na qual o indivíduo acredita, segue e pratica uma religião. Embora por vezes possa haver uma sobreposição entre espiritualidade e religiosidade, a última difere-se pela clara sugestão de um sistema de adoração/doutrina específica partilhada com um grupo.

Ávila (2003), faz ainda uma distinção entre “religiosidade” de “experiência religiosa”. Segundo este, a primeira remeteria para *“todo o comportamento, atitude, crença que tenha um carácter religioso, independentemente da sua origem (a experiência pessoal, a aprendizagem, a tradição, a rotina etc.) e de toda a avaliação (maturidade, sanidade, profundidade, intensidade etc.)”*, enquanto que a “experiência religiosa” serviria para designar *“a experiência imediata e pré-racional, íntima e pessoal, que pode fundamentar ou não uma vivência religiosa plena”* (p.69). Desta forma, a experiência religiosa permitiria compreender grande parte da religiosidade dos sujeitos, embora existam casos nos quais os comportamentos e atitudes aparentemente religiosos pareçam carecer dessa vivência pessoal que os sustenta, por exemplo, através da prática religiosa rotineira, nas crenças religiosas aprendidas e não interiorizadas.

Segundo Levin, Chatters, & Taylor (1995), de um modo geral, o envolvimento religioso ou religiosidade compreende os comportamentos, atitudes, valores, crenças, sentimentos e experiências motivados pelo contexto religioso. Este pode ainda desdobrar-se em três dimensões: religiosidade organizacional, não-organizacional e subjetiva (Chatters, Levin, & Taylor, 1992). No que concerne à religiosidade organizacional, esta compreende os comportamentos religiosos que ocorrem no contexto da instituição religiosa (como a participação nas atividades religiosas formais), bem como o desempenho de cargos ou funções religiosas. Por sua vez, a religiosidade não-organizacional engloba os comportamentos religiosos privados ou informais, isto é, que ocorrem fora do contexto da instituição religiosa, sem local ou tempo fixos, sem que haja o seguimento de formas litúrgicas pré-estabelecidas, podendo manifestar-se individualmente ou em pequenos grupos familiares e informais (leitura da Bíblia ou outros livros de índole religiosa; momentos de oração; ouvir ou assistir a programas religiosos, etc.). Por último, a religiosidade subjetiva associa-se aos aspectos psicológicos da religiosidade, ou seja, às crenças, conhecimentos e atitudes relativas à

experiência religiosa bem como aos autorrelatos de tais experiências e ao significado pessoal atribuído à religião. As possíveis associações existentes entre religião, qualidade de vida e bem-estar subjetivo têm sido um grande alvo de investigação por parte de diversos autores nas últimas décadas (Chatters, Levin, & Taylor, 1992).

Será de ressaltar que na presente investigação, e tendo em conta os instrumentos utilizados na mesma, não nos parece necessário adotar uma corrente concreta ou uma definição de base demasiado restritiva. Assim, optaremos por uma visão mais abrangente, aceitando a religiosidade humana como um fenómeno ou uma tendência para os sentimentos religiosos ou uma abertura do sujeito ao sobrenatural, podendo estar essa religiosidade integrada ou não numa filiação religiosa concreta, sendo parte da percepção subjetiva do sujeito.

Diferentes concepções do fenómeno religioso em todas as suas vertentes, foram surgindo no sentido de conferir explicações ao seu aparecimento, bem como às suas funções na vida do ser humano. Várias conceptualizações sociopsicológicas foram sendo formuladas neste sentido (Aquino, Correia, Marques, Souza, Freitas, Dias & Araújo, 2009). Sem grande aparato científico, ou qualquer ordem cronológica, faremos uma breve alusão a alguns nomes do panorama psicológico e sociológico que desde cedo se destacaram no interesse e na inclusão da religiosidade nos seus estudos, seguindo a mesma linha de autores sugerida por Oliveira (2000).

Por exemplo, para Durkheim (2002), um dos autores mais importantes do panorama sociológico, tendo realizado uma vasta gama de trabalhos acerca desta temática, concebe a religião de um ponto de vista funcionalista, representando esta uma tentativa de sacralização das leis sociais, assumindo que a divindade não é mais do que a sociedade transfigurada. Assim, a religião seria uma criação social, estando em função da sociedade que ajuda a manter.

De um ponto de vista psicanalítico, a religião era encarada de um ponto de vista negativo. Para Freud (1919), a atitude religiosa é considerada uma patologia ou um transtorno neurótico. A religião seria uma neurose obsessiva universal à humanidade, tal como a neurose obsessiva na criança. Esta teria origem no complexo de Édipo, no relacionamento com o pai, ou seja, a religião seria uma sublimação da imagem parental após o recalçamento da libido. Esta ideia é desenvolvida e concebida de um ponto de vista social, no qual este destaca a frustração e recalçamento a que o homem tem de adaptar na sociedade, resultando a cultura da renúncia do homem ao instinto. Para superar este conjunto de frustrações, o homem regride ao estágio infantil imaginando um Pai bondoso que lhe dá proteção e segurança. Desta forma, este Pai resulta assim de uma projeção ilusória infantil que é mantida na adustez como um mecanismo de defesa e de compensação (Freud, 1927 cit. in Torres, 2012).

Por outro lado, Jung (1967, 1975), discípulo de Freud, no qual é possível verificar um interesse primordial das questões religiosas nos seus estudos e na forma como concebe a organização do ser humano, assume a religiosidade como uma função natural e inerente à psique. A religião seria mais uma atitude da mente do que propriamente um credo específico. Porém, independentemente do credo ou dogma adotado, Jung defendia ser importante para o homem adotar uma atitude religiosa. Por um lado, porque as organizações religiosas ou sistemas, seriam símbolos que capacitariam o homem de estabelecer uma posição espiritual que se contrapõe à mera natureza instintiva do ser humano. Por outro lado, a função da religião seria primordialmente evitar dissociações neuróticas da psique, conseguindo-se tal através do autoconhecimento, só embarque do Ego e o Self, entre a realidade física e psíquica. Jung realça mesmo que a causa de inúmeras neuroses, seria em grande parte devido ao facto das necessidades religiosas da alma não serem mais levadas a sério (Jung, 1967, 1975; Hall & Nordby, 1973).

Também Allport (1966, 1973), procede a uma visão positivista da função religiosa, contrapondo-se às ideias psicanalíticas de base postuladas por Freud (Fuller, 1994). Esta não seria apenas uma função defensiva do Ego, mas um núcleo integrador do seu desenvolvimento. Embora considere que de facto possa haver situações em que a religião atua como canalizador de determinados distúrbios psíquicos, servindo de refúgio a personalidades patológicas, como também uma religiosidade distorcida poderia estimular comportamentos patológicos em pessoas já predispostas para tal. Assim sendo, a religião deveria ser estudada em pessoas equilibradas que de forma consciente vivem a sua religião, de forma a perceber de que forma esta se torna um fator desse equilíbrio, de saúde mental e de unificação e sentido da vida. Existe assim uma primazia conferida a fatores cognitivos e conscientes e não tanto de ordem afetiva e inconsciente como segue a tradição psicanalítica (Fuller, 1994). Com base nestes pressupostos, Allport faz uma pertinente distinção entre religião interior ou intrínseca e uma religião meramente extrínseca. A primeira seria característica de uma personalidade adulta, promovendo a maturidade, é dinâmica, levando a pessoa a supera-se continuamente, abrindo-a ao transcendente e levando-a a respeitar os outros que não praticam a religião ou praticam outra diferente. Contrariamente, uma religião extrínseca seria movida através de desejos e necessidades infantis de defesa e proteção, mantendo a pessoa infantilizada e estática, promovendo desta forma o fanatismo por se tratar de uma religião “fechada”. Nesta óptica, assemelhando-se à visão de Jung, a maturidade espiritual quase se identifica com a maturidade psíquica e vice-versa. Vários outros autores tentaram estratificar a religião com base nesta ideia, sob a forma de outras orientações e nomenclaturas, contudo não nos debruçaremos exaustivamente acerca dessas mesmas distinções uma vez que esta não será necessária tendo em vista a metodologia e os instrumentos utilizados no presente estudo (Donahue, 1985; Fuller, 1994; Cipolla & Cipriani, 2002; Vieira, 2009).

Por outro lado, Fromm (1974, 1975, 1979) baseia o seu discurso religioso distanciando-se criticamente das teorias Freudianas e Junguianas, colocando especial ênfase nos aspetos sociais que condicionam o desenvolvimento psicológico, defendendo que a psicanálise não os considerou suficientemente. Este autor ao deparar-se com a crescente alienação do homem na sociedade ocidental, distanciando-se da natureza e do seu semelhante apesar da necessidade que sente de comunicação e integração. Desta forma, o ser humano tem a necessidade de transcender-se através da procura de valores autênticos e duráveis. A religião serve assim de resposta a uma tensão sentida pelo homem, servindo a transcendência um destino de fuga de si mesmo e da natureza. A religião torna-se assim um sistema de pensamento e de ação partilhado por um grupo e que dá ao indivíduo um quadro de referência e um objeto de devoção. Uma vez que todos parecem necessitar de um quadro de referência e de dedicar-se a valores fundamentais, a religião torna-se um facto universal radicado profundamente na natureza humana.

No que concerne ao estudo concreto da religião do ponto de vista da psicologia, James contesta que para o psicólogo, as tendências religiosas do homem, deverão ser alvo de estudo tal como qualquer outro fator da sua constituição mental. De acordo com este autor, o fenómeno religioso deveria ser estudado a partir das manifestações individuais, interpretando pela primeira vez esta temática do ponto de vista das emoções e sensações que esta provocava, conceitos que até então eram estudados apenas à luz da teologia (Aquino, et al., 2009). William James, fora também um dos autores que se destacou pelo interesse desta temática, tendo-se verificado um aumento do interesse pela mesma, aquando a publicação do seu livro *The varieties of religious experience* (1952). Por consequência, esta obra acabou por influenciar vários autores clássicos, cujos contributos se mostraram imprescindíveis para a formalização de uma área da Psicologia cujo estudo se focaria essencialmente na religião: a Psicologia da Religião (Ferrari, 2002). James tem em conta o carácter holístico ou global dos comportamentos religiosos, bem como a importância que os mesmos assumem para o crente, referindo-se assim com isto a uma religião interior, pessoal e subjetiva, e não tanto à instituição ou aos seus rituais (Ferrari, 2002).

Embora não seja nosso objetivo, debruçarmo-nos acerca do surgimento e da evolução da Psicologia da Religião enquanto área específica de estudo, razão pela qual optamos por não nos debruçarmos em autores clássicos nesta área, tais como Ames, Coe, Maslow, Hall, Leuba, Starbuck, Pratt, Frankl, entre muitos outros (Main, 2006; Vergote, 1966), torna-se pertinente realçarmos o surgimento desta área, formada e direcionada para o estudo dos fenómenos religiosos do ponto de vista da Psicologia, de forma a compreender de que forma esta aborda a variável da religião.

Fraas (1990), refere no Compêndio de Psicologia da Religião, que esta *“restringe-se a perguntar sob que condições a fé se manifestam na forma subjetiva da religiosidade. (...) Não*

*se pode comprovar empiricamente que os comportamentos religiosos sejam expressão do encontro com Deus, mas eles possuem sua realidade antropológica autónoma” (p. 33).*

Neste sentido, ao deparar-se com esta temática, alguns autores alertam que o método utilizado pela Psicologia deverá assumir algumas características, tais como o *empirismo e/ou positivismo* (ou seja, tratamos com uma psicologia empírica ou científica e não filosófica ou teológica, assim, esta deverá estar assente num estudo positivo do fenómeno religioso, entendido como comportamento observável e quantificável, quanto possível); *neutralidade* (a abordagem psicológica não se interessa nem se pronuncia acerca da natureza ontológica da religião, tais como a existência de um Deus, graça ou a fé, nem as afirmando, nem as negando, esta pronuncia-se apenas acerca do valor psicológico dos comportamentos religiosos, tentando interpretar os fatores que os condicionam, as motivações e intenções de quem a pratica, os seus aspetos afetivo-cognitivos etc.) e por último a *relatividade* (apesar da cientificidade da Psicologia da religião, esta deve ter em conta que existem diversas correntes ou teorias psicológicas que abordam de forma muito diversa o comportamento ou a personalidade, o que originará diferentes interpretações do fenómeno religioso) (Milanesi, 1973; Milanesi e Aletti, 1973; Beit-Hallahmi & Argyle, 1997).

Terminando aqui esta condensada exposição de algumas das principais ideias associadas ao estudo da religião enquanto fenómeno psicossocial de grande importância, voltamos agora à estrutura da religião enquanto sistema organizacional integrado nas sociedades modernas. Assim, é possível observar que, independentemente da filiação, credo ou dogma, parece haver alguns aspetos comuns em todas as religiões: a crença ou doutrina (dimensão cognitiva, geralmente consignada num livro sagrado, como a Bíblia); o ritualismo (dimensão comportamental e de ordem simbólica e sagrada, como são os sacramentos no cristianismo, interditos aos não iniciados); a moral (comportamento correspondente ao corpo doutrinal); a comunidade ou consciência de grupo (expressão conjunta das dimensões anteriores). Embora cada um destes aspetos, tenha sofrido grandes mudanças, devido em parte à descrença e relativismo, do secularismo, e do individualismo (Oliveira, 2000; Campbell & Bond, 1982). Para além do ritualismo simbólico e do sentido comunitário, parece haver outros dois elementos fundamentais. Por um lado a crença a numa força sobrenatural, e por outro a ordenação da vida em consonância com esta crença. Por um lado, existem autores que destacam os aspetos teóricos e racionais, outros a prática, prevalecendo o sentimento e a experiência (Oliveira, 2000).

Tendo em conta que a maioria da nossa amostra populacional é constituída por sujeitos Católicos Apostólicos Romanos, parecemos pertinente caracterizar, mesmo que de forma sucinta, este tipo de filiação, abordando os principais pontos em que assenta a sua doutrina. A Igreja Católica, como geralmente é apelidada, pode ainda ser denominada de Igreja Católica Romana, nomenclatura instaurada por Pio XI em 1929, ou ainda Igreja Católica Apostólica Romana. Esta caracteriza-se por ser uma Igreja cristã, tendo como sua autoridade suprema o

Papa, Bispo de Roma e sucessor do apóstolo Pedro. Este é considerado pelos católicos como o autêntico representante de Deus na terra, e por isso o verdadeiro Chefe da Igreja Universal - Igreja Cristã ou união entre todos os cristãos (Matos, 2005). Esta define-se como a Igreja estabelecida por Deus para salvar todos os homens. O próprio termo *católico*, significa *universal* em grego, o que deixa patente a esta ideia (Compêndio do Catecismo da Igreja Católica, 2005). O seu objetivo passa assim, pela conversão das pessoas aos ensinamentos, bem como à pessoa de Jesus Cristo, tendo em vista o Reino de Deus. Para esse propósito, a Igreja serve-se de sacramentos que administra à comunidade cristã (Batismo; Confissão; Eucaristia; Crisma; Sagrado Matrimónio; as Ordens Sagradas e a Extrema-unção) e prega o Evangelho de Jesus Cristo (Zilles, 1995; Compêndio do Catecismo da Igreja Católica, 2005).

A Igreja foi elaborando a sua doutrina, ao longo dos concílios baseados na Bíblia e comentados pelos Pais e pelos doutores da Igreja. Esta propõe aos seus fiéis, uma vida espiritual a partir de regras inspiradas no Evangelho definidas de forma bem precisa. Rege-se pelo Código de Direito Canónico (1983), constituindo-se por uma hierarquia ascendente de membros eclesiais, que vai desde o Diácono, Presbítero, os Bispos, os Patriarcas até ao supremo Papa. Por outro lado, a mesma integra vários movimentos apostólicos, que comportam as diversas ordens religiosas (Compêndio do Catecismo da Igreja Católica, 2005). A Igreja define-se pelas palavras do Credo (Papa São Pio X, 1905), como sendo “una”, pois “nela subsiste a única instituição verdadeiramente alicerçada e encabeçada por Cristo para reunir o povo de Deus, porque tem como alma o Espírito Santo, que une todos os fiéis na comunhão em Cristo e porque tem uma só fé, uma só vida sacramental, uma única sucessão apostólica, uma comum esperança e a mesma caridade”; “santa”, uma vez que esta é a *Noiva de Cristo*, pela sua ligação única com Deus, o seu fundador, visando através dos sacramentos, santificar, purificar e transformar os fiéis; “católica”, uma vez que é universal, e se encontra espalhada por toda a Terra, sendo portadora da integridade e totalidade do conteúdo da fé, estando Cristo presente nela; e por último, “apostólica”, pois esta é fundamentada na doutrina dos apóstolos cuja missão fora recebida sem rutura (Concílio Vaticano II (*Ad Gentes*), 1965; Compêndio do Catecismo da Igreja Católica, 2005).

Na doutrina tradicional da Igreja Católica pode verificar-se a instauração de vários dogmas, definidos no Concílio Vaticano I, como sendo uma *“verdade revelada por Deus, proclamada oficialmente pelo magistério da Igreja e compulsória para todos os cristãos fiéis”* (Braaten & Jenson, 1987, p. 63). Um dos dogmas mais importantes, refere-se ao dogma da Santíssima Trindade. Este assume que Deus é simultaneamente uno, pois só existe um Deus e trino porque está encarnado em três entidades: o Pai, o Filho e o Espírito Santo. A doutrina professa igualmente a divindade de Jesus, o Filho, ou seja, a segunda pessoa da Trindade, advindo a salvação através da fé em Jesus Cristo e através do amor a Deus acima de todas as coisas (Compêndio do Catecismo da Igreja Católica, 2005). Este último pressuposto, remete-nos para os mandamentos através dos quais se organiza a Igreja. Estes são dez, e encerram

em si as diretrizes do comportamento do cristão. Tendo em conta a versão atual ensinada na catequese de língua portuguesa da Igreja Católica, os mandamentos são: 1º “Amar a Deus sobre todas as coisas”; 2º “Não invocar o Santo Nome de Deus em Vão”; 3º “Guardar Domingos e festas de Guarda”; 4º “Honrar pai e mãe”; 5º “Não matar”; 6º “Guardar castidade nas palavras e nas obras”; 7º “Não roubar”, 8º “Não levantar falsos testemunhos”; 9º “Guardar castidade nos pensamentos e nos desejos” e 10º “Não cobiçar as coisas alheias” (Zilles, 1995; Compêndio do Catecismo da Igreja Católica, 2005).

No que concerne à unidade geográfica e organizacional fundamental da Igreja Católica, esta denomina-se de diocese, também chamada eparquia nas Igrejas Orientais. As dioceses correspondem por norma a áreas geográficas definidas, centradas numa cidade principal, sendo chefiada por um bispo. A igreja central de uma diocese é apelidada de catedral, cátedra, ou ainda cadeira do bispo, por ser um dos símbolos principais do seu cargo. Dentro de cada diocese, o bispo exerce o chamado poder ordinário, ou seja, autoridade própria, não delegada por outra pessoa. O bispo tem assim bastante independência na administração da diocese, embora seja o Papa que nomeia os bispos, avaliando o seu desempenho, havendo ainda uma série de outras instituições que governam ou supervisionam certas atividades desenvolvidas igualmente na diocese. Note-se ainda que, algumas dioceses, normalmente centradas em grandes e importantes cidades, recebem o nome de arquidioceses, sendo estas chefiadas por um arcebispo metropolitano. Nas grandes dioceses e nas arquidioceses, o bispo é geralmente assistido por bispos auxiliares, bispos integrais e membros do Colégio dos Bispos não designados para chefiá-las. As designações de arcebispos, bispos, sufragâneos (nomenclatura frequentemente abreviada simplesmente para “bispo”) e bispos auxiliares, referem-se todos a um único cargo, ou seja, o de bispo. Todos são igualmente bispos, sendo que os diferentes títulos apenas indicam que tipos de unidade eclesiástica chefiam (Compêndio do Catecismo da Igreja Católica, 2005). As dioceses, por sua vez, encontram-se divididas em distritos locais chamados paróquias. Segundo os mandamentos desta Igreja, todos os católicos devem frequentar e sustentar a sua Igreja paroquiana local. Embora a Igreja Católica tenha desenvolvido ao longo do tempo um sistema elaborado de governo global, no quotidiano, o catolicismo é vivido na comunidade local, que se une em prece na paróquia local. Desta forma, as paróquias são em grande parte autosuficientes. Podemos dizer que o ato de prece mais importante no seio da Igreja Católica é a liturgia Eucarística, geralmente chamada de Missa. Esta é composta por duas partes principais: a Liturgia da Palavra e a Liturgia da Eucaristia (Catecismo da Igreja Católica, 2005).

Sem nos alongarmos mais acerca do cerne da doutrina da Igreja Católica, importa destacar que esta representa uma entidade com dois milénios de história, sendo assim uma das instituições mais antigas do mundo contemporâneo (Matos, 2005). Ao longo dos tempos, e como podemos constatar historicamente, várias têm sido as críticas a esta Igreja, com base em diversos pressupostos ao longo das diversas gerações. Essas críticas forma tendo

consequências dissemelhantes tendo em conta o momento histórico em questão. Algumas dessas críticas serviram de base para a instauração de novas Igrejas Reformistas que foram surgindo ao longo dos anos. Destacamos, por exemplo, as contestações morais e teológicas de Martinho Lutero no século XVI, que levaram por consequência ao nascimento do protestantismo (Konings & Zilles, 1982; Delumeau, 1997).

No que diz respeito ao panorama atual, as críticas parecem centrar-se em dois pontos. Numa primeira instância, as críticas prendem-se com a história dessa instituição, a qual possui episódios, que numa maior ou menor amplitude, são encarados como injustos, estando em contradição com os fundamentos da mensagem cristã. Por outro lado, muitos dos conceitos e modelos de comportamento adotados pela sociedade atual tendem a distanciar-se dos seus ensinamentos, estando mesmo em oposição com eles. Podemos notar esse distanciamento através de temas como a bioética, a sexualidade, o matrimónio, a aplicação da pena de morte, entre muitos outros (Matos, 2005). A este propósito, o atual Papa Bento XVI (2009), tem vindo a tecer algumas considerações. Crenças doutrinárias rígidas em matérias relacionadas, por exemplo, com a sexualidade humana, tornam-se pouco atraentes num mundo ocidental secularizado onde a diversidade de práticas sexuais e a igualdade dos sexos marcam a norma. Países ou áreas onde em tempos a Igreja Católica Apostólica Romana desempenhou um papel de extrema importância, tais como Quebec, Irlanda ou Espanha, atualmente assistem a uma perda substancial dessa mesma influência (McGuire, 2002; Furseth & Repstad, 2006). De facto, Durante os séculos XVII e XVIII pôde ser observada uma tentativa de cerceamento das manifestações religiosas em virtude dos avanços da ciência, a nível mundial. O processo de secularização, caracterizado pelo pensamento racionalista e individualista moderno, marcou o declínio da influência da Igreja Católica, bem como de inúmeras outras ramificações cristãs. (Vieira, 2009). A generalidade da população abraçou a ideia do secularismo e tentou diminuir a influência da Igreja na sociedade. Ao mesmo tempo, no entanto, o Catolicismo, principalmente o latino, vem experimentando uma dramática adesão em África e em partes da Ásia. Ao passo que, em tempos, os missionários católicos romanos oriundos do Ocidente serviam como padres em igrejas africanas. Em finais do século XX havia um número crescente de países ocidentais que já recrutavam padres africanos para contrabalançar a redução nas suas próprias vocações (Matos, 2005; Bengt, 2000).

Apesar do processo de secularização ter contribuído fortemente para a perda da influência religiosa a nível global, vários autores sustentam que as certezas científicas que outrora substituíram as crenças religiosas, parecem não ser suficientes para corresponder aos apelos contemporâneos. O sistema capitalista pautado pela produção e pelo consumo, parece aprisionar as pessoas nas suas vivências quotidianas. Este interfere assim, na forma como o homem lida com seu tempo e espaço, comprometendo o seu envolvimento com outras experiências que servem de base para a sua própria reflexão. Através desse empobrecimento da subjetividade, os sujeitos parecem não construir referenciais que os auxiliem na forma

como lidam com os acontecimentos dolorosos, porém normativos ao longo da vida, tais como a morte, perdas, insucessos, mas também experiências positivas, de alegria e entusiasmo (Boff, 2001; Lima, 2008).

Neste sentido, Alves (1984) argumenta que perante este estado de anomia, ou seja, de um sentimento de perda da identidade e de referenciais, os sujeitos ou grupos sociais tendem a procurar valores religiosos de forma mais intensa. No final do século passado têm-se assistido ao desenvolvimento de inúmeras novas religiões, bem como um regresso aos estudos no campo religioso. Verifica-se assim, que a dimensão espiritual vem readquirindo espaço na sociedade e tem sido considerada uma das transformações culturais mais importantes do século XXI.

### **2.2.2. Religiosidade e Personalidade**

Atualmente, na literatura científica, temos vindo a assistir a um crescente interesse na investigação acerca do papel da espiritualidade/religiosidade (E/R) na vida dos indivíduos, o que demonstra um aumento da preocupação em aprofundar a compreensão acerca deste tema (Vieira, 2009). Podemos verificar que os fenómenos relacionados à esfera religiosa e espiritual do comportamento humano, têm vindo a ser incluídos nos vários manuais de diagnóstico, por como exemplo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (2000). Da mesma forma, a Organização Mundial de Saúde (1998) incluiu um domínio denominado religiosidade, espiritualidade e crenças pessoais num instrumento de avaliação de qualidade de vida, o WHOQOL, passando a considerar a espiritualidade como um componente importante da experiência humana, incluindo-a no conceito multidimensional de saúde.

Paralelamente, a religiosidade tem vindo a ser apontada como um importante mecanismo de *coping*, especialmente na velhice (Faria & Seild, 2005; Laranjeira, 2007), configurando-se igualmente como um dos principais fatores externos com impacto no Bem-Estar do idoso, e não só (Diener, 1984; Diener & Diener, 2008; Myers e Diener, 1995; Moreira-Almeida, Neto & Koenig, 2006; Cardoso & Ferreira, 2009; Brown & Tierney, 2009). Esta parece assumir uma importante função adaptativa permitindo conferir novos significados às inúmeras modificações biológicas, psicológicas e sociais que caracterizam a velhice (Dendena, Dallazen, Lyra, & Tosi, 2011; Silva & Alves, 2007; Pazini, Rocha, Bandeira & Fleck, 2007; Faria & Seild, 2005; Laranjeira, 2007; Neri, 1995, 2000, 2001a; Neri & Yassuda, 2004). Por outro lado, a participação do idoso em eventos religiosos ter igualmente um impacto positivo, por um lado como fator de socialização, por outro como próprio estimulador das capacidades cognitivas do idoso (Young & Dowling, 1987; Wink & Dillon, 2003; Mindel & Vaughan, 1978; Ellison, 1991; Frazier, Mintz, & Mobley, 2005) e satisfação com a vida (Hunsberger, 1985; Koenig, Kvale, & Ferrel, 1988; Ellison, 1991).

No panorama científico atual e como temos vindo a frisar, inúmeros estudos têm vindo a relacionar a dimensão religiosa, com variáveis como o género, a idade, a saúde física e mental, entre muitas outras (Ávila, 2003; Moreira-Almeida, Neto & Koenig, 2006; Shapiro, 1994; Levin, Markides, Ray 1996; Levin & Chatters, 1998; Watson, 2000). Contudo, relativamente à correlação entre E/R e personalidade, a literatura parece carecer ainda de mais estudos, embora possamos já assistir a um crescente número de pesquisas que se tem vindo a interessar pelo estudo destas variáveis, parecendo haver algum consenso nos resultados obtidos (Alminhana & Moreira-Almeida, 2009). A personalidade em si, embora tenha vindo a ser estudada pela psicologia ocidental desde o século XIX, as questões relativas à R/E, chegaram mesmo a ser patologizadas por diferentes teorias, não só a nível da psicologia, como também da psiquiatria (Alminhana & Moreira-Almeida, 2009). Contrariamente, para alguns autores, entre os quais Fowler (1992), a fé faz parte da consciência humana, pelo que esta e personalidade do indivíduo desenvolvem-se juntas. Neste sentido, a fé é universal, uma vez que está presente em todos os seres humanos, todos os sujeitos têm algum tipo de fé, ou seja, todos os indivíduos têm um ou vários centros de valor, que conferem sentido e direção à sua vida.

Com o intuito de averiguar a investigação científica levada a cabo acerca da relação entre E/R e a personalidade, Saroglu (2002) realizou uma meta-análise com base em treze estudos sobre religiosidade e os cinco fatores de personalidade. De uma forma geral, os dados apontados mostraram que as religiosidades geral-intrínseca e aberta-madura estiveram correlacionadas, especialmente com a Amabilidade e com a Conscienciosidade, tal como fora hipotizado pelo autor. Diversos estudos têm vindo a reforçar esta correlação (Ávila, 2003).

Este salienta que a religião relaciona-se com os cinco fatores de personalidade, porém, essa relação encontra-se intimamente ligada à dimensão de religiosidade que é medida. Neste sentido, seria importante que a investigação realizada futuramente permitisse que as meta-análises investigassem o impacto de variáveis moderadoras, como a idade, o género, bem como populações gerais *versus* específicas.

Taylor e McDonald (1999) levaram a cabo um estudo no Canadá, com 1.129 estudantes universitários de Psicologia, obtendo resultados semelhantes àqueles apontados por Saroglou (2002). Destacamos aqui uma das limitações ao estudo, referidas pelos autores, e que se prende com a amostra questão, ou seja, apesar de muita da investigação a nível geral ser levada a cabo recorrendo a estudantes universitários, por serem em parte uma amostra de fácil acesso, esta pode não representar as condições apropriadas para estudar as relações entre personalidade e religiosidade. Por outro lado, McCullough, Tsang e Brion (2003), realçam que a maioria dos estudos sobre personalidade e religiosidade são transversais, tendo por base instrumentos de autoavaliação. Desta forma, e segundo os mesmos autores, pesquisas longitudinais mais amplas, a par de estudos que avaliem de forma mais completa a inter-relação da personalidade e dos fatores sociais na formação da religiosidade, serão

aspectos importantes a ter em consideração, no sentido de dar continuidade à visão de Allport para uma psicologia da personalidade que ofereça uma luz à dimensão religiosa do funcionamento humano.

De facto, um dos poucos estudos longitudinais encontrados fora conduzido por estes mesmos autores, no qual se investigou a associação entre os Cinco Grandes Fatores de personalidade e religiosidade, numa perspetiva desenvolvimental. Os autores analisaram 492 adolescentes superdotados ( $QI = ou > 135$ ), entre os 12 e os 18 anos, durante um período de 19 anos. Os adolescentes foram avaliados em intervalos entre 5 e 10 anos, tendo os seus pais e professores preenchido igualmente uma escala de personalidade com base na sua própria perceção acerca de cada participante. Nos seus resultados, os adolescentes que foram apontados pelos pais e professores como mais abertos à experiência tornaram-se mais religiosos em adultos, o que vem contrariar as expectativas, pois a Abertura à Experiência está relacionada à tendência em considerar novas ideias e a questionar valores e crenças. Porém, uma vez que os temas ligados à R/E são extremamente amplos no que diz respeito a ideias, crenças e valores, é possível que a Abertura à Experiência possa predispor os adolescentes a considerarem as dimensões de R/E da vida. Os resultados obtidos posteriormente, através das correlações entre os cinco principais traços, através de regressões multivariadas sugerem que a Conscienciosidade em adolescentes parece ser o único preditor significativo para uma maior religiosidade na vida adulta dos jovens.

McCullough, Tsang e Brion (2003) referem que tal facto parece sugerir processos de desenvolvimento em que a Conscienciosidade seria uma tendência biológica e a religiosidade, uma característica adaptativa, a qual sujeitos com alta Conscienciosidade estariam propensas a adotar. Mesmo assim, a associação entre conscienciosidade-religiosidade parece atingir os adolescentes em geral, sem diferenças significativas entre os seus graus de educação religiosa. Outro dos aspetos observados durante esta investigação, prende-se com o facto de adolescentes que mostraram uma maior instabilidade emocional parecem apresentar uma maior tendência para a dotar níveis de religiosidade semelhantes aos dos seus pais. Tal poderá significar, que o adolescente emocionalmente instável pode adotar a religião dos pais como forma de manter o bem-estar afetivo, evitando assim conflitos com a família. Assim, de uma forma geral, os resultados obtidos parecem apresentar associações positivas entre uma alta Conscienciosidade e uma alta Amabilidade e a Religiosidade, no qual a Conscienciosidade se configura como preditor de religiosidade na adustez, independentemente da educação religiosa recebida. Também no contexto nacional algumas investigações têm sido levadas a cabo nesse sentido, embora o panorama se afigure escasso.

Silva (2010), levou a cabo um estudo com o propósito de verificar a relação entre o envolvimento religioso e os traços de personalidade em indivíduos do meio rural e urbano, através de uma amostra aleatória de 400 sujeitos, no total. A amostra rural foi recolhida no distrito de Portalegre (200 sujeitos), enquanto que a amostra urbana foi recolhida na região

da Grande Lisboa (200 sujeitos), estando as idades dos participantes compreendidas entre os 18 e os 103 anos. Os resultados observados mostraram associações significativas entre as dimensões da personalidade, com as dimensões da religiosidade, sendo que os indivíduos com uma alta religiosidade apresentaram traços mais vinculados de Amabilidade e de Conscienciosidade. Paralelamente, verificou-se que os indivíduos com alta religiosidade no meio urbano apresentam um nível mais elevado de neuroticismo e de abertura à experiência do que no meio rural. De forma semelhante, muita da investigação levada a cabo tendo em vista explorar a relação entre religiosidade e personalidade, tem sido levada a cabo com base no *Eysenck Personality Questionnaire* (EPQ). Na sua generalidade, a maioria dos estudos parecem apontar para resultados consensuais, estando esses mesmos em concordância com os resultados obtidos através no NEO-PI-R, baseado no modelo dos Big Five. Desta forma, observamos que uma alta religiosidade parece estar associada a baixos índices de Psicoticismo, e altos índices de Amabilidade e Conscienciosidade, sendo que estes dois últimos traços do modelo *Big Five*, são apontados pela literatura como inversos relativamente ao traço de Psicoticismo no modelo de Eysenck (Goldberg & Rosolack, 1994; Maltby, Talley, Cooper & Leslie, 1995; Wilde & Joseph, 1997; Lewis, 1999; Maltby, 1999; Egan, Kroll, Carey, Johnson & Erickson, 2004).

Destacamos Hills, Francis, Argyle & Jackson (2004), o qual levaram a cabo um estudo utilizando o *Religious Life Inventory*, que inclui escalas referentes à religiosidade extrínseca, intrínseca e ainda à procura/busca espiritual/religiosa (do inglês *quest*) e o EPP (*Eysenck Personality Profiler*), a fim de avaliar os traços de personalidade. A amostra do estudo foi constituída por 400 estudantes universitários (110 homens e 290 mulheres). De facto, o Psicoticismo encontrou-se negativamente associado a todas as variáveis religiosas, comportamentais e psicométricas, tendo sido o valor dessas mesmas associações relativamente similares, embora a relação com a religiosidade extrínseca tenha sido a mais fraca. Observou-se ainda que as relações entre psicoticismo e religiosidade não podem ser atribuídas a diferenças unicamente de género (no caso o masculino), sendo, então, a associação negativa com psicoticismo uma característica geral da religiosidade. Já anteriormente, Lewis (1999) levava a cabo um estudo com um perfil instrumental semelhante, mas tendo por base dois momentos distintos de avaliação. O intuito era perceber até que ponto a correlação negativa entre psicoticismo e religiosidade se devia à desejabilidade social, porém os resultados mostraram valores praticamente idênticos nos diferentes momentos, o que enfraquece a probabilidade dessa associação se dever à desejabilidade social dos participantes. Voltando ainda aos resultados verificados no estudo de Hills, Francis, Argyle & Jackson (2004), estes constaram ainda, que ao contrário do que estava postulado, também os outros traços se mostraram associados à religiosidade, com especial destaque para o Neuroticismo, o qual se mostrou positivamente associado à religiosidade extrínseca e à procura/busca religiosa, não tendo apresentado associações significativas face à religiosidade extrínseca, nem com as variáveis comportamentais relativas à participação de eventos

religiosos ou à oração pessoal. Os sentimentos de culpa mostraram-se também relacionados a cada uma das orientações religiosas, revelando-se uma importante preditor da religiosidade intrínseca e também da procura/busca religiosa. Por outro lado, os sujeitos com uma orientação maioritariamente intrínseca, mostraram-se mais felizes, mais dogmáticos, menos agressivos e mais independentes.

Por fim, e em jeito de conclusão, frisamos um resultado interessante que tem chamado a atenção dos investigadores nesta área, tendo em conta o Modelo dos Cinco Grandes fatores. Alminhana & Moreira-Almeida (2009), levaram a cabo uma revisão sistemática da literatura com o intuito de analisar as evidências empíricas presentes na literatura acerca da relação entre espiritualidade, religiosidade e personalidade. Após a revisão levada a cabo, uma das principais conclusões prendeu-se com o facto da crença numa qualquer dimensão de religiosidade, numa realidade transcendente ou num Deus pessoal, nalguns casos, parece não possuir qualquer correspondência com nenhum dos cinco fatores de personalidade. Desta forma, alguns resultados parecem indicar que a R/E poderá ser um potencial sexto fator de personalidade que parece não estar presente em nenhum dos modelos de personalidade atuais (Kosek, 1999; Hills, Francis, Argyle & Jackson, 2004). Embora esta suposição necessite de ser intensamente estudada no futuro, realça a importância da dimensão religiosa/espiritual como variável de estudo no contexto atual, bem como da relação com a desta com um vasto leque de fatores, nomeadamente a personalidade.

## **2.3. Bem- estar subjetivo/Felicidade**

### **2.3.1. Delimitação do Conceito de Bem- Estar Subejtivo**

Segundo Diener, Oishi e Lucas (2003), o conceito de Bem-Estar Subjetivo (BES) seria leigamente empregado como sinónimo de felicidade, prazer ou satisfação com a vida. Deste ponto de vista, facilmente constatamos que a atenção dispensada a este tema não é recente. Desde a antiga Grécia que filósofos como Aristóteles se questionavam acerca da essência de uma vida feliz (Siqueira & Padovam, 2008). Nos últimos anos, temos vindo a assistir a uma mudança de paradigma, uma vez que, se ao longo de praticamente todo o século XX, o foco dos estudos estava direcionado para os estados afetivos patológicos, atualmente a Psicologia e a Psiquiatria têm-se interessado pelos fatores que promovem o bem-estar dos sujeitos (Ferraz, Tavares & Zilberman, 2007). Com o surgimento da Psicologia Positiva, dedicada a investigar os estados afetivos positivos, como a felicidade, o contentamento, a resiliência, o otimismo, a gratidão e a qualidade de vida, entre outros, fica patente uma maior preocupação não só do estudo da patologia e da fraqueza, mas também da força e da virtude (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Lopez, 2008). A identificação dos fatores de promoção do bem-estar poderia ser particularmente útil à subpopulação que é mais predisposta a doenças mentais, favorecendo o desenvolvimento de abordagens preventivas, com potencial repercussão nas áreas social e ocupacional (Ferraz, Tavares & Zilberman, 2007).

Relativamente à evolução do conceito de Bem-Estar Subjetivo ao longo do tempo, este têm-se revelado conceptualmente abrangente e difuso. Mesmo na literatura científica, vários autores apontam para um uso pouco correto das distinções conceptuais e operacionais deste termo (George, 1981; Horley, 1984; Andrews & Robinson, 1991). Os investigadores de várias áreas de estudo têm reunido os seus próprios termos e designações, no estudo do BES, sendo que os termos utilizados são transferíveis mas nem sempre são sinónimos (Andrews & Robinson, 1991). Neste sentido fica patente a necessidade de uma maior integração do conceito, embora nos últimos anos se tenha assistido não só a um maior consenso, bem como de uma maior consistência deste termo, devido à investigação de que tem sido alvo (Diener, 1984; Sirgy, 2002). Atualmente, o Bem-Estar Subjetivo tem vindo a marcar posição no contexto científico, considerando-se um campo de estudo em expansão (Galinha & Ribeiro, 2005a).

Antes de prosseguir, e tendo em conta as diferentes nomenclaturas por vezes adotadas para fazer alusão ao conceito de BES, será importante tecer a diferenciação entre Bem-Estar Subjetivo e Bem-Estar Psicológico, pela proximidade conceptual entre ambos, o que pode vir suscitar algumas dúvidas desnecessárias. De acordo com Novo (2005), o Bem-Estar Subjetivo, forma um campo de estudo que integra as dimensões do Afeto e da Satisfação com a Vida, sendo que o Bem-Estar Psicológico remete para outro campo de estudo, fundado nos anos 80, por Ryff, e que integra os conceitos de autoaceitação, autonomia, controlo sobre o meio, relações positivas, propósito na vida e desenvolvimento pessoal. (Galinha & Ribeiro, 2005a; Siqueira & Padovam, 2008). Os estudos sobre o Bem-Estar Subjetivo intensificaram-se a partir da década de 80, desenvolvendo-se em paralelo e, muitas vezes, em articulação com os conceitos do Bem-Estar Psicológico, no seio de um campo ainda maior que é o da saúde em geral e da Saúde Mental em particular. A separação do Bem-Estar Psicológico e do Bem-Estar Subjetivo torna-se, por estas razões, essencial para respeitar os limites dos conceitos (Galinha & Ribeiro, 2005a).

De um modo geral, os estudos acerca da felicidade adotam três linhas orientadoras, encarando-a como o sentimento de estar no controlo da própria vida (Ryff, 1989; Csikszentmihalyi, 1999; Costa & Pereira, 2007); encarando-a como traço (Michalos, 1980; Diener, 1984, 1996) ou por último como um estado (Costa & Pereira, 2007).

Podemos dizer que a primeira conceção sugere a felicidade como o resultado de uma personalidade autotélica, no qual as pessoas felizes se julgam valiosas e importantes, mostrando-se assim menos dependentes de gratificações externas (Csikszentmihalyi, 1999). Segundo o mesmo autor, a felicidade seria uma consequência das complexas atividades de *flow* na vida, sendo este resultado atingido por sujeitos que tivessem desenvolvido essa personalidade. O *flow* seria um estado de intensa concentração na atividade na atividade que está ser realizada pelo sujeito, no qual este perde a sua noção e realidade (Graziano, 2005). Este crescimento psicológico levaria a um *eu* mais complexo, provocando uma sensação de profunda satisfação, (Csikszentmihalyi, 1992). É importante ressaltar que este autor não nega

o valor do prazer passivo na vida das pessoas (sentido hedônico da felicidade), mas que este não geraria um sentimento tão profundo.

Por outro lado, as perspectivas que compreendem a felicidade enquanto estado, classificam-na como o resultado de inúmeros momentos de felicidade (Costa e Pereira (2007). Esta visão encontra-se de acordo com as teorias denominadas de *bottom-up*, da qual falaremos mais adiante, baseando-se estas na visão lockeana de que a mente seria uma tábua rasa moldada pela experiência. Desta forma, não só fatores ligados à personalidade do sujeito, mas também circunstâncias ambientais amplas e duradoras no tempo poderiam produzir mudanças significativas e de longa duração no BES. Tal pode ser facilmente observado através de estudos transculturais, no qual se comparam grupos, nações ou culturais no qual as circunstâncias de vida podem ser extremamente diferentes (Diener, 1996).

Por último, a felicidade pode ainda ser entendida como um traço, no qual os indivíduos mais felizes possuem um sistema emocional que reage de forma apropriada às circunstâncias da vida, de forma a interpretar as experiências da vida de maneira positiva (Diener e Seligman, 2002). Nesta visão, a experiência em si não seria nem boa, nem má. Esta concepção baseia-se nas teorias *top-down*, influenciadas pela visão kantiana, na qual a mente seria uma interprete ativa organizadora da experiência sensorial, filtrando e selecionando as sensações que chegam até ela, de forma congruente com as suas crenças e atitudes (Feist et al., 1995). Lykken e Tellegen (1996) afirmaram mesmo que cerca de 80% da variância estável no BES seria de ordem genética. Estas teorias seriam reforçadas por alguns estudos, tais como o de Suh et al. (1996), que revelaram que as mudanças ou as circunstâncias significativas da vida pareciam não possuir uma influência significativa no BES por períodos longos. Em suma, facilmente verificamos que parece não existir uma plena concordância entre teóricos acerca do conceito e da definição da felicidade ou BES, sendo esta encarada de forma diferente tendo em conta o pressuposto teórico pelo qual se aborda.

De um modo geral, o Bem-Estar Subjetivo (BES) caracteriza-se pela avaliação levada a cabo pelo próprio indivíduo, acerca da sua vida, bem como ao grau de satisfação inerente aos diversos domínios que a constituem, tal como podemos observar na definição de Diener (2007):

*“Subjective well-being is the scientific name for how people evaluate their lives. People can evaluate their lives in terms of a global judgment (such as life satisfaction or feelings of fulfillment), in terms of evaluating the domains of their lives (such as marriage or work), or in terms of their ongoing emotional feelings about what is happening to them (feeling pleasant emotions, which arise from positive evaluations of one’s experiences, and low levels of unpleasant feelings, which arise from negative evaluations of one’s experiences).”*

Ao fazer um levantamento bibliográfico dos estudos relacionados ao BES, Diener (1984) agrupou as definições encontradas em três categorias principais, que classificou em termos de: *qualidades desejáveis, avaliação individual e emoções prazerosas*. A primeira categoria concebe o bem-estar através de critérios externos, tais como virtude ou a santidade. Esta categoria é considerada normativa, uma vez que define o que é desejável. Assim sendo, o critério da felicidade não está no julgamento do indivíduo, mas sim num valor do observador ou da sociedade, não sendo a felicidade encarada como um estado subjetivo. Na segunda categoria de definição, o BES já é definido pela satisfação de vida do indivíduo, de modo que são os seus padrões individuais que estão em questão. Caracteriza-se pela subjetividade de cada sujeito e, portanto, quais os critérios individuais que o sujeito utiliza para avaliar sua vida, investigando as razões que levam as pessoas a avaliar as suas vidas em termos positivos. A terceira e última categoria, percebe o BES como o resultado da predominância de afetos positivos sobre afetos negativos, focando-se nas experiências emocionais prazerosas. Esta enfatiza a experiência emocional de satisfação ou prazer e preocupa-se em perceber o grau de emoções positivas ou negativas experienciadas pelo indivíduo durante um período específico da vida, ou o grau de predisposição do sujeito para sentir essas mesmas emoções.

Segundo o mesmo autor, o BES reúne ainda três características fundamentais que o delimitam e definem. O primeiro aspeto refere-se à subjetividade, uma vez que o bem-estar reside dentro da experiência do indivíduo e subjetiva de cada indivíduo. As nossas experiências são avaliadas subjetivamente, pelo que, a posse de uma grande quantidade de bens materiais, não implica necessariamente que o sujeito desfrute de altos níveis de bem-estar subjetivo. Para Pereira (1997), as condições externas que trazem felicidade são aquelas que contribuem para a realização dos objetivos pessoais. O segundo elemento pressupõe que o bem-estar não é apenas a ausência de fatores negativos, incluindo necessariamente a presença de fatores positivos, tais como a alegria, o prazer e o otimismo. Por último, o terceiro aspeto salienta que as medidas relativas ao BES incluem uma avaliação global de todos os aspetos da vida de uma pessoa, e não apenas a um determinado aspeto da vida do sujeito (Diener, 1984; 2009).

O bem-estar subjetivo encontra-se integrado nos componentes que caracterizam a qualidade de vida. De facto, a maioria dos estudos consideram-no como uma autoavaliação subjetiva da qualidade de vida, uma vez que traduz a perceção pessoal de satisfação e bem-estar pessoal, independentemente dos indicadores económicos ou demográficos, embora estes possam influenciá-lo (Gonçalves, 2006).

Para melhor compreender esta distinção, façamos uma breve análise ao construto e às variáveis que constituem a Qualidade de Vida. Para Pereira e Engelmann (1993) esta pode ser dividida em dois componentes distintos de avaliação: o bem-estar objetivo e o bem-estar subjetivo. Nesta distinção, o bem-estar objetivo compreende os recursos que as pessoas têm e que lhes garantem a satisfação das necessidades primárias de vida e de segurança. Este subdivide-se ainda em dois subcomponentes: bem-estar económico (renda, salário) e o bem-

estar sócio-demográfico (moradia, lazer, educação, saúde, emprego, transportes, dentre outros). É importante ter em conta que, embora estes fatores sejam importantes, estes apenas descrevem objetivamente as condições de vida das pessoas, não sendo possível através destes perceber como é que o sujeito percebe essas mesmas condições, ou seja, a forma como as pessoas percebem e pensam, tendo em conta uma série de fatores psicológicos que interferem no resultado último dessa mesma percepção.

Assim sendo, deparamo-nos com a outra dimensão da qualidade de vida: o bem-estar subjetivo. Como já referido anteriormente, este refere-se à avaliação individual e subjetiva que cada qual faz dos vários domínios que constituem a vida do indivíduo (Diener, Scollon e Lucas, 2003). Também este se subdivide em quatro subcomponentes: a satisfação com a vida; o afeto positivo; o afeto negativo e a felicidade.

Ostrom (1969 cit in Giacomoni, 2004) encara o BES como uma atitude, possuindo esta dois componentes básicos, o afeto e a cognição. O componente afetivo envolve os componentes emocionais, integrando os elementos acima referidos: o afeto positivo e negativo e a felicidade. Em contrapartida, o componente cognitivo refere-se aos aspetos racionais e intelectuais, dizendo respeito à satisfação com a vida. Esta mesma distinção é feita por Pereira (1997), que por sua vez salienta ainda os aspetos psicossociais da saúde mental que estão inerentes ao BES, que incluem elementos relativos ao *locus* de controlo, ansiedade, otimismo, autoestima, *stress*, entre outros (Lawton, 1983).

De seguida iremos caracterizar sucintamente cada um dos quatro elementos constituintes do bem-estar subjetivo. Tal como já referido anteriormente, a dimensão afetiva do BES é representada pelos afetos positivos, pelos afetos negativos e pela felicidade. No que concerne aos afetos positivos, estes incluem estados de ânimo considerados positivos, tais como o contentamento, a alegria, o prazer, o otimismo, a serenidade, a esperança e o encantamento. Contrariamente a estes, os afetos negativos situam-se no pólo oposto, sendo caracterizados por sentimentos negativos dos quais fazem parte o pessimismo, o desinteresse, a apatia, a raiva, a desesperança, o medo, a repulsa, a tristeza e o desgosto (Diener, 1984; Pereira, 1997; Seligman, 2002).

Relativamente aos afetos, estes parecem constituir a faceta mais lábil e momentânea do BES, em comparação aos dois restantes elementos do mesmo. A independência entre afeto positivo e afeto negativo tem sido uma questão polémica. No entanto, a maioria dos estudos parece apontar para uma relação independente entre ambos, visto que desfrutar de altos níveis de afetos positivos não garante necessariamente baixos níveis de afeto negativo (Watson, Clark & Tellegen, 1988; Tellegen, Watson & Clark, 1999; Galinha & Ribeiro, 2005b; Casulo, 2002). Esta conclusão veio sendo reforçada através de várias investigações realizadas, nomeadamente as de Bradburn & Caplovitz realizadas em 1965, Harding (1982) e Warr (1978) os quais demonstraram que, ao ser comparada, ao longo do tempo, a média entre a

intensidade e a frequência destes dois tipos de afetos, os resultados mostram que estes tendem realmente a ser independentes, concluindo-se que uma baixa frequência ou a ausência de afetos negativos não implica a presença de afetos positivos (Diener, 1984). Desta forma, uma pessoa que experimente constantemente afetos positivos pode igualmente experimentar constantes afetos negativos e vice-versa. Assim sendo, a literatura estudada parece apontar que, no que concerne à felicidade, será mais importante a frequência de afetos positivos do que propriamente a sua intensidade (Rodrigues, 2007).

De acordo com Diener, Scollon e Lucas (2003, 2006) existem três razões para que os estudos acerca do BES foquem a sua atenção na frequência dos afetos, mais do que na intensidade. Em primeiro lugar, a sensação de intensidade pode estar associada a características individuais, pelo que, pessoas que tendem a experimentar emoções positivas de forma intensa, terão maior tendência a experimentar emoções negativas intensas, por se tratar de uma característica individual do sujeito. A segunda razão prende-se com o facto das experiências muito intensas serem bastante raras (ex: ganhar a lotaria ou tornar-se paraplégico). A terceira e última razão, tem a ver com o facto de a frequência possuir melhores características psicométricas do que a intensidade, uma vez que a avaliação da intensidade pode ser bastante subjetiva e poder variar de uma pessoa para outra, pelo que o que é considerado muito intenso para um indivíduo, pode não o ser para outro.

Concluimos assim que, no que concerne aos afetos, para experimentar elevados índices de BES, não basta vivenciar acontecimentos positivos, é também necessário que o sujeito considere que de alguma forma influenciou de alguma forma a ocorrência desse evento, estando esta percepção relacionada com a locus de controlo do próprio sujeito.

Por outro lado, deveremos ainda ter em conta essa mesma diferença na percepção entre indivíduos, o que faz com que pessoas felizes tendam a perceber os acontecimentos positivos de forma diferente da forma como os encaram as pessoas infelizes. Desta forma, podemos concluir que os afetos podem interferir na dimensão cognitiva, sendo que também a cognição poderá interferir na dimensão afetiva (Rodrigues, 2007).

A par dos afetos, a felicidade representa o terceiro elemento que constitui a vertente afetiva do BES, embora esta não seja exclusivamente do campo afetivo, contendo também cognição. Antes de mais, é necessário realçar que, apesar de este conceito ser frequentemente encontrado na literatura como sinónimo de BES, estes conceitos relacionam-se mas mantêm-se distintos, sendo a felicidade um constituinte deste (Gonçalves, 2006). Uma vez que no dia-a-dia são múltiplas as referências ao conceito de felicidade, leigamente utilizado na linguagem comum, os contornos do seu significado pode ser algo confuso do ponto de vista científico. De um modo geral, podemos assumir que a felicidade é representada pela predominância da frequência de ocorrência do afeto positivo sobre o afeto negativo (Fordyce, 1983, 1988; Diener, 1984; Argyle, 1989 cit in Diener & Diener, 2008; Pereira e Engelmann,

1993). Segundo Pereira (1997), a felicidade expressa o conjunto de experiências emocionais positivas, tendo inerentes modelos de representações culturais, no qual se incluem as crenças daquilo que se julga acerca do ser-se feliz, reunindo de forma complexa variáveis como a esperança, o otimismo, a autoestima e a agradabilidade.

Neste sentido, as emoções positivas parecem ser fundamentais para experienciar felicidade, uma vez que, para além de propiciarem experiências prazerosas quando estão presentes, permitem e fomentam uma melhoria na qualidade de vida noutros momentos futuros (Gonçalves, 2006). A emoção positiva é importante, não apenas pela sensação agradável que proporciona, mas porque permite um melhor relacionamento entre o indivíduo e o mundo (Seligman, 2002), fomentando assim uma melhoria da saúde física, dos relacionamentos de amizade, de amor, aumentando a realização pessoal (Fredrickson, 1998). Harker e Keltner (2001) numa compilação de trabalhos sobre emoções positivas concluíram que estas ajudam a desfazer os efeitos prolongados das emoções negativas. Assim, têm consequências sociais benéficas, fazendo com que as pessoas tenham comportamentos de cooperação, o que leva a interações sociais mutuamente recompensadoras, construindo e fortalecendo os laços sociais. Por outro lado, Fredrickson (2001) acrescenta que as emoções positivas desempenham um importante papel na evolução, fortalecendo os recursos intelectuais, físicos e sociais, sendo estes úteis em situações adversas, proporcionando um estado de espírito positivo, agregando as pessoas, uma vez que, de forma geral, todos gostam de ficar perto de pessoas felizes. Da mesma forma Csikszentmihalyi (1992), após 25 anos de observação, concluiu que não adianta procurar a felicidade, pois esta não é o resultado da boa sorte ou do acaso, nem tão pouco adquirível através de bens materiais como o dinheiro. A felicidade não dependeria de fatores externos, mas sim da forma como interpretamos esses mesmos acontecimentos.

Segundo Bradburn (1969 cit in Gonçalves, 2006) e Diener (1984) a felicidade consistiria em experimentar frequentes afetos positivos e poucos afetos negativos. Algumas investigações (Seligman, 2002; Lyubomirsky, King & Diener, 2005) têm vindo a reforçar esta posição, defendendo que a felicidade não advém de uma única grande carga emocional positiva, o que também vale para os afetos negativos, mas sim da experiência de pequenas doses de afetos positivos em diversos momentos do dia-a-dia.

Com base no pressuposto de que a felicidade seria gerada por pequenos, mas frequentes níveis de afeto positivo, vários são os itens apontados na literatura, os quais parecem contribuir para um aumento desses mesmos afetos e por conseguinte da felicidade. Em jeito de conclusão, citamos Myers (2010) o qual destaca: saborear o momento (prestando maior atenção aos pequenos detalhes do dia a dia); assumir o controlo do próprio tempo, organizando-o em função dos objetivos a alcançar (dividindo as tarefas em pequenas etapas); agir como se estivesse feliz, tentando sorrir mesmo que seja momentâneo; estimular as próprias habilidades através do trabalho e do lazer; desenvolver alguma atividade física;

reservar tempo para o sono e para ficar sozinho; dar prioridade aos relacionamentos íntimos e por último a procura da própria religiosidade e fé.

Por último, e no que concerne à dimensão cognitiva do BES, resta-nos contemplar a satisfação com a vida. Primeiramente é necessário evidenciar que também esta componente tem sido confundida por vezes com a felicidade. É importante diferenciar estas duas conceções, visto que a satisfação é alcançada pelo sujeito quando este acredita que obteve os resultados esperados, de acordo com as suas necessidades, aspirações ou expectativas. Por sua vez a felicidade remete para a predominância da frequência de experiências emocionais positivas sobre as negativas (Campbell, 1976 cit. in Rodrigues, 2007; Diener, 1984; Pereira, 1997). Por estes dois componentes serem distintos, o facto de experienciarmos ou não felicidade, torna-se independente da nossa satisfação, podendo assim haver pessoas satisfeitas e felizes; pessoas satisfeitas e infelizes; insatisfeitas e felizes; e insatisfeitas e infelizes.

De acordo com Diener e Suh (1997), o indivíduo avalia a sua vida de acordo com a sua vivência real, ponderando os aspetos agradáveis e desagradáveis que conduzem a um julgamento global de sua vida, com o mínimo de influência emocional no momento da avaliação. Para Pereira (1997), essa avaliação cognitiva sobre a vida, pode ser efetuada através de dois mecanismos: a *satisfação plena ou de sucesso*, quando foi alcançada a meta a que se havia proposto e a *satisfação parcial ou de resignação*, quando apenas uma parte dessa meta fora alcançada. Em relação ao grau de abrangência, há três possibilidades de se experimentar satisfação, nomeadamente: a satisfação de vida como um todo, que ocorre em relação à totalidade dos domínios de necessidades, aspirações ou expectativas, tais como saúde, educação, moradia, família, amigos, relacionamentos amorosos, salário ou renda, lazer, transporte, alimentação; a satisfação em relação a totalidade de cada um desses domínios, tendo como exemplo: satisfação com o trabalho, com a moradia, com os relacionamentos etc. e por último a satisfação frente a elementos específicos de cada domínio de vida, como, por exemplo: satisfação com a localidade da residência, com os colegas de trabalho etc. (Pereira, 1993, 1997). Para Diener (1984) é relevante estudar a satisfação de vida por intermédio de domínios, uma vez que, se foram eleitos pela pessoa, condizem mais de perto com o bem-estar subjetivo de quem os elegeu, do mesmo modo que tem se mostrado de grande importância nos estudos transculturais.

Dos diferentes graus de satisfação alcançáveis, verifica-se que a pessoa pode estar satisfeita sem experimentar felicidade, o que a tornará esperançosa. Por outro lado, as pessoas felizes e satisfeitas sentem-se realizadas. Aquelas que se sentem infelizes, mas estão satisfeitas, estariam resignadas diante da vida; ao passo que as infelizes e insatisfeitas experimentaríamos sentimentos de frustração (Pereira, 1997). Através destas quatro possibilidades, constatamos mais uma vez que o fato de se experimentar felicidade mostra-se do grau de satisfação (Glatzer, 1987).

Seligman (2002) aponta alguns acontecimentos que, apesar de aumentarem a felicidade temporariamente, parecem ter pouca ou nenhuma influência sobre o bem-estar a longo prazo, sendo estes: a **riqueza**, apesar de proporcionar um maior poder de compra, bem como de bens materiais, apresenta uma correlação surpreendentemente baixa com o nível de felicidade, sendo que, sujeitos ricos são, em média, apenas ligeiramente mais felizes que os sujeitos pobres (Diener & Seligman, 2004); a **beleza física**, que embora traga consigo uma série de vantagens, parece não ter um efeito significativo sobre a felicidade, e por último a **saúde física**, que mesmo afigurando-se como o mais valioso dos recursos, parece ter relativamente pouca relação com a percepção de felicidade.

Em suma, podemos constatar que um sujeito terá um nível elevado de Bem-Estar Subjetivo quando se sente altos níveis de satisfação com a vida, felicidade, afetos positivos frequentes e níveis baixos de afetos negativos. Do mesmo modo, alguém com um baixo nível de Bem-Estar Subjetivo, não se sente satisfeito com a sua vida, nem feliz, experienciando afetos negativos frequentes ao invés de afetos positivos. É de ressaltar que o BES pode ser influenciado pelas interpretações feitas pelo indivíduo, sujeitas aos processos biológicos e sociais do mesmo, ou seja, pela forma como a situação é percebida pela pessoa. Desta forma, as emoções experienciadas podem também ser manipuladas pelos indivíduos, diminuindo ou aumentando as mesmas de acordo através dos seus pensamentos, provocando assim variações na intensidade dessa emoção (Diener, Suh, e Oishi, 1997).

Por último, e como forma de terminar este breve resenha bibliográfica acerca do Bem-Estar Subjetivo, façamos uma breve alusão a dois dos principais modelos explicativos do BES, inseridas em duas grandes categorias opostas denominadas de *Bottom-up* e *Top-down* (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999; Giacomoni, 2004). Assim, numa brevíssima distinção, podemos considerar que as abordagens *Top-down*, preocupam-se em compreender de que forma os processos internos das pessoas, como predisposição genética, valores ou personalidade afetam a vivência da felicidade. Contrariamente, as teorias *Bottom-up* visam identificar as circunstâncias que envolvem a vida dos sujeitos e que poderam afetar a experiência de felicidade. Porém, de uma maneira geral, as pessoas tendem a ser mais felizes do que infelizes (Myers e Diener, 1995; Diener e Diener, 1996; Lykken e Tellegen, 1996; Rodrigues, 2007; Lyubomirsky, 2001).

### **2.3.2. Personalidade e Bem-Estar Subjetivo/Felicidade**

Como temos vindo a referir, são inúmeros os fatores que influenciam as diferentes dimensões do Bem-Estar Subjetivo, quer positiva, quer negativamente. Neste sentido, muita da investigação à volta deste construto tem-se debruçado no estudo dessas mesmas variáveis. É possível encontrar na literatura a influência de múltiplos fatores de natureza física, sóciodemográfica e social (Argyle, 1999; Diener, Diener, & Diener, 1995; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999 Sarvimaki & Stenbock-Hult, 2000 Moraes & Souza, 2005; Paschoal, 2002),

diferenças culturais (Diener, & Suh, 2000), personalidade, temperamento e acontecimentos significativos ao longo do ciclo de vida (Diener, & Lucas, 1999; Hayes & Joseph, 2003). Nas últimas décadas muitos estudos se têm dedicado ao estudo dos fatores que interferem no Bem-Estar subjetivo na velhice. Numa revisão sistemática levada a cabo por Ferraz, Tavares e Zilberman (2007) acerca da felicidade, com base numa exaustiva pesquisa efetuada através do indexador MedLine, os resultados apontaram que variáveis como origem, saúdes física e mental, religiosidade e determinadas características psicológicas eram as que mais se associavam positivamente à felicidade. Por outro lado, embora haja alguns estudos que apontam para esse facto, parece não haver resultados significativos de que variáveis como a idade, o género, o estado civil, o poder de compra ou a ocorrência de acontecimentos externos (favoráveis ou não) se correlacionem positivamente com a felicidade.

Como temos vindo a referir, o estudo dos processos e fatores, internos e externos, que influenciam o Bem- Estar Subjetivo dos indivíduos, tem representado grande parte da investigação realizada acerca deste construto (Nunes, Hutz & Giacomini, 2009). No que concerne às variáveis internas do sujeito, destaca-se a personalidade, qual tem sido apontada como um dos principais preditores de BES (Ruiz, 2005; Lucas & Diener, 2009; Lucas, 2008).

Podemos referir que o estudo da personalidade enquanto preditor do BES, insere-se nas teorias *Top-down*, anteriormente apresentadas. Neste tipo de investigação, verificamos que o modelo de personalidade mais citado na literatura no que remete a esta correlação, tem sido o modelo dos *Big Five* (Ruiz, 2005). Inúmeros estudos longitudinais têm sido levados a cabo. Num estudo longitudinal, Costa e McCrae (1980), concluíram que Extroversão é um bom preditor de afeto positivo e o Neuroticismo um bom preditor de afeto negativo ao longo de um período de cinco anos. Embora a Abertura à Experiência pareça estar associada a ambos os afetos, positivos e negativos, e a Amabilidade e Conscienciosidade mostraram-se maioritariamente associadas à satisfação com a vida e à felicidade, estas correlações não se mostraram tão significativas quanto a Extroversão e o Neuroticismo. No mesmo ano, estes autores verificaram a longo prazo e estabilidade da extroversão e do neuroticismo, com base na relação entre medidas de personalidade e níveis de BES obtidas ao longo de 10 anos. Posteriormente, Costa, MCCrae e Norris (1981), verificaram que a extroversão pode predizer a felicidade através de um período de 17 anos.

Também Diener e Lucas (1999) verificaram que as pontuações obtidas nos traços de Extroversão e Neuroticismo foram capazes de predizer o nível de satisfação de vida ao longo de um período de quatro anos. De acordo com estes autores, a avaliação da personalidade prediz, de forma mais consistente, a satisfação de vida do que os acontecimentos de vida.

A literatura tem vindo a realçar que os traços de personalidade desempenham um papel crucial na perceção de BES, sendo que, grande parte das evidências apontadas pela literatura, reforçam que a extroversão e o neuroticismo parecem ser os traços que

apresentam correlações mais significativas com o BES. Esta correlação processa-se de forma inversa, verificando-se que elevadas pontuações no traço extroversão, parecem estar significativamente relacionadas com níveis mais elevados de BES, estando tal associado à maior frequência de emoções positivas que estes sujeitos vivenciam, não querendo tal dizer que não sintam emoções negativas, porém em menor número. Por outro lado, altos níveis de neuroticismo parecem fortemente associados a baixos índices de BES, uma vez que estes tendem a experimentar um maior número de emoções negativas (Diener, & Lucas, 1999a; Diener, & Lucas, 1999b; Chan e Joseph, 2000; Gutiérrez, Jiménez, Hernández & Puente, 2005; Quevedo & Abella, 2011; Chico, 2006; Knyazev, 2004; Robinson, Solberg, Vargas, & Tamir, 2003; Moltafet, Mazidi e Sadati, 2010; Larsen & Augustine, 2008; Caballero, 2011; Ruiz, 2011).

Neste sentido, inúmera investigação tem sido levada a cabo com o intuito de replicar esta relação, em diferentes tipos de amostras. Alguns estudos (Hayes & Joseph, 2003; DeNeve & Cooper, 1998; Furnham & Chang, 1999; Steel, Schmidt & Shultz, 2008) têm vindo a acrescentar que não só a Extroversão e o Neuroticismo, mas também a Amabilidade e a Conscienciosidade tem-se mostrado fortemente relacionada com o BES (Nunes, Hutz & Giacomini, 2009; Malkoç, 2011). Também nestes o Neuroticismo se afigura como um preditor negativo do Bem- Estar Subjetivo, enquanto que a Extroversão e a Amabilidade parecem ser preditores positivos do mesmo. Sujeitos com uma maior tendência à Extroversão, parecem ser mais felizes, devido em parte às características que definem esses traços. Indivíduos extrovertidos são geralmente mais ativos, mais enérgicos e assertivos, desenvolvendo relações sociais mais dinâmicas e satisfatórias. Por outro lado, sujeitos com altas pontuações no traço de Neuroticismo, tendem a ser mais ansiosas, preocupadas, a vivenciar sentimentos depressivos e a ter problemas de comunicação com os outros. No Brasil, resultados semelhantes têm sido encontrados através de estudos levados a cabo com amostras de estudantes do ensino secundário e universitário, evidenciando-se da mesma forma índices elevados de correlação entre Extroversão, Neuroticismo e BES (Hutz, Nunes, Serra, Silveira & Anton, 1999; Diener & Seligman, 2002). É ainda importante verificar que muita da literatura dedicada ao estudo destas variáveis realiza-se com base no Eysenck personality Questionnaire (EPQ), contudo os dados daqui advindos também parecem corroborar os achados obtidos com base no modelo dos *Big Five*.

A título de exemplo, citemos alguns estudos levados a cabo com esse instrumento. Usando o construto de BES, ao invés dos correlatos de felicidade, Diener, Sandvic, Pavot e Fujita (1992) obtiveram dados acerca de uma amostra probabilística nacional (N=6913) nos Estados Unidos e verificaram que os sujeitos extrovertidos eram mais felizes quer vivessem sós ou acompanhados, quer vivessem em grandes cidades ou em meios rurais e quer trabalhassem em ocupações de índole social ou não social.

Independentemente da raça, género ou idade, sujeitos extrovertidos parecem igualmente ser mais felizes. Brebner, Donaldson, Kirby & Ward (1995) verificaram que as pontuações obtidas na Extroversão e no Neuroticismo representavam cerca de 42% da variância na predição da felicidade. Num estudo transcultural levado a cabo por Francis, Brown, Lester e Philipchalk (1998) foram comparadas as respostas de estudantes por entre países de língua inglesa: Estados Unidos, Austrália, Reino Unido e Canadá. Com base no Eysenck personality Questionnaire verificaram a relação das pontuações obtidas entre este e o Oxford Happiness Inventory, tendo observado igualmente uma forte correlação entre os traços de Extroversão (correlação positiva) e Neuroticismo (correlação negativa) e felicidade. Os autores sugeriram inclusive que a felicidade poderia ser chamada de “*Stable Extraversion*”. Porém, já anteriormente, Argyle e Martín (1991) tinham chamado a atenção para este facto, retificando-o. Estes realçaram que apesar de indivíduos extrovertidos apresentarem uma maior tendência a escolher atividades prazerosas, a participar em mais atividades sociais, a possuírem mais amigos, emitindo mais comportamentos positivos, quer verbais (concordar, conversar) quer não-verbais (sorrir), o que fomenta a vivência de um maior número de emoções positivas face às negativas, conduzindo conseqüentemente a níveis elevados de BES, a extroversão e este não são sinónimos.

A fim de investigar a relação entre personalidade e felicidade, também Pishva, Ghalehban, Moradi e Hoseini (2011) levaram a cabo uma investigação com base no EPQ e no Oxford Happiness Questionnaire, tendo sido os dados analisados através de métodos de regressão. Os resultados mostraram que existia uma relação direta positiva entre o traço de Extroversão e a felicidade, bem como uma relação direta negativa entre o traço de Neuroticismo e Psicoticismo e a felicidade.

De facto, no que concerne à personalidade, verificamos que muita da investigação realizada tem mostrado que os fatores genéticos desempenham aproximadamente 50% da variância nos domínios do modelo *Big Five* (Bouchard & Loehlin, 2001), pelo que a variância no BES experienciado também parece estar moderadamente relacionado a questões hereditárias. Num estudo levado a cabo com gémeos homozigóticos acerca do Bem-Estar Subjetivo, Lykken & Tellegen (1996) constataram que a classe social, a educação, o rendimento familiar, o estado civil ou o envolvimento religioso não obtinham mais de 3% da variância total. Por outro lado, estes autores encontraram valores entre os 44 e os 52% de variância no BES associado a variações genéticas. Da mesma forma, Nes, Røysamb, Tambs, Harris, and Reichborn-Kjennerud (2006) obtiveram aproximadamente 50% de variância no Bem- Estar Subjetivo e 80% da correlação ao longo do tempo, foram explicados por fatores genéticos. Mais recentemente Weiss, Bates e Luciano (2008) propuseram-se a explorar se na relação entre personalidade e o BES, haveria uma estrutura genética comum a ambos. Através de uma amostra significativa constituída por 973 pares de gémeos, hipotizaram que as diferenças hereditárias obtidas no BES, estariam inteiramente associadas à arquitetura genética dos

domínios de personalidade do modelo Big Five. Os resultados confirmaram a hipótese formulada, pelo que o BES parece ter sido influenciado geneticamente pelos traços de Neuroticismo, Extroversão e Conscienciosidade, e por um fator genético comum que influencia os cinco domínios de personalidade, destacando-se, relativamente ao BES, baixa correlação no Neuroticismo e alta correlação na Extroversão, Abertura à Experiência, Amabilidade e Conscienciosidade. Estes achados indicam que o Bem-Estar Subjetivo encontra-se vinculado à personalidade através de genes comuns, no qual a personalidade poderá representar uma relevante reserva efetiva na manutenção e na mudança do BES ao longo do tempo.

Em suma, com base na literatura consultada, podemos verificar que independentemente dos instrumentos utilizados não só na medição da personalidade, bem como do BES ou nalguns casos da felicidade, de um modo geral os resultados parecem apresentar algum consenso no que concerne à corroboração da hipótese da Extroversão e do Neuroticismo estarem associados de forma mais significativa do que qualquer um dos outros fatores, à predição ou não da felicidade, devido à sua forte correlação com afetos positivos e negativos, mediadores de uma maior ou menos percepção de BES. Embora a Amabilidade e a Conscienciosidade também pareçam estar associadas em grande parte a elevados níveis de felicidade, estes dois traços a par da Abertura à Experiência parecem necessitar de uma maior investigação. Por último, e como alertam Diener, Lucas e Oishi (2002) será necessário ter em conta que as circunstâncias de vida também podem influenciar os níveis de bem-estar subjetivo, pelo que as características de personalidade não podem ser analisadas individualmente quando se pretende avaliar a felicidade dos indivíduos. De acordo com estes autores, é possível encontrar na literatura diferenças consistentes de bem-estar subjetivo entre diversas culturas e nações.



## Capítulo III. Metodologia

Neste capítulo, será apresentada a metodologia inerente à presente investigação. Este inicia-se assim com a contextualização da mesma, com base nas questões de investigação que possibilitaram a formulação dos objetivos de estudo. Seguidamente, far-se-á alusão ao método utilizado, nomeadamente ao desenho de investigação adotado, a descrição dos participantes e dos instrumentos utilizados, terminando com a análise de dados.

### 3.1. Enquadramento do Estudo e Objetivos

A personalidade tem sido uma das variáveis com maior impacto e interesse no panorama da investigação psicológica, tendo vindo a estudar-se a sua influência nos mais variados construtos. Nas últimas décadas muitos estudos se têm dedicado ao estudo dos fatores que interferem no Bem-Estar subjetivo na velhice. Por entre os diversos fatores internos capazes de influenciar a perceção de Bem-Estar Subjetivo nos indivíduos, a literatura parece bastante consensual ao apontar a personalidade como um dos seus principais preditores (e.g. Nunes, Hutz & Giacomini, 2009; Ruiz, 2005). A maioria da investigação realizada no estudo desta correlação tem recorrido ao modelo dos *Big Five*, no qual, grande parte das evidências apontadas, reforçam a presença de associações significativas entre os traços de Extroversão, Neuroticismo e o BES (e.g. Diener, & Lucas, 1999a; Chan e Joseph, 2000; Diener, 2005; Gutiérrez, Jiménez, Hernández & Puente, 2005). Por um lado, elevados níveis de Extroversão parecem estar associados a elevados índices de BES, sendo que, de forma inversa, altos níveis de Neuroticismo parecem estar fortemente associados a baixos índices de BES (e.g. Diener, & Lucas, 1999b; Chico, 2006; Knyazev, 2004; Robinson, Solberg, Vargas & Tamir, 2003).

No que concerne à associação do BES com variáveis sociodemográficas, nota-se que o género tem sido um dos indicadores mais abordados, no qual porém a investigação não têm conseguido obter resultados consensuais, sendo que discrepância que se tem assistido parece indicar que não existem dados suficientes que apontem para uma associação significativa entre o Bem-Estar subjetivo e ambos os géneros (e.g. Diener, 1984; Ferraz, Tavares & Zilberman, 2007).

A dimensão religiosa por sua vez, configura-se como uma das variáveis externas de maior influência no Bem-Estar Subjetivo, especialmente na velhice. Esta variável tem vindo a ser relacionada com inúmeras variáveis, porém no que concerne à sua correlação com a personalidade, embora se denote um aumento de interesse por estas variáveis na literatura, esta parece carecer de mais estudos (e.g. Alminhana & Moreira-Almeida, 2009). Os dados parecem apontar para uma forte correlação entre elevados níveis de religiosidade e os traços de Amabilidade e Conscienciosidade, contudo alguns dados interessantes e pouco esperados têm surgido, envolvendo os traços de Neuroticismo e Abertura à Experiência (e.g. Ávila, 2003; Alminhana & Moreira-Almeida, 2009). McCullough, Tsang e Brion (2003) investigaram a

associação entre os Cinco Grandes Fatores de personalidade e religiosidade, de um ponto de vista desenvolvimentista, no que se revelou ser uma dos únicos estudos longitudinais levados a cabo neste campo. Foram analisados adolescentes por um período de 19 anos. Os resultados mostraram que os adolescentes apontados pelos pais e professores como mais abertos à experiência tornaram-se mais religiosos em adultos. Também Hills, Francis, Argyle e Jackson (2004), conduziu um estudo com estudantes universitários, no qual o Neuroticismo se encontrou positivamente associado a índices de Religiosidade Extrínseca. Também Silva (2010), ao comparar sujeitos residentes em meios urbanos e rurais, observou que indivíduos com alta religiosidade no meio urbano apresentavam um nível mais elevado de neuroticismo e de abertura à experiência do que no meio rural.

Assim sendo, o presente estudo apresenta como objetivos centrais:

- 1 - Verificar se existem diferenças significativas nas percepções de Bem-Estar subjetivo entre o género masculino e feminino
- 2 - Verificar se existe uma associação negativa entre o traço de Neuroticismo e a percepção de Bem-Estar Subjetivo
- 3 - Verificar se existe uma associação positiva entre o traço de Extroversão e a percepção de Bem-Estar Subjetivo
- 4 - Verificar se existe uma associação positiva entre o traço de Neuroticismo e a crença religiosa
- 5 - Verificar se existe uma associação positiva entre o traço de Abertura à Experiência e a crença religiosa

Perante os objetivos formulados, e no que concerne ao desenho de investigação do presente estudo, pode dizer-se que este se assume uma vertente observacional, uma vez que os sujeitos presentes na amostra foram apenas observados, tendo sido as suas características registadas, não tendo sido realizada qualquer tipo de intervenção sobre os mesmos. Paralelamente, trata-se de um estudo descritivo de cariz transversal, uma vez que se desenvolveram procedimentos que permitiram obter informação acerca da população em estudo, tendo sido os dados recolhidos num único período temporal. O presente estudo é ainda considerado quantitativo, pois a informação obtida foi medida e quantificada, recorrendo-se a processos estatísticos de ordem descritiva e inferencial para se poderem retirar conclusões acerca dos dados recolhidos (Briceño-León, 2003).

## **3.2. Método**

### **3.2.1. Participantes**

A amostra do presente (n= 227) estudo é constituída por sujeitos com idades a partir dos 65 anos, inclusive, residentes no domicílio ou me instituições, das quatro freguesias urbanas da cidade da Covilhã (São Pedro, São Martinho, Santa Maria e Conceição). No que concerne à idade dos participantes, estas encontram-se compreendidas entre os 64 e os 96 anos, sendo a média das idades dos sujeitos 74,67 anos (DP= 6,76), no qual a moda e a mediana assumem ambas o valor de 74 anos de idade. De entre os indivíduos presentes na amostra, 136 (59,9%) são do sexo feminino e 91 (40,1%) são do sexo masculino. No que diz respeito ao estado civil, 134 (59%) dos idosos são casados, 66 (29, 1%) são viúvos e 14 (6,2%) são solteiros. Dos restantes indivíduos da amostra, 6 (2,6%) encontram-se divorciados e 4 (1,8%) vivem em união de facto, sendo que 2 (0,9%) dos sujeitos não responderam a esta questão. Relativamente ao nível de escolaridade, observa-se que quase metade (n= 110, 48,5%) da amostra possui o ensino primário, 33 (14,5%) tem frequência de  $\leq 8$  anos de escolaridade, 43 (18,9%) frequentaram  $\geq 9$  anos de escolaridade sem ensino secundário, e 18 (7,9%) detêm Ensino Superior. Na presente amostra verifica-se ainda que 18 (7,9%) dos idosos são analfabetos, sendo que no total 5 (2,2%) dos sujeitos não respondeu a esta questão. Quanto à situação face à reforma, a grande maioria da amostra (n=219, 96, 5%) mencionou estar reformada, sendo que apenas 4 (1,8%) dos sujeitos referiram não ser reformados. Ouve ainda 2 (0,9%) sujeitos que não responderam à questão em causa. Relativamente à residência, grande parte dos idosos (n=212, 93,4%) não se encontra institucionalizada, sendo que 14 (6,2%) dos mesmos reside em lares de idosos, havendo 1 (0,4%) sujeito que não respondeu a esta questão. Observou-se ainda que mais de metade dos sujeitos (n=126, 55,5%) reside no domicílio com o conjugue, 55 (24,2%), vivem sozinhos, 19 (8,4%) residem com o(s) filho(s) e 27 (11,9%) dos indivíduos residem noutras condições (e.g. comunidades, pensões). Estes dados podem ser observados na Tabela 1.

**Tabela 1. Caracterização sociodemográfica da amostra (n= 227)**

Variáveis	N	%
<b>Género</b>		
Masculino	91	40,1
Feminino	136	59,9
<b>Estado Civil</b>		
Casado	134	59
União de Fato	4	1,8
Viúvo	66	29,1
Solteiro	14	6,2
Divorciado	6	2,6
Não responderam	2	0,9
<b>Escolaridade</b>		
Analfabeto	18	7,9

Ensino Primário	110	48,5
<8 anos de escolaridade	33	14,5
>9 anos de escolaridade s/ ES	43	18,9
Ensino Superior	18	7,9
Não Responderam	5	2,2
<b>Com quem vivem</b>		
Cônjuge	126	55,5
Filho(s)	19	8,4
Sozinho(a)	55	24,2
Outra Situação	27	11,9
<b>Institucionalizados</b>		
Sim	14	6,2
Não	212	93,4
Não Responderam	1	0,4
<b>Reforma</b>		
Sim	219	96,5
Não	4	1,8
Não responderam	2	0,9

No que diz respeito à percepção de Bem-Estar /Felicidade, observou-se que quase metade da amostra (n=105, 46,3%) referiu sentir-se “Feliz” com a sua vida atual, sendo que, 67 (29,5%) dos sujeitos indicaram estar “Muito Feliz”. Por outro lado, 20 (8,8%) indivíduos da amostra referiram estar “Nada Feliz”, sendo que os restantes 31 (13,7%) apontaram ser “Pouco Feliz”. Houve ainda um sujeito (0,4%) que não respondeu à presente questão.

**Tabela 2. Caracterização dos participantes em relação ao Bem-estar/Felicidade (n= 227)**

	N	%
Muito Feliz	67	29,5%
Feliz	105	46,3%
Pouco Feliz	31	13,7%
Nada Feliz	20	8,8%
Não Responderam	1	0,4%

No que diz respeito à dimensão religiosa, a maior parte dos indivíduos presentes na amostra (n=203, 89,4%) afirmaram ser religiosos, no qual os restantes 18 (7,9%) referiram não ser religiosos. Nesta questão 6 (2,6%) sujeitos não responderam. Estas percentagens podem ser consultadas na Tabela 3.

**Tabela 3. Caracterização da amostra quanto à percepção de religiosidade (n= 227)**

Considera-se uma pessoa religiosa?	N	%
Sim	203	89,4%
Não	18	7,9%
Não responderam	6	2,6%

Concomitantemente, na questão relativa à participação em encontros religiosos, observa-se que 56 (24,7%) aponta “Nunca” frequentar encontros desse cariz, 20 (8,8%) referem frequentar “Menos de uma vez por mês”, 37 (16,3%) apontam para “1 a 3 vezes por mês”, 106 (46,7%) afirmam “1 ou mais vezes por semana”, verificando-se uma ausência de resposta a este item de 3,1% (n=7). Quando inquiridos acerca da sua atual filiação religiosa, a maioria dos sujeitos (n=204, 89,8%) refere pertencer à “Igreja Católica”, seguida pela “Igreja Evangélica” (n=2, 0,9%) e distribuídos de forma idêntica, temos ainda um membro (n=1, 0,4%) da “Igreja Adventista do 7º Dia”, um membro (n=1, 0,4%) da “Igreja Maná” e uma (n=1, 0,4%) “Testemunha de Jeová”. Por último, apenas um dos sujeitos referiu não se identificar com nenhuma filiação religiosa concreta. Quanto à pontuação média do somatório dos scores associados a cada traço, verificamos que a Extroversão apresenta a média mais alta (M= 32,05), seguida pela Abertura à Experiência (M= 27,89) e por último o Neuroticismo (M=21,28). A Tabela 4 ilustra as médias anteriormente citadas.

**Tabela 4. Médias relativas às pontuações obtidas no NEO-FFI (n= 227)**

	M
Neuroticismo	21,28
Extroversão	32,05
Abertura à Experiência	27,89

### 3.2.2. Instrumentos

A presente investigação insere-se no *Estudo sobre Bem-Estar em pessoas com mais de 65 anos residentes na Cidade da Covilhã (Covilhã Ageing Study - CAS)*, desenvolvido pelo Departamento de Psicologia e Educação (Faculdade de Ciências Sociais e Humanas) e pela Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior (UBI). Desta forma, os dados foram recolhidos com base num protocolo de investigação, construído a partir do ESAP - The European Survey on Aging Protocol (Fernández-Ballesteros, Zamarrón, Rudinger, Schroots, Hekkinen, Drusini et al., 2004). O ESAP foi traduzido e adaptado para sete países europeus (e.g., Áustria, Finlândia, Alemanha, Polónia, Itália, Espanha e Portugal), sendo um instrumento de avaliação interdisciplinar utilizado no âmbito de um estudo piloto sobre o envelhecimento humano, e que fornece informações a vários níveis (cognitivo, emocional, físico, social, etc.), bem como dos fatores que se relacionam com o próprio processo de envelhecimento. A versão portuguesa deste protocolo foi aferida por Paúl, Fonseca, Cruz e Cerejo (1999), tendo sido cedida pela UNIFAI - Unidade de Investigação e Formação em

Adultos e Idosos. Esse protocolo por sua vez é constituído por diversos questionários de autorresposta. Tendo em conta os objetivos do presente estudo, foram apenas utilizados: o Questionário de Bem-Estar/Felicidade (Lykken & Tellegen, 1996), o NEO-FFI (Lima & Simões, 2000), constricto a três dos cinco traços (N - Neuroticismo, E- Extroversão e O - Abertura à Experiência) e a três itens desenvolvidos para avaliar a componente “Religião” formulados por Côrrea, Moreira-Almeida, Menezes, Vallada & Scazufca (2010).

#### **Questionário de Bem-Estar/Felicidade (Lykken & Tellegen, 1996)**

Como forma de avaliar o Bem-Estar Subjetivo, utilizou-se o questionário de Lykken e Tellegen (1996), presente no ESAP - versão portuguesa (Paúl et al., 1999). Este parece constituir uma medida sólida e válida do construto de Bem-Estar, que segundo aos autores pode ser definido como uma “*disposição ou tendência para se sentir bem consigo próprio e com o ambiente circundante*” (Lykken & Tellegen, 1996, p. 186). O presente questionário é constituído por um primeiro item/ questão, a par de mais quatro questões no qual os sujeitos expressam a sua opinião. O item inicial refere-se concretamente ao grau de Bem-estar/Felicidade sentido pelo sujeito na sua vida atual (“Comparativamente com outras pessoas e fazendo o balanço entre o que sucedeu de bom e o que sucedeu de mau na sua vida, em que medida é que se sente bem e feliz neste momento?”), no qual este indica a sua opinião numa de 1 a 4 (1= Nada e 4= Muito). Os quatro restantes itens são respondidos com base no grau de concordância ou de discordância que o sujeito expressa numa escala tipo Likert (1= Discordo, 2= Discordo ligeiramente, 3= Concordo ligeiramente e 4= Concordo), sendo eles: 1) Para já, alcancei as coisas importantes que queria na vida, 2) Se eu pudesse voltar atrás, não mudaria quase nada na minha vida, 3) O que as outras pessoas fazem e as atitudes que têm determinam o meu grau de felicidade e 4) Os acontecimentos que estão fora do meu controlo determinam o meu grau de felicidade.

No que diz respeito à fidelidade deste questionário, esta parece ser boa, uma vez que o valor do teste-reteste a 30 dias é  $r = 0.90$ , sendo o seu coeficiente de consistência interna expresso pelo *Alpha de Cronbach*, no qual  $\alpha = 0,92$ . Atendendo-se aos objetivos do presente estudo, e tendo em conta que o item inicial do presente questionário tem também sido utilizado de forma isolada como um bom indicador do nível de Bem-estar/Felicidade, optou-se igualmente por abordar apenas este item na avaliação do BES e da sua associação com as restantes variáveis em estudo.

#### **NEO-FFI -Neo Five Factor Inventory (Lima & Simões, 2000)**

O *Five-Factor Inventory* (NEO-FFI), desenvolvido por Costa e McCrae (1992), e adaptado à população portuguesa por Lima & Simões (2000), foi construído com o intuito de avaliar os cinco domínios da personalidade: extroversão, amabilidade, conscienciosidade, neuroticismo e abertura à experiência (Começanha & Maia, 2011).

As investigações levadas a cabo sugerem que é possível considerar a forma abreviada NEO-FFI como uma medida aceitável dos cinco fatores. Na medição destes cinco domínios, o NEO-FFI está construído sob 60 afirmações, a avaliar segundo uma escala de Lickert (0= Discordo Fortemente, 1= Discordo, 2= Neutro, 3= Concordo e 4= Concordo Fortemente). No que concerne à validade do instrumento, inúmeros estudos têm confirmado a relação entre diversas variáveis e os domínios do NEO, bem como o poder preditivo das suas escalas (Costa & McCrae, 1992), tendo ainda uma vasta variedade de critérios externos, tais como o bem-estar psicológico, os traços interpessoais ou o pensamento divergente. Em termos de consistência interna, a versão original apresenta um coeficiente alfa para os cinco domínios entre 0,86 e 0,91, que se mantém no teste-reteste após 6 meses (Costa & McCrae, 1992), no que concerne à amostra portuguesa, o nível de consistência interna apresentou valores entre 0,56 e 0,81 (Lima, 2002 cit. in. Yassine, 2011). De referir que no presente protocolo, a versão do NEO-FFI é constituída por 36 itens, referentes aos traços de Neuroticismo, Extroversão e Abertura à Experiência, que serão explorados no presente trabalho

#### **Religião (Corrêa, Moreira-Almeida, Menezes, Vallada & Scazufca, 2010)**

A fim de se avaliar a dimensão religiosa, recorreu-se a três itens concebidos por Corrêa, Moreira-Almeida, Menezes, Vallada & Scazufca (2010) no SPAH - São Paulo Ageing & Health Study. Desta forma, a dimensão subjetiva da religião foi mensurada através da questão “Considera-se uma pessoa religiosa?” (sim/não); a prática religiosa de forma organizada avaliou-se através da questão: “Participa em encontros religiosos?”, no qual a resposta se configura numa escala de Likert (1= Nunca, 2= Menos de 1 vez por mês, 3= 1 a 3 vezes por mês e 4= 1 ou mais vezes por semana) e por último a denominação religiosa do sujeito foi identificada com recurso à questão “Qual a sua religião atual (filiação religiosa)”. no presente estudo, e tendo em conta os objetivos formulados no mesmo, iremos considerar na nossa análise apenas a primeira das três questões desenvolvidas, ou seja a que considera o sujeito como sendo ou não religioso.

### **3.2.3 Procedimentos**

O presente trabalho foi sendo desenvolvido ao longo de fases distintas. Numa primeira etapa, foi levada a cabo uma pesquisa bibliográfica acerca das temáticas em causa, com vista à elaboração do estado de arte no qual se definiram e caracterizaram as variáveis e os constructos por fim adotados, fundamentando-se assim, o estudo que pretendíamos levar a cabo.

Posteriormente, foi-nos disponibilizado o protocolo de investigação pela UNIFAI- Unidade de Investigação e Formação em Adultos e Idosos, no qual estavam presentes as medidas de avaliação que iriam ser utilizadas. Do referido protocolo, foram selecionados apenas os instrumentos que avaliavam os constructos e as variáveis de interesse para os diversos investigadores que formavam o corpo da “Investigação sobre o Bem-Estar em pessoas com

mais de 65 anos residentes na cidade da Covilhã”, desenvolvida pela Faculdade de Ciências da Saúde (FCS) e pelo Departamento de Psicologia e Educação (DPE) da Universidade da Beira Interior (UBI).

A recolha dos dados foi levada a cabo por 12 investigadores, previamente treinados e supervisionados por docentes da FCS e DPE, com o objetivo de uniformizar o mais eficazmente possível a aplicação dos protocolos. Desta forma, foi pedido a cada investigador que efetuasse um pré-teste de forma a testar o protocolo de investigação, a fim de verificar se seria necessário realizar alguma alteração no mesmo. No que concerne aos itens referentes à avaliação da capacidade física, verificou-se a necessidade de explicar de uma forma mais clara as diversas competências relacionadas à mesma (e.g. condição física, flexibilidade, resistência, velocidade), tendo-se desenvolvido posteriormente algumas explicações adicionais, a fim de serem verbalizadas paralelamente à aplicação do protocolo.

Seguidamente, apelou-se à colaboração do Centro de Saúde da Covilhã, através do qual foi nos possível ter acesso à população de sujeitos idosos residentes na cidade, do qual foi retirada uma amostra representativa para estudo. Deve realçar-se que o ficheiro original fornecido pelo Serviço Nacional de Saúde era constituído por 4179 indivíduos, sendo este valor deveras próximo do registo apontado pelo Instituto Nacional de Estatística em 2011 (N= 4085). A presente base de dados obtida foi ainda alvo de análise, o qual nos permitiu detetar que alguns sujeitos já tinham falecido, outros mudaram de residência e outros ainda não viviam nas quatro freguesias urbanas de interesse. Desta forma, observou-se uma redução no número total de indivíduos com mais de 65 anos (inclusive) na cidade da Covilhã, passando este a ser N= 3868. Esse mesmo N, serviu então de base para a extração aleatória de uma amostra de 227 participantes, estando esta estratificada por género (masculino e feminino) e ainda por dois grupos etários (65 - ≤ 74 anos e ≥ 75 anos), do qual resultaram quatro subgrupos amostrais [grupo A - homens dos 65 aos 74 anos (n= 22,6%); grupo B - homens com ≥ 75 anos (n= 17,6%); grupo C - mulheres dos 65 aos 74 anos (n= 32,1%) e grupo D - mulheres com ≥75 anos (n= 27,6%]. Os indivíduos presentes em cada subgrupo, foram ordenados por ordem alfabética e escolhidos segundo o critério de 10 em 10, e depois de 5 em 5, até perfazer o total de participantes presentes em cada subgrupo. Através do processo enunciado, verifica-se que os sujeitos que configuram cada um dos subgrupos, foram assim seleccionados de forma aleatória sistemática (Sprinthall, 2007).

Após a obtenção dos quatro grupos amostrais, os indivíduos presentes nos mesmos foram organizados por zonas ou ruas de residência, seguidamente distribuídos pelos investigadores que integraram o presente protocolo, a fim de se proceder à recolha de dados. As entrevistas foram levadas a cabo no domicílio, bem como em Instituições próximas da população em causa (e.g., Lares de Idosos, Espaço das Idades, Universidade Sénior, Paróquias), a qual foi pedida e aceite a colaboração, tendo esse contacto sido efetuado por via telefónica e presencial. Para cada participante, a duração da entrevista teve aproximadamente 1 hora e

30 minutos, conseguindo-se efetuar a mesma, geralmente ao longo de uma única sessão. Na maior parte dos casos, as informações recolhidas foram registadas pelos entrevistadores, contudo se os sujeitos soubessem ler e escrever e manifestassem vontade, poderiam ser os próprios a preencher os questionários autonomamente.

Ressalta-se ainda que foi entregue aos participantes uma ficha informativa acerca dos objetivos do estudo e de todos os procedimentos que iriam ser realizados (cf. Anexo 1), bem como do consentimento informado (cf. Anexo 2), no qual foram garantidos tanto o anonimato como a confidencialidade dos dados recolhidos. Este documento foi posteriormente datado e assinado pelo próprio sujeito ou por alguém responsável pelo mesmo, dada assim autorização para a utilização das informações recolhidas de forma sigilosa, tendo como único e exclusivo propósito a investigação científica.

#### **3.2.4 Análise de dados**

O tratamento estatístico, bem como a análise dos dados foram realizadas através do software SPSS (Statistical Package for Social Sciences) versão 19, tendo sido levados a cabo diversos tipos de análise estatística. Inicialmente e tendo em vista a caracterização da amostra, procedeu-se à análise descritiva dos dados que caracterizavam a mesma, procedendo-se ao cálculo de frequências, média, mediana, moda, desvio-padrão, valores mínimos e máximos.

Atendendo ao  $n$  da amostra, a distribuição dos dados foi considerada normal, com base o Teorema do Limite Central (Guimarães & Cabral, 1997). Este postula que para qualquer população com variância finita, a distribuição da média amostral calculada com base numa amostra aleatória simples, tende para uma distribuição normal à medida que dimensão da amostra aumenta ( $n > 100$ ).

Tendo em conta a natureza das variáveis, optou-se pelo uso de uma metodologia não-paramétrica. Assim sendo, a fim de se verificar a possível existência de diferenças significativas entre as médias de grupos independentes (género: masculino/feminino) e a perceção de Bem-estar/Felicidade, a qual é configurada por um item de natureza qualitativa ordinal, utilizou-se o Teste de Mann-Whitney ( $U$ ) para duas amostras independentes. No que concerne à análise da associação entre a perceção de Bem-estar/Felicidade e os traços de personalidade (Neuroticismo e Extroversão), uma vez que estes últimos assumem-se como variáveis intervalares, recorreu-se ao cálculo do Coeficiente de Correlação de Spearman ( $r_s$ ). Através deste coeficiente, é possível avaliar a força e a direção da associação em causa, variando a mesma entre os valores de +1 e -1, sendo que, quanto mais o valor da associação se aproximar dos extremos possíveis, tal configura uma associação significativa, que pode ser positiva ou negativa respetivamente. Se o valor da associação for igual a 0, tal indica-nos a ausência de correlação (Martins, 2011). Por último, com o intuito de explorar a associação entre a crença de religiosidade, configurada por um item de natureza qualitativa nominal dicotómica e os traços de personalidade (Neuroticismo e Abertura à Experiência), efetuou-se

o Coeficiente de Correlação Ponto-Bisserial ( $r_{pb}$ ). Também neste caso, o resultado da associação é expresso entre valores que vão do +1 ao -1. Segundo Callegari-Jacques (2003 cit. in Lira, 2004), podemos considerar a existência de uma correlação é fraca entre valores de 0,00 a 0,30; moderada entre valores de 0,30 a 0,60; forte entre valores de 0,60 a 0,90 e por último, muito forte, entre valores entre 0,90 e 1. Nos pressupostos estatísticos levados a cabo, adotou-se o intervalo de confiança de 95% ( $p < 0,05$ ) como estatisticamente significativo.

No que diz respeito ao NEO-FFI, uma vez que não existem pontos de corte no que concerne às pontuações obtidas, cada fator de personalidade (Neuroticismo, Extroversão e Abertura à Experiência) foi codificado com base no somatório de cada item do questionário que configurava uma faceta desse mesmo traço. Mais concretamente, a cotação é efetuada numa escala de 0 a 4, no qual a primeira opção de resposta corresponde a uma pontuação 0 e à quinta opção atribui-se uma pontuação de 4, à exceção dos itens formulados de forma invertida, tendo sido as suas categorias de pontuação recodificadas de forma inversa. É de referir que na presente análise, 6 (2,4%) sujeitos não responderam ao item relativo ao Bem-estar/ Felicidade, nem ao NEO-FFI, razão pela qual não foram incluídos no estudo dessas variáveis.

## Capítulo IV. Resultados

No presente capítulo são apresentados os resultados obtidos através das análises estatísticas levadas a cabo, encontrando-se organizado em função dos objetivos de estudo. Inicialmente averiguam-se as diferenças observadas entre o género e a percepção de Bem-estar/Felicidade. De seguida, apresentam-se as associações entre os traços de Extroversão e Neuroticismo e a percepção de Bem-estar/Felicidade, e por último, são expostas as associações entre os traços de Neuroticismo e Abertura à Experiência e a crença de religiosidade.

### 1 - Verificar se existem diferenças significativas nas percepções de Bem-estar/Felicidade entre o género masculino e feminino

Os resultados obtidos deste estudo apontam para a presença de diferenças significativas entre a variável sexo (feminino e masculino) e a percepção de Bem-estar subjetivo ( $U= 4708$ ,  $p= 0,007$ ). Através da comparação das médias obtidas na pontuação do item de Bem-estar/Felicidade, observa-se que sujeitos do sexo masculino apresentam valores mais elevados de Bem-estar/ Felicidade ( $M= 124,10$ ) que sujeitos do sexo feminino ( $M= 102,17$ ). É de referir que na presente análise, 6 (2,4%) sujeitos não responderam ao item relativo ao Bem-estar/ Felicidade. Estes dados podem ser observados na Tabela 5.

**Tabela 5. Resultados relativos às diferenças entre sexo (feminino e masculino) e a percepção de Bem-estar/Felicidade**

Género	N	Bem-estar/Felicidade (Média)	<i>U</i>
Feminino	132	102,17	4708,00*
Masculino	89	124,10	

Nota: \* $p<0,05$ ; \*\*  $p<0,01$ ; \*\*\* $p<0,001$

### 2 - Verificar se existe uma associação negativa entre o traço de Neuroticismo e a percepção de Bem-estar/Felicidade

Os resultados obtidos na análise da relação entre o traço de Neuroticismo e a percepção de Bem-estar/ Felicidade revelam a existência de uma correlação negativa fraca, mas significativa ( $r_s= -0,158$ ,  $p=0,019$ ). Tal resultado, sugere que existe uma tendência significativa, embora fraca, no qual, sujeitos com pontuações mais elevadas no traço de Neuroticismo, tendem a perceber menores índices de Bem-estar/Felicidade. Estes dados podem ser verificados na Tabela 6.

**Tabela 6. Resultados do Coeficiente de Correlação de Spearman ( $r_s$ ) entre o traço de Neuroticismo e a percepção de Bem-estar/Felicidade**

N	Neuroticismo
---	--------------

Bem-estar/Felicidade	221	-0,158*
----------------------	-----	---------

Nota: \*p<0,05; \*\* p<0,01; \*\*\*p<0,001

### 3 - Verificar se existe uma associação positiva entre o traço de Extroversão e a percepção de Bem-estar/Felicidade

Os resultados obtidos no sentido de verificar a associação entre os traços de Extroversão e a percepção de Bem-Estar Subjetivo, revelaram a existência de uma associação positiva fraca, entre estas duas variáveis ( $r_s = 0,178$ ,  $p = 0,008$ ). Ou seja, tal resultado sugere uma tendência, mesmo que leve, de que sujeitos com elevadas pontuações no traço de Extroversão, tendam a reportar índices mais elevados de Bem-estar/Felicidade. A tabela 7 ilustra os resultados descritos.

Tabela 7. Resultados do Coeficiente de Correlação de Spearman ( $r_s$ ) entre o traço de Extroversão e a percepção de Bem-estar/Felicidade

	N	Extroversão
Bem-estar/Felicidade	221	0,178**

Nota: \*p<0,05; \*\* p<0,01; \*\*\*p<0,001

### 4 - Verificar se existe uma associação positiva entre o traço de Neuroticismo e a crença religiosa

Através dos resultados obtidos no presente estudo, através do cálculo do Coeficiente de Correlação-Bisserial, observamos a presença de uma correlação negativa, porém não significativa entre o traço de Neuroticismo e a crença de religiosidade ( $r_{pb} = -0,030$ ,  $p = 0,663$ ), o que nos sugere a ausência de associação entre estas duas variáveis. Estes resultados podem ser observados na Tabela 8.

Tabela 8. Resultados do Coeficiente de Correlação Ponto-Bisserial ( $r_{pb}$ ) entre o traço de Neuroticismo e a crença de religiosidade

	N	Neuroticismo
Considera-se uma pessoa religiosa?	220	-0,30

Nota: \*p<0,05; \*\* p<0,01; \*\*\*p<0,001

### 5 - Verificar se existe uma associação positiva entre o traço de Abertura à Experiência e a crença religiosa

Através dos resultados obtidos, obteve-se um valor correlacional de  $r_{pb} = 0,122$ , com uma probabilidade associada de  $p = 0,071$ . Uma vez que consideramos na presente correlação um valor probabilístico de  $p < 0,05$ , os dados observados apontam para uma correlação positiva não significativa entre as variáveis. Contudo, Martins (2011), refere que recentemente a

comunidade a científica optou por distinguir, dentre os resultados não significativos, aqueles que são inferiores a 0,10, na qual a probabilidade de ocorrência do fenómeno em estudo ser devida ao acaso ser de 10 em 100 vezes. Desta forma, embora os resultados não sejam estatisticamente significativos, pelo facto de se encontrarem próximos do ponto de corte (0,05), podem ser designados como “*marginalmente significativos*”, devendo ser referenciados como tal (Martins, 2011, p. 95). Assim sendo, podemos verificar que os dados obtidos na presente análise, remete para uma correlação positiva marginalmente significativa entre o traço de Abertura à Experiência e a crença de religiosidade. Uma vez que se trata de uma correlação positiva, e tendo em conta que scores mais elevados no traço de Abertura à Experiência, correspondem a uma maior presença desse mesmo traço no sujeito, observa-se que pontuações mais elevadas no que concerne ao traço Abertura à Experiência, estão marginalmente associadas à presença de religiosidade no sujeito. Estes dados podem ser verificados na Tabela 9.

**Tabela 9. Resultados do Coeficiente de Correlação Ponto-Bisserial ( $r_{pb}$ ) entre o traço de Abertura à Experiência e a crença de religiosidade**

	N	Abertura à Experiência
Considera-se uma pessoa religiosa?	220	0,122

Nota: \* $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$



## Capítulo V. Discussão dos Resultados e Conclusões

Passamos agora à análise dos dados mais significativos obtidos no desenvolver da análise realizada na presente investigação, tendo como base os objetivos que nos propusemos explorar. Primeiramente podemos verificar que ao nível geral, os idosos que constituíram a presente amostra, aprestam elevadas perceções de Bem-estar/ Felicidade, uma vez que quase metade da amostra (46,3%) referiu sentir-se “Feliz” com a sua vida atual, havendo ainda 29, 5% que afirmou estar “Muito feliz”.

Este resultado pode dever-se a diversos fatores, sendo possível verificar que na descrição da amostra, mais de metade da mesma está casada (59%), sendo que dessa percentagem, 55% vive no domicílio com o seu conjugue. Estes elementos são apontados na literatura como fatores de proteção na promoção da resiliência e de bem-estar no envelhecimento (Couto, 2007). Por outro lado, Otta e Fiquer (2004), levando a cabo um estudo com base em quatro grupos etários distintos (jovens, adultos, meia-idade e idosos) observaram que as variáveis situacionais não exerceram influências significativas relativamente ao sentimento de bem-estar, tendo sido o grupo dos idosos a relatar níveis mais elevados de bem-estar e satisfação com a vida. Segundo estes autores, estes resultados assentam e apoiam a teoria da seletividade socio emocional, a qual considera que as emoções são melhor reguladas à medida que os sujeitos envelhecem, o que proporciona um maior sentimento de bem-estar. Segundo Carstensen (1995 cit. in Otta & Fiquer, 2004), as pessoas mais velhas, através dos anos de experiência, passam a identificar quais os tipos de eventos externos que aumentam e diminuem as suas emoções positivas e negativas, tornando possível selecionar sujeitos e situações que minimizem as emoções negativas e maximizem as positivas. Este mecanismo proporciona aos idosos, o equilíbrio de afetos necessário que levaria a índices mais elevados de satisfação em relação à sua vida.

Note-se ainda que cerca de 90% dos idosos presentes na amostra deste estudo menciona ser religiosa, no qual aproximadamente 47% assume a participação em eventos religiosos (e.g. missa), uma ou mais vezes por semana, facto que poderá igualmente contribuir para uma minimização do sentimento de abandono, aumentando o suporte social, permitindo que a crença numa Entidade Superior possa funcionar como um veículo adaptativo face às mudanças biológicas, sociais e psicológicas que configuram a entrada na terceira idade (e.g. Laranjeira, 2007). É ainda interessante verificar que mesmo os sujeitos que referem não sentir-se religiosos, assumem-se através de uma filiação religiosa, sendo que apenas 1 (0,4%) sujeito dos participantes da amostra mencionou não se identificar com nenhuma filiação.

Por outro lado, podemos ainda destacar que, relativamente aos três traços de personalidade analisados neste estudo, verifica-se que a média mais alta das pontuações obtidas pertence ao traço de Extroversão ( $M= 32,05$ ), seguido pela Abertura à Experiência ( $M= 27, 89$ ) e por

último o Neuroticismo ( $M= 21,28$ ). Sabe-se que a Extroversão parece estar significativamente associada a níveis mais elevados de Bem-estar/Felicidade, relação essa que iremos discutir mais detalhadamente ao longo desta discussão. Desta forma, estes resultados puramente descritivos podem trazer desde já algumas pistas acerca dos índices observados na generalidade da amostra.

Relativamente aos resultados obtidos quanto às diferenças de género e a perceção de Bem-estar/ Felicidade avaliada no presente trabalho, os resultados mostraram-se estatisticamente significativos, o que vai contra a maioria dos dados consultados no presente estudo e apontados na literatura, os quais mostram que a maioria das variáveis sociodemográficas, entre as quais o género, parecem não exercer grande influência na perceção de Bem-estar subjetivo dos sujeitos (e.g. Diener, 1984). A presente investigação revela níveis de Bem-estar/Felicidade superiores no género masculino ( $M= 124, 10$ ) comparativamente a sujeitos do sexo feminino ( $M= 102,17$ ). Contudo, é possível tecer algumas considerações acerca desta diferença. A literatura tem afirmado que as mulheres tendem a relatar índices de afetos tanto positivos, como negativos discretamente mais elevados do que os homens (Myers & Diener, 1995). Em 1984, Diener verificou que apesar de as mulheres viverem mais emoções negativas, estas também relatam muitas alegrias, daí que as diferenças entre géneros no que diz respeito à felicidade sejam normalmente reduzidas. Estas influências parecem ter sido observadas por vários autores (e.g. Diener et al. 1999; Diener & Scollon, 2003REF's texto). Perante essa recetividade a experiências emocionais, Fujita et. al (1991) acreditam que as mulheres se tornam vulneráveis à depressão na vivência de emoções negativas, uma vez que tendem a internalizar mais as suas angústias e assumem mais facilmente as suas fraquezas do que os homens. Contudo estas também conseguem criar paralelamente, oportunidades para vivenciar níveis intensos de felicidade com a vivência de emoções positivas.

Justificações semelhantes foram também postuladas por Barros (2006), que ao verificar as diferenças entre os níveis de bem-estar subjetivo e felicidade em função do género, verificaram que ao nível da satisfação com a vida, não houve diferenças estatisticamente significativas, contudo estas verificaram-se ao nível dos afetos, no qual os homens idosos apresentaram níveis superiores de afetos positivos e felicidade, face às mulheres, que obtiveram valores mais elevados de afetos negativos.

Numa meta-análise levada a cabo por Haring et al. (1984 cit in. Shmotkin, 1990), este verificou que os homens apresentavam uma tendência levemente superior para experienciar níveis mais altos de Bem-Estar Subjetivo, embora essa tendência não contasse com mais de 1% da variância total. Parece assim que a dimensão afetiva do BES parece ser mais sensível às diferenças de género, do que a dimensão cognitiva, especialmente no que se refere à expressão de afetos negativos.

Desta forma, Michalos (1986 cit in. Shmotkin, 1990) refere mesmo que o possível impacto do género sobre o BES, poderá ser indireto, ou seja, moderado através de outras variáveis preditoras, tais como as interações de cada qual, no sentido dos papéis sociais e comportamentais que sujeitos de diferentes géneros vão adotando ao longo do seu ciclo vital. Esta parece ser uma das explicações mais apontadas para possíveis diferenças por vezes verificadas entre género e Bem-estar subjetivo. A este propósito, Neri (2001) acerca da qualidade de vida nas mulheres, realça que as mulheres idosas tendem a parecer mais expressivas e envolvidas do que os homens, por causa de fatores sociais, mas também da própria aprendizagem social. Na comparação com os homens, mulheres de todas as idades tendem a ser menos agressivas, mais solidárias, mais sugestionáveis e mais envolvidas socialmente, características estas que se encontram positivamente relacionadas com uma satisfação global com a vida e com as relações sociais estabelecidas. Contudo, na meia-idade e na velhice as mulheres parecem ser as mais afetadas pelas consequências negativas no prestar cuidados a pessoas da mesma idade ou mais velhas, geralmente o conjugue, pais e sogros. Também na velhice avançada, as mulheres são afetadas de forma mais negativa na possibilidade de envolvimento social, devido à sua maior longevidade, e do consequente risco de dependência, tendendo estas maior probabilidade de vir a sofrer com aspetos relacionados com o isolamento ou a solidão. Por outro lado, a nível geral as mulheres idosas apresentam uma auto-imagem mais negativa de si, bem como uma visão mais negativa da velhice e dos outros idosos, comparativamente aos homens idosos.

No que concerne às associações entre Bem-estar/Felicidade e os traços de personalidade, nomeadamente o Neuroticismo e a Extroversão, os resultados observados neste estudo parecem ir ao encontro dos dados apontados na literatura. Relativamente ao traço de Neuroticismo, este mostrou-se negativamente associado à perceção de Bem-estar/Felicidade. Esta associação, embora fraca, revelou-se significativa, o que revela uma tendência inversa entre estas duas variáveis. Desta forma, à medida que os índices de Neuroticismo parecem aumentar, a perceção de Bem-estar/Felicidade tenderá a diminuir. Paralelamente, o traço de extroversão mostrou-se positivamente associado à perceção de Bem-estar/Felicidade. Também esta relação se mostrou fraca, mas significativa, o que sugere uma tendência no sentido crescente da perceção de Bem-estar/Felicidade a par de maiores pontuações no traço de Extroversão. Esta correlação tem sido largamente verificada na literatura (e.g. Chan e Joseph, 2000; Gutiérrez, Jiménez, Hernández & Puente, 2005; Quevedo & Abella, 2011; Chico, 2006; Knyazev, 2004; Robinson, Solberg, Vargas, & Tamir, 2003; Moltafet, Mazidi e Sadati, 2010; Larsen & Augustine, 2008; Caballero, 2011; Ruiz, 2011).

Para além da vertente cognitiva do BES, relacionada com a satisfação de vida, a sua dimensão afetiva, ou seja a felicidade e os afetos (positivos e negativos) tornam-se fulcrais na predição de Bem-estar. No que concerne, concretamente aos afetos, sabe-se que para que o sujeito possa experimentar níveis elevados de BES, é necessário que este, mais do que afetos

positivos intensos, vivencie afetos positivos frequentes. Por seu lado, o próprio conceito de afeto positivo, ou negativo, depende da avaliação e percepção subjetiva do indivíduo, sendo que na avaliação e distinção dos mesmos, é o sujeito quem decide através da sua própria percepção pessoal dos acontecimentos (e.g Diener, Scollon e Lucas, 2003, 2006). Por outro lado, a ausência de afeto negativo, não implica a presença de afetos positivos, uma vez que estes parecem ser independentes (e.g Diener, 1984; Watson & Clark, 1999; Galinha & Ribeiro, 2005b; Casulo, 2002). Assim, a personalidade configura-se fulcral na predição de BES (e.g. Ruiz, 2005; Lucas & Diener, 2009). Neste panorama, o Neuroticismo e a Extroversão assumem especial destaque, uma vez que estes traços parecem estar intimamente ligados à vivência e percepção, dos afetos negativos e positivos respetivamente, tendo-se revelado bons preditores dos mesmos, ao longo de vários estudos longitudinais realizados (e. g. McCrae & Costa, 1980; McCrae & Norris, 1981; Diener & Lucas, 1999).

Neste sentido, tendo em conta que o Neuroticismo está maioritariamente relacionado com emoções negativas, tais como a culpa, a vergonha, a tristeza, a ansiedade e a preocupação, sujeitos com pontuações mais altas no traço neste traço de personalidade, estando mais predispostos a vivenciar afetos negativos, em vez de positivos, o que conseqüentemente diminui a sua percepção de Bem-estar/Felicidade. Contrariamente, a Extroversão encontra-se associada a afetos positivos, ou seja a emoções tais como a alegria, a euforia, a satisfação, o carinho, a felicidade entre outros, o que faz com que sujeitos com pontuações elevadas no traço de extroversão tendam a vivenciar de forma mais frequente afetos positivos. Não quer isto dizer que sujeitos extrovertidos não sintam afetos negativos, porém estes configuram uma percentagem menor, havendo prevalência dos positivos sobre estes (e.g Chan e Joseph, 2000; Gutiérrez, Jiménez, Hernández & Puente, 2005; Quevedo & Abella, 2011; Chico, 2006; Knyazev, 2004; Robinson, Solberg, Vargas, & Tamir, 2003; Moltafet, Mazidi e Sadati, 2010; Larsen & Augustine, 2008).

Ruiz (2011), realça ainda que a associação entre Neuroticismo, Extroversão e BES, pode ser encarada através de dois leques de diferentes hipóteses. A primeira explicação remete para fatores temperamentais, enquanto que a segunda se relaciona com fatores instrumentais. A uma explicação temperamental, a qual postula que a personalidade influencia diretamente o nível de BES dos indivíduos, através da ação de mecanismos biológicos. Por entre as diversas teorias que sugerem este tipo de mecanismo, a que parece ter alcançado maior consenso foi a teoria da sensibilidade ao reforço e ao castigo (Gray, 1991 cit. in Ruiz, 2011), a qual propõe um Sistema de Ativação Comportamental (SAC) responsável pelo grau de sensibilidade que a pessoa reflete face a reforços e recompensas e ainda um Sistema de Inibição Comportamental (SIC) responsável pelo grau de sensibilidade que a pessoa mostre face a sinais de ameaça ou punição condicionada. De acordo com esta proposta, os indivíduos extrovertidos estariam mais sensíveis a experimentar emoções positivas, sendo que por outro lado, os indivíduos com uma elevada pontuação no traço Neuroticismo seriam especialmente sensíveis a experimentar

emoções negativas. Com base neste pressuposto, vários estudos, entre os quais Smits e Boeck (2006 cit. in Ruiz, 2011), parecem ter confirmado as predições da hipótese temperamental ao verificar que os sujeitos extrovertidos são muito reativos face a procedimentos de indução de um determinado estado de ânimo positivo e mais sensíveis aos sinais de reforço que de castigo.

Posto isto, e contrariamente, a explicação instrumental acima referenciada incide no BES de forma indireta, ou seja, através do tipo de situações ou acontecimentos vitais que os sujeitos experimentam e vivenciam. Esta hipótese sustenta-se nos dados que indicam uma estreita relação entre a sociabilidade, uma das facetas do traço de Extroversão e o afeto positivo. Mais concretamente, esta hipótese assume que as pessoas extrovertidas tendem a dedicar mais tempo a atividades sociais, conseguindo manter uma influência mais positiva sobre as pessoas que as rodeiam (e.g. pares, familiares, amigos, colegas de trabalho), aspetos que facilitam a criação de uma ampla rede de relações sociais, o que favorece o BES. Ambas as teorias se configuram válidas, sendo que encontramos na literatura dados que reforçam este dois tipos de pressupostos, no qual um não cancela necessariamente o outro. Fica patente que a importância da influência propriamente dita da personalidade no BES é enaltecida nas duas hipóteses, mudando apenas a forma através da qual cada uma configura a conjuntura propícia no fomentar desse mesmo Bem-Estar.

Relativamente aos objetivos referentes à possível associação entre os traços de Neuroticismo, Abertura à Experiência, e a crença de religiosidade, verificamos que no que toca ao Neuroticismo, os resultados não se mostraram significativos. De facto, tendo em conta o modelo dos *Big Five*, em contrapartida com o Modelo de Eysenk, verificamos que os dados mais consistentes encontrados na literatura acerca dos traços de personalidade vão ao encontro da Conscienciosidade e da Amabilidade como preditores positivos da religiosidade. O que por sua vez, nos estudos levados a cabo com base no Modelo de Eysenk, corresponde a uma correlação negativa com o traço de Psicoticismo. Este por sua vez parece corresponder à dimensão oposta à Amabilidade e Conscienciosidade, o que torna o cruzamento destes dados bastante consistentes. Contudo outros dados têm vindo a surgir na literatura, pelo que, no que diz respeito ao Neuroticismo este já tem sido apontado como preditor de uma religiosidade extrínseca, através de vários estudos. Apesar de não termos obtido resultados significativos, esta hipótese continua a parecer-nos válida, necessitando de uma exploração mais idiossincrática e aprofundada, no que diz respeito às várias facetas religiosas que não foram contempladas no presente trabalho e que podem ter sido uma das causas para este resultado, uma vez que os dados que suportam a associação em causa utilizam um nível de análise mais detalhado ao nível da metodologia que avalia a religião, o que permite um maior grau de alcance. Embora Hills, Francis, Argyle e Jackson (2004) tenha reportado associações entre a religiosidade extrínseca e o Neuroticismo, contrariando a tendência de que apenas o Psicoticismo seria um válido preditor da mesma, outros estudos parecem ir no mesmo

sentido, encontrando inclusivamente outras associações. Francis e Jackson (2003), propuseram-se a estudar a relação entre religiosidade e as várias facetas do Neuroticismo, na abordagem de Eysenck. À semelhança do que viria a acontecer posteriormente com Hill et al. (2004), a religiosidade mostrou-se positivamente associada a sentimentos de culpa, evidenciando-se correlações negativas entre a religiosidade e a infelicidade. Porém, no que disse respeito às facetas relacionadas com a autoestima, ansiedade, dependência, hipocondria e depressão, não se obtiveram associações significativas que se relacionassem com a religiosidade. Contudo, também estudos com base no modelo dos *Big Five*, têm explorado esta relação. Num estudo levado a cabo por Braam, Mooi, Jonker, Tilburg e Deeg (2008) em os autores se propuseram a verificar imagens associadas a Deus, com os cinco fatores de personalidade numa amostra constituída por idosos holandeses, verificaram que o Neuroticismo esteve associado a sentimentos de ansiedade face a Deus, e ainda de descontentamento. De forma semelhante, Silva (2010), num estudo levado a cabo comparando os traços de personalidade de sujeitos em meios rurais e idosos, obteve uma correlação estatisticamente significativa e positiva entre religiosidade e Neuroticismo, o que segundo a autora, sugere que sujeitos religiosos tendem a ser preocupados, melancólicos e irritados. Em contrapartida, o traço de Abertura à Experiência encontrou-se negativamente associado à religiosidade, o que sugere que sujeitos com altas pontuações neste traço sejam menos religiosos. Este resultado não corroborou a hipótese formulada inicialmente pela mesma autora, a qual supôs que elevados níveis de Abertura à Experiência estariam associados a altos índices de religiosidade. Um dos estudos sobre a qual mais tem recaído esta premissa, prende-se com uma investigação longitudinal levada a cabo por McCullough, Tsang e Brion (2003), que ao analisarem adolescentes ao longo de um período de 19 anos, assentes numa perspetiva desenvolvimental, e nos quais estes jovens, bem como pais e professores responderam a um inventário acerca da sua personalidade, verificou-se que os mais abertos à experiência, viriam a revelar-se na idade adulta mais religiosos. No nosso estudo, pudemos verificar uma associação positiva marginalmente significativa, que aponta para uma leve tendência para que sujeitos com pontuações mais elevadas no traço de Abertura à Experiência se percecionem como religiosos. Podemos verificar que este traço apresenta a segunda média mais alta das pontuações da amostra, sendo que cerca de 90% da amostra se classifica como religiosa, o que poderá ter sido fulcral na configuração deste resultado. Podemos ainda realçar que, embora de uma maneira geral este traço pareça estar negativamente associado aos pressupostos dogmáticos muitas vezes assumidos por certas religiões, se analisarmos a complexidade das facetas que compõem este traço, podemos verificar que este tem uma componente muito forte de exploração e questionamento (Vasconcellos & Hutz, 2008) que poderão eventualmente fazer com o sujeito com altos índices de Abertura à Experiência se questione acerca do transcendente e de questões existenciais que embora não vinculadas a ideais demasiado rígidos, podem assumir uma vertente religiosa ou espiritual.

Assim sendo, a nível geral podemos realçar que tendo em conta os dados observados neste estudo, parece haver ainda inúmeras hipóteses a desbravar no sentido de aprofundar melhor, não só a relação entre as dimensões de personalidade e a vertente religiosa, mas também ao nível do Bem-estar, uma vez que, apesar de relativamente a esta última variável termos tido resultados significativos, realçamos que as associações observadas se mostraram relativamente fracas. Contudo, também os resultados não significativos se configuram importantes no equacionamento de novas hipóteses que permitam compreender o porquê dos mesmos. Chegados a este ponto importa tecer algumas conclusões, apontar potencialidades e refletir acerca das limitações da presente investigação.

Após alguma pesquisa no panorama nacional verificamos facilmente que as associações que nos propusemos relacionar, não são facilmente encontradas na investigação levada a cabo nas últimas décadas. Desta forma, verificamos que apesar de modesto, o nosso contributo pode representar um incentivo no desenvolvimento de desenhos metodológicos mais orientados no estudo concreto das dimensões personalísticas, religiosas e de bem-estar, devido à importância que estas variáveis configuram no ser humano, especialmente numa população tão específica como a terceira idade. De facto, os estudos junto dos idosos configuram-se como uma mais-valia e uma necessidade de primeira ordem face às mudanças demográficas verificadas na atualidade. Perceber assim, as variáveis que poderão contribuir para um maior bem-estar e adaptação a essa nova fase do desenvolvimento torna-se fulcral na construção de uma investigação gerontológica e científica orientada numa linha preventiva e interventiva junto desta população.

O facto do presente estudo estar integrado num protocolo de investigação com base num protocolo validado, com características psicométricas e instrumentais bem delineadas, confere credibilidade e consistência aos dados analisados. Uma vez que o protocolo em causa se encontra traduzido e validado para diferentes países, os resultados obtidos através dos mesmos podem mais facilmente ser comparados, o que permite cruzar informação valiosa acerca dos constructos abrangidos no mesmo.

Referimos ainda que o facto de a nossa amostra ter sido selecionada aleatoriamente, confere um maior rigor ao estudo, configurando-se a amostra em causa representativa relativamente à cidade da Covilhã. Quanto às limitações, podemos constatar que a extensão do protocolo pode por vezes configurou-se uma dificuldade acrescida na aplicação do mesmo, e ainda na compreensão de vários itens e dimensões por parte dos idosos, o que se afigurou também como um desafio para o próprio investigador. Mais concretamente no que diz respeito aos instrumentos integrados no protocolo para estudar as associações que nos propusemos desenvolver, estas poderiam de facto não ser as mais adequadas tendo em vista os nossos objetivos, configurando-se demasiado simplistas. Se tivérmos em conta os desenhos metodológicos desenvolvidos no estudo de variáveis como a religião, facilmente damos conta de várias dimensões de estudo na mesma, nomeadamente no que diz respeito à religiosidade

extrínseca e a intrínseca, que permite um estudo mais completo e profundo acerca da relação de outras variáveis com estas dimensões. O facto de no presente protocolo termos apenas três dos cinco traços, também pode restringir os dados recolhidos, uma vez que apesar dos objetivos que nos propusemos analisar, seria interessante compará-los com as outras duas dimensões que são apontadas pela literatura como maioritariamente relacionadas não só com a velhice, bem como com a predição de religiosidade. Desta forma, esta limitação pode configurar uma importante linha de investigação futura, especialmente no que concerne aos estudos desenvolvidos em Portugal.

## Referências Bibliográficas

- Alves, R. (1984). *O enigma da religião*. Campinas : Papyrus.
- Andrade, J. M. (2008). *Evidências de Validade do Inventário dos Cinco Grandes fatores de Personalidade para o Brasil*. Tese de doutoramento não publicada, Universidade de Brasília-Instituto de Psicologia, Brasília, Brasil.
- Andrews, F.M., & Robinson, J.P. (1991). Measures of subjective well being. In J.P. Robinson, P.R. Shaver, & L.S. Wrightsman (Eds.), *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes* (vol. 1, pp. 61-67). San Diego: Academic Press.
- Aquino, T. A. A., Correia, A. P. M., Marques, A. L. C., Souza, C. G., Freitas, H. C. A., Dias, P. S. & Araújo (2009). Atitude Religiosa e Sentido da Vida: Um Estudo Correlacional. *Psicologia, Ciência e Profissão*, 29(2), 228-243.
- Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. In K. Kahneman, E. Diener, & N. Schwartz (Orgs.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. (353- 373). New York: Russel Sage Foundation.
- Argyle, M. e Martin, M. (1991). The psychological causes of happiness. In Strack, F., Argyle, M. e Schwarz, N. (Eds.) *Subjective well-being: An Interdisciplinary Perspective* (77-100). Oxford: Pergamon Press.
- Ávila, A. (2003). *Para conhecer a Psicologia da Religião*. Estella: Edições Loyola.
- Bagby, R. M. , Costa, P. T., McCrae, R. R., Livesley, W. J., Kennedy, S. H., Levitan, R. D. et al. (1999). Replicating the five factor modelo f personality in a psychiatric sample. *Personality and Individual Differences*, 27, 1135-1139.
- Bandura, A. (1999). Social Cognitive Theory of Personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.). *Handbook of Personality: Theory and Research* (2<sup>nd</sup> ed.) (154-196). New York: The Guilford Press.
- Barenbaum, N. B. & winter, D. G. (2008). History of Modern Personality Theory and Reseach. In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3<sup>th</sup> ed.) (3-28). New York: The Guilford Press.
- Barenbaum, N. B. & Winter, D.G. (2003). Personality. In D. K. Freedheim & I. B. Weiner (Eds.), *Handbook of Psychology* (Volume I), (p. 177-204). New Jersey: Jonh Wiley & Sons.
- Barros, C. L. (2006). Bem-Estar Subjetivo, Atividade Física e Institucionalização em Idosos. Dissertação de Mestrado não publicada, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Becker, P. (1999). Beyond the Big Five. *Personality and Individual Diferences*, 26, 511-530.
- Beit-Hallahmi, B. & Argyle, M. (1997). *The psychology of Religious Behavior, Belief and Experience*. London: Routledge.
- Benet-Martinez, V. & Oishi, S. (2008). Culture and Personality. In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3<sup>th</sup> ed.) (542-567). New York: The Guilford Press.

- Bengt, S. (2000). *History of The Church in Africa*. Cambridge: Cambridge: Cambridge University.
- Bento XXVI (2009). *Caritas in Veritae*. Acedido em 3 de Setembro de 2012 [http://www.vatican.va/holy\\_father/benedict\\_xvi/encyclicals/documents/hf\\_ben\\_xvi\\_enc\\_20090629\\_caritas-in-veritate\\_po.html](http://www.vatican.va/holy_father/benedict_xvi/encyclicals/documents/hf_ben_xvi_enc_20090629_caritas-in-veritate_po.html)
- Bernardes, L. H. G. (2007). *Subjetividade: um objeto para uma psicologia comprometida com o social*. São Paulo: Casa do psicólogo.
- Boff, L. (2001). *Espiritualidade: um caminho de transformação*. Rio de Janeiro: Sextante.
- Bouchard, T.J., Jr., & Loehlin, J.C. (2001). Genes, evolution, and personality. *Behavior Genetics*, 31, 243-273.
- Braaten, C. E. & Jenson, R. W. (Eds.) (1987). *Dogmática Cristã* (Vol. 1). São Leopoldo: Editora Sinodal.
- Braam, A. W., Mooi, B., Jonker, J. S., Tilburg., W. V. & Deeg, D. J. H. (2008). God Image and Five-Factor Model personality characteristics in later life: A study among habitantes of Sassenheim in The Netherlands. *Mental Health, Religion & Culture*, 11 (6), 547-559.
- Brebner, J., Donaldson, J., Kirby, N. & Ward, L. (1995). Relationship between happiness and personality. *Personal and Individual Differences*, 19, 251-258.
- Briceño-León, R. (2003). *Quatro Modelos de Integração de Técnicas Qualitativas e Quantitativas de Investigação nas Ciências Sociais*. In P. Goldenberg, R. M. G. Marsiglia & M. H. A. Gomes (Orgs.), *O Clássico e o novo: tendências, objetos e abordagens em ciências sociais e saúde* (157-186). Rio de Janeiro: Editora Fiocruz.
- Brown, P. H. & Tierney, B. (2009). Religion and subjective well-being among the elderly in China. *The Journal of socio-Economics*, 38, 310-319.
- Caballero, J. A. R. (2011). Afectividad Positiva y Personalidad. In J. B. Moreno, A. M. Pèrez-García, J. A. R. Caballero, P. S. Suárez & B. R. Laffond, *Psicología de la Personalidad*, (291-299). Madrid: Uned.
- Cabral, A. & Nick, E. (2006). *Dicionário Técnico de Psicologia*. (14ª ed). São Paulo: Cultrix.
- Campbell, V., & Bond, R. (1982). *Evaluation of a character education curriculum*. In D. McClelland (ed.), *Education for values* (134-170). New York: Irvington Publishers.
- Campôa, E. (2009). *Qualidade de Vida, Competências Cognitivas e Funcionais nos Idosos Institucionalizados e não Institucionalizados*. Dissertação de Mestrado não publicada, Universidade do Algarve - Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Faro, Portugal.
- Caprara, G. V. & Cervone, D. (2000). *Personality: Determinants, Dynamics, and Potentials*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cardoso, M. C. S. & Ferreira (2009). Envolvimento Religioso e Bem-Estar Subjetivo em Idosos . *Psicologia, Ciência e Profissão*, 29(2), 380-393.
- Caspi, A., Roberts, B. W. & Shiner, R. L. (2005). *Annu. Rev. Psychol.*, 56, 453-484.
- Casulo, M. M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico. *Cadernos de Evaluación Psicológica: Evaluación del bienestar psicológico en IberoAmerica*, 1, p.11-29.

- Catecismo da Igreja Católica: Compêndio (2005). Roma: Libreria Editrice Vaticana. Acedido em 3 de Setembro de 2012 [http://www.vatican.va/archive/compendium\\_ccc/documents/archive\\_2005\\_compendium-ccc\\_po.html](http://www.vatican.va/archive/compendium_ccc/documents/archive_2005_compendium-ccc_po.html)
- Cattell, R. B. & Dreger, R. M. (1977). *Handbook of Modern Personality Theory*. New York: John Wiley & Sons.
- Cattell, R. B. (Ed.) (1987). *Intelligence: Its Structure, Growth and Action*. Amsterdam: Elsevier Science Publishers.
- Cattell, H. E. P. & Mead, A. D. (2008). The Sixteen Personality Factor Questionnaire (16PF). In G. J. Boyle, G. Matthews & D. H. Saklofske (Eds.), *The Sage Handbook of Personality Theory and Assessment (Vol 2: Personality Measurement and Testing)* (135-159). Wiltshire: The Cromweell Press.
- Cattell, H. E. P. (2004). The Sixteen Personality Factor Questionnaire (16 PF). In M. J. Hilsenroth & D. L. Segal (Eds.). *Comprehensive Handbook of Psychological Assessment, Personality Assessment (Vol. 2)* (39-49). Hoboken: John Wiley & Sons.
- Chan, R. e Joseph, S. (2000). Dimensions of personality, domains of aspiration, and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 28, 347-354.
- Chatters, L. M., Levin, J. S., & Taylor, R. J. (1992). Antecedents and dimensions of religious involvement among older black adults. *Journal of Gerontology*, 47, 269-278.
- Chaves, J. (1992). *A compreensão da Pessoa: Psicologia da Personalidade*. São Paulo: Ágora.
- Chico, E. (2006). Personality dimensions and subjective well-being. *The Spanish Journal of Psychology*, 9, 38-44.
- Cipolla, C. & Cipriano, R. (2002). *Pellegrini del Giubileo*. Milano: Franco Angeli.
- Clark, L. A. & Watson, D. (2008). Temperament: An Organizing Paradigm for Trait Psychology. In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3<sup>th</sup> ed.) (265-286). New York: The Guilford Press.
- Cloninger, S. C. (1996). *Personality: Description, Dynamics, and Development*. New York: W. H. Freeman.
- Cloninger, S. C. (2003). *Teorias de Personalidade*. São Paulo: Martins Fontes.
- Código de Direito Canónico - Versão Portuguesa (1983) (4<sup>a</sup> ed.) Lisboa: Conferência Episcopal Portuguesa. Acedido em 3 de Setembro de 2012 [http://www.vatican.va/archive/cod-iuris-canonici/portuguese/codex-iuris-canonici\\_po.pdf](http://www.vatican.va/archive/cod-iuris-canonici/portuguese/codex-iuris-canonici_po.pdf)
- Começanha, R. & Maia, A. (2011). Determinantes da utilização de serviços de saúde em ex-combatentes da Guerra Colonial Portuguesa: estresse pós-traumático, neuroticismo e apoio social. *Contextos Clínicos*, 4(2), 123-131.
- Concílio Vaticano II: Decreto Ad Gentes sobre a atividade missionária da Igreja (1965). Acedido em 3 de Setembro de 2012 [http://www.vatican.va/archive/hist\\_councils/ii\\_vatican\\_council/documents/vat-ii\\_decree\\_19651207\\_ad-gentes\\_po.html](http://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_decree_19651207_ad-gentes_po.html)

- Corrêa, A. A. M., Moreira-Almeida, A., Menezes, P. R., Vallada, H. & Scazufca, M. (2011). Investigating the role played by social support in the association between religiosity and mental health in low income older adults: results from the São Paulo Ageing & Health Study *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 33(2), 157-164.
- Costa P.T., McCrae R.R. & Norris A.H. (1981). Personal adjustment to aging: Longitudinal prediction from neuroticism and extraversion. *Journals of Gerontology*, 36, 78-85.
- Costa, L. S. M. & Pereira, C. A. A. (2007). Bem-Estar Subjetivo: aspetos conceituais. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 59(1), 72-80.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticismo on subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1987). Neuroticism, Somatic Complains and Disease: Is the Bark Worse than the Bite?. *Journal of Psychology*, 55(2), 299-316.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1992). *NEO PI-R: Manual Profissional*. Lisboa: Cegoc.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1994). Stability and Change in Personality from Adolescence through Adulthood. In C. F. Halverson, G. A. Kohnstamm & R. P. Martín (Eds.). *The Developing Structure of Temperament and Personality from Infancy to Adulthood* (139-150). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (2006). Trait and Factor Theories. In J. C. Thomas & D. L. Segal, *Comprehensive Handbook of Personality and Psychopathology* (Vol. 1) (96-114). Hoboken: John Wiley & Sons.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (2008). The Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R). In G. J. Boyle, G. Matthews & D. H. Saklofske (Eds.), *The Sage Handbook of Personality Theory and Assessment (Vol 2: Personality Measurement and Testing)* (179-198). Wiltshire: The Cromweell Press.
- Costa, P. T., Jr. & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Costa, P. T., McCrae, R. R. & Jónsson, F. H. (2002). Validity and Utility of the Revised NEO Personality Inventory: Examples from Europe. In B. De Raad & M. Perugini (Eds.), *Big Five Assessment* (61-78). Gottingen: Hogrefe & Huber Publishers.
- Couto, M. C. P. C. (2007). *Factores de Risco e de Proteção na Promoção de Resiliência no Envelhecimento*. Dissertação de mestrado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul - Instituto de Psicologia, Rio Grande, Brasil.
- Craducci, B. J. (2009). *The Psychology of Personality*. (2ª ed.). Chichester: Wiley-Blackwell.
- Craig, G. J. (1999). *Human Development* (8<sup>th</sup> ed.). Upper Saddle River: Prentice Hall.
- Craighead, W. E. & Nemeroff, C. B. (2004). *The Concise Corsini Encyclopedia of Psychology and Behavioral Science* (3<sup>th</sup> ed.). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Cross, S. E. & Markus, H. R. (1999). The Cultural Constitution of Personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.). *Handbook of Personality: Theory and Research* (2<sup>nd</sup> ed.) (378-398). New York: The Guilford Press.

- Cross, S. E., Hardin, E. E. & Swing, B. G. (2009). Interdependent, Relational, and Collective-Interdependence Self-Construals. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.) (2009). *Handbook of Individual Differences In Social Behavior* (512-526). New York: The Guilford Press.
- Csikszentmihalyi, C. M. (1992). *Psicologia da felicidade*. São Paulo: Saraiva.
- Csikszentmihalyi, C. M. (1999). *A descoberta do fluxo: a psicologia do envolvimento com a vida cotidiana*. Rio de Janeiro: Rocco.
- De Raad, B. & Perugini, M. (Eds.) (2002). *Big Five Assessment*. Gottingen: Hogrefe & Huber Publishers.
- De Raad, B. (2000). *The Big Five Personality Factors: The Psycholexical Approach to Personality*. Gottingen: Hogrefe & Huber Publishers.
- Delumeau, J. (1997). *As Grandes religiões do Mundo*. Lisboa: Editorial Presença.
- Dendena, A., Dallazen, C. C., Lyra, L. R. & Tosi, P. C. S. (2011). Religiosidade e envelhecimento bem-sucedido. *Unoesc & Ciência*, 2 (2), 184-196.
- DeNeve, M. K., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A-meta analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Diener, E. & N. Schwarz (Orgs.), *Hedonic Psychology: Scientific perspectives on enjoyment, suffering, and well-being* (213-229). New York, NY: Russell Sage.
- Diener, E. & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7, 181-184.
- Diener, E. & Diener, R. B. (2008). *Happiness: Unlocking the Mysteries of Psychology Wealth*. Malden: Blackwell Publishing.
- Diener, E. & Lucas, R. E. (1999). Personality and Subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz, *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 211-229). New York: Russell-Sage.
- Diener, E. & Lucas, R. E. (1999b). Subjective emotional well-being. In M. Lewis & J. M. Haviland, *Handbook of Emotions* (2nd ed.), (pp. 325-337). New York: Guilford.
- Diener, E. & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being, *Psychological Science In The Public Interest*, 5(1), 1-31.
- Diener, E. & Seligman, M.E.P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13 (1), 81-84.
- Diener, E. & Suh, E. M. (2000). *Subjective wellbeing across cultures*. Cambridge: MIT Press.
- Diener, E. & Suh, E.M. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40, 189-216.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542-575.
- Diener, E. (1996). Traits can be powerful, but are not enough: lessons from Subjective Well-Being. *Journal of Research in Personality*, 30, 389-399.
- Diener, E. (2007). What is subjective well-being?. Acedido em 22 de Agosto de 2012 <http://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/faq.html#SWB>
- Diener, E. (2009). Subjective Well-Being. In Diener (Ed.), *The Science of Well-Being: The Collected Works of Ed Diener* (11-58). New York: Springer.

- Diener, E. Lucas, R. E. & Scollon, C. N. (2006). Beyond the Hedonic Treadmill: Revising the Adaptation Theory of Well-Being. *American Psychologist*, 61 (4), 305-314.
- Diener, E., Diener, M., & Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 851-864.
- Diener, E., Lucas, R. E. e Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In Snyder, C.R. e Lopes, S. (Org.). *Handbook of Positive Psychology*, New York, Oxford, p.63-73.
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R.E. (2003). Personality, culture, and subjective wellbeing: Emocional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403- 425.
- Diener, E., Sandovick, E. Pavot, W. & Fujita, F. (1992). Extraversions and Subjective well-being in a US national probability sample. *Journal of Research in Personality*, 26, 205-215.
- Diener, E., Scollon, C. N. e Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of subjective wellbeing: The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187-219.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276- 302.
- Diener, E., Suh, E.M. & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25-41.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R. & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Digman, J. M. (1989). Five Robust Trait Dimensions: Development, Stability, and Utility. *Journal of Psychology*, 57(2), 195-214.
- Digman, J. M. (1990). Personality Stucure: Emergence of the Five-Factor Model. *Annu. Rer. Psychol*, 41, 417-440.
- Digman, J. M. (1996). The Curious History of the Five-Factor Model. In J. S. Wiggins (Ed.), *The Five- Factor Model of Personality: Theoretical Perspectives* (1-20). New York: The Guilford Press.
- Domino, G. & Domino, M. L. (2006). *Psychological Testing: An Introduction* (2<sup>nd</sup> ed.). Cambridge: Cambridge University Press.
- Donahue, M. J. (1985). Intrinsic and Extrinsic Religiousness: The Empirical Research. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 24 (4), 418-423.
- Durkheim, E. (2002). *As Formas Elementares da Vida Religiosa*. Oeiras: Celta Editora
- Egan, E., Kroll, J., Carey, K., Johnson, M. & Erickson, P. (2004). Eysenck personality scales and religiosity in a US outpatient sample. *Personality and Individual Differences*, 37, 1023-1031.
- Ellison, C. G. (1991). Religious involvement and subjective well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 32, 80-99.

- Engler, B. (2009). *Personality Theories*. (8<sup>th</sup> ed.). Boston: Houghton Mifflin Harcourt Publishing Company.
- Ewen, R. B. (2003). *An Introduction to Theories of Personality* (4<sup>th</sup> ed.). Hove: Psychology Press.
- Eysenck, H. J. (1994). The Big Five or Giant Three: Criteria for a Paradigm. In C. F. Halverson, G. A. Kohnstamm & R. P. Martín (Eds.). *The Developing Structure of Temperament and Personality from Infancy to Adulthood* (37-52). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Faria, J. B. & Seild, E. M. F. (2005). Religiosidade e Enfrentamento em Contextos de Saúde e Doença: Revisão da Literatura. *Psicologia e Crítica*, 18(3), 381-389.
- Feist, G. F. et al. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural models of Subjective Well-Being: a longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(1), 138-150.
- Fernández-Ballesteros, R. (2003) (Ed.). *Encyclopedia of Psychological Assessment* (Vol. 2). London: Sage Publications.
- Fernández-Ballesteros, R., Zamarrón, M., Rudinger, G., Schroots, J., Hekkinnen, E., Drusini, A. et al. (2004). Assessing Competence: The European Survey on Aging Protocol (ESAP). *Behavioral Science Section*, 50, 330-347.
- Ferrari, M. (Ed.) (2002). *The Varieties of Religious Experience: Centenary Essays*. Exeter: Inprint Academic.
- Ferraz, R. B., Tavares, H. & Zilberman, M. L. (2007). Felicidade: uma revisão. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34(4), 234-242.
- Fonseca, A. (2006). *O envelhecimento, uma abordagem psicológica* (2<sup>a</sup> ed.) Lisboa: Universidade Católica Editora.
- Fordyce, M.W. (1983). A program to increase happiness: Further studies. *Journal of Counseling Psychology*, 30, 483-498.
- Fordyce, M.W. (1988). A review of research on the happiness measures: A sixty second index of happiness and mental health. *Social Indicators Research*, 20, 355-381.
- Fowler, J. (1992). *Estádios da Fé*. São Leopoldo: Sinodal.
- Fraas, H. J. (1990). *A Religiosidade Humana: Compêndio de Psicologia da Religião* (2<sup>a</sup> ed.). São Leopoldo: Editora Sinodal.
- Francis, L., Brown, L., Lester, D. & Philipchalk, R. (1998). Happiness as stable extraversion. *Personality and Individual Differences*, 24, 167-171.
- Francis, L. J. & Jackson, C. J. (2003). Eysenck's dimensional model of personality and religion: Are religious people more neurotic? *Mental Health, Religion & Culture*, 6 (1), 87-100.
- Frankl, V.E. (1989). *Um sentido para a vida*. São Paulo: Santuário.
- Frazier, C., Mintz, L. B., & Mobley, M. (2005). A multidimensional look at religious involvement and psychological well-being among urban elderly African Americans. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 583-590.

- Fredrickson, B. (1998). What good is positive emotions? *Review of General Psychology*, 2, 300-319.
- Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotions in Positive Psychology: *The broaden-and-build theory of positive emotion*. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Freud, S. (1919). *Totem and Taboo*. New York: Moffat, Yard and Company.
- Friedman, R. S. & Förster, J. (2008). Motivational States. In A. J. Elliot (Ed.), *Handbook of Approach and Avoidance Motivation* (235-250). New York: Psychology Press.
- Froom, E. (1974). *Análise do Homem* (9ª ed.). Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Froom, E. (1975). *O Espírito de Liberdade* (3ª ed.). Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Froom, E. (1979). *Psicanálise da Sociedade Contemporânea* (9ª ed.). Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Fuller, A. R. (1994). *Psychology & Religion: Eight Points of View* (3<sup>th</sup> ed.). London: Rowman & Littlefield Publishers.
- Funder, D. C. (2008). Persons, Situations, and Person-Situation Interactions. In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3<sup>th</sup> ed.) (568-582). New York: The Guilford Press.
- Furnham, A. & Cheng, H. (1999). Personality as predictor of mental health and happiness in the East and West. *Personality and Individual Differences*, 27, 395-403.
- Furnham, A. , Eysenck, S. B. G. & Saklofske, D. H. (2008). The Eysenck Personality Measures: Fifty Years of Scale Development. In G. J. Boyle, G. Matthews & D. H. Saklofske (Eds.), *The Sage Handbook of Personality Theory and Assessment* (Vol. 2) (199-218). Wiltshire: The Cromweell Press.
- Furseth, I. & Repstad, P. (2006). An Introduction to the Sociology of Religion: Classical and Contemporary Perspectives. Aldershot: Ashgate.
- Galinha, I. & Ribeiro, J.L. Ribeiro (2005a). História e Evolução do Conceito de Bem-Estar Subjetivo. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 6(2), 203-214.
- Galinha, I. C & Ribeiro, J. L. P. (2005b). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): I - Abordagem teórica ao conceito de afeto. *Análise Psicológica*, 2 (XXIII), 209-218.
- George, L.K. (1981). Subjective Well Being. Conceptual and Methodological Issues. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 2, 345-382.
- Giacomini, C. H. (2004). Bem-estar subjetivo: Em busca da qualidade de vida. *Temas em Psicologia da SBP*, 12 (1), p. 1401-1410.
- Gill, L. (2000). *Psychological Dynamics of Sport and Exercise* (2<sup>nd</sup> ed.). Champaign: Human Kinetics.
- Glatzer, W. (1987). Components of well-being. *Social Indicators Research*, 19, 25-31.
- Goldberg, L. R. & Rosolack, T. K. (1994). The Big Five Factor Structure as an Integrative Framework: An Empirical Comparison with Eysenck's P-E-N Model. In C. F. Halverson,

- G. A. Kohnstamm & R. P. Martín (Eds.). *The Developing Structure of Temperament and Personality from Infancy to Adulthood (7-36)*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Goldberg, L. R. (1992). The Development of Markers for the Big-Five Factor Structure. *Psychological Assessment*, 4(1), 26-42.
- Gonçalves, S. M. M. (2006). Mas, Afinal, O que é felicidade? Ou, Quão importantes são as relações interpessoais na concepção de felicidade entre adolescentes. Tese de doutoramento não publicada, Universidade Federal do Rio de Janeiro - Instituto de Psicologia, Rio de Janeiro, Brasil.
- Goodwin, C. J. (2005). *História da Psicologia Moderna*. São Paulo: Cultrix.
- Graziano, L. (2005). *A Felicidade Revisitada: Um estudo sobre o bem-estar subjetivo na visão da Psicologia Positiva*. São Paulo. Tese de doutoramento não publicada, Universidade De São Paulo - Instituto de Psicologia, São Paulo, Brasil.
- Graziano, W. G. & Robin, R. (2009). Agreeableness. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.) (2009). *Handbook of Individual Differences In Social Behavior* (46-61). New York: The Guilford Press.
- Guimarães, R. C. & Cabral, J. A. S. (1997). *Estatística*. Lisboa: McGraw-Hill.
- Gutiérrez, J. L. G., Jiménez, B. M., Hernández, E. G. & Puente, C. P. (2005). Personality and subjective well-being: big five correlates and demographic variables. *Personality and Individual Differences*, 38, 1561-1569.
- Hall, C. S. & Nordby, V. J. (1973). *Introdução à Psicologia Junguiana*. São Paulo: Cultrix.
- Hansenne, M. (2003). *Psicologia da Personalidade*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Harker, L. & Keltner, D. (2001). Expressions of positive emotion in women's college yearbook pictures and their relationship to personality and life outcomes across adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 112-124.
- Hayes, N., & Joseph. S. (2003). Big 5 correlates of the three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34, 723-727.
- Higgins, E. T. & Scholer, A. A. (2008). When is Personality Revealed? A Motivation Cognition Approach. In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3<sup>th</sup> ed.) (182-207). New York: The Guilford Press.
- Hilgard, E. R., Atkinson, R. L. & Atkinson, R. C. (1979). *Introduction to psychology*. (7<sup>a</sup> ed.). New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- Hills, P., Francis, L. J., Argyle, M. & Jackson, C. J. (2004). Primary Personality Trait Correlates of Religious Practice and Orientation. *Personality and Individual Differences*, 36, 61-73.
- Hills, P., Francis, L.J., Argyle, M. & Jackson, C.J. (2004). Primary Personality Trait Correlates of Religious Practice and Orientation. *Personality individual differences*, 36 (1), 61-73.
- Hjelle, L. A. & Ziegler, D. J. (1976). *Personality Theories: Basic Assumptions, Research and Applications*. New York: McGraw-Hill.

- Horley, J. (1984). Life Satisfaction, Happiness and Morale: Two problems with the use of Subjective Well-being indicators. *The Gerontologist*, 24(2), 124-127.
- Hunsberger, B. (1985). Religion, age, life satisfaction and perceived sources of religiousness: A study of older persons. *Journal of Gerontology*, 40, 615-620.
- Hutz, C. S., Nunes, C. H. S. S., Serra, J., Silveira, A. D., & Anton, M. (1999). *Relações entre idade adulta avançada*. Textos Universitários de Ciências Sociais e Humanas. Coimbra: *Individual Differences*, 34, 723-727.
- Instituto Nacional de Estatística (2011). *A situação demográfica recente em Portugal*. Acedido em 18 de Setembro de 2012 [http://censos.ine.pt/xportal/xmain?xpid=CENSOS&xpgid=ine\\_censos\\_estudo\\_det&menuBOUI=13707294&contexto=es&ESTUDOSest\\_boui=106185&ESTUDOSmodo=2&selTab=tab1](http://censos.ine.pt/xportal/xmain?xpid=CENSOS&xpgid=ine_censos_estudo_det&menuBOUI=13707294&contexto=es&ESTUDOSest_boui=106185&ESTUDOSmodo=2&selTab=tab1)
- Irigaray, T. & Schneider, R. (2007). Características de personalidade e depressão em idosas. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 29, 169-175.
- Irigaray, T. Q. & Schneider, R. H. (2009). Dimensões de Personalidade, Qualidade de Vida e Depressão em Idosas. *Psicologia em Estudo*, 14(4), 759-766.
- John, O. P. & Srivastava, S. (1999). The Big Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.). *Handbook of Personality: Theory and Research* (2<sup>nd</sup> ed.) (102-138). New York: The Guilford Press.
- Jung, C. G. (1967). *Acerca da Psicologia do Inconsciente*. Lisboa: Delfos.
- Jung, C. G. (1975). *O Homem à Descoberta da sua alma*. Porto: Livraria Tavares Martins.
- Junior, D. R. (2007). O esporte e a Psicologia: o enfoque do profissional do esporte. In K. Rubio (Org.), *Psicologia do Esporte: Interfaces, pesquisa e intervenção* (2<sup>a</sup> ed.) (29-40). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Kaplan, H. I., Sadock, B. J. & Greeb, J. A. (2003). *Compêndio de Psiquiatria: Ciências do Comportamento e Psiquiatria Clínica* (7<sup>a</sup> ed.). Porto Alegre: ArtMed.
- Knyazev, G. G. (2004). Behavioural activation as predictor of substance use: mediating and moderating role of attitudes and social relationships. *Drug and alcohol dependence*, 75(3), 309-321.
- Koenig, H. G., Kvale, J. N., & Ferrel, C. (1988). Religion and well-being in later life. *The Gerontologist*, 28, 18-28.
- Konings, J. M. H. & Zilles, U. (Orgs.) (1992). *Religião e Cristianismo*. Porto Alegre: Edipucrs.
- Kosek, R. B. (1999). Adaptation of the Big Five as a hermeneutic instrument for religious constructs. *Personality and Individual Differences*, 27, 229-37.
- Laak, J. (1997). Assessment of Person Development. Needed: A person concept for the developing individual. Lisbon: European Conference on Psychological Assessment.
- Laranjeira, C. A. S. J. (2007). Do Vulnerável Ser ao Resiliente Envelhecer: Revisão da Literatura. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23(3), 327-332.
- Larsen, R. J. & Augustine, A. A. (2008). Basic Personality Dispositions Related to Approach and Avoidance: Extraversion/Neuroticism, BAS/BIS, and Positive/ Negative Affectivity.

- In A. J. Elliot (Ed.), *Handbook of Approach and Avoidance Motivation* (151-164). New York: Psychology Press.
- Lawton, M. P (1983). Environment and other determinants of well-being in older people. *The Gerontologist*, 23, 349-357.
- Lerner, R. M., Lerner, J. V. , Almerigi, J., Theokas, C. (2006). Dynamics of individual - Context relations in human development: A developmental systems perspective. In J. C. Thomas, D. L. Segal, M. Hersen & J. C. Thomas. (Eds.). *Comprehensive Handbook of Personality and Psychopathology (Volume I)* (23-43). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Levin, J. S., Chatters, L. M., & Taylor, R. J. (1995). A multidimensional measure of religious involvement for African Americans. *The Sociological Quarterly*, 36, 157-173.
- Levin, J.S. & Chatters, L.M. (1998). Religion, health, and psychological wellbeing in older adults: findings from three national surveys. *Journal of Aging Health*, 10(4), 504-531.
- Levin, J.S., Markides, K.S. & Ray, L.A. (1996). Religious attendance and psychological well being in Mexican Americans: a panel analysis of three generations data. *Gerontologist*, 36(4), 454-463.
- Lewis, C. A. (1999). Is the relationship between religiosity and personality 'contaminated' by social desirability as assessed by the Lie Scale? A methodological reply to Michael W. Eysenck (1998). *Mental Health, Religion and Culture*, 2 (2), 105-114.
- Lima, M. P. & Simões, A. (2000). A teoria dos cinco fatores: Uma proposta inovadora ou apenas uma boa arrumação do caleidoscópio personológico?. *Análise Psicológica*, 2 (XVIII), 171-179.
- Lima, M. P. & Simões, A. (2006). Inventário de Personalidade NEO Revisado (NEO-PI-R). In M. M. Gonçalves, M. R. Simões, L. S. Almeida & C. Machado (Coord.) (2ª ed.), *Avaliação Psicológica: Instrumentos Validados para a população portuguesa (Vol. I)* (21-36). Coimbra: Quarteto.
- Lima, P. M. (2008). *A arte de envelhecer: um estudo sobre história de vida e envelhecimento. Tese de Mestrado não-publicada*. Universidade de Brasília.
- Lira, S. A. (2004). *Análise de Correlação: Abordagem Teórica e de Construção dos Coeficientes com Aplicações*. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, RP, Brasil.
- Livesley, W. J., Jang, K. L. & Vernon, P. A. (2003). *Genetic Basis of Personality Structure*. In T. Millon & M. Lerner (Eds.), *Handbook of Psychology* (Vol. 5) (59-84). Hoboken: John Wiley & Sons.
- Lopez, S. J. (2008). *Positive Psychology*. Westport: Praeger Publishers.
- Lucas, R. E. & Diener, E. (2009). Personality and Subjective Well-Being. In Diener (Ed.), *The Science of Well-Being: The Collected Works of Ed Diener* (75-102). New York: Springer.
- Lucas, R. E. (2008). Personality and Subjective Well-Being. In M. Eid & R. J. Larsen, *The Science of Subjective Well-Being* (171-194). New York: The Guilford Press.

- Luz, M. M. C. & Amatuzezi, M. M. (2008). Vivências de felicidade de pessoas idosas. *Estudos de Psicologia*, 25 (2), 303-307.
- Lykken, D. & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7, 186-189.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than other: The role of cognitive and motivacional processes in well-being. *American Psychologist*, 56, 239-249.
- Lyubomirsky, S., King, L. & Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Sucess?. *Psychological Bulletin*, 131 (6), 803-855.
- Main, R. (2006). Psychology of Religion. In R. A. Segal (Ed.), *The Blackwell Companion to the Study of Religion* (147-170). Oxford: Blackwell Publishing.
- Malkoç, A. (2011). Big five personality traits and coping styles predict subjective well-being: A study with a Turkish Sample. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 12, 577-581.
- Maltby, J. (1999). Religious orientation and Eysenck's personality dimensions: The use of the amended religious orientation scale to examine the relationship between religiosity, psychoticism, neuroticism and extroversion. *Personality and Individual Differences*, 26, 79-84.
- Maltby, J., Talley, M.I., Cooper, C. & Leslie, J. C. (1995). Personality effects in personal and public orientations toward religion. *Personality and Individual Differences*, 19 (2), 157-63.
- Martins, C. (2011). *Manual de Análise de Dados Quantitativos com Recurso ao IBMSPSS: Saber decidir, fazer, interpretar e redigir*. Braga: Psiquilibrios Edições.
- Marx. M. H. & Hillix, W. A. (1973). *Sistemas e Teorias em Psicologia* (15ª ed.). São Paulo: Cultrix.
- Matos, A. S. (2005). *A Caminhada Cristã na História: a Bíblia, a Igreja, e a sociedade ontem e hoje*. Viçosa: Editora Ultimato.
- Matthews, G., Deary, I. J. & Whiteman, M. C. (2003). *Personality Traits* (2<sup>nd</sup> ed.). Cambridge: Cambridge University.
- McCrae, R. R. & Allik, J. (2002). *The Five-Factor Model of Personality Across Cultures*. New York: Plenum Publishers.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (1991). The NEO Personality Personality: Using the Five-Factor Model in Counseling. *Journal of Counseling & Development*, 69, 367-372.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (1995). Trait explanation in personality psychology. *European Journal of Personality*, 9, 231-252.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (1996). Toward a New Generation of Personality Theories: Theoretical Contexts for the Five-Factor Model. In J. S. Wiggins (Ed.), *The Five-Factor Model of Personality: Theoretical Perspectives* (51-87). New York: The Guilford Press.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (1999). A Five-factor Theory of Personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.). *Handbook of Personality: Theory and Research* (2<sup>nd</sup> ed.) (139-153). New York: The Guilford Press.

- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (2004). A contemplated revision of the NEO Five-Factor Inventory. *Personality and Individual Differences*, 6, 587-596.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (2006). *Personality in Adulthood: A Five-Factor Theory Perspective* (2<sup>nd</sup> ed.). New York: The Guilford Press.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (2008). A Five-factor Theory of Personality. In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3<sup>th</sup> ed.) (159-181). New York: The Guilford Press.
- McCrae, R. R. & John, O. P. (1992). An introduction to the Five-Factor Model and its applications. *Journal of Personality*, 60, 509-516.
- McCrae, R. R. & Sutin, A. R. (2009). Openness to Experience. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.) (2009). *Handbook of Individual Differences In Social Behavior* (257-273). New York: The Guilford Press.
- McCrae, R. R. (1991). *The Five-Factor Model and its Assessment in Clinical Settings*, 57 (3), 399-414.
- McCrae, R. R. (2004). Human nature and culture: A trait perspective. *Journal of Research in Personality*, 38, 3-14.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Lima, M. P., Simões, A., Ostendorf, F., Angleitner, A. et al. (1999). Age Differences in Personality Across the Adult Life Span: Parallels in five Cultures. *Developmental Psychology*, 35 (2), 466-477.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Martin, T. A., Oryol, V. E., Rukavishnikov, A. A., Senin, I., et al. (2004). Consensual validation of personality trait across cultures. *Journal of Research in Personality*, 38, 179-201.
- McCullough, M. E., Tsang, J. A. & Brion, S. (2003). Personality traits in adolescents as predictors of religiousness in early adulthood: findings from the Terman Longitudinal Study. *Society for Personality and Social Psychology*, 29(8), 980-91.
- McGuire, M. B. (2002). *Religion: The Social Context* (5<sup>th</sup> ed.). Belmont: Wadsworth Group.
- Mead, M. (1999). *Continuities in Cultural Evolution*. New Brunswick: Transaction Publishers.
- Meira, M. E. M. & Facci, M. G. D. (Orgs.). (2007). *Psicologia Histórico- Cultural: Contribuições para o encontro entre a subjetividade e a educação*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Michalos, A. C. (1980). Satisfaction and happiness. *Social Indicators Research*, 20, 355-381.
- Milanesi, G. & Aletti, M. (1973). *Psicologia della religione*. Torino: Elle Di Ci.
- Milanesi, G. (1973). *Sociologia della religione*. Torino: Elle Di Ci.
- Mindell, C. H., & Vaughan, C. E. (1978). A multidimensional approach to religiosity and disengagement. *Journal of Gerontology*, 33, 103-108.
- Moldazet, G., Mazidi, M. & Sadati, S. (2010). Personality Traits, religious orientation and happiness. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 9, 63-69.
- Moraes, J. F. D., & Souza, V. B. A. (2005). Fatores associados ao envelhecimento bem-sucedido de idosos socialmente ativos da região metropolitana de Porto Alegre. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 27, 302-308.

- Moreira-Almeida, A., Neto, F. & Koenig, H.G.(2006). Religiousness and mental health: a review. *Rev Bras Psiquiatr* 28(3), 242-250.
- Myers, D. G. (2010). *Social Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Myers, D., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Neri, A. L. & Yassuda, M. S. (Orgs.) (2004). *Velhice bem-sucedida: aspectos afetivos e cognitivos*. Campinas: Papirus.
- Neri, A. L. (1995). *Psicologia do envelhecimento: temas selecionados na perspectiva de curso de vida*. São Paulo: Papirus.
- Neri, A. L. (2000). *Qualidade de vida e idade madura*. São Paulo: Papirus.
- Neri, A. L. (2001a). *Maturidade e velhice: trajetórias individuais e socioculturais*. São Paulo: Papirus.
- Neri, A. L. (2001b). Envelhecimento e Qualidade de Vida na Mulher. *2º Congresso Paulista de Geriatria e Gerontologia*, São Paulo, 2-18.
- Neri, A. L. (2005). *Palavras-chave em gerontologia*. (2ª ed.). Campinas: Alínea.
- Nes, R.B., Røysamb, E., Tambs, K., Harris, J.R., & Reichborn-Kjennerud, T. (2006). Subjective well-being: Genetic and environmental contributions to stability and change. *Psychological Medicine*, 36, 1033-1042.
- Neto, F. (1998). *Psicologia Social* (Vol. I). Lisboa: Universidade Aberta.
- Netto, M. P., Yuaso, D. R. & Kitadai, F. T. (2005). Longevidade: desafio do terceiro milênio. *O mundo da Saúde*, 29 (4), 594- 607.
- Novo, R. F. (2005). Bem-Estar e Psicologia: Conceitos e Propostas de Avaliação. *RIPED - Revista Iberoamericana de evaluación Psicológica*, 20 (2), 183-203.
- Nunes, C. H. S. S. & Hultz, C. S. (2006). Construção e Validação de uma escala de extroversão no modelo dos Cinco Grandes Fatores. *Psico- USF*, 11(2), 147-155.
- Nunes, C. H. S., Hutz, C. S. & Giacomini, C. H. (2009). Associação Entre Bem Estar Subjetivo e Personalidade No Modelo Dos Cinco Grandes Fatores. *Avaliação Psicológica*, 8(1), 99-108.
- O' Donohue, W. (2001). *Psychology of B. F. Skinner*. Thousand Oaks: Sage.
- Oliveira, J. H. B. (2000). *Psicologia da Religião*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Otta, E. & Fiquer, J. T. (2004). Bem-estar subjetivo e regulação de emoções. *Psicologia me Revista*, 10 (15), 144-149.
- Panzini, R. G. & Bandeira, D. R. (2007). Coping (enfrentamento) religioso/espiritual. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34 (1), 126-135.
- Panzini, R., Rocha, N. R., Bandeira, D., & Fleck, M. P. (2007). Qualidade de vida e espiritualidade. *Psiquiatria Clínica*, 34 (1), 105-115.
- Pargament, K. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: The Guilford Press.
- Paschoal, S. M. P. (2002). Autonomia e independência. In M. P Netto & J. R. Ponte (Orgs.), *Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada* (313-323). São Paulo: Atheneu.

- Pereira, C. A. A. (1997). Um panorama histórico-conceitual acerca das dimensões de qualidade de vida e do Bem-Estar Subjetivo. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 49(4), 32-48.
- Pereira, C.A.A. & Engelmann, A. (1993). Um estudo da qualidade de vida universitária no trabalho entre docentes da UFRJ. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 45 (3/4), 12-48.
- Pervin, L. A. (1989). *Personality: Theory and Research* (5<sup>th</sup> ed.). New York: John Wiley & Sons.
- Pinto, A. M. (2006). Reflexão sobre o envelhecimento em Portugal. *Geriatrics*, 2 (11), 74-86.
- Pishva, N. Ghalehban, M., Moradi, A. & Hoseini, L. (2011). Personality and Happiness. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 429-432.
- Pomerantz, E. M. & Thomson, R. A. (2008). Parent's Role in Children's Personality Development: Psychological Resource Principle. In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3<sup>th</sup> ed.) (351-374). New York: The Guilford Press.
- Quevedo, R. J. M. & Abella, M. C. (2011). Well-being and personality: Facet-level analyses. *Personality and Individual Differences*, 50, 206-211.
- Roberts, B. W., Jackson, J. J., Fayard, J. V., Edmonds, G. & Meints, J. (2009). Conscientiousness. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.) (2009). *Handbook of Individual Differences In Social Behavior* (369-381). New York: The Guilford Press.
- Robinson, M. D., Solberg, E. C., Vargas, P. T. & Tamir, M. (2003). Trait as default: extraversion, subjective well-being, and the distinction between neutral and positive events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 517-527.
- Rodrigues, D. (2007). *Sociologia da Religião: Uma introdução*. Porto: Edições Afrontamento.
- Rodrigues, D. M. (2007). Os aspetos cognitivos da qualidade de vida: Um estudo entre variáveis de locus de controle e as do bem-estar subjetivo. Tese de doutoramento não publicada, Universidade Federal do Rio de Janeiro - Instituto de Psicologia, Rio de Janeiro, Brasil.
- Roeckelein, J. E. (1998). *Dictionary of Theories, Laws, And Concepts in Psychology*. Westport: Greenwood.
- Rotella, B, Boyce, B. A., Allyson, B., Savis, J. C. (1998). *Case Studies in Sport Psychology*. New York: Jones & Bartlett Publishers.
- Ruiz, J, A. (2011). Afectividade Negativa y Personalidad. In J. B. Moreno, A. M. Pèrez-García, J. A. R. Caballero, P. S. Suàrez & B. R. Laffond, *Psicología de la Personalidad*, (249-256). Madrid: Uned.
- Ruiz, V. M. (2005). The five-factor model of personality, subjective well-being, and social adaptation: generalizability to the Spanish context. *Psychological Reports*, 96(3 Pt 1), 863-866.
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57( 6), 69-81.

- Saggino, A. (2000). The Big Three or the Big Five? A Replication Study. *Personality and Individual Differences*, 28, 879-886.
- Saroglou, V. (2002). Religion and the five factors of personality: a meta-analytic review. *Pers Individ Dif.*, 32, 15-25.
- Sarvimaki, A., & Stenbock-Hult, B. (2000). Quality of life in old age described as a sense of well-being, meaning and value. *Journal of Advanced Nursing*, 32, 1025-1033.
- Saucier, S. & Goldberg, L. R. (1996). The Language of Personality: Lexical Perspectives on the Five-Factor Model. In J. S. Wiggins (Ed.), *The Five-Factor Model of Personality: Theoretical Perspectives* (21-50). New York: The Guilford Press.
- Schultz, D. P. & Schultz, S. E. (2009). *Theories of Personality* (9<sup>th</sup> ed.). Belmont: Wadsworth.
- Scopinho, S. C. D. (2010). Envelhecimento e finitude: uma questão religiosa. *Estudos de Religião*, 24 (38), 155-169.
- Segal, R. A. (Ed.) (2006). *The Blackwell Companion to the Study of Religion*. Oxford: Blackwell Publishing.
- Seligman, E.P.M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Simon & Schuster.
- Shah, J. Y. & Gardner, W.L. (Eds.) (2008). *Handbook of Motivation Science*. New York: The Guilford Press.
- Shapiro, D.H. (1994). Examining the context and content of meditation: a challenge for psychology in the areas of stress management, psychotherapy and religious values. *J Human Psycho*, 34(4), 101-135.
- Shmotkin, D. (1990). Subjective Well-Being as a Function of Age and Gender: a Multivariate Look for Differentiated Trends. *Social Indicators Research*, 23, 201-230.
- Silva, A. I. & Alves, V. P. (2007). Envelhecimento: Resiliência e Espiritualidade. *Diálogos Possíveis*, 191-209.
- Silva, D. L. (2010). *Traços de Personalidade e Religião: Meio Rural Versus Meio Urbano*. Dissertação de Mestrado não publicada, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias - Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal.
- Silva, R. S., Schlottfeldt, C. G., Rozenberg, M. P., Santos, M. T. & Lelé, A. J. (2007). Replicabilidade do Modelo dos Cinco Grandes Fatores em medidas de personalidade. *MOSAICO: estudos em psicologia*, 1(1), 37-49.
- Singer, J. A. (2005). *Personality and Psychotherapy: Treating the whole person*. New York: Transaction Publishers.
- Siqueira, M. M. M. & Padovam, V. A. R. (2008). Bases Teóricas de Bem-Estar Subjetivo, Bem-Estar Psicológico e bem-Estar no Trabalho. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 24(2), 201-209.
- Sirgy, M.J. (2002). *The Psychology of Quality of Life*. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.

- Smith, H. C. (1968). *Personality Development* (2<sup>nd</sup> ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sprinthall, R. C. (2007). *Basic Statistical Analysis* (8th ed.). Boston: Pearson Education.
- Stagner, R. (1974). *Psychology of Personality* (4<sup>th</sup> ed.). New York: McGraw-Hill.
- Steel, P., Schmidt, J., & Schultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134(1), 138-161.
- Suh, E.; Diener, E. & Fujita, F. (1996). Events and Subjective Well-Being: only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(5), 91-102.
- Suzuki, L. A., Ponterotto, J. G. & Miller, P. J. (2008). *Handbook of Multicultural Assessment: Clinical, Psychological, and Educational Applications* (3<sup>th</sup> ed.). San Francisco: John Wiley & Sons.
- Taylor, A. & McDonald, D.A. (1999). Religion and the five factor model of personality: An exploratory investigation using a Canadian university sample. *Personality and Individual Differences*, 27, 1243-59.
- Teles, A. X. (1982). *Psicologia Moderna*. São Paulo: Ática.
- Tellegen, A., Watson, D. & Clark, L. A. (1999). On the dimensional and hierarchical structure of affect. *Psychological Science*, 10 (4), 297-303.
- Thouless, R. H. (1971). *An introduction to the psychology of religion* (3rd ed.). London: Cambridge University.
- Torres, C. G. (2012). A perspectiva freudiana sobre o fenômeno religioso. *Revista de Psicologia*, 3(1), 136-140.
- Vasconcellos, S. J. L. & Hutz, C. S. (2008). Construção e Validação de uma Escala de Abertura À Experiência. *Avaliação Psicológica*, 7 (2), 135-141.
- Velasco, J. M., franco, R., Del Rio, C. S. & Tornos, A. (1989). *Experiencia Religiosa*. Madrid: Universidad Pontificia Comillas de Madrid.
- Vergote, A. (1966). *Psychologie religieuse*. Bruxelles: Dessart.
- Vieira, M. G. O. (2009). Velhice e Espiritualidade: Reflexões sobre as transformações do envelhecer. Programa de Pós- Graduação em Psicologia Clínica e Cultura, Universidade de Brasília - Instituto de Psicologia, Brasília, Brasil.
- Watson, D. (2000). *Mood and temperament*. New York: The Guilford Press.
- Watson, D., Clark, A. & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (6), 1063-1070.
- Weiner, I. B. & Greene, R. L. (2008). *Handbok of Personality Assessment*. Hoboken: John Wiley & Sons.
- Weiss, A., Bates, T. C. & Luciano, M. (2008). Happiness Is a Personal(ity) Thing: The Genetics of Personality and Well-Being in a Representative Sample. *Psychological Science*, 19(3), 205-210.
- Widiger, T. A. (2009). Neuroticism. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.) (2009). *Handbook of Individual Differences In Social Behavior* (129-147). New York: The Guilford Press.

- Wilde, A. & Joseph, S. (1997). Religiosity and personality in a Moslem context. *Personality and Individual Differences*, 23 (5), 899-990.
- Wilt, J. & Revelle, W. (2009). Extraversion. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.) (2009). *Handbook of Individual Differences In Social Behavior* (27-45). New York: The Guilford Press.
- Wink, P., & Dillon, M. (2003). Religiousness, spirituality and psychosocial functioning in late adulthood: Findings from a longitudinal study. *Psychology and Aging*, 18, 916-924.
- World Health Organization. (1998). *WOQOL and Spirituality, Religiousness and Personal Beliefs*. WHO: Geneva.
- Yassine, I. M. C. (2011). *A Auto percepção do envelhecimento e os traços de personalidade em idosos*. Dissertação de Mestrado não publicada, Universidade de Lisboa - Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal.
- Young, G., & Dowling, W. (1987). Dimensions of religiosity in old age: Accounting for variation in types of participation. *Journal of Gerontology*, 41, 376-380.
- Zilles, U. (1995). *Os Sacramentos da Igreja católica* (3ª ed.). Porto Alegre: Edipucrs.
- Zuckerman, M. (2003). Biological Bases of Personality. In T. Millon & M. Lerner (Eds.), *Handbook of Psychology* (Vol. 5) (85-116). Hoboken: John Wiley & Sons.

# ANEXOS

# ANEXO 1

## Folha de Informação ao Participante

## **FOLHA DE INFORMAÇÃO AO PARTICIPANTE**

Título do estudo: Estudo sobre o bem-estar em pessoas com mais de 65 anos residentes na cidade da Covilhã.

### **Introdução**

Os investigadores responsáveis pelo estudo, da Universidade da Beira Interior, vêm convidá-la(lo) a participar num estudo sobre a forma como se vive após os 65 anos de idade na cidade da Covilhã.

Antes de decidir se quer ou não participar neste estudo, é importante que compreenda porque está a ser efetuada esta investigação e o que vai envolver. Por favor, leia cuidadosamente a informação que se segue. Não hesite em entrar em contacto em caso de dúvidas, ou se necessitar de mais informação.

### **Qual é o objetivo do estudo?**

O objetivo deste estudo é investigar /analisar as características das pessoas que vivem na cidade da Covilhã e que têm mais de 65 anos no sentido perceber o que é que contribui para o seu bem-estar e qualidade de vida. A sua participação neste estudo terá uma duração máxima de 2/3 sessões.

### **Porque fui escolhida(o) para participar neste estudo?**

Este estudo irá envolver uma amostra representativa de pessoas com mais de 65 anos que vivam na cidade da Covilhã.

### **Será que tenho que participar?**

A sua participação neste estudo é voluntária. Pode decidir participar ou não neste estudo. Se decidir participar pode desistir a qualquer altura, sem ter que dar qualquer justificação. A sua participação no estudo é anónima e não será remunerada.

### **O que me irá acontecer se participar?**

Se concordar em participar neste estudo ser-lhe-á pedido que responda a alguns questionários.

### **A minha participação no estudo será mantida confidencial?**

Os dados recolhidos neste estudo, que não a(o) identificam individualmente, serão guardados e processados em computador.

### **O que irá acontecer aos resultados do estudo?**

Os resultados deste estudo serão alvo Dissertações de Mestrado, que estarão disponíveis no Departamento de Ciências Médicas e Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira interior. Não será identificada(o) em nenhuma publicação ou relatório.

### **Quem se encontra disponível para prestar mais informação?**

Se tiver alguma dúvida ou pergunta adicional relativa a este estudo, é favor contactar:

Nome ... .. (contacto do investigador que efetua a recolha de dados-  
Número de telefone: ... ..

Agradecemos o tempo que despendeu a ler esta Informação a(o) Utente, e a ponderar a sua participação neste estudo. Se desejar participar, deve assinar e datar o Consentimento Informado. Ser-lhe-á entregue uma cópia desta Informação a(o) participante e do seu Consentimento Informado assinado, que deverá guardar.

# ANEXO 2

## Consentimento Informado

## CONSENTIMENTO INFORMADO

Título do estudo: Estudo sobre o bem-estar e qualidade de vida em pessoas com mais de 65 anos residentes na cidade da Covilhã.

### **Ao assinar este documento confirmo o seguinte:**

Li e compreendi a Informação a(o) participante no estudo acima referido e foime dada a oportunidade de pensar sobre o mesmo, e de colocar questões.

Todas as minhas questões foram respondidas satisfatoriamente.

Compreendo que a minha participação é voluntária e que posso desistir a qualquer momento sem dar qualquer justificação, sem que os meus direitos legais sejam afetados.

Consinto participar neste estudo e a divulgação dos dados como descrito na Folha de Informação a(o) participante.

Recebi uma cópia, da informação a(o) participante, e do consentimento informado deste estudo, que devo guardar.

Nome da(o) participante:

---

Assinatura da(o) participante:

---

Data: (datada pela(o) utente):

---

Se a(o) participante for dependente/se estiver impedido de assinar:

Nome do tutor legal/cuidador/técnico responsável:

---

Assinatura do tutor legal:

---

Data (datada pelo tutor legal):

---

Nome do investigador:

---

Assinatura do investigador:

---

Data:

---