

QUAL A “CARA” DA FELICIDADE? O QUE ESTUDOS MOSTRAM A RESPEITO DO BEM-ESTAR SUBJETIVO¹

Danilo de Freitas Araújo²
Carlos Henrique Souza da Cruz³

RESUMO

Uma das temáticas que emergiu a partir do movimento da Psicologia Positiva foi a felicidade, construto que pode abarcar um amplo conjunto de significados, e que variam, certamente, de indivíduo para indivíduo. Possui dois componentes: um afetivo (afeto positivo e afeto negativo) e outro cognitivo. Além disso, somente algumas variáveis sócio-demográficas estão relacionadas com a felicidade, como personalidade, casamento, saúde e trabalho. A literatura aponta, ainda, para a percepção divergente que os grupos sociais têm da felicidade.

Palavras-chave: Bem-Estar Subjetivo. Componentes. Preditores. Percepção Individual.

WHAT IS THE “FACE” OF HAPPINESS? WHAT STUDIES SHOW REGARDING SUBJECTIVE WELL -BEING

ABSTRACT

One of the themes that emerged from the Positive Psychology movement was that happiness, a construct that may embrace a wide set of meanings that certainly vary from individual to individual. It has two components: one affective (positive affection and negative affection) and the other cognitive. Moreover, only some socio-demographic variables are related to happiness, such as personality, marriage, health and work. Literature also points to the divergent perception of happiness the social groups have.

Keywords: Subjective Well-Being. Components. Predictor. Individual Perception.

¹Trabalho apresentado ao VII Congresso de Iniciação Científica da Faculdade Natalense para o Desenvolvimento do Rio Grande do Norte – FARN.

²Acadêmico do Curso de psicologia da FARN. E-mail: sazabi53@yahoo.com.br.

³Professor da Faculdade Natalense para o Desenvolvimento do Rio Grande do Norte, Mestre em Psicologia Social/UFRJ. Email:prof.carlos_henrique@yahoo.com.br

1 UMA INTRODUÇÃO À QUESTÃO

Ao longo de várias décadas, observa-se uma peculiar tendência da Psicologia Clássica em relegar a segundo plano os aspectos positivos do comportamento humano. Ao que parece, o foco de interesse da psicologia foi unicamente as enfermidades, a faceta do sofrimento humano. Fazendo um contraponto a essa tendência surge a Psicologia Positiva que, como sua própria denominação enfatiza, considera o que há de melhor e mais positivo no Homem, incluindo o bem-estar, o otimismo, a alegria, a esperança e muitos outros adjetivos.

O objeto de estudo da Psicologia Positiva é, em suma, as virtudes, como estas se constituem e se estruturam na vida das pessoas e em suas relações com o meio circundante. No plano individual investiga, especificamente, as nuances do amor, a amplitude dos relacionamentos interpessoais, a sensibilidade estética, a perseverança, a espiritualidade etc. No âmbito social estuda as virtudes fomentadas dentro das instituições, como a responsabilidade, o trabalho ético, o altruísmo, a tolerância, dentre outros. (SELIGMAN e CSIKSZENTMIHALYI, 2000).

Diversas foram as publicações que trouxeram relevantes discussões sobre os temas da Psicologia Positiva (DIENER, 1984). Uma das temáticas que emergiram dessas reflexões foi a felicidade ou bem-estar subjetivo (BES), tema o qual me ocuparei neste ensaio. Construto aparentemente fácil de ter seu sentido apreendido, mas apenas aparentemente: na realidade ele poderá abarcar um amplo conjunto de significados, que variarão, certamente, de indivíduo para indivíduo. Eis apenas uma razão por que o estudo da felicidade tem suscitado tanto interesse no meio científico.

A partir da consulta à literatura técnico-científica nessa área, pretendo, através de uma revisão, investigar a influência que a felicidade exerce na vida dos indivíduos. Traçarei, então, um percurso onde será abordada a questão dos preditores da felicidade, os componentes que a constituem, bem como o modo como diferentes grupos sociais a percebem e a vivenciam.

2 METODOLOGIA

Este estudo constitui-se de um levantamento bibliográfico, onde os achados mais relevantes sobre o bem-estar subjetivo são examinados e refletidos. Inicialmente, procedeu-se ao “resgate” de artigos, que versavam sobre o tema, em periódicos de Psicologia (encontrados em bibliotecas) e nas bases de dados em meio digital.

Uma vez realizado o levantamento, iniciou-se uma leitura exploratória dos artigos a fim de selecioná-los: aqueles que não serviam aos objetivos propostos pelo presente estudo eram automaticamente descartados. Após o que, obteve-se um número “x” de artigos, os quais foram estudados de maneira mais aprofundada. Por fim, realizou-se uma última leitura dos artigos com o objetivo de agrupar as idéias essenciais dos autores, presentes em determinadas citações destacadas, para posterior reflexão e estruturação do corpo do texto.

Dessa forma, a revisão foi sendo construída pouco a pouco, sendo que, todos os passos mencionados foram seguidos à risca e de forma criteriosa, para que ela fosse efetivada.

3 CONCEITUAÇÃO DO BEM-ESTAR SUBJETIVO

3.1 O QUE É ?

O que ou quais fatores definem uma pessoa como feliz?

Wilson (1967), num dos primeiros levantamentos bibliográficos consistentes sobre o tema, conclui que as pessoas felizes são aquelas otimistas, sem preocupação, religiosas, saudáveis, que acabaram de se casar, que são bem pagas no trabalho, com nível de instrução elevado, extrovertidas, que possuem aspirações modestas etc. Segundo ênfase de Corbi; Menezes Filho (2006), é preciso atentar para o fato de que não se trata de uma avaliação de aspectos específicos da vida, mas sim, de forma global, visando-a como um todo. Dentro dessa avaliação, às experiências vividas no passado, presente ou futuro são atribuídos valores subjetivos diversos, provando que o BES é um fenômeno multidimensional e dinâmico.

Diener (1984), por sua vez, classifica as definições de felicidade em três grupos. No primeiro deles, felicidade relaciona-se a características externas ao indivíduo e que são tidas como desejáveis (por isso, são também chamadas de definições normativas), tais como virtude e santidade; a subjetividade do sujeito é ignorada em função das qualidades que os outros esperam que ele tenha. No segundo grupo de definições, a subjetividade das pessoas é levada em consideração: trata-se de saber quais os critérios que cada indivíduo utiliza para avaliar positivamente suas vidas. O terceiro grupo investiga a experiência da satisfação, embasada na predominância das emoções positivas sobre as negativas, bem como o quanto é vivenciado estas emoções ou quão os indivíduos estão predispostas a elas.

3.2 BEM-ESTAR SUBJETIVO E SEUS COMPONENTES

De acordo com Schimmack et al. (2002), podem-se distinguir em bem-estar subjetivo dois componentes, um afetivo e outro cognitivo. Albuquerque; Tróccoli (2004) deixam mais claros tais componentes ao afirmar que o componente afetivo diz respeito ao afeto positivo, um estado emocional e transitório de prazer, ou seja, um contentamento que se faz presente em determinados momentos, e ao afeto negativo, um estado também emocional e transitório que, no entanto, inclui sentimentos desagradáveis e desprazerosos. Já o componente cognitivo, voltado mais para o âmbito racional e intelectual, é definido unicamente por um aspecto, a satisfação; esta é, nada mais, nada menos, o julgamento de domínios específicos da vida, construindo, por consequência, uma avaliação geral da mesma.

Cada um dos três itens mencionados, por sua vez, também pode ser separado em subitens. O afeto negativo engloba sentimentos específicos como a raiva, a culpa, a tristeza e outros, enquanto o afeto positivo abrange sentimentos de otimismo, alegria, satisfação etc. Estas qualidades são tão boas indicadoras de BES que se pode afirmar que uma pessoa com elevados níveis de felicidade experimenta alegria e satisfação global freqüentemente, porém as emoções negativas como a raiva e angústia, não tão freqüentemente; por outro lado, um indivíduo com BES baixo, experimenta pouca satisfação com a vida e sente muita ansiedade ou outra emoção negativa (LLANES, 2001). A satisfação, se considerada numa visão global, pode ser fragmentada em satisfação com o amor, com as amizades, com o trabalho etc.

3.3 BEM-ESTAR SUBJETIVO: RELAÇÃO COM CONCEITOS SIMILARES

BES não é qualidade de vida. BES também não é sinônimo de bem-estar psicológico (BEP). A primeira asserção justifica-se pelo fato da qualidade de vida ser um construto com amplas definições e que, por vezes, no senso comum, costuma ser usado equivocadamente. Parece, não obstante, haver um consenso na literatura quando se afirma que a qualidade de vida abarca, além do aspecto da saúde, o elemento subjetivo (essencial na avaliação que o indivíduo faz de sua qualidade de vida). Assim, o BES direciona-se para a avaliação que os sujeitos fazem de sua própria saúde. (ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004).

Quanto ao BEP, há diferenças marcantes em relação ao BES que merecem ser destacadas. Querez; Néri (2005) lembram que ambos os indicadores são

responsáveis pelo ajustamento psicológico de uma pessoa, mas diferem conforme os fatores provenientes da personalidade e dos aspectos sócio-demográficos. O BEP refere-se a determinadas competências do self (crescimento pessoal e finalidade na vida, por exemplo). Sendo assim, BES é apenas um dos elementos que compõem o bem-estar psicológico, não sendo suficiente, por si só, para explicá-la. Isto faz sentido caso seja pensado que há pessoas com saúde mental desequilibrada que são felizes, como também há aquelas que se sentem bem quanto a sua vida, mas não experimentam o sentimento de felicidade. (DIENER; SUH; OISHI, 1997).

4 PREDITORES DO BEM-ESTAR SUBJETIVO

É chegada a hora de discutir um dos aspectos que mais suscitam interesse e curiosidade entre os teóricos que trabalham com o tema do bem-estar subjetivo. Trata-se dos fatores que afetam a felicidade. Haveria algum agente, alguma "causa" palpável para a felicidade? Seria esta intensificada ou limitada por determinado elemento? Não haveria uma confusão entre o que seria causa e o que seria consequência da felicidade? Tais indagações dão margem a diversas cogitações. A fim de possibilitar uma maior compreensão, serão apresentados alguns estudos que mostram a correlação entre felicidade e outros indicadores como renda, casamento, trabalho, idade, sexo, personalidade, dentre outros.

4.1 PERSONALIDADE

Deneve; Cooper (1998) tecem comentários em torno de que a maioria dos estudos sobre BES girou em torno de indicadores biossociais como sexo e idade, quando na verdade, a correlação que mantêm com a felicidade é baixíssima. Assim, os estudiosos direcionaram-se à personalidade humana e até que ponto ela pode influenciar a felicidade. Diener et al (1999) sugere que, embora a maioria das variáveis sócio-demográficas não seja boas preditoras de BES, devem ser exploradas em conjunto com os fatores internos, como os traços da personalidade. Deve ficar claro, além disso, que alguns autores como Veenhovem, (1994b apud DIENER et al, 1999) afirma que a felicidade não é um traço da personalidade, e sim, é influenciada por ela, sendo, portanto, um dos preditores mais fortes de BES.

Tal asserção justifica-se, dentre outras razões, por pesquisas que demonstram a vivência mais acentuada da felicidade apenas quando indivíduos agem ou se encontram em alguma situação que seja congruente com suas

personalidades (DIENER; LUCAS; OISHI, 2003), ou quando há a adaptação dos indivíduos a circunstâncias boas ou más, acompanhada pela mudança de objetivos. (DIENER, 2000).

4.2 RENDA

Geralmente, no senso comum, pensa-se que quem é rico certamente é feliz. Na verdade, esta idéia amplamente difundida torna-se equivocada diante do que afirmam muitos teóricos, que conjecturam a respeito de que a renda produz um efeito fraco sobre BES. Diener (1984) reúne as principais percepções sobre este tópic: alguns dados relatam que as pessoas de países mais ricos eram mais felizes do que aqueles que habitavam países pobres; outros, para uma diferença menos significativa entre os ricos e pobres de um país, quanto à felicidade, sugerindo que não é o nível absoluto de renda um de seus preditores mais fortes, mas a distribuição de renda total, e que só tem efeito mesmo como tal em níveis extremos de pobreza, perdendo impacto quando há a satisfação das necessidades básicas.

É importante ressaltar, além disso, que os indivíduos com elevado nível socioeconômico, até que podem ser mais felizes, porém o crescimento da renda de um indivíduo não vem acompanhado de um aumento exponencial da felicidade. Já Diener; Diener; Diener (1995), ao realizarem uma pesquisa com estudantes universitários de diversos países a respeito do bem-estar subjetivo e de como características específicas das nações podem verter luz sobre esta questão, hipotetizaram que nessas nações, riqueza é preditor de BES, pois permite às pessoas alcançarem seus objetivos e também porque confere um status elevado a quem a possui.

No item seguinte, a renda será ainda comentada, em conjunto com o indicador emprego.

4.3 EMPREGO

Diener (1984) comenta que as pessoas desempregadas têm mais chances de serem infelizes, apontando o grande impacto que o emprego provoca na vida das pessoas, indo muito além das dificuldades financeiras acarretadas. Digno de nota é que não só o desemprego é preditor da felicidade, mas também a satisfação com as atividades realizadas no trabalho pode desempenhar este papel. Para Resende et al (2005), no Brasil, quem tem acesso a uma renda razoável e a um trabalho são mais felizes, mostrando que estes fatores se interligam intimamente.

4.4 CASAMENTO E FAMÍLIA

Os resultados de pesquisa afirmam que os indivíduos casados são mais felizes que os outros, e que este achado é uma constante em quase todos os países analisados, com exceção do Japão (CORBI e MENEZES FILHO, 2006). Diener; Suh; Oishi (1997) acrescentam que os indivíduos de ambos os sexos são felizes no casamento, mais do que os que nunca se casaram, estão divorciados ou separados, provando, mais uma vez, a relação positiva entre felicidade e casamento. Deve-se refletir, no entanto, que o casamento nos últimos anos tem mudado bastante de configuração, tornando-se comum o tempo menor de duração, bem como a freqüente mudança de parceiros dentro da relação, contrapondo, assim, os achados dos autores mencionados. Por isso, a necessidade de mais estudos que venham a tornar mais clara a relação entre casamento e felicidade. Ainda em relação ao indicador união, a qualidade marital também é forte preditor de BES, trazendo agregado em si a importância dos fatores interação, papéis compartilhados e expressividade emocional dentro da relação. (DIENER et al, 1999).

4.5 IDADE

Parece que este indicador é bastante complexo no que diz respeito a sua investigação, já que um número razoável de pesquisas encontra correlação com BES, e algumas outras, não. Numa pesquisa brasileira com 166 indivíduos, não foi encontrada relação com essa variável demográfica (OTTA e FIQUER, 2004). Já Guedea (2006) descreveu BES acompanhando um envelhecimento saudável e que, em detrimento do componente afetivo, o componente cognitivo (a satisfação) recebeu uma pontuação alta de acordo com os instrumentos aplicados à amostra, demonstrando um aumento com a idade deste componente em relação àquele. Diener (1984) também discute uma relação estreita entre felicidade e idade, sobretudo a partir dos 54 anos. Dada a sua complexidade, há a necessidade deste indicador ser agraciado com dados mais consistentes.

4.6 SAÚDE

A saúde também é considerada um forte preditor do BES. Relaciona-se com a felicidade não apenas na maneira como os indivíduos sentem-se fisicamente, mas também no que sua saúde permite que façam (DIENER, 1984).

Deneve; Cooper (1998) reafirmam essa idéia acrescentando que os preditores mais fortes de BES são saúde, personalidade e status socioeconômico (este último entendido pela combinação de realização pessoal, renda, instrução e status na ocupação). E mais: analogamente a tais indicadores, a saúde só se correlaciona positivamente com a felicidade até determinado ponto, uma vez que um nível marcadamente elevado de saúde acrescenta muito pouco ao BES. Essa idéia sugere que a saúde é necessária, contudo não é suficiente para que a felicidade se satisfaça.

4.7 INFLUÊNCIA CULTURAL

A influência cultural sobre a felicidade ocorre de várias maneiras. Uma das principais é o efeito direto da cultura sobre o BES, tanto que em nações individualistas (costumeiramente, ricas e democráticas) há níveis mais elevados de BES do que em culturas coletivistas, geralmente pobres e com regime totalitário (SCHIMMACK et al, 2002; DIENER; LUCAS; OISHI, 2003). Atribui-se esse dado ao fato de que nas culturas coletivistas é o bem estar do grupo que as pessoas visam, enquanto que nas individualistas é o bem-estar pessoal, pautado na liberdade dos indivíduos de perseguir seus objetivos (DIENER; DIENER; DIENER, 1995). Analisando mais aprofundadamente esta questão, chega-se a dados que revelam que, apesar de ser detectada satisfação elevada com a vida em países ricos, as taxas de suicídio também são altas e, ao mesmo tempo em que a satisfação com o casamento é alta, altos são os índices de divórcio e separação. O que pensar disso? Diener (2000) argumenta que nos países individualistas há uma mobilidade maior quanto às normas sociais, na hora de se tomar decisões, o que não acontece com as nações coletivistas onde, às vezes, a felicidade pessoal, barrada pela incongruência dos desejos dos indivíduos, é sacrificada em função do que a sociedade impõe em termos de padrões e normas pré-estabelecidas.

Diener; Diener; Diener (1995), numa pesquisa realizada a nível intercultural, observaram que os países onde se faz uso dos direitos humanos, há prosperidade material, liberdade individual e igualdade, são os que seus habitantes experimentam mais felicidade. A hipótese para esse fato é de que nessas nações os indivíduos sentem que têm maior controle sobre o seu destino, há uma segurança maior quanto às torturas ou prisões indiscriminadas (típicos de países de terceiro mundo) e se comportam segundo vários cursos de ação.

É importante, enfim, que mais estudos sejam realizados sobre as influências culturais no bem-estar subjetivo, uma vez que se poderia construir um

quadro de dados que constituiria um índice nacional, objetivando auxiliar na determinação dos elementos presentes nas sociedades mais felizes, propiciando, assim, uma ferramenta que serviria à indicação de uma intervenção adequada aos indivíduos insatisfeitos com a vida. (DIENER, 2000).

4.8 OUTROS INDICADORES

Muito são os fatores que se relacionam, ainda que minimamente, com BES. A religião, por exemplo, teve uma correlação positiva com a felicidade, embora não tenha sido encontrado em que circunstâncias isto ocorre. (DIENER, 1984).

Para Diener (2000), 10 recursos analisados por ele (renda, número de amigos, fé religiosa, instrução, inteligência, etc) explicaram apenas 15% da variação do BES. E para Diener; Suh; Oishi (1997) quase todas as variáveis juntas predizem apenas 20% da felicidade. O indicador amor é avaliado não apenas como indicador da felicidade, como também da satisfação com a vida em geral (DIENER, 1984). Já os objetivos de vida predizem o BES, sobretudo quando estão de acordo com a indagação que o indivíduo se faz: "eu posso?". (DIENER; SUH; OISHI, 1997).

Muitos foram os estudos, atualmente, na área de BES, que versam sobre as estratégias de adaptação às circunstâncias boas ou más (eventos de vida). Diener (1984) comenta que houve uma consistente relação entre esses eventos e a felicidade, se bem que moderada. Diener; Suh; Oishi (1997) reúnem estudos que afirmam a adaptação de tetraplégicos e paraplégicos a ferimentos incapacitantes, apresentando a predominância do afeto positivo sobre o negativo após uma semana ao ocorrido. Já os indivíduos que se tornaram incapacitados na idade adulta apresentaram menos satisfação com a vida do que aqueles que a adquiriram desde o nascimento, provando a importância do BES para a adaptação.

5 QUEM TEM FELICIDADE?

Diversas pesquisas nos dias de hoje têm direcionado seu foco de interesse em saber com quem anda a felicidade ou como as pessoas a percebem. Com isso, conhecer o grupo social em que estão inseridas ajuda na compreensão de como vivenciam o BES, o que pensam, o que sentem ou como acham que seria caso a experimentasse. Na verdade, há autores que afirmam que quase a totalidade das pessoas não tem uma opinião concebida sobre a felicidade, informando, nos estudos, uma aspiração do que deveriam ter; outros dizem

que as pessoas possuem uma boa idéia da felicidade e que pelo menos 80% delas pensam a respeito uma vez por semana (CORBI e MENEZES FILHO, 2006). Algumas das pesquisas que serão discutidas a seguir, talvez desmintam ou corroborem este ponto de vista.

Num estudo realizado com 90 indivíduos de 25 a 80 anos, procurou-se investigar se eles estavam felizes com suas relações, estabelecendo-se a hipótese de que a qualidade dos relacionamentos é importante na geração de satisfação com a vida. Os resultados apontam que as pessoas que mais têm satisfação com a vida são aquelas que recebem constantemente suporte afetivo, principalmente dentro de suas famílias. Em outra pesquisa, com 241 soropositivos do Distrito Federal, o resultado foi similar: os índices de satisfação aumentam conforme são altos os níveis de apoio social (SEIDL; ZANNON; TRÓCCOLI, 2005). Em outra esfera, 75 % dos cônjuges de uma amostra, num estado do Brasil, afirmam estarem satisfeitos com o relacionamento, afirmando sua felicidade por meio de interações construtivas que visem reciprocidade, respeito mútuo e capacidade de entendimento (BRAZ; DESSEN; SILVA, 2005); os líderes de organizações sociais estão satisfeitos com o que fazem, pois se tornaram respeitados, reconhecidos e tiveram experiências que os permitiram crescer como pessoas (BALTAZAR, 2004); 58,9% dos idosos de um município de São Paulo, por sua vez, sentem-se satisfeitos com a vida, condição essa propiciada pelo conforto encontrado em suas próprias casas, o acordar bem pela manhã, ter três ou mais refeições por dia, não sentirem solidão, não serem diabéticos e valorizarem atividades de lazer (JOIA; RUIZ; DONALISIO, 2007).

E qual a relação entre BES e valores humanos? Albuquerque et al (2006), numa pesquisa com universitários de um estado brasileiro, encontraram que eles empregam valores centrais (uso de valores individuais e sociais juntos nas suas vidas). No entanto, a suposição é de que apenas isoladamente estes dois subitens podem predizer a felicidade, o que indica que o bem-estar subjetivo de tais estudantes vincula-se minimamente aos seus valores. Já em professores que estão fazendo cursos preparatórios para conseguirem uma titulação superior, observou-se uma deterioração do BES, pois que, detectou-se uma pressão exacerbada, perpassada pela exigência de haver uma maior preparação para continuarem no mercado de trabalho (mudando, assim, a configuração de seus valores), trazendo conseqüências como preocupação e pouco tempo com a família. (FONSECA; CHAVES; GOUVEIA, 2006).

Mulheres que têm alto senso de empreendedorismo, donas de negócios no Rio de Janeiro, sentem-se felizes com o que fazem, não no sentido mera-

mente de buscar e realizar objetivos de vida, mas devido à ação envolvida em todo o processo, incluindo os desafios a serem enfrentados e a aplicação de estratégias necessárias a tal (JONATHAN, 2005); numa outra pesquisa realizada com universitários, constatou-se que o bem-estar subjetivo vivenciado dentro de um relacionamento íntimo vincula-se a uma comparação entre o parceiro atual (real) e o que seria um parceiro com qualidades ideais, isto é, quanto menor esta discrepância maior será a satisfação com a relação (SILVA; PEREIRA, 2005); e em profissionais da área de assistência social da Croácia, dentre os trabalhadores do turno noturno, os jovens eram menos felizes que os mais velhos, e no turno matutino, invertendo-se a relação, os trabalhadores mais velhos não eram tão felizes quanto os mais novos, denunciando o impacto que trabalhar pela manhã provoca nessa parcela da amostra. (KALITERNA; PRIZMIC; ZGANEC, 2004).

Estudos que versam sobre a adaptação a eventos estressantes em determinados grupos sociais também trazem dados empíricos interessantes. Faria e Seidl (2006), por exemplo, narram que na amostra de sua pesquisa (portadores de HIV), encontraram dois tipos de estratégias de enfrentamento, aquelas pautadas no componente da felicidade afeto positivo, na medida em que os indivíduos dessa amostra vivenciam a religiosidade e a crença no amor, força e perdão de Deus, como também aquelas estratégias embasadas no afeto negativo, nesse caso, indicativo de problemas emocionais provenientes da soropositividade; idosos que se submetem à amputação de membros inferiores percebem o seu BES de modo favorável, apresentando satisfação diante do evento por que passam, fato esse justificado pela relativa independência funcional que possuem (DIOGO, 2003); outro evento que exige esforço adaptativo é o episódio de acidente vascular cerebral (AVC) e numa revisão da literatura realizada por Rabelo e Neri (2006), é apontado que os fatores que podem afetar de forma negativa a felicidade são a incapacidade funcional, deficiência na capacidade cognitiva, mudança no papel social que tinham anteriormente, etc; pode influenciar positivamente o BES caso haja bom humor, suporte social, continuidade nas ocupações antes geridas etc.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo desta revisão, foi possível verter luz sobre algumas idéias referentes ao BES e, igualmente, compreender os aspectos inerentes aos seus componentes, seus preditores e ao modo como é vivenciada pelos diversos segmentos da sociedade. Esta iniciativa não é suficiente para esclarecê-lo,

pois tão diversos são os fatores relacionados a este tema, que só muitos anos de estudo aprofundados poderão trazer informações mais consistentes a respeito.

Não obstante, este estudo pode ser fonte de diversas reflexões. Num primeiro momento, viu-se como é significativo decompor a felicidade em elementos, tendo em vista sua melhor compreensão e, ao mesmo tempo não ignorando que apesar dessa segmentação, o BES deve ser visualizado como uma dimensão global. Em seguida, houve a discussão de quais indicadores são preditores do bem-estar subjetivo, verificando-se que, ao contrário do que se pensava, apenas algumas variáveis sócio-demográficas estão relacionadas com a felicidade, como casamento, saúde e trabalho e que, além disso, personalidade é um forte preditor. Isto tira o foco de atenção de outros indicadores, como a renda, que sempre receberam um papel de importância muito maior do que realmente comportavam, e faz com que pesquisas que avaliem os preditores mencionados e a personalidade (juntamente com seus traços) ganhem vulto. Por fim, mencionou-se vários grupos sociais (e até subgrupos dentro dessas classes maiores) e como eles percebiam a felicidade, cada um com sua visão particular.

Percebe-se, a partir do que foi exposto, a existência de diversas variáveis (fatos e situações) que, em maior ou menor grau, criam um estado de bem-estar na vida das pessoas, propiciando, assim, a vivência da felicidade. O modo como elas vêem suas vidas é influenciado pela felicidade que experimentam, agindo, inclusive, na maneira como elas se comportam e interagem com o meio que as cerca: é a resposta, embora não definitiva, ao objetivo proposto pelo presente estudo.

Não obstante, há ainda muitos questionamentos a se esclarecer. As conseqüências que uma pessoa feliz traz para aqueles com quem convive é um tópico de pesquisa a ser explorado, pois apenas o "lado da moeda" referente as suas causas é amplamente estudado, enquanto que os efeitos do bem-estar subjetivo parecem estar sendo sumariamente negligenciados. Até onde a personalidade relaciona-se com o BES? E os outros indicadores socioeconômicos, tiveram seu papel junto ao bem-estar subjetivo totalmente explicado? Perguntas e mais perguntas, eis o que este tema suscita. Daí a necessidade de estudos que venham a aumentar o escopo de conhecimento já existente sobre a felicidade.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, F. J. B. et al. Valores humanos básicos como preditores do bem-estar subjetivo. **Psico**, Porto Alegre, v.37, n.2, p.131-138, maio/ago. 2006.

ALBUQUERQUE, A. S.; TRÓCCOLI, B. T. Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v.20, n.2, p.153-164, maio/ago. 2004.

BALTAZAR, B. Os encontros e desencontros da vida da militância e da vida cotidiana. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v.20, n.2, p.183-190, maio/ago. 2004.

BRAZ, M. P.; DESSEN, M. A.; SILVA, N. L. P. Relações conjugais e parentais: uma comparação entre famílias de classes sociais baixa e média. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v.18, n.2, p.51-161, maio/ago. 2005.

CORBI, R. B.; MENEZES-FILHO, N. A. Os determinantes empíricos da felicidade no Brasil. **Rev. Econ. Política**, São Paulo, v.26, n.4, 2006.

DENEVE, K. M.; COOPER, H. The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. **Psychological Bulletin**, 124, n.2, p.197-229, set. 1998.

DIENER, E. Subjective well-being. **Psychological Bulletin**, 95, n.3, p.542-575, maio 1984.

_____. Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. **American Psychologist**, 55, n.1, p.34-43, jan. 2000.

DIENER, E.; DIENER, M.; DIENER, C. Factors Predicting the Subjective Well-Being of Nations. **Journal of Personality and Social Psychology**, 69, n.5, p.851-864, nov. 1995.

DIENER, E.; LUCAS, R. E.; OISHI, S. Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. **Annual Review of Psychology**, 54, p.403-425.

DIENER, E.; SUH, E.; OISHI, S. Recent findings on subjective well-being. **Indian Journal of Clinical Psychology**, v.24, n.1, p.25-41, mar. 1997.

DIENER, E. et al. Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. **Psychological Bulletin**, v.125, n.2, p.276-302, mar., 1999.

DIOGO, M. J. D. Satisfaction with life overall and with specific life domains among elderly persons with a lower limb amputation. **Rev. Panam Salud Publica**, v.13, n.6, p.395-399, 003. Disponível em: <htt//:endereço completo>. Acesso em: 10 maio 2008.

FARIA, J. B.; SEIDL, E. M. F. Religiosity, coping and well-being in people living with HIV/aids. **Psicol. Estudos**, Maringá, v.11, n.1, 2006

FONSECA, P. N.; CHAVES, S. S. S.; GOUVEIA, V. V. Professores do ensino fundamental e bem-estar subjetivo: uma explicação baseada em valores. **Psico USF**. v.11, n.1, jun. 2006. Disponível em: <htt//:endereço completo>. Acesso em: 10 maio 2008.

GUEDEA, M. T. D. et al. Relação do bem-estar subjetivo, estratégias de enfrentamento e apoio social em idosos. **Psicologia: reflexão e crítica**, Porto Alegre, v.19, n.2, 2006,

JOIA, L. C.; RUIZ, T.; DONALISIO, M. R.. Condições associadas ao grau de satisfação com a vida entre a população de idosos. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 41, n. 1, 2007.

JONATHAN, E. G. Mulheres empreendedoras: medos, conquistas e qualidade de vida. **Psicol. estudos**. Maringá, v.10, n.3, 2005.

KALITERNA, L. L. J.; PRIZMIC, L. Z; ZGANEC, N. Quality of life, life satisfaction and happiness in shift- and non-shiftworkers. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v.38, dez, 2004.

LLANES, G. D. El bienestar subjetivo: actualidad y perspectivas. **Rev. Cubana Med. Gen. Integr**, v.17, n.6, p.572-579, 2001,

OTTA, E.; FIQUER, J. T. Bem-estar subjetivo e regulação de emoções. **Psicologia em Revista**. Belo Horizonte, v.10, n.15, p.144-149, jun. 2004.

QUEROZ, N. C.; NERI, A. L. Bem-estar psicológico e inteligência emocional entre homens e mulheres na meia-idade e na velhice. **Psicologia: reflexão e crítica**. Porto Alegre, v.18, n.2. p.292-299, maio/ago. 2005.

RABELO, D. F.; NERI, A. L. Bem-estar subjetivo e senso de ajustamento psicológico em idosos que sofreram acidente vascular cerebral: uma revisão. **Estudos de Psicologia**. Natal, v.11, n.2, p.169-175, maio/ago. 2006.

RESENDE, M. C. et al. Bem-estar subjetivo e rede de relações sociais na vida adulta e velhice. **Revista da Sociedade de Psicologia do Triângulo Mineiro**, v.9, n.1, p.9-16,2005.

SCHIMMACK, U. et al. Culture, personality and subjective well-being: integrating process models of life satisfaction. **Journal of Personality and Social Psychology**, v.82, n.4, p.582–593,2002.

SEIDL, E. M. F.; ZANNON, C. M. L.C.; TRÓCOLLI, B. T. Pessoas vivendo com HIV/AIDS: enfrentamento, suporte social e qualidade de vida. **Psicologia: Reflexão e Crítica**. Porto Alegre, v.18, n.2, p.188-195, maio-ago. 2005.

SELIGMAN, M. E. P.; CSIKSZENTMIHALYI, M. Positive psychology – an personality integration. **Journal of personality and psychology**, n.68, p.531-543, 2000.

SILVA, D. Z.; PEREIRA, C. A. A. O papel da consistência ideal-percepção no bem-estar subjetivo em relacionamentos íntimos. **Psico**. Porto Alegre, v.36, n.2, p.181-196, maio/ago. 2005.

WILSON, W. Correlates of avowed happiness. **Psychological Bulletin**, n.67, p.294-306, 1967.