



UC/FPCE-2013

Universidade de Coimbra  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**O bem-estar subjetivo na adolescência: Contributo das  
variáveis sociodemográficas, personalidade e  
espiritualidade**

Maria João Sá Azevedo (e-mail: mj\_16fcp@hotmail.com)

Dissertação de Mestrado  
em Psicologia da Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento,  
sob a orientação  
do Professor Doutor Joaquim Armando Gomes Alves Ferreira



## **O bem-estar subjetivo na adolescência: Contributo das variáveis sociodemográficas, personalidade e espiritualidade**

### **Resumo**

O presente estudo tem como objetivo esclarecer as relações que o bem-estar subjetivo, as variáveis sociodemográficas, as variáveis de personalidade/autoestima e as variáveis de espiritualidade estabelecem entre si. Mais especificamente, pretende-se avaliar se as variáveis de espiritualidade são melhores preditoras do bem-estar subjetivo do que as variáveis sociodemográficas e de personalidade/autoestima. Para tal, recorreu-se a uma amostra de 488 adolescentes, tendo sido aplicada uma bateria de questionários. Através das análises de regressões múltiplas hierárquicas conclui-se que apesar das variáveis de personalidade/autoestima, serem as melhores preditoras do bem-estar subjetivo, as variáveis de espiritualidade também se revelam preditoras significativas. Os resultados obtidos representam um passo importante para a compreensão do bem-estar subjetivo nesta etapa de vida, bem como para a definição de intervenções que visem a sua promoção.

**Palavras-chave:** Adolescentes; Bem-estar subjetivo; Variáveis sociodemográficas; Variáveis de personalidade/autoestima; Variáveis de espiritualidade.

## **The subjective well-being in adolescence: Contribution of sociodemographic, personality and spirituality variables**

### **Abstract**

The present study has the objective to explain the relationships that subjective well-being, sociodemographic, personality/self-esteem and spirituality variables establish among themselves. Specifically, intend to assess if the variables of spirituality are better predictors of subjective well-being comparing with the sociodemographic and personality/self-esteem variables. For this purpose, was used a sample of 488 teenagers, having been applied a questionnaires battery. The hierarchical multiple regression analyzes concluded that despite the personality/self-esteem variables, rich the best predictors of subjective well-being; spirituality variables also reveal significant predictors. The results represent an important step to the understanding of subjective well-being in this stage of life, and stretch the definition of interventions regarding their promotion.

**Key Words:** Teenagers, Subjective well-being; Sociodemographic variables; Personality/self-esteem variables, Spirituality variables.

## **Agradecimentos**

Ao Professor Doutor Joaquim Armando Gomes Alves Ferreira, expresso a minha incontável gratidão: pelo apoio, disponibilidade, incentivo e partilha de conhecimento.

A todos os Professores da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação de Universidade de Coimbra, que contribuíram para a minha formação científica e pessoal.

Ao Instituto Nun'Alvres, que se disponibilizou para colaborar na presente investigação.

Aos alunos, que se disponibilizaram para colaborar neste estudo, preenchendo os questionários que lhe foram propostos.

À minha família, por ajudar na concretização de um sonho.

Ao Paulo, pelo amor, apoio, força e compreensão. Obrigada por me acompanhares nesta caminhada.

Aos amigos, que sempre me deram força ao longo deste percurso e com quem partilhei os bons e maus momentos.

## Índice

<b>Introdução .....</b>	<b>1</b>
<b>I – Enquadramento conceptual .....</b>	<b>2</b>
1. Adolescência .....	2
2. Bem-estar subjetivo .....	4
3. Bem-estar subjetivo na adolescência .....	6
3.1. Bem-estar subjetivo na adolescência e variáveis sociodemográficas.....	7
3.2. Bem-estar subjetivo na adolescência e personalidade/autoestima .....	9
3.3. Bem-estar subjetivo na adolescência e espiritualidade ...	11
<b>II- Objetivos .....</b>	<b>15</b>
<b>III- Metodologia .....</b>	<b>16</b>
1. Caracterização da amostra .....	16
2. Instrumentos .....	19
3. Procedimento.....	26
<b>IV-Resultados .....</b>	<b>26</b>
1. Estudo descritivo .....	26
2. Estudo diferencial .....	27
3. Estudos preditivos .....	31
3.1. Variáveis preditoras da Satisfação com a Vida .....	33
3.2. Variáveis preditoras da Afetividade Positiva .....	35
3.3. Variáveis preditoras da Afetividade Negativa .....	37
<b>V - Discussão .....</b>	<b>40</b>
<b>VI - Conclusões .....</b>	<b>44</b>
<b>Bibliografia.....</b>	<b>45</b>
<b>Anexos</b>	

## **Introdução**

A felicidade humana, a qualidade de vida, o bem-estar subjetivo e outros conceitos enquadrados no âmbito da psicologia positiva, constituem atualmente temas de grande interesse por parte dos investigadores. No que diz respeito mais concretamente ao bem-estar subjetivo, conceito sobre o qual se centra o presente trabalho, este tem vindo, ao longo dos últimos anos, a despertar cada vez mais interesse e curiosidade, sendo por isso alvo de inúmeras investigações. Um dos aspetos mais estudados prende-se com os fatores associados ao bem-estar subjetivo, considerando-se fundamental esse conhecimento, para que se possa atuar sobre esses fatores, com o intuito de promover o bem-estar. Esta promoção revela-se de uma importância crucial na adolescência, dado ser um período de múltiplas e profundas alterações. Apesar disto, a adolescência, tem sido negligenciada pelos autores no campo do bem-estar subjetivo, acumulando-se, em vez disso, mais dados e estudos que utilizam amostras de jovens adultos e adultos. Esta lacuna justifica a pertinência da presente investigação, que pretende estudar o bem-estar subjetivo numa amostra de adolescentes e compreender melhor os fatores a ele associados.

Tendo em consideração o objetivo da presente investigação, apresenta-se uma revisão da literatura que pretende constituir um enquadramento conceptual que sirva de referência ao estudo empírico que será descrito posteriormente. Nesta revisão, considerou-se importante descrever de forma sucinta, a fase do desenvolvimento humano sobre o qual se debruça o presente trabalho – a adolescência. Posteriormente, são abordados aspetos teóricos do conceito bem-estar subjetivo. Apresentam-se ainda aspetos e resultados de investigações que se têm dedicado ao estudo da influência das variáveis sociodemográficas, de personalidade/autoestima e de espiritualidade no domínio do bem-estar subjetivo. Importa acrescentar que, a relação entre a espiritualidade e o bem-estar subjetivo na adolescência tem sido pouco estudada, apesar de estudos apontarem para uma relação importante entre estas variáveis (Kelley & Miller, 2007). Também aqui o presente estudo pretende dar um contributo importante, verificando se a espiritualidade é uma preditora significativa do bem-estar subjetivo.

Posteriormente, são apresentados os objetivos e as hipóteses de investigação; é caracterizada a amostra, bem como os instrumentos utilizados para a recolha de dados e o respetivo procedimento. De seguida, apresentam-se os principais resultados do estudo. Na discussão, os resultados são analisados, integrando-os no enquadramento conceptual, evidenciando os seus significados e retirando as implicações teóricas, empíricas e práticas. São ainda referidas algumas das limitações do estudo. No final, tecem-se algumas considerações relativas aos resultados da investigação.

## I – Enquadramento conceptual

### 1. Adolescência

Apenas recentemente, a adolescência foi reconhecida como um período do desenvolvimento humano. Historicamente, a idade dos 12 ou 13 anos era encarada como um momento para a assunção de papéis e responsabilidades adultas (Sprinthall & Collins, 2008). Só no séc. XX, e com a contribuição da obra *Adolescence: its psychology and its relation to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion and education*, de Stanley Hall, de 1904, deu-se início ao estudo sistemático da adolescência, e esta passa a ser reconhecida como uma etapa de desenvolvimento específica (Simões, 2002).

A palavra adolescente significa em latim «crescer», indicando um período de mudanças. A adolescência hoje é caracterizada pela emergência de novas capacidades no interior de um processo não meramente “cumulativo”, mas antes “transformativo e integrativo” (Carlsen, 1988, pp.12-13), num progressivo equilíbrio e cada vez melhor adaptação (Youniss, 1995) do sujeito ao meio e a si próprio. Assim, a adolescência é definida como um período distinto, de ajustamento e um caminho para a vida adulta (Nurmi, 2001), onde o adolescente enfrenta rápidas mudanças físicas, cognitivas, morais, sociais-afetivas e na construção da identidade (Nurmi, 2001; Sprinthall & Collins, 2008).

Embora não sejam consensuais os limites etários da adolescência, esta fase é geralmente dividida em três períodos: adolescência inicial (10-14 anos), adolescência média (14-17 anos) e adolescência final (17-20 anos) (WHO, 1986).

O início da adolescência inclui a grande maioria das mudanças físicas, tanto ao nível do tamanho, forma do corpo, capacidade muscular e força física, como ao nível dos caracteres sexuais primários e secundários (Tanner, 1962, 1970, 1971 in Simões, 2002).

A adolescência é ainda caracterizada como uma fase em que o indivíduo adquire novas e importantes habilidades cognitivas, sendo o pensamento adolescente marcado por um conjunto de modificações quantitativas e qualitativas, caracterizando-se por um raciocínio mais maduro e por um desenvolvimento das capacidades de resolução de problemas. Segundo Piaget (1972), a adolescência representa uma fase de desenvolvimento cognitivo, onde o pensamento do adolescente se move das operações concretas para as operações formais. Trata-se, em síntese, de um pensamento que é abstrato, hipotético-dedutivo, combinatório e proposicional, capaz de alcançar o mundo dos possíveis e a ele subordinar o real, de dominar a dupla reversibilidade e proceder por dissociação de fatores suscetíveis de estarem envolvidos em determinado fenómeno. Assim, em contraste com o pensamento infantil, o pensamento de um adolescente

O bem-estar subjetivo na adolescência: Contributo das variáveis sociodemográficas, personalidade e espiritualidade

Maria João Sá Azevedo (e-mail: mj\_16fcp@hotmail.com) 2013

permite-lhe identificar alternativas, antever resultados, ponderar os seus próprios pensamentos e os pontos de vista de outras pessoas (Sprinthall & Collins, 2008), colocar hipóteses e defendê-las (Cordeiro, 2009). Estas competências aumentam a autoconsciência dos adolescentes, embora estes se mantenham egocêntricos e com um raciocínio quase sempre autocentrado. Neste sentido, os adolescentes apresentam a crença de que todos os que o rodeiam estão concentrados na sua aparência, no que eles são e nos seus comportamentos, sendo este um fenómeno geralmente designado de “*audiência imaginária*”; para além disso, o pensamento do adolescente é ainda caracterizado por aquilo que se designa de “*fábula pessoal*”, sendo que os jovens acreditam que são únicos, especiais e que as suas experiências são incomparáveis e intocáveis (Schwartz, Maynard, & Uzelac, 2008).

Por sua vez, este desenvolvimento cognitivo tem impacto no raciocínio moral, na capacidade de fazer julgamentos sobre o correto e o errado das ações. Segundo Kohlberg (1976), na adolescência ocorre a passagem do nível pré-convencional, que é característico da infância (estádio 1 e 2) para o nível convencional (estádio 3 e 4). Neste nível convencional, os sujeitos do estágio 3 estão “particularmente interessados na manutenção da confiança interpessoal e na aprovação social” (Colby & Kohlberg, 1987, p. 27), manifestando uma orientação moral para “o bom rapaz ou a boa rapariga” e adotando a *regra de ouro* “não faças aos outros o que não queres que te façam a ti” (Claes, 1990, p. 111; Lourenço, 1992, pp. 100-103). Em seguida, no estágio 4, passam a defender que “a prossecução de interesses individuais só é legítima quando se mostra consistente com a manutenção do sistema sociomoral como um todo” (Colby & Kohlberg, 1987, p. 28), orientando-se agora para o respeito pela lei socialmente aceite, que é tomada como critério de justiça e moralidade (Claes, 1990, p. 111; Lourenço, 1992, pp. 103-106).

No que diz respeito às mudanças sociais-afetivas, é importante destacar sobretudo uma das mais importantes tarefas da adolescência e que se refere à conquista da autonomia (Fleming, 1993). Nesta etapa da vida, o indivíduo, passa a dispor de capacidades para ultrapassar a situação de dependência que experienciou na infância e para afirmar uma autonomia que rapidamente deseja ver reconhecida, alterando desse modo, a expressão comportamental de vínculo aos pais. Assim, os pais perdem o estatuto de figuras oniscientes e onipotentes. No entanto, ganham em outros aspetos, pois são convidados a entrar numa dinâmica relacional suscetível de garantir uma maior reciprocidade (Youniss & Smollar, 1985) e a ensaiar estratégias mútuas de poder (Feldman & Gehring, 1988), bem como padrões diferentes de comunicação (Noller & Callan, 1990). Aberto a um processo em que a vinculação e a autonomia se não excluem, antes se complementam (Fleming, 1993; Soares & Campos, 1988), o adolescente precisa de continuar a ter nos pais um ponto de referência fundamental (Paterson, Field, & Pryor, 1994), embora “novos investimentos, muitos deles centrados fora da família” (Sampaio, 1994, p. 42), lhe surjam como absolutamente necessários (Coleman, 1980; Soares, 1990). Junto do grupo de pares, o adolescente tem a possibilidade de ensaiar novas formas de gerir as suas emoções e afetos, de



experimentalizar novos modos de relação, e, por conseguinte, de adquirir novas competências sociais-afetivas (Soares, 1990; Soares & Campos, 1986). Esta etapa inclui igualmente um processo de aprendizagem de padrões de comportamentos e de atitudes, de acordo com as regras e as expectativas dos vários grupos sociais a que o jovem pertence (Bizarro, 1999).

Para além disso, Erickson (1968) enfatizou que a adolescência é um período crucial para o desenvolvimento da identidade, ou seja, para descobrir quem é, o que quer ser; e onde o indivíduo, pouco a pouco, vai adquirindo uma nova subjetividade que modifica a representação de si próprio e do outro. Esta formação da identidade envolve a integração tanto das transformações pessoais e das exigências sociais, como das expectativas em relação ao futuro. Quando toda esta integração funciona de forma adequada, verifica-se um sentido de unidade e identidade que tende a ser reconhecido pelos adultos (Sprinthall & Collins, 2008).

Tendo em conta todas estas mudanças, é fundamental que o adolescente ultrapasse esta fase de forma harmoniosa e adaptativa, uma vez que estas conquistas contribuem para o seu bem-estar e também para o seu sucesso em tarefas futuras (Sampaio, 1996).

Enquanto constructo do domínio da Psicologia Positiva, o conceito de bem-estar subjetivo (BES) tem suscitado o interesse de vários investigadores. No entanto, apenas recentemente alguns investigadores se têm concentrado no estudo do BES na adolescência, assumindo que esta fase da vida possui uma idiosincrasia própria, associada a características diferenciais do desenvolvimento humano (Fernandes, 2007).

Neste sentido, e sendo o propósito deste estudo, analisar o BES na adolescência, e os fatores a ele associados, revela-se fundamental, depois de apresentar aquelas que são as principais características desta etapa da vida, introduzir o conceito do BES, bem como alguns dos dados mais relevantes apresentados pela literatura neste domínio.

## **2. Bem-estar subjetivo**

O BES é um importante componente da Psicologia Positiva, área que se dedica ao estudo científico das emoções positivas, das forças e virtudes humanas, bem como das instituições positivas (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

As raízes do conceito remontam ao séc. XVIII, durante o Iluminismo, onde o desenvolvimento pessoal e a felicidade passaram a ser encarados como valores centrais. Na década de sessenta, é introduzido o termo qualidade de vida, sendo que o BES se encontra relacionado com esta noção. A qualidade de vida das pessoas constituiu atualmente, preocupação proeminente de educadores, psicólogos, políticos, entre outros. Este é um conceito complexo e abrangente que inclui, essencialmente, dois domínios: as condições de vida e a experiência de vida (Hughes, 1993). A primeira componente, refere-se ao conjunto de fatores sociodemográficos suscetíveis

de influenciarem o modo como os indivíduos experienciam e avaliam a sua vida. Por sua vez, a experiência de vida corresponde ao BES (Simões *et al.*, 2001; Simões *et al.*, 2003). O bem-estar é um tema que reflete pouca coesão, homogeneidade e organização, uma vez que existe uma grande diversidade de abordagens que o definem, conceptualizam e investigam (Ryan & Deci, 2001; Ryff & Singer, 1998). Da mesma forma, Novo (2003) defende que o BES é um conceito complexo e onde predomina uma grande variedade de conceptualizações teóricas, verificando-se a ausência de consenso entre os autores, em torno do conceito. No entanto, apesar das divergências terminológicas, tem vindo a estabelecer-se um consenso generalizado, em torno da multidimensionalidade do conceito (Simões, *et al.*, 2000).

O BES é, atualmente, definido como sendo constituído por uma dimensão afetiva e uma dimensão cognitiva (Deci & Ryan, 2008; Diener, Sapyta, & Suh, 1998; Galinha, 2008; Galinha & Ribeiro, 2005; Novo, 2003; Simões, 2006).

A dimensão afetiva, relacionada com a felicidade e de natureza mais emocional, representa a avaliação que cada indivíduo faz relativamente às suas experiências emocionais positivas (afeto positivo – e.g. alegria, entusiasmo, orgulho, felicidade) e negativas (afeto negativo – e.g. tristeza, ansiedade, vergonha, depressão, culpa) (Galinha, 2008; Novo, 2003). O afeto positivo (PA) e o afeto negativo (NA), constituem dois fatores independentes desta dimensão afetiva (Simões, *et al.*, 2000).

A dimensão cognitiva é representada por um único fator – a satisfação com a vida, e que se refere aos juízos avaliativos que o indivíduo faz em relação à satisfação com a própria vida (Galinha, 2008) representando o balanço psicológico que cada indivíduo efetua relativamente à sua vida em geral (Novo, 2003). Estudos com adultos sugerem que uma elevada satisfação com a vida está relacionada com interações sociais positivas, participação ativa em organizações comunitárias e políticas, menos queixas físicas, e vidas mais longas (Veenhoven, 1988). Por outro lado, baixos níveis de satisfação com a vida têm sido associados a resultados de adaptação negativa, tais como a depressão (Lewinsohn, Redner, & Seeley, 1991), a rejeição interpessoal (Furr & Funder, 1998), o comportamento agressivo (Valois, Zullis, Huebner, & Drane, 2001), o álcool (Raphael, Rukholm, Brown, Hill-Bailey, & Donato, 1996) e o abuso de substâncias químicas (Zullig, Valois, Huebner, & Drane, 2001).

De um modo geral, o BES pode ser definido de seguinte forma: “O bem-estar subjetivo é uma reação avaliativa das pessoas à sua própria vida – quer, em termos de satisfação com a mesma (avaliação cognitiva), quer, em termos de afetividade (reações estáveis)” (Diener & Diener, 1995, p. 653).

As componentes do BES – satisfação com a vida, afetividade positiva e afetividade negativa, apesar de se encontrarem relacionadas entre si, são dimensões independentes umas das outras (Diener & Emmons, 1984; Diener & Fujita, 1995).

Este é o modelo explicativo mais aceite atualmente, inclusive para crianças (Huebner & Dew, 1996) e adolescentes (Wilkinson & Walford, 1998). Huebner e colaboradores (Huebner, 1991b; Huebner, Gilman, &

Laughlin, 1999; McCullough, Huebner, & Laughlin, 2000; Terry & Huebner, 1995) dedicam-se ao estudo do bem-estar subjetivo em crianças e adolescentes, e argumentam que o BES, nestas etapas de vida, pode ser visto como uma construção de três componentes: satisfação global com a vida, afeto positivo e afeto negativo (Huebner, 1991b; McCullough, Huebner, & Laughlin, 2000).

### 3. Bem-estar subjetivo na adolescência

A adolescência é um processo complexo, que envolve mudanças biológicas, psicológicas, emocionais e sociais (Steinberg, 2005), tal como já referido anteriormente. As mudanças sociais e psicológicas experienciadas durante este processo revelam-se no mínimo tão profundas como as mudanças fisiológicas (Grotevant & Cooper, 1985) e são suscetíveis de afetar o BES dos adolescentes (Eryilmaz, 2012).

Apesar disto, este domínio tem merecido pouca atenção por parte dos investigadores. Em contraste com a riqueza de investigações realizadas no âmbito do BES dos adultos, poucos estudos têm sido desenvolvidos relativamente ao BES nos adolescentes (Huebner, 1994; Park & Huebner, 2005). Por sua vez, as poucas pesquisas concretizadas neste âmbito, tendem a centrar-se em aspetos relacionados com o mal-estar, como por exemplo, a depressão (Nilzon & Palmerus, 1997), a ansiedade (Nilzon & Palmerus, 1997), os problemas sociais (Spruijt & de Goede, 1997; Thompson, 1998) e o comportamento criminoso (Sauvola, 2001 *in* Rask, Kurki, & Laippala, 2002). Apenas recentemente parece existir um incremento na produtividade científica no âmbito do BES dos adolescentes e fatores associados (Bizarro, 1999; Huebner, 1994, 2004; Joronen, 2005).

A um nível global, os resultados de diversos estudos indicam que a maioria dos adolescentes (entre 70 a 90%) perceciona a satisfação com a vida (e diversos domínios associados), acima do nível neutro da escala de avaliação utilizada (Huebner, Drane, & Valois, 2000; Rask, Kurki, & Laippala, 2002).

Uma análise da literatura permite verificar que o BES dos adolescentes tem sido investigado com base em três domínios: fatores demográficos (Huebner, Suldo, Smith, & McKnight, 2004; McCullough, Huebner, & Laughlin, 2000), fatores psicológicos (Joronen & Kurki, 2005; McKnight, Huebner, & Suldo, 2002; Rask, Kurki, & Paavilainen, 2003), e fatores académicos (Ash & Huebner, 2001; Cheng & Furnham, 2003; Huebner, 1991c; Suldo & Huebner, 2004).

No que diz respeito aos fatores demográficos, estudos revelam que as variáveis demográficas, como a idade, o género e o estatuto socioeconómico, apresentam uma fraca correlação com o BES nos adolescentes (Gilman & Huebner, 2003; Huebner, Drane, & Valois, 2000).

Por sua vez, as variáveis pessoais e/ou sociais contribuem substancialmente para o BES nos adolescentes e explicam grande parte da variabilidade no domínio (Huebner, 1991a; Huebner, 1991c). O BES está

positivamente relacionado com qualidades internas como a autoestima, o otimismo e a extroversão (Ben-Zur, 2003) bem como, com uma série de variáveis interpessoais que incluem medidas de qualidade das relações com os pais (Demo & Acock, 1996; Shek, 1998; Shek, 2005a; Shek, 2005b; Suldo & Huebner, 2004) e relações não familiares que fornecem suporte emocional, como as experiências na escola e com os pares (Konu, Lintonen, & Rimpellä, 2002).

Já no que diz respeito aos fatores académicos, muitos estudos têm sido realizados para investigar a relação entre BES dos adolescentes e certas variáveis académicas (Suldo, Riley, & Shaffer, 2006). Estas investigações têm-se centrado nas relações entre o BES e variáveis tais como, o desempenho académico (Cheng & Furnham, 2002; Huebner, 1991c; Huebner & Alderman, 1993), a inteligência (Ash & Huebner, 1998), a satisfação escolar (Baker, 1998; Huebner & Gilman 2003), e o apoio do professor (Suldo & Huebner, 2006).

Assim, tendo em conta estas considerações e uma vez que o presente estudo pretende analisar o BES de uma amostra de adolescentes portugueses, no que diz respeito às variáveis sociodemográficas, e especialmente às variáveis psicológicas (mais concretamente, em relação à personalidade/autoestima e espiritualidade), apresentam-se, de seguida, alguns dados da literatura relativamente a cada uma das variáveis mencionadas.

### **3.1. Bem-estar subjetivo na adolescência e variáveis sociodemográficas**

As variáveis sociodemográficas foram das primeiras variáveis a serem analisadas quanto à relação com o BES em adolescentes. A principal conclusão encontrada foi a de que essas variáveis (e.g. género, idade, etnia e ano de escolaridade) não evidenciaram níveis correlacionais significativos, nem permitiram diferenciar a satisfação com a vida quanto a estes fatores (Ash & Huebner, 2001; Huebner, Drane, & Valois, 2000; Huebner, Suldo, Smith, & McKnight, 2004). O estudo de Campbell (1976) corrobora o anteriormente referido, uma vez que na sua investigação concluiu que todos os fatores sociodemográficos contam apenas 20% para a variabilidade do BES. Já Lucas e Diener (2008) mencionaram que diferentes autores verificaram que as variáveis sociodemográficas explicam, no máximo, 10-15% da variância do BES.

Quando esta análise é efetuada tendo em consideração os diferentes componentes do BES separadamente, estudos revelam que, no que diz respeito à satisfação com a vida em adolescentes, esta parece não se encontrar fortemente relacionada com as variáveis demográficas, como a idade ou o ano escolar (Dew & Huebner, 1994; Huebner, 1991b; Huebner, Drane, & Valois, 2000). Já no que diz respeito à dimensão afetiva do BES, alguns estudos demonstraram diferenças nos níveis de frequência do afeto positivo, com crianças mais novas a manifestarem níveis mais elevados de

afeto positivo, comparativamente a crianças mais velhas ou adolescentes (Greene, 1990).

No entanto, muitos dos resultados apresentados pela literatura relativamente a estas variáveis (e.g. sexo e idade), não são completamente conclusivos. As diferenças, quanto ao género e quanto à idade, não estão completamente clarificadas na literatura. As pesquisas sobre o bem-estar, por grupos etários e por género, nem sempre apontam na mesma direção, o que pode depender da medida utilizada em relação ao bem-estar e mesmo de conceitos e operacionalizações diferentes dos constructos (Arita, 2005; Rodríguez, 2009).

No entanto, no que diz respeito à idade, a grande maioria dos estudos demonstra que os níveis de BES observados nas idades mais jovens são mais elevados do que os observados nas idades mais avançadas dos adolescentes (Bisegger, *et al.*, 2005; Ravens-Sieberer, *et al.*, 2001).

Do mesmo modo, vários estudos tendem a indicar valores mais elevados de BES em adolescentes masculinos do que em adolescentes femininos, embora estas diferenças não sejam tão claras nas idades mais jovens dos adolescentes (Arita, 2005; Bisegger, *et al.*, 2005; Cole, Peeke, Dolezal, Murray, & Canzoniero, 1999; Goede, Sprulit, & Maas, 1999). Uma das razões apontadas para esta diferença prende-se com a convicção de que o género feminino vive mais intensamente os afetos negativos e positivos e que interioriza as experiências afetivas negativas, procurando encontrar em si uma explicação para as mesmas, o que resultaria numa autoperceção com menor nível de bem-estar (Roothman, Kisten, & Wissing, 2003).

Os resultados de um estudo com adolescentes portugueses, vem de encontro ao anteriormente referido. O estudo, com 562 adolescentes portugueses indicou existirem alterações no bem-estar durante a adolescência, evidenciando-se, claramente, uma tendência para o bem-estar diminuir com a idade (Bizarro, 1999). As trajetórias identificadas revelaram que os adolescentes mais novos (12 e 13 anos – fase inicial da adolescência) apresentaram valores mais elevados de bem-estar. Salientaram-se, igualmente, duas idades (15 e 17 anos e meio) em que os valores de bem-estar foram mais baixos, sendo identificadas como períodos de maior vulnerabilidade para alterações ao bem-estar psicológico<sup>1</sup>. As autoras do referido estudo sugeriram que as tarefas desenvolvimentistas e as exigências

---

<sup>1</sup> O conceito de bem-estar psicológico surgiu nos anos 80, tendo em Ryff o seu fundador, e integra os conceitos de autoaceitação, autonomia, controlo sobre o meio, relações positivas, propósito na vida e desenvolvimento pessoal. Neste sentido, é importante destacar que os conceitos de bem-estar subjetivo e bem-estar psicológico são diferentes do ponto de vista conceptual e metodológico, pelo que os resultados do estudo apresentado devem ser analisados tendo isto em consideração, uma vez que este se baseia no conceito do bem-estar psicológico, ao contrário do presente trabalho. No entanto, uma vez que, em Portugal, são escassos os estudos sobre o bem-estar na adolescência, e que aqueles que foram desenvolvidos até ao momento adotam o conceito de bem-estar psicológico, considerou-se útil apresentar os dados do referido estudo.

de adaptação associadas à fase média da adolescência colocam maiores dificuldades aos adolescentes, pelo que esta fase é considerada como o “núcleo” da adolescência em que vigoram questões fulcrais como a procura da autonomia, o estabelecimento de relações mais fortes com os pares e as escolhas vocacionais (Bizarro & Silva, 2000). Para além disto, verificou-se que as raparigas vivenciaram a sua adolescência com índices de menor bem-estar em comparação com os rapazes, pelo que estas parecem estar em maior risco para o surgimento de problemas psicológicos associados ao desenvolvimento humano.

### **3.2. Bem-estar subjetivo na adolescência e personalidade/autoestima**

A personalidade é hoje objeto de grande interesse por parte dos investigadores, em virtude do seu poder preditivo do BES (Simões, *et al.*, 2003).

Embora a personalidade seja um conceito muito amplo (Diener, Oishi, & Lucas, 2003), estudos sobre a relação entre a personalidade e o BES têm demonstrado uma íntima relação entre estas duas variáveis, que explicam grande parte da variação no BES (Diener, 1996).

Similarmente às investigações realizadas em adultos, que revelam que a personalidade constitui um dos principais determinantes do bem-estar nos adultos (Lyubomirsky, Sheldon, & Schkade, 2005), a relação entre a personalidade e o BES nos adolescentes também têm vindo a ser investigada e apresenta resultados semelhantes (Fogle, Huebner, & Laughlin, 2002; Huebner, 1991c).

A personalidade revela ser um elemento fundamental, uma vez que se encontra relacionada com a reatividade a estímulos emocionais, com as diferenças individuais na intensidade da resposta a estímulos emocionais e com a duração das reações emocionais (Kim-Prieto, Diener, Tamir, Scollon, & Diener, 2005).

Na análise das relações entre a personalidade e o BES, grande parte da pesquisa apoia-se essencialmente no modelo dos *Big Five*, ou cinco grandes fatores da personalidade, que consiste em cinco traços de personalidade distintos (Extroversão, Neuroticismo, Amabilidade, Conscienciosidade e Abertura à Experiência) que todos os indivíduos possuem em certo grau (McCrae & John, 1992).

Estudos que exploram a relação entre os cinco grandes fatores da personalidade e o BES indicam que o Neuroticismo e a Extroversão são os fatores que mais se correlacionam com o BES (DeNeve & Cooper, 1998), verificando-se uma relação negativa entre o Neuroticismo e o BES, ao passo que a Extroversão se encontra fortemente e positivamente relacionada com o BES (Diener & Lucas, 1999). Mais especificamente, a Extroversão parece influenciar o bem-estar, pois está positivamente relacionada com emoções positivas e predispõe os indivíduos a experienciarem afeto positivo, enquanto o Neuroticismo está positivamente relacionado com as emoções

negativas e predispõe para a afetividade negativa (Costa & McCrae, 1980; Larsen & Eid, 2008).

Quanto aos outros fatores do modelo, as meta-análises (DeNeve & Cooper, 1998; Steel, Schmidt, & Shultz, 2008) têm demonstrado que a Amabilidade e a Conscienciosidade encontram-se associadas positivamente com o bem-estar, embora com menos intensidade do que o Neuroticismo e a Extroversão. Para a Abertura à Experiência, os efeitos encontrados foram menores, apesar de indicarem igualmente uma associação positiva com o bem-estar. Mais especificamente, quando se tem em consideração os diferentes componentes do BES separadamente, ou seja, a satisfação com a vida, o afeto negativo e o afeto positivo, verifica-se que a satisfação com a vida se encontra mais fortemente correlacionada com o fator Conscienciosidade, o afeto positivo mais fortemente correlacionado com o fator Extroversão, e o afeto negativo mais fortemente correlacionado com o fator Neuroticismo (DeNeve & Cooper, 1998).

No entanto, estas duas meta-análises diferem, ligeiramente no tamanho dos efeitos. Enquanto DeNeve e Cooper (1998) encontraram correlações significativas, mas fracas entre a personalidade e bem-estar (por exemplo, para a extroversão,  $r = 0,17$ , para o neuroticismo,  $r = -0,22$ ), Steel, Schmidt e Shultz (2008) encontraram correlações muito maiores utilizando três inventários de personalidade amplamente utilizados: o *NEO Personality Inventory—Revised* (NEO-PI-R; Costa & McCrae, 1992), o *Eysenck Personality Inventory* (EPI; Eysenck & Eysenck, 1964), e o *Eysenck Personality Questionnaire* (EPQ; Eysenck & Eysenck, 1975). As correlações entre o Neuroticismo e o afeto negativo foram de 0,54 para o NEO-PI-R, 0,56 para o EPQ, e 0,46 para o EPI; e entre a Extroversão e o afeto positivo foram de 0,44 para o NEO-PI-R, 0,35 para o EPQ, e 0,25 para o EPI. Esta última meta-análise indica que a personalidade pode explicar quase 40% da variância do BES.

Um dos primeiros estudos com adolescentes (McKnight, Huebner, & Suldo, 2002) constatou que a personalidade (avaliada através dos fatores Extroversão e Neuroticismo) explicou cerca de 16% da variância total da satisfação com a vida, pelo que eventos *stressantes* da vida (nível contextual) só adicionaram 3% de explicação à variância anterior. No mesmo âmbito, Fogle, Huebner e Laughlin (2002), ao analisarem os dados de 160 adolescentes com idades entre os 10 e os 15 anos, constataram uma relação negativa moderada entre o Neuroticismo e a satisfação com a vida (0,33) e uma relação positiva entre a Extroversão e a satisfação com a vida (0,22). Numa pesquisa realizada com 404 adolescentes, cuja média de idade se situava nos 17,1 anos, o fator de personalidade Extroversão foi o mais importante preditor da satisfação com a vida (Wilkinson & Walford, 2001).

Com base nos resultados dos estudos apresentados anteriormente, pode-se concluir que a personalidade se encontra relacionada com o BES na adolescência. No entanto, importa referir que existem outros indicadores do BES.

Na meta-análise de DeNeve e Cooper (1998), constatou-se uma correlação geral de 0,19 entre todas as variáveis de personalidade e o BES.

Da mesma forma, numa análise de oito estudos desenvolvida por Cummins, Gullone e Lau (2002) verificou-se uma correlação média de 0,24 entre os cinco fatores de personalidade e o BES. Esses dados sugerem que a personalidade não é o único preditor do BES, e que a restante variabilidade do BES é certamente explicada por outros fatores.

Um desses fatores parece ser a autoestima, que apesar de se encontrar relacionada com a personalidade, é um fator independente desta, e revela ser uma forte preditora do BES (Lucas, Diener, & Suh, 1996).

Em estudos com adultos e adolescentes, o autoconceito global e a autoestima tem constituído o fator interpessoal mais correlacionado com a satisfação com a vida e a felicidade (Diener, 1984; Huebner, 1991c).

Estudos revelam que a autoestima é relativamente elevada na infância, decresce na adolescência, aumenta na idade adulta, atingindo um pico por volta dos 60 anos e diminui na terceira idade (Orth, Trzesniewski, & Robins, 2010).

Apesar da personalidade e a autoestima constituírem dois preditores significativos do BES, outros fatores parecem dar um contributo importante para explicar a variabilidade do bem-estar subjetivo, apesar de se encontrarem atualmente pouco estudados, como é o caso da espiritualidade. De seguida, apresentam-se alguns dados encontrados na literatura relativamente a esta variável.

### **3.3. Bem-estar subjetivo na adolescência e espiritualidade**

Estudos revelam que o envolvimento espiritual é uma dimensão importante no desenvolvimento do adolescente.

No estudo de Gallup e Bezilla (1992), verificaram que 95% dos adolescentes americanos acreditavam em Deus. Por sua vez, com base nos dados coletados a partir de "*The Project Teen Canada*", Bibby (2006) descobriu que 75% dos entrevistados consideravam-se membros de uma religião, 60% consideraram a espiritualidade como algo importante e 48% indicaram que tinham necessidades espirituais. Estes resultados são consistentes com a opinião de Benson e Roehlkepartain (2008, p.14) de que "a maioria dos jovens vêem o desenvolvimento espiritual como uma parte importante das suas vidas". Da mesma forma, King e Boyatzis (2004, p. 2), comentaram que a adolescência "pode ser um período particularmente importante para se estudar o desenvolvimento espiritual e religioso".

Apesar da importância da espiritualidade no desenvolvimento do adolescente, uma revisão da literatura revelou que menos de 1% da literatura dedicada a crianças e adolescentes tinha analisado questões sobre espiritualidade e religiosidade (Benson, Roehlkepartain, & Rude, 2003). Este dado justifica a pertinência do presente trabalho, que pretende estudar a espiritualidade dos adolescentes, bem como analisar a sua relação com o BES nesta etapa do desenvolvimento.

Tendo em conta a diversidade de definições de espiritualidade apresentadas por vários investigadores, importa clarificar este conceito, bem



como efetuar uma distinção entre conceitos que, por vezes, são confundidos na literatura, como religiosidade e espiritualidade.

Scott (n.d. in Hill, *et al.*, 2000) através de uma análise a várias definições de religiosidade e concepções de espiritualidade, reportou que essas concepções podiam ser distribuídas ao longo de nove áreas de conteúdo: (1) conectividade ou relacionamento, (2) processos que contribuem para um maior nível de conectividade, (3) reações a coisas sagradas ou seculares, (4) crenças ou pensamentos, (5) estruturas institucionais tradicionais, (6) existência prazerosa, (7) crenças na sagrado ou num ser superior, (8) transcendência pessoal, e (9) questões e preocupações existenciais.

Por sua vez, Myers, Sweeney e Witmer (2000, p. 265), definiram a espiritualidade como "crenças pessoais e privadas que transcendem os aspetos materiais da vida e dão um profundo sentimento de plenitude, conectividade e abertura para o infinito". Segundo essa concepção, a espiritualidade inclui: (a) a crença num poder para além de si mesmo, (b) o comportamento em relação ao infinito, como a oração, (c) o significado e o propósito da vida, (d) a esperança e o otimismo, (e) o amor e a compaixão, (f) as diretrizes morais e éticas, e (g) a experiência transcendental. Underwood e Teresi (2002) descreveram a espiritualidade como uma abordagem individual e aberta, na busca de significado e propósito da vida, que pode incluir um senso de conexão com os outros, a natureza, e/ou o divino.

No que diz respeito à distinção entre religiosidade e espiritualidade, Worthington, Hook, Davis e McDaniel (2011, p. 205), definiram a religiosidade como "a adesão a um sistema de crenças e práticas associadas a uma tradição, na qual existe um acordo entre aquilo que se acredita e o que é praticado", e a espiritualidade como "um sentimento mais geral de proximidade e conexão com o sagrado...". Na verdade, a espiritualidade é uma questão complexa e multidimensional, e pode ser definida como uma abordagem individual e aberta na busca de significado e propósito para a vida. Em contraste, a religião é uma abordagem institucional e culturalmente determinada, que organiza as experiências coletivas das pessoas num sistema fechado de crenças e práticas (Büssing, Föller-Mancini, Gidley, & Heusser, 2010).

Benson e Roehlkepartain (2008), concluíram que existem três processos intrínsecos à espiritualidade do adolescente. O primeiro processo é a consciência (*awareness*) ou despertar (*awakening*), que contribui para o desenvolvimento da identidade espiritual, significado e propósito. O segundo processo é a interconexão ou pertença, que implica a procura e a experiência de relacionamentos com os outros, incluindo os seres divinos. O processo final é um modo de vida onde a pessoa expressa a sua identidade espiritual, através de diferentes atividades e relações. Este modelo propõe, ainda, que estes três processos que moldam os resultados do desenvolvimento dos adolescentes estão relacionados com outras dimensões do desenvolvimento, e que são influenciados pelo contexto (por exemplo, família e colegas). Existem resultados de pesquisas que demonstram que a família e os colegas

exercem influência sobre o desenvolvimento espiritual dos adolescentes (Regnerus, Smith, & Smith, 2004).

Em termos de sistemas de crenças espirituais e religiosas, Fowler (1981) propôs um modelo de desenvolvimento espiritual e defendeu que as pessoas experienciam fases que correspondem a estágios, que começam na primeira infância e continuam até a idade adulta tardia e que implicam identificar, avaliar e reformular as crenças, valores e funções da religião/espiritualidade nas suas vidas. Os seis estágios de fé propostos por Fowler (1981) são: (1) Fé intuitivo-projetiva, (2) Fé mítico-literal, (3) Fé sintético-convencional, (4) Fé individual-reflexiva, (5) Fé conjuntiva, e (6) Fé universalizante.

O estágio 3 e 4 são os mais relevantes para o desenvolvimento espiritual do adolescente. Na Fase 3, o desenvolvimento da fé toma a forma de fé "sintética convencional", que é caracterizada pela conformidade, com pouca reflexão sobre as crenças religiosas, sendo as relações interpessoais de primordial importância nesta fase.

No estágio 4, os indivíduos começam a quebrar a convenção através da construção de uma fé baseada em experiências pessoais. No entanto, este sistema de fé é restrito à mente racional, consciente, e ainda não pode lidar com o não-racional, ou com o paradoxo e a contradição.

Um crescente interesse na literatura tem surgido em torno da religião/espiritualidade. Este entusiasmo tem sido impulsionado em grande medida pelos resultados de estudos, que apontam para uma relação positiva entre religiosidade/espiritualidade e saúde física e mental (Seybold, 2007).

Um grande corpo de pesquisas indica que a religião é benéfica para uma sensação de bem-estar, ajustamento global, saúde, satisfação com a vida, felicidade, qualidade de vida, entre outros (Ball, Armstead, & Austin, 2003; Chatters, 2000; Ellison, 1991; Ferris, 2002; Greene & Yoon, 2004; Hill & Pargament, 2003; Maselko & Kubansky, 2006).

Rew e Wong (2006) realizaram uma revisão de 43 estudos sobre religiosidade, espiritualidade, saúde e comportamentos em indivíduos com idades compreendidas entre os 10 e 20 anos, que foram concretizados entre 1998 e 2003. Os autores concluíram que as relações positivas entre a religiosidade/espiritualidade e os constructos estudados foram significativas em 84% dos estudos.

Apesar disto, permanece ainda sobre debate, de que modo a religião/espiritualidade pode fornecer benefícios para a saúde mental. No entanto, parece provável que isso ocorra por meio de uma combinação de mecanismos, incluindo: (1) aumento do apoio social (2) aumento dos recursos psicológicos, (3) práticas de saúde positivas, e (4) um forte sentido de coerência (George, Ellison, & Larson, 2002; Harrison *et al.*, 2005).

Um corpo de pesquisa emergente sugere que a espiritualidade é relevante para a saúde e a qualidade de vida dos adolescentes. Estudos revelam que a espiritualidade na adolescência encontra-se negativamente relacionada com comportamentos de risco para a saúde (Benda, Pope & Kelleher, 2006; Cotton, Larkin, Hoopes, Cromer, & Rosenthal, 2005; Hodge, Cardenas, & Montoya, 2001; Miller & Gur 2002b; Nonnemaker,

McNeely, & Blum, 2003; Ritt-Olson, *et al.*, 2004), depressão (Cotton, Larkin, Hoopes, Cromer, & Rosenthal, 2005; Desrosiers & Miller, 2007; Dew, Daniel, Goldston, & Koenig, 2008; Miller & Gur 2002a), ansiedade (Davis, Kerr, & Kurpius, 2003) e positivamente com o ajustamento psicossocial (Good & Willoughby, 2006).

Um outro conjunto de estudos fornece suporte para a evidência da importância da espiritualidade na qualidade de vida e satisfação com a vida dos adolescentes. Kelley e Miller (2007) exploraram as relações entre religião/espiritualidade e satisfação com a vida numa amostra de 615 adolescentes. Neste estudo, os autores constataram que a espiritualidade e a religião explicavam 23-29% da variação na satisfação com a vida, e sugeriram que esta relação pode ser mais forte para os adolescentes do que para os adultos.

Por sua vez, num estudo desenvolvido por Marlin (2009), com estudantes universitários, verificou-se uma relação significativa entre a espiritualidade e o BES, sendo 18% da variação do bem-estar explicada pela espiritualidade.

No que diz respeito à relação entre espiritualidade e qualidade de vida na adolescência, conceito próximo do BES, embora mais abrangente, Sawatzky, Gadermann e Pesut (2009, p. 6) comentam que há poucos estudos sobre espiritualidade e qualidade de vida em adolescentes e os mecanismos subjacentes à relação entre eles permanecem relativamente desconhecidos. Eles observaram que "poucos estudos examinaram a relevância da espiritualidade em adolescentes em relação à sua qualidade de vida (QV), apesar da literatura empírica sugerir que a religião e a espiritualidade são importantes para os adolescentes".

A espiritualidade desempenha assim um papel importante no bem-estar dos adolescentes, sendo que maiores níveis de espiritualidade estão inversamente relacionados com distúrbios psicológicos (Bryant & Asttin, 2008; Burris, Brechting, Salsman, & Carlson, 2009).

Apesar de se revelar evidente a importância da espiritualidade para o desenvolvimento global, são poucas as investigações que se dedicam ao estudo da espiritualidade na adolescência, tal como já foi referido. Menos ainda são aquelas que se debruçam sobre o estudo da relação entre o BES e a espiritualidade nesta fase da vida. As escassas investigações que se interessam por estudar a espiritualidade, relacionam-na com outros constructos que não o BES (e.g. qualidade de vida, saúde física e mental, psicopatologia, etc), e centram-se em amostras predominantemente de jovens adultos, adultos, ou idosos. Mais uma vez, estes dados reforçam a pertinência do presente estudo.

Para além disso, importa ainda destacar a escassez de medidas de avaliação fidedignas para avaliar a espiritualidade na adolescência, uma vez que as investigações realizadas têm utilizado questionários de autorelato, entrevistas estruturadas, ou escalas que embora sejam indicadas para os adultos, parecem não refletir adequadamente os níveis de espiritualidade dos adolescentes (Rubin, Desai, Graham-Pólo, Dodd, & Pollock, 2009).

## II- Objetivos

O enquadramento conceptual elaborado anteriormente, relativo ao bem-estar subjetivo na adolescência, fundamenta o estudo empírico que foi realizado e que se apresenta de seguida.

A presente investigação tem como principal objetivo analisar o bem-estar subjetivo na adolescência, e conhecer o poder preditivo das variáveis estudadas no BES, nesta etapa de vida. Mais concretamente, este estudo pretende estabelecer o poder preditivo específico de variáveis sociodemográficas, de personalidade/autoestima, e de espiritualidade, relativamente à satisfação com a vida, à afetividade positiva e à afetividade negativa, numa amostra de adolescentes. Para além disto, e como objetivo específico, pretende-se validar o instrumento *Expressions of Spirituality Inventory-Revised* (MacDonald, 2000), para adolescentes, cuja pertinência se prende com a escassez de instrumentos para avaliar a espiritualidade na adolescência, tal como já tem sido salientado por Rubin, Desai, Graham-Pólo, Dodd e Pollock, 2009.

Assim, tendo em consideração os referidos objetivos, delinearam-se as seguintes hipóteses:

*Hipótese 1:* Existem diferenças estatisticamente significativas no bem-estar subjetivo (nas variáveis satisfação com a vida, afetividade positiva e afetividade negativa) em função do género e ano de escolaridade;

*Hipótese 2:* As dimensões da espiritualidade (Orientação Cognitiva, Experiencial/Fenomenológica, Bem-estar Existencial, Crenças Paranormais e Religiosidade), são preditoras mais significativas do bem-estar subjetivo do que as variáveis sociodemográficas e de personalidade/autoestima;

*Hipótese 3:* Existem diferenças estatisticamente significativas nas dimensões da espiritualidade (Orientação Cognitiva, Experiencial/Fenomenológica, Bem-estar Existencial, Crenças Paranormais e Religiosidade), em função das variáveis do bem-estar subjetivo (satisfação com a vida, afetividade positiva e afetividade negativa);

*Hipótese 4:* Existem diferenças estatisticamente significativas nas variáveis de personalidade/autoestima e espiritualidade em função do género e ano de escolaridade.

### III- Metodologia

#### 1. Caracterização da amostra

A amostra total deste estudo consta de 488 sujeitos ( $N = 488$ ), sendo que 223 (45,7 %) são do sexo masculino e 265 (54,3%) do sexo feminino (cf. Tabela 1). De referir que estes apresentam idades compreendidas entre os 13 e os 18 anos, situando-se a média de idades nos 15,36 anos ( $DP = 1,205$ ).

**Tabela 1. Distribuição dos sujeitos em função da variável sexo.**

	N	%
Sexo		
Masculino	223	45,7
Feminino	265	54,3
Total	488	100,0

Relativamente ao ano de escolaridade, os sujeitos frequentam entre o 9º ano e o 12º ano de escolaridade. Assim, 173 (35,5%) sujeitos frequentam o 9º ano de escolaridade, 137 (28,1%) frequentam o 10º ano, 89 (18,2%) pertencem ao 11º ano, e por último, 89 (18,2%) frequentam o 12º ano (cf. Tabela 2).

**Tabela 2. Distribuição dos sujeitos em função da variável ano de escolaridade.**

	N	%
Ano de escolaridade		
9º ano	173	35,5
10º ano	137	28,1
11º ano	89	18,2
12º ano	89	18,2
Total	488	100,0

No que diz respeito às habilitações dos pais, verifica-se que no sexo masculino, 65 (13,3%) apresentam o 1º Ciclo do Ensino Básico, 113 (23,2%) possuem o 2º Ciclo do Ensino Básico, 117 (24,0%) apresentam o 3º Ciclo do Ensino Básico, 95 (19,5%) concluíram o Ensino Secundário, 4 (0,8%) apresentam o Bacharelato, 64 (13,1%) a Licenciatura, 3 (0,6%) o Mestrado, e por fim, 6 (1,2%) o Doutoramento. De salientar que 21 (4,3%) sujeitos não especificaram as habilitações do pai (cf. Tabela 3).

Relativamente ao sexo feminino, 34 (7,0%) concluíram o 1º Ciclo do Ensino Básico, 105 (21,5%) o 2º Ciclo, 125 (25,6%) o 3º Ciclo, 121 (24,8%) o Ensino Secundário, 3 (0,6%) o Bacharelato, 69 (14,1%) a Licenciatura, 8 (1,6%) o Mestrado, 5 (1,0%) o Doutoramento, e 18 (3,7%) não especificaram as habilitações da mãe (cf. Tabela 3).

**Tabela 3. Distribuição dos sujeitos em função da variável habilitações dos pais.**

	Habilitações do pai		Habilitações da mãe	
	n	%	n	%
Ciclo de estudos				
1º ciclo	65	13,3	34	7,0
2º ciclo	113	23,2	105	21,5
3º ciclo	117	24,0	125	25,6
Secundário	95	19,5	121	24,8
Bacharelato	4	0,8	3	0,6
Licenciatura	64	13,1	69	14,1
Mestrado	3	0,6	8	1,6
Doutoramento	6	1,2	5	1,0
Não especificado	21	4,3	18	3,7
Total	488	100,0	488	100,0

Dos sujeitos que constituem a amostra, a maioria revela encontrar-se satisfeito com os seus amigos, sendo que 208 sujeitos (42,6%) encontram-se muito satisfeitos, 236 (48,4%) bastante satisfeitos, 38 (7,8%) assim/assim, 5 (1,0%) pouco satisfeitos e 1 (0,2%) nada satisfeito (cf. Tabela 4).

**Tabela 4. Distribuição dos sujeitos em função da variável satisfação com os amigos.**

	N	%
Grau de satisfação		
Nada	1	0,2
Pouco	5	1,0
Assim/assim	38	7,8
Bastante	236	48,4
Muito	208	42,6
Total	488	100,0

No que diz respeito à avaliação que os sujeitos fazem do seu estado de saúde, 3 (0,6%) sujeitos avaliam-no como mau, 43 (8,8%) como razoável, 306 (62,7%) como bom, e por fim, 136 (27,9%) como muito bom (cf. Tabela 5).

**Tabela 5. Distribuição dos sujeitos em função da variável avaliação do estado de saúde.**

	N	%
Estado de saúde		
Mau	3	0,6
Razoável	43	8,8
Bom	306	62,7
Muito bom	136	27,9
Total	488	100,0

Quanto à avaliação que os sujeitos fazem da sua situação económica, a maioria, 239 (49,0%) sujeitos considera a sua situação económica razoável. Dos restantes, 209 (42,8%) avalia a sua situação económica como boa, 19 (3,9%) como má, 17 (3,5%) como muito boa, 2 (0,4%) como muito má e 2 (0,4%) não responderam a esta questão (cf. Tabela 6).

**Tabela 6. Distribuição dos sujeitos em função da variável avaliação da situação económica.**

	N	%
Situação económica		
Muito má	2	0,4
Má	19	3,9
Razoável	239	49,0
Boa	209	42,8
Muito boa	17	3,5
Não especificado	2	0,4
Total	488	100,0

Do total dos sujeitos da amostra, a maioria, 398 (81,6%) refere ser crente. Dos restantes, 23 (4,7%) refere ser ateu, 65 (13,3%) agnóstico e 2 (0,4%) não especifica a sua posição. Para além disso, do total da amostra, 40 (8,2%) sujeitos refere que a sua participação religiosa é nada frequente, 61 (12,5%) refere que é pouco frequente, 167 (34,2%) assim/assim, 148 (30,3%) bastante frequente, 70 (14,3%) muito frequente e, por fim, 2 (0,4%) não especificaram (cf. Tabela 7).

**Tabela 7. Distribuição dos sujeitos em função das variáveis fé e participação religiosa.**

	n	%
Fé		
Crente	398	81,6
Ateu	23	4,7
Agnóstico	65	13,3
Não especificado	2	0,4
Total	488	100,0
Participação religiosa		
Nada frequente	40	8,2
Pouco frequente	61	12,5
Assim/assim	167	34,2
Bastante frequente	148	30,3
Muito frequente	70	14,3
Não especificado	2	0,4
Total	488	100,0

## 2. Instrumentos

### Questionário sociodemográfico

Foi administrado um questionário sociodemográfico devidamente elaborado tendo em conta os objetivos do estudo e as características da amostra.

Este questionário inicia-se com as instruções, as quais contêm a apresentação do estudo, o tipo de informação que se pretende obter e referências destinadas a assegurar a colaboração dos respondentes. Neste questionário incluíram-se dez questões. As primeiras cinco questões pretenderam recolher informação relativamente aos seguintes dados: idade, sexo, ano de escolaridade, habilitações escolares do pai e da mãe. As restantes tiveram como objetivo conhecer a perceção do sujeito relativamente ao grau de satisfação com os amigos, estado de saúde, situação económica, fé e participação religiosa. Nestes itens optou-se por uma escala do tipo *likert*.

Para além deste questionário inicial, foram incluídas outras medidas para examinar as variáveis em estudo.

### Satisfaction With Life Scale (SWLS)

Para proceder à avaliação da satisfação com a vida foi utilizada a versão portuguesa da *Satisfaction With Life Scale* (SWLS), ou *Escala de Satisfação com a Vida*, originalmente desenvolvida por Diener, Emmons, Larsen e Griffins (1985). Esta escala apresenta como principal objetivo avaliar o juízo subjetivo que os indivíduos fazem sobre a qualidade das suas próprias vidas.

A SWLS tem demonstrado bons índices de fidelidade e validade (Diener, Emmons, Larsen, & Griffins, 1985; Eid & Diener, 2004; Lucas, Diener & Suh, 1996; Pavot & Diener, 1993; Pavot, Diener, Colvin, & Sandvik, 1991). Para além disso, esta escala tem sido também utilizada em diferentes línguas, revelando capacidades de aplicação em diversas culturas, mantendo os seus níveis de fidelidade e validade (Arrindell, Heesink, & Feij, 1999; Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, Dzokoto, & Ahadi, 2002).

Adaptada à população portuguesa por Neto, Barros e Barros (1990) e, depois, por Simões (1992), a SWLS revelou boas qualidades psicométricas e uma estrutura unifatorial, que é possível identificar como a dimensão cognitiva do bem-estar subjetivo (Simões *et al.*, 2001).

Simões (1992) validou a escala numa amostra constituída por 74 alunos da Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação da Universidade de Coimbra e por 130 adultos de idades e profissões diversas. Os aspetos da tradução foram aperfeiçoados de forma a facilitar a compreensão do conteúdo a pessoas de níveis académicos inferiores, reduzindo paralelamente a amplitude da escala de resposta de sete para cinco pontos, numa escala tipo *likert*: *Discordo muito* (1), *Discordo um pouco* (2), *Não concordo, nem discordo* (3), *Concordo um pouco* (4) e *Concordo muito* (5). Os resultados



possíveis de obter com esta escala, oscilam entre um mínimo de 5 pontos e um máximo de 25 pontos, indicando maior satisfação com a vida, quanto mais elevado for o valor, sendo que o ponto médio situa-se na pontuação 15.

De modo a testar a fidelidade e a validade da SWLS numa população de adolescentes portugueses, Neto (1993) aplicou-a numa amostra de adolescentes do Porto, assim como Bizarro (1999) na zona da Grande Lisboa. Tanto os resultados de Neto (1993) como os de Bizarro (1999) demonstraram adequadas propriedades psicométricas, com o coeficiente de consistência interna satisfatório de 0,78 e 0,84, respetivamente.

Neste estudo, e de acordo com a classificação apresentada por DeVellis (1991), a escala apresentou um valor de consistência interna considerado “bom” ( $\alpha = 0,77$ ).

### **Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)**

As *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS), ou *Escala de Afeto Positivo e de Afeto Negativo*, são um dos instrumentos mais utilizados para medir a vertente afetiva do bem-estar subjetivo (PA – Afetividade Positiva; NA – Afetividade Negativa). Este instrumento foi desenvolvido por Watson, Clark e Tellegen (1988) e surgiu como resultado de diversas investigações que se preocuparam com a identificação das dimensões do afeto e com o esclarecimento da sua natureza. As escalas originais são compostas por 20 termos descritores da afetividade sentida pelo sujeito, 10 dos quais se incluem no domínio do afeto positivo e formam a subescala PA (Afeto Positivo) e os outros 10 termos descrevem o afeto negativo, dando lugar à subescala NA (Afeto Negativo). A escala de resposta é do tipo *Likert* de 5 pontos (1= *Muito pouco ou nada*; 2= *Um pouco*; 3= *Assim, assim*; 4= *Muito*; e 5= *Muitíssimo*) e o respondente deve assinalar a extensão em que experienciou cada um dos estados de espírito durante o período de tempo indicado.

As PANAS têm revelado elevada consistência interna e bons índices de estabilidade, com valores de alpha de Cronbach a variar entre 0,86 e 0,90 para a subescala PA e valores entre 0,84 e 0,87 na subescala NA, no que diz respeito à consistência interna.

Neste estudo utiliza-se a versão das PANAS validada por Simões (1993) para a população portuguesa. Nesta validação, Simões (1993, p. 389) adicionou um item à subescala PA e um item à subescala NA por considerar que “alguns destes itens originais não ficavam, adequadamente traduzidos, em termos de conteúdo”. Assim sendo, a versão totaliza 22 itens. As duas escalas revelam bons índices de fidelidade, apresentando um alpha de Cronbach de 0,82 para a subescala PA e de 0,85 para a subescala NA. A versão das PANAS validada para a população portuguesa revelou também boa validade de constructo e discriminante.

Relativamente à consistência interna, no presente estudo, e segundo DeVellis (1991), verificou-se um valor de alpha de Cronbach “bom”, no caso da subescala PA ( $\alpha = 0,77$ ) e um valor “muito bom” na subescala NA ( $\alpha = 0,82$ ).

### Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)

A *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) é um dos instrumentos mais utilizados para a avaliação da autoestima global. Segundo Rosenberg (1965) a autoestima pode ser entendida como a avaliação que a pessoa efetua e geralmente mantém em relação a si própria, a qual implica um sentimento de valor, que engloba uma componente predominantemente afetiva, expressa numa atitude de aprovação/desaprovação em relação a si mesma.

A RSES é composta por 10 itens, com conteúdos referentes a sentimentos de respeito e aceitação de si mesmo, sendo metade dos itens de orientação positiva e a outra metade de orientação negativa. Para cada item existem quatro possibilidades de resposta, nomeadamente: *Concordo plenamente* (1), *Concordo* (2), *Discordo* (3) e *Discordo plenamente* (4). Após a inversão dos 5 itens de orientação negativa, pode-se obter a pontuação total, que oscila entre 10 e 40, sendo que a obtenção de uma pontuação alta reflete uma autoestima elevada.

Existem vários estudos sobre as características psicométricas deste instrumento, e de um modo geral, relativamente à consistência interna, têm demonstrado valores moderadamente elevados (Azevedo & Faria, 2004; Hagborg, 1993; Rosenberg, 1965; Santos & Maia, 2003; Silbert & Tippet, 1965).

Por sua vez, vários estudos têm vindo a comprovar a adequação da RSES para o estudo da autoestima global em adolescentes portugueses (Azevedo & Faria, 2004; Bernardo 2003; Dias, 1996; Santos & Maia, 2003).

No presente estudo, e de acordo com DeVellis (1991), a escala apresenta um valor de consistência interna “muito bom” ( $\alpha = 0,85$ ).

### Big Five Inventory (BFI)

O *Big Five Inventory* (BFI, John & Srivastava, 1999) é um dos instrumentos mais utilizados para a avaliação da personalidade, segundo o modelo *Big Five*.

Especificamente, o inventário é constituído por 44 itens, com um formato de resposta tipo *Likert* de 5 pontos: (1) *Discordo totalmente*; (2) *Discordo*; (3) *Nem concordo nem discordo*; (4) *Concordo*; e (5) *Concordo totalmente*. Os 44 itens encontram-se distribuídos pelos cinco grandes fatores da personalidade: Extroversão (expressa energia, sociabilidade, atividade, assertividade e emoções positivas); Amabilidade (altruísmo, compaixão, confiança e modéstia); Conscienciosidade (propensão para o controlo da impulsividade e comportamentos assertivos); Neuroticismo (abrange características de instabilidade, emoções negativas, ansiedade, irritabilidade, tristeza); e Abertura à Experiência (admite características de diversidade, profundidade e originalidade).

O BFI conta com dados de validação em várias nações (e.g. México, EUA, Argentina, Bolívia, Áustria, Bélgica, Croácia, República Checa, Itália, Portugal, Israel, Turquia, África do Sul, Etiópia, Austrália, Nova Zelândia, Índia, Indonésia, China, Japão e Brasil).

De um modo geral, o inventário apresenta bons índices de validade e fidelidade.

Assim, na adaptação do instrumento à população dos Estados Unidos obtiveram-se os seguintes coeficientes do alpha de Cronbach para as cinco dimensões do BFI: Extroversão (0,88); Amabilidade (0,79); Conscienciosidade (0,82); Neuroticismo (0,84); e Abertura à Experiência (0,81); com uma média de 0,83 (Benet-Martínez & John, 1998). No que concerne à adaptação do BFI para a população Espanhola, foram obtidos os seguintes coeficientes para as cinco dimensões: Extroversão (0,85); Amabilidade (0,66); Conscienciosidade (0,77); Neuroticismo (0,80); e Abertura à Experiência (0,79); com uma média de 0,78 (Benet-Martínez & John, 1998).

De acordo com DeVellis (1991), no presente estudo, o fator Amabilidade apresentou um valor de consistência interna “aceitável”, com um valor de alpha de Cronbach de 0,64, sendo que os restantes fatores apresentaram valores de consistência interna classificados como “bons”:  $\alpha_{\text{extroversão}} = 0,75$ ,  $\alpha_{\text{conscienciosidade}} = 0,74$ ,  $\alpha_{\text{neuroticismo}} = 0,77$ ,  $\alpha_{\text{abertura à experiência}} = 0,74$ .

### **Expressions of Spirituality Inventory (ESI - Revised)**

O ESI constitui uma medida que operacionaliza a espiritualidade em termos de cinco dimensões que podem ser vistas como abrangendo os elementos descritivos centrais do constructo, tal como é atualmente representado pelas medidas disponíveis de papel e lápis de espiritualidade e conceitos relacionados. As cinco dimensões são: a) Orientação Cognitiva (expressões da espiritualidade de natureza cognitivo-perceptuais, ou seja, crenças, atitudes e percepções sobre a natureza e o significado da espiritualidade, bem como a percepção da espiritualidade como tendo relevância para o próprio funcionamento pessoal), b) Experiencial/Fenomenológica (ou seja, a experiência espiritual, incluindo experiências descritas como espirituais, religiosas, místicas, transcendentais e transpessoais), c) Bem-estar Existencial (vivência da espiritualidade associada a um sentimento positivo da existência e a um sentido e significado para a vida), d) Crenças Paranormais (expressões de espiritualidade com base em crenças do paranormal, como crenças em fenómenos paranormais de natureza psicológica, bruxaria ou espiritismo) e, e) Religiosidade (expressão da espiritualidade através de meios religiosos, incluindo crenças e atitudes de natureza religiosa, o comportamento e as práticas religiosas). O ESI é composto, na sua versão original por 98 itens e 32 itens na sua versão revista, utilizando uma escala de resposta numérica de cinco pontos. Uma análise das propriedades psicométricas do ESI indica que o instrumento possui bons índices de confiabilidade (alpha) que vão de 0,85 a 0,97 entre as cinco dimensões. Por sua vez, também foram fornecidas evidências da validade convergente, discriminante, critério e fatorial do ESI (MacDonald, 2000).

No presente estudo, e com o objetivo de analisar a validade interna do instrumento, recorreu-se ao modelo da análise fatorial exploratória (método de Análise em Componentes Principais – ACP) (cf. Tabela 8).

**Tabela 8. Matriz fatorial para o ESI.**

Itens	F1	F2	F3	F4
1	0,63			
6	0,71			
11	0,59			
16	0,64			
21	0,80			
26	0,79			
2		0,51		
7		0,76		
12		0,67		
17		0,76		
22		0,57		
27		0,70		
3			0,76	
8			0,79	
13			0,66	
18			0,72	
23			0,66	
28			0,65	
4				0,76
9				0,69
14				0,65
19				0,63
24				0,55
29				0,56
5	0,77			
10	0,44			
15	0,79			
20	0,76			
25	0,81			
30	0,76			
<i>eigenvalue</i>	9,640	3,581	2,428	1,442
<i>% Variância</i>	32,14	11,94	8,09	4,80

Na análise efetuada verificou-se a presença de uma estrutura com quatro fatores distintos, responsáveis por 56,97% da variância total.

A estrutura fatorial obtida no presente estudo não replicou, na totalidade a estrutura fatorial original. Nesta análise, foram analisados os resultados de quatro e cinco fatores e a análise heurística indicou uma melhor interpretabilidade para a configuração de quatro fatores. Assim, ao contrário da estrutura fatorial original que apresenta cinco fatores (Fator I-

Orientação Cognitiva, Fator II-Experiencial/Fenomenológica, Fator III-Bem-estar Existencial, Fator IV-Crenças Paranormais e Fator V-Religiosidade), a presente estrutura apresenta quatro fatores, e exclui o fator V, uma vez que todos os itens que compõem esse fator saturaram no fator I.

No entanto, é de salientar a elevada concordância e similaridade verificada, quer relativamente à estrutura subjacente do instrumento, quer quanto à inclusão da maioria dos itens nos fatores obtidos. Assim, no presente estudo os 30 itens ficaram distribuídos por quatro fatores, sendo que o fator I incluiu 12 itens e explicou 32,14% da variância; o fator II ficou composto por 6 itens e foi responsável por 11,94% da variância total; o fator III ficou igualmente com 6 itens e explicou 8,09% da variância; e por último, o fator IV incluiu 6 itens e explicou 4,80% da variância total.

Definidos os fatores e os itens que os integram, apresentam-se, de seguida, os resultados da análise de consistência interna (média, desvio-padrão, correlações item-total corrigido, alpha de Cronbach corrigido, cf. Tabela 9, 10, 11, 12 e 13).

**Tabela 9. Médias, Desvio-Padrão, Correlação Item-total e Alfa corrigido para a dimensão X1 Orientação Cognitiva do ESI.**

Itens	Média	DP	Correlação item-total corrigida	Alfa corrigido
1	2,18	0,98	0,67	0,88
6	2,75	1,06	0,73	0,88
11	2,05	1,13	0,68	0,88
16	1,98	1,11	0,68	0,88
21	2,02	1,16	0,78	0,87
26	2,18	1,17	0,77	0,87
Alpha=0,90				

**Tabela 10. Médias, Desvio-Padrão, Correlação Item-total e Alfa corrigido para a dimensão X2 Experiencial/Fenomenológica do ESI.**

Itens	Média	DP	Correlação item-total corrigida	Alfa corrigido
2	2,45	1,11	0,43	0,87
7	1,54	1,25	0,72	0,82
12	1,15	1,14	0,67	0,83
17	1,36	1,21	0,74	0,82
22	1,30	1,16	0,64	0,84
27	1,39	1,13	0,72	0,83
Alpha=0,86				

**Tabela 11. Médias, Desvio-Padrão, Correlação Item-total e Alfa corrigido para a dimensão X3 Bem-estar Existencial do ESI.**

Itens	Média	DP	Correlação item-total corrigida	Alfa corrigido
3	2,24	1,07	0,43	0,87
8	2,70	1,13	0,72	0,82
13	2,38	1,06	0,67	0,83
18	2,37	1,20	0,74	0,82
23	2,06	1,15	0,64	0,84
28	3,20	1,04	0,72	0,83
Alpha=0,81				

**Tabela 12. Médias, Desvio-Padrão, Correlação Item-total e Alfa corrigido para a dimensão X4 Crenças Paranormais do ESI**

Itens	Média	DP	Correlação item-total corrigida	Alfa corrigido
4	1,37	1,28	0,62	0,72
9	1,32	1,29	0,59	0,73
14	1,35	1,19	0,58	0,73
19	1,71	1,44	0,34	0,80
24	1,30	1,23	0,53	0,74
29	1,45	1,24	0,53	0,74
Alpha=0,78				

**Tabela 13. Médias, Desvio-Padrão, Correlação Item-total e Alfa corrigido para a dimensão X5 Religiosidade do ESI.**

Itens	Média	DP	Correlação item-total corrigida	Alfa corrigido
5	2,55	1,12	0,67	0,85
10	1,75	1,26	0,46	0,88
15	2,19	1,25	0,72	0,84
20	2,19	1,26	0,71	0,84
25	2,16	1,28	0,74	0,83
30	2,36	1,25	0,71	0,84
Alpha=0,87				

Através da análise das tabelas (9, 10, 11, 12 e 13) podemos constatar que as correlações item-total corrigido variaram entre 0,33 (item 19) e 0,78 (item 21), havendo portanto homogeneidade dos itens constituintes da escala.

Relativamente à contribuição de cada item para o valor de alpha de Cronbach, é possível referir que os itens contribuíram de forma semelhante para esse valor.

Os valores de alpha de Cronbach encontrados para os fatores da escala são, de acordo com DeVellis (1991), na sua maioria “muito bons”, variando entre 0,78 (Fator IV) e 0,90 (Fator I).

### 3. Procedimento

A recolha dos dados foi realizada numa escola (Instituto Nun'Alvres), situada no distrito do Porto, conselho de Santo Tirso, seguindo o processo de conveniência e proximidade geográfica.

Todos os sujeitos responderam à bateria de questionários em papel e em contexto de sala de aula. Assim, a recolha de dados procedeu-se após consentimento informado do Conselho Executivo, dos pais, e dos Diretores de Turma. A recolha dos dados foi realizada entre dezembro de 2012 e janeiro de 2013. Teve-se ainda o cuidado de selecionar para a administração, uma semana em que os alunos não tivessem nenhum teste escolar, utilizando para o efeito a aula de Formação Cívica. Dada a impossibilidade do investigador proceder à recolha dos dados junto de todas as turmas, foram disponibilizadas instruções específicas aos Diretores de Turma, relativamente à administração da bateria de questionários. Foi, ainda, mencionado o tempo aproximado de aplicação da bateria (30 minutos).

## IV-Resultados

### 1. Estudo descritivo

Tal como referido na caracterização da amostra, neste estudo participaram 488 estudantes, cuja média de idades se situa nos 15,36 anos (cf. Tabela 14). Tenha-se presente, para a interpretação dos resultados que se apresentam na Tabela 14, que o escore máximo, possível de obter, era de 24 para cada uma das dimensões da espiritualidade (Orientação Cognitiva, Experiencial/Fenomenológica, Bem-estar Existencial, Crenças Paranormais e Religiosidade); de 40 para a Autoestima, Extroversão e Neuroticismo; de 45, para a Amabilidade e Conscienciosidade; de 50, para a Abertura à Experiência; de 25, para a Satisfação com a Vida; e de 55, para a Afetividade Positiva e Afetividade Negativa.

Assim no que concerne às dimensões da espiritualidade, verifica-se um resultado ligeiramente acima da média na Orientação Cognitiva ( $M = 13,15$ ;  $DP = 5,35$ ), no Bem-estar Existencial ( $M = 14,95$ ;  $DP = 4,78$ ) e na Religiosidade ( $M = 13,20$ ;  $DP = 5,77$ ). Já no que diz respeito às dimensões Experiencial/Fenomenológica ( $M = 9,19$ ;  $DP = 5,38$ ) e Crenças Paranormais ( $M = 8,50$ ;  $DP = 5,29$ ) as pontuações obtidas situam-se ligeiramente abaixo do meio da escala de valores possíveis.

Relativamente à variável Autoestima ( $M = 29,35$ ;  $DP = 3,70$ ) a pontuação dos adolescentes, situa-se acima do meio da escala.

Nas dimensões da personalidade, constata-se que, os valores obtidos, situam-se ligeiramente acima do meio da escala na Extroversão ( $M = 27,61$ ;  $DP = 4,75$ ) e na Abertura à Experiência ( $M = 35,37$ ;  $DP = 5,35$ ); acima do meio da escala na Amabilidade ( $M = 33,20$ ;  $DP = 4,57$ ) e sensivelmente no meio da escala na Conscienciosidade ( $M = 27,89$ ;  $DP = 5,10$ ) e no Neuroticismo ( $M = 24,00$ ;  $DP = 5,27$ ).

No que diz respeito à Satisfação com a Vida ( $M = 18,29$ ;  $DP = 3,70$ ) o valor dos adolescentes da amostra, situa-se ligeiramente acima do meio da escala. O mesmo se verifica relativamente à variável Afetividade Positiva ( $M = 36,59$ ;  $DP = 6,09$ ). Por sua vez, a média da variável Afetividade Negativa ( $M = 24,86$ ;  $DP = 7,16$ ) situa-se abaixo do meio da escala.

**Tabela 14. Médias e desvio-padrão para as variáveis do estudo.**

Variáveis	N	M	DP
Idade	488	15,36	1,205
Orientação Cognitiva	481	13,15	5,35
Experiencial/Fenomenológica	479	9,19	5,38
Bem-estar Existencial	482	14,95	4,78
Crenças Paranormais	479	8,50	5,29
Religiosidade	481	13,20	5,77
Autoestima	486	29,35	3,70
Extroversão	482	27,61	4,75
Amabilidade	481	33,20	4,57
Conscienciosidade	479	27,89	5,10
Neuroticismo	481	24,00	5,27
Abertura à Experiência	481	35,37	5,35
Satisfação com a Vida	485	18,29	3,70
Afetividade Positiva	472	36,59	6,09
Afetividade Negativa	468	24,86	7,16

## 2. Estudo diferencial

Neste estudo, recorreu-se à análise da variância entre grupos (ANOVA TWO-WAY) para verificar a existência de diferenças estatisticamente significativas nas variáveis do estudo (i.e., Dimensões da Espiritualidade – Orientação Cognitiva, Experiencial/Fenomenológica, Bem-estar Existencial, Crenças Paranormais e Religiosidade; Autoestima; Dimensões da Personalidade- Extroversão, Amabilidade, Conscienciosidade, Neuroticismo e Abertura à Experiência; Satisfação com a Vida; Afetividade Positiva e Afetividade Negativa) em função do sexo e do ano de escolaridade.

De acordo com os resultados apresentados na Tabela 15, encontram-se diferenças estatisticamente significativas em função do sexo nas seguintes variáveis: Autoestima,  $F(7,478) = 22,07$ ,  $p < 0,001$ ; Afetividade Negativa,  $F(7,460) = 10,27$ ,  $p = 0,001$ ; e nas dimensões de personalidade Amabilidade,  $F(7,473) = 14,62$ ,  $p < 0,001$ ; Conscienciosidade,  $F(7,471) = 23,51$ ,  $p < 0,001$ ; Neuroticismo,  $F(7,473) = 34,11$ ,  $p < 0,001$ ; e Abertura à Experiência,  $F(7,473) = 4,79$ ,  $p = 0,03$ .



Acresce que, tal como pode ser observado na Tabela 16, no que diz respeito à variável Autoestima, os rapazes apresentam médias superiores à das raparigas. No entanto, em relação às restantes variáveis apresentadas anteriormente, verificou-se que as raparigas apresentaram médias mais elevadas do que as dos rapazes.

De referir ainda que, os resultados obtidos apontam para a existência de diferenças estatisticamente significativas, em função do ano de escolaridade.

**Tabela 15. Análise da variância para as variáveis do estudo em função do sexo e do ciclo de estudo.**

Variáveis	Df	Ms	F	Post hoc
<b>Orientação Cognitiva</b>				
Sexo	1	24,47	0,86	-----
Ano de escolaridade	3	52,52	1,84	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	14,52	0,51	-----
<b>Experiencial/Fenomenológica</b>				
Sexo	1	14,71	0,53	-----
Ano de escolaridade	3	242,47	8,81**	9ºano > 10º, 11º, 12º
Sexo x Ano de escolaridade	3	20,19	0,73	-----
<b>Bem-estar existencial</b>				
Sexo	1	15,08	0,66	-----
Ano de escolaridade	3	50,28	2,21	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	29,60	1,30	-----
<b>Crenças Paranormais</b>				
Sexo	1	29,68	1,07	-----
Ano de escolaridade	3	63,44	2,28	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	18,39	0,66	-----
<b>Religiosidade</b>				
Sexo	1	108,63	3,32	-----
Ano de escolaridade	3	106,57	3,25*	9ºano > 10ºano
Sexo x Ano de escolaridade	3	14,93	0,46	-----
<b>Autoestima</b>				
Sexo	1	483,47	22,07**	M > F
Ano de escolaridade	3	11,96	0,55	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	38,91	1,78	-----
<b>Extroversão</b>				
Sexo	1	9,74	0,43	-----
Ano de escolaridade	3	14,72	0,65	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	10,06	0,44	-----
<b>Amabilidade</b>				
Sexo	1	295,33	14,62**	F > M
Ano de escolaridade	3	26,64	1,32	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	12,96	0,64	-----
<b>Conscienciosidade</b>				
Sexo	1	586,52	23,51**	F > M

Ano de escolaridade	3	17,25	0,69	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	25,01	1,00	-----
Neuroticismo				
Sexo	1	882,01	34,11**	F > M
Ano de escolaridade	3	56,76	2,20	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	22,20	0,86	-----
Abertura à Experiência				
Sexo	1	133,77	4,79*	F > M
Ano de escolaridade	3	40,70	1,46	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	101,29	3,63	-----
Satisfação com a Vida				
Sexo	1	5,02	0,37	-----
Ano de escolaridade	3	29,73	2,21	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	28,99	2,15	-----
Afetividade Positiva				
Sexo	1	84,26	2,28	-----
Ano de escolaridade	3	22,69	0,61	-----
Sexo x Ano de escolaridade	3	48,15	1,30	-----
Afetividade Negativa				
Sexo	1	509,90	10,27*	F > M
Ano de escolaridade	3	142,85	2,88*	11ºano > 10ºano
Sexo x Ano de escolaridade	3	20,21	0,41	-----

\* $p < 0,05$

\*\* $p < 0,01$

-dade, na dimensão Experiencial/Fenomenológica da espiritualidade,  $F(7,471) = 8,81$ ,  $p < 0,001$ ; na dimensão Religiosidade da espiritualidade,  $F(7,473) = 3,25$ ,  $p = 0,02$ ; e na variável Afetividade Negativa,  $F(7,460) = 2,88$ ,  $p = 0,04$  (cf. Tabela 15). As comparações *post hoc* com o recurso ao teste Tukey HSD, indicam que, no que diz respeito à dimensão Experiencial/Fenomenológica da espiritualidade, a média dos sujeitos do 9ºano de escolaridade ( $M = 10,83$ ;  $DP = 5,71$ ) é estatisticamente diferente da média dos sujeitos do 10º ano ( $M = 7,91$ ;  $DP = 5,07$ ), 11º ano ( $M = 8,63$ ;  $DP = 5,15$ ) e 12º ano ( $M = 8,50$ ;  $DP = 4,61$ ). Relativamente à dimensão Religiosidade da espiritualidade, os resultados indicam que a média dos sujeitos do 9ºano ( $M = 13,89$ ;  $DP = 5,37$ ) é estatisticamente diferente e mais elevada do que a dos sujeitos do 10ºano ( $M = 11,91$ ;  $DP = 6,25$ ). Por fim, no que diz respeito à variável Afetividade Negativa, as comparações *post hoc* revelam que a média dos sujeitos do 10ºano ( $M = 23,88$ ;  $DP = 6,80$ ) é estatisticamente diferente da média dos sujeitos do 11ºano (26,38; 7,71).

Por último, é de salientar que não foram encontrados efeitos de interação estatisticamente significativos do sexo e ano de escolaridade nas variáveis em estudo (cf. Tabela 15).



### 3. Estudos preditivos

Na tabela 17 apresentam-se os coeficientes de correlação de Pearson para as variáveis contínuas. Através dos resultados obtidos verifica-se que a grande maioria das variáveis se encontram correlacionadas entre si.

Relativamente aos componentes do BES, a Satisfação com a Vida apresenta-se correlacionada positivamente com a Afetividade Positiva ( $r = 0,236$ ,  $p < 0,001$ ) e negativamente com a Afetividade Negativa ( $r = -0,296$ ,  $p < 0,001$ ). Por sua vez, a Afetividade Positiva e a Afetividade Negativa não se encontram correlacionadas entre si.

No que diz respeito à variável Satisfação com a Vida, verifica-se que é com a variável Autoestima ( $r = 0,463$ ,  $p < 0,001$ ), que esta se encontra mais fortemente correlacionada, tendo em consideração todas as variáveis do estudo.

Para além disto, esta variável encontra-se correlacionada de forma positiva e significativa com duas dimensões da espiritualidade: Orientação Cognitiva ( $r = 0,137$ ,  $p = 0,003$ ), e Bem-estar Existencial ( $r = 0,414$ ,  $p < 0,001$ ), sendo a primeira considerada uma correlação pequena e a última uma correlação média.

De salientar ainda que a Satisfação com a Vida correlaciona-se com todas as dimensões da personalidade, com exceção da dimensão Abertura à Experiência. Assim, apresenta uma correlação positiva, ainda que pequena, com a Extroversão ( $r = 0,173$ ,  $p < 0,001$ ), a Amabilidade ( $r = 0,172$ ,  $p < 0,001$ ), e a Conscienciosidade ( $r = 0,210$ ,  $p < 0,001$ ); bem como, uma correlação negativa e média com o Neuroticismo ( $r = -0,347$ ,  $p < 0,001$ ).

A variável Afetividade Positiva encontra-se correlacionada, de forma positiva, embora de forma baixa, com todas as dimensões da espiritualidade, com exceção da dimensão Crenças Paranormais, com a qual não se correlaciona significativamente. Deste modo, correlaciona-se com a dimensão Orientação Cognitiva ( $r = 0,107$ ,  $p = 0,02$ ), Experiencial/Fenomenológica ( $r = 0,119$ ,  $p = 0,01$ ), Bem-estar Existencial ( $r = 0,225$ ,  $p < 0,001$ ) e Religiosidade ( $r = 0,102$ ,  $p = 0,03$ ).

A Afetividade Positiva e a Autoestima ( $r = 0,329$ ,  $p < 0,001$ ) também se encontram correlacionadas de forma significativa, positiva e média.

Para além disso, a Afetividade Positiva encontra-se correlacionada de forma significativa com as dimensões da personalidade: Extroversão ( $r = 0,343$ ,  $p < 0,001$ ), sendo esta uma correlação positiva e média; Conscienciosidade ( $r = 0,190$ ,  $p < 0,001$ ), correlação considerada positiva e pequena; Neuroticismo ( $r = -0,211$ ,  $p < 0,001$ ), com uma correlação negativa e pequena; e Abertura à Experiência ( $r = 0,276$ ,  $p < 0,001$ ) com

<sup>2</sup>Para a interpretação dos coeficientes de correlação de Pearson foi utilizada a classificação sugerida por Cohen (1988): correlação inexistente –  $r = 0,00$  a  $r = 0,09$ ; correlação pequena –  $r = 0,10$  a  $r = 0,29$ ; correlação média –  $r = 0,30$  a  $r = 0,50$ ; correlação alta  $r > 0,50$ .

Tabela 17. Matriz de intercorrelações das variáveis em estudo.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	—	0,604**	-0,172**	0,261**	0,798**	0,37	0,120**	0,086	0,119**	0,93*	0,219**	0,137**	0,107*	0,074	0,026	0,023
2		—	-0,256**	0,516**	0,539**	-0,001	0,110*	-0,072	0,052	0,049	0,174**	0,073	0,119*	0,056	-0,067	-0,117*
3			—	0,290**	0,156**	0,632**	0,207**	0,272**	0,259**	-0,583	0,084	0,414**	0,225**	0,477**	-0,030	0,034
4				—	0,279**	-0,110*	0,031	-0,087	-0,065	0,146**	0,084	0,069	0,049	0,079	0,025	0,036
5					—	0,016	0,066	0,108*	0,131**	0,103*	0,123**	0,087	0,102*	0,089	0,066	0,024
6						—	0,270**	0,187**	0,243**	-0,479**	0,211**	0,463**	0,329**	-0,406**	-0,226**	0,037
7							—	0,020	0,026	-0,259**	0,317**	0,173**	0,343**	-0,133**	-0,046	-0,051
8								—	0,289**	-0,270**	0,218**	0,172**	0,084	-0,216**	0,185**	0,058
9									—	-0,080	0,217**	0,210**	0,190**	0,194**	0,218**	0,022
10										—	-0,057	-0,347**	-0,211**	0,438**	0,255**	0,096*
11											—	0,071	0,276**	0,003	0,103*	-0,006
12												—	0,236**	-0,296**	-0,026	-0,016
13													—	0,083	-0,061	0,005
14														—	0,157**	-0,040
15															—	0,044
16																—

N.B. 1-Orientação Cognitiva; 2- Experiencial/Fenomenológica; 3-Bem-estar Existencial; 4-Crenças Paranormais; 5-Religiosidade; 6-Autoestima; 7-Extroversão; 8-Amabilidade, 9-Conscienciosidade; 10-Neuroticismo; 11-Abertura à Experiência; 12-Satisfação com a Vida; 13-Afetividade Positiva; 14-Afetividade Negativa; 15-Sexo; 16-Idade. \* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,001$

uma correlação classificada como positiva e pequena.

Relativamente à variável Afetividade Negativa, esta encontra-se correlacionada de forma negativa e média com a dimensão da espiritualidade Bem-estar Existencial ( $r = -0,477$ ,  $p < 0,001$ ) e com a dimensão Autoestima ( $r = -0,406$ ,  $p < 0,001$ ). Para além disso, apresenta uma correlação pequena e negativa, com a dimensão da personalidade Extroversão ( $r = -0,133$ ,  $p = 0,004$ ), Amabilidade ( $r = -0,216$ ,  $p < 0,001$ ), e Conscienciosidade ( $r = -0,194$ ,  $p < 0,001$ ). Por fim, verifica-se uma correlação positiva e média entre a Afetividade Negativa e a dimensão Neuroticismo ( $r = 0,438$ ,  $p < 0,001$ ).

### 3.1. Variáveis preditoras da Satisfação com a Vida

Para avaliar o valor preditivo das variáveis em estudo foram utilizadas análises de regressões múltiplas hierárquicas, agrupando as variáveis em quatro blocos: o primeiro bloco inclui as variáveis sociodemográficas idade e sexo; o segundo bloco é constituído pela variável Autoestima; o terceiro bloco agrupa as cinco dimensões da personalidade (Extroversão, Amabilidade, Conscienciosidade, Neuroticismo e Abertura à Experiência); e o quarto bloco agrupa as dimensões da espiritualidade (Orientação Cognitiva, Experiencial/Fenomenológica, Bem-estar Existencial, Crenças Paranormais e Religiosidade).

As Tabelas 18 e 19 apresentam os resultados da regressão múltipla hierárquica, com a Satisfação com a Vida (SWLS) como variável dependente. De acordo com os dados que constam na Tabela 18, o primeiro bloco da função de regressão explica 0,1% da variância na Satisfação com a Vida (SWLS),  $R^2 = 0,001$ ,  $F(2,449) = 0,210$ ,  $p = 0,810$ . Constatou-se que, no segundo bloco, ao incluir-se a variável Autoestima, a variância explicada aumenta para 23% ( $R^2 = 0,230$ ), sofrendo um aumento de 22,9%,  $\Delta R^2 = 0,229$ ,  $F \text{ change}(1,488) = 133,483$ ,  $p < 0,001$ . Com a inclusão das variáveis relativas à personalidade (i.e., Extroversão, Amabilidade, Conscienciosidade, Neuroticismo e Abertura à Experiência), no terceiro bloco, a variância explicada sofre um aumento de 3,6%,  $\Delta R^2 = 0,036$ ,  $F \text{ change}(5,443) = 4,320$ ,  $p = 0,001$ . Por último, quando se incluem, no quarto bloco, as dimensões da espiritualidade (Orientação Cognitiva, Experiencial/Fenomenológica, Bem-estar Existencial, Crenças Paranormais e Religiosidade), a variância explicada da variável Satisfação com a Vida aumenta cerca de 3,4%,  $\Delta R^2 = 0,034$ ,  $F \text{ change}(5,438) = 4,287$ ,  $p = 0,001$ . A função, no seu conjunto, explica 30% da variância da Satisfação com a Vida (SWLS),  $R^2 = 0,300$ ,  $F(13,438) = 14,460$ ,  $p < 0,001$ . Neste sentido, a variável Autoestima (bloco 2), é aquela que possui um maior poder explicativo da variância.

Para determinar o valor preditivo de cada uma das variáveis incluídas em cada bloco procede-se, de seguida, à análise dos coeficientes de regressão estandardizados (valores de beta –  $\beta$ , cf. Tabela 19).

No primeiro bloco, as variáveis sociodemográficas, idade ( $\beta = -0,020$ ,  $p = 0,678$ ) e sexo ( $\beta = -0,022$ ,  $p = 0,637$ ), não se revelam preditoras significativas da variável Satisfação com a Vida (SWLS).

Quando, no segundo bloco, é adicionada a variável Autoestima ( $\beta = 0,492, p < 0,001$ ), esta passa a assumir poder explicativo. Acrescente-se que, aquando a introdução da variável Autoestima na equação de regressão, a variável sexo, que não se tinha revelado estatisticamente significativa no primeiro bloco, passa a ter um coeficiente de regressão estandardizado ( $\beta = 0,088, p = 0,039$ ) com um valor estatisticamente significativo. No entanto, a variável idade continua a não se revelar uma preditora significativa da Satisfação com a Vida (SWLS).

No entanto, quando são introduzidas, no terceiro bloco, as dimensões da personalidade, a variável sexo volta a deixar de apresentar um valor preditivo significativo, sendo que a variável idade continua a não revelar-se um preditor estatisticamente significativo. De realçar que, apesar da expressividade do valor de beta da variável Autoestima ( $\beta = 0,387, p < 0,001$ ) ter diminuído, mantém-se estatisticamente significativo, com a introdução das variáveis de personalidade no terceiro bloco.

Registe-se que, das cinco dimensões da personalidade incluídas na equação de regressão, apenas a dimensão Conscienciosidade ( $\beta = 0,095, p = 0,037$ ) e Neuroticismo ( $\beta = - 0,165, p = 0,001$ ) assumem poder explicativo da variável Satisfação com a Vida (SWLS). O valor negativo de beta na variável Neuroticismo significa que esta variável se encontra correlacionada negativamente com a variável Satisfação com a Vida (SWLS).

Quando introduzidas, no quarto bloco, as variáveis da espiritualidade, as variáveis sociodemográficas continuam a não evidenciar um poder explicativo significativo, ao contrário da variável Autoestima ( $\beta = 0,302, p < 0,001$ ), cujo valor preditivo sofre poucas alterações, mantendo-se estatisticamente significativo.

Já no que diz respeito ao poder preditivo das variáveis de personalidade, este sofre poucas alterações com a introdução das variáveis da espiritualidade. No entanto, a variável Conscienciosidade ( $\beta = 0,066, p = 0,147$ ), deixa de apresentar um valor preditivo estatisticamente significativo, ao passo que a variável Abertura à Experiência ( $\beta = - 0,108, p = 0,018$ ) atinge um coeficiente de regressão estandardizado estatisticamente significativo, com a introdução destas variáveis.

De salientar que, de entre as cinco variáveis da espiritualidade introduzidas no quarto bloco, a variável Orientação Cognitiva ( $\beta = 0,210, p = 0,004$ ) e a variável Bem-estar Existencial ( $\beta = 0,175, p = 0,006$ ) são aquelas que atingem um valor preditivo estatisticamente significativo.

Quando todos os preditores (i.e. variáveis sociodemográficas – idade e sexo, autoestima, dimensões da personalidade e dimensões da espiritualidade) são adicionados na equação de regressão (bloco 4) torna-se possível averiguar o poder preditivo de cada uma das variáveis, sendo adequado ordená-las do seguinte modo: Autoestima ( $\beta = 0,302, p < 0,001$ ), Orientação Cognitiva ( $\beta = 0,210, p = 0,004$ ), Bem-estar Existencial ( $\beta = 0,175, p = 0,006$ ), Neuroticismo ( $\beta = - 0,126, p = 0,022$ ) e Abertura à Experiência ( $\beta = - 0,108, p = 0,018$ ).

**Tabela 18. Sumário regressão hierárquica para a dimensão cognitiva do bem-estar (SWLS).**

Modelo	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Adj.	F	ΔR <sup>2</sup>	F change
1	0,001	-0,004	0,210	0,001	0,210
2	0,230	0,225	44,676**	0,229	133,483**
3	0,266	0,253	20,074**	0,036	4,320
4	0,300	0,280	14,460**	0,034	4,287

\*\*p < 0,001

**Tabela 19. Coeficientes de regressão para a dimensão cognitiva do bem-estar (SWLS).**

	Modelo	B	T	B	Sig.
1	Idade	-0,062	-0,416	-0,020	0,678
	Sexo	-0,168	-0,473	-0,022	0,637
2	Idade	-0,151	-0,154	-0,048	0,249
	Sexo	0,664	2,074	0,088	0,039
	Autoestima	0,390	11,553	0,492	0,000
3	Idade	-0,073	-0,559	-0,023	0,576
	Sexo	0,687	1,991	0,091	0,047
	Autoestima	0,307	7,695	0,387	0,000
	Extroversão	0,039	1,106	0,050	0,269
	Amabilidade	0,018	0,480	0,022	0,632
	Conscienciosidade	0,068	2,090	0,095	0,037
	Neuroticismo	-0,116	-3,254	-0,165	0,001
4	Abertura à experiência	-0,059	-1,868	-0,084	0,062
	Idade	-0,067	-0,512	-0,021	0,609
	Sexo	0,575	1,652	0,077	0,099
	Autoestima	0,240	5,244	0,302	0,000
	Extroversão	0,021	0,599	0,027	0,549
	Amabilidade	0,014	0,374	0,017	0,709
	Conscienciosidade	0,047	1,453	0,066	0,147
	Neuroticismo	-0,089	-2,300	-0,126	0,022
	Abertura à experiência	-0,075	-2,370	-0,108	0,018
	Orientação Cognitiva	0,146	2,872	0,210	0,004
	Experiencial/Fenomenológica	0,039	0,924	0,056	0,356
	Bem-estar Existencial	0,138	2,760	0,175	0,006
	Crenças Paranormais	-0,015	-0,444	-0,021	0,657
	Religiosidade	-0,050	-1,117	-0,077	0,264

### 3.2. Variáveis preditoras da Afetividade Positiva

De seguida, serão apresentados os resultados da regressão hierárquica múltipla, utilizando a variável Afetividade Positiva como variável



dependente. Assim, tal como aconteceu na análise dos preditores da variável Satisfação com a Vida, agruparam-se as variáveis nos quatro blocos já referidos anteriormente (c.f. Tabela 20 e 21).

Assim, de acordo com os resultados apresentados na Tabela 20, o primeiro bloco (idade e sexo), apresenta um poder explicativo da variância de 0,5%,  $R^2 = 0,005$ ,  $F(2,439) = 1,132$ ,  $p = 0,323$ , sendo este valor não significativo. No segundo bloco, com a introdução da variável Autoestima, a variância explicada aumenta para 10,6% ( $R^2 = 0,106$ ), sofrendo um aumento de 10,1%,  $\Delta R^2 = 0,101$ ,  $F \text{ change}(1,438) = 49,401$ ,  $p < 0,001$ . No que diz respeito ao terceiro bloco, relativo às variáveis de personalidade, verifica-se um aumento da variância explicada para 21,5% ( $R^2 = 0,215$ ), sofrendo um aumento na variância explicada da variável Afetividade Positiva de 10,9%,  $\Delta R^2 = 0,109$ ,  $F \text{ change}(5,433) = 12,004$ ,  $p < 0,001$ . Por último, no quarto bloco, que inclui as variáveis de espiritualidade, é atribuído um poder explicativo da variância não significativo,  $\Delta R^2 = 0,008$ ,  $F \text{ change}(5,428) = 0,832$ ,  $p = 0,528$ .

Realce-se que, a função de regressão, no seu conjunto, explica 22,2% da variância da variável Afetividade Positiva,  $R^2 = 0,222$ ,  $F(13,428) = 9,414$ ,  $p < 0,001$ . Neste sentido, ao contrário dos resultados apresentados para a variável Satisfação com a Vida (SWLS), em que a Autoestima se evidenciou como a principal preditora da variável, são as variáveis de personalidade (bloco 3) que explicam a maior parte da variância da Afetividade Positiva.

No primeiro bloco, verifica-se que as variáveis sociodemográficas idade ( $\beta = 0,011$ ,  $p = 0,819$ ) e sexo ( $\beta = -0,072$ ,  $p = 0,134$ ), não se revelam fatores preditores da Afetividade Positiva.

Quando, no segundo bloco, é adicionada a variável Autoestima ( $\beta = 0,328$ ,  $p < 0,001$ ), verifica-se que esta variável assume um valor explicativo significativo. De realçar que, com a introdução desta variável, as variáveis sociodemográficas continuam a não evidenciar um poder explicativo significativo.

No terceiro bloco, quando introduzidas as variáveis da personalidade, verifica-se que a Extroversão ( $\beta = 0,248$ ,  $p < 0,001$ ), a Conscienciosidade ( $\beta = 0,131$ ,  $p = 0,006$ ) e a Abertura à Experiência ( $\beta = 0,126$ ,  $p = 0,008$ ), também passam a assumir poder explicativo. Importa salientar, que as variáveis idade e sexo, continuam a apresentar um coeficiente de regressão estandardizado não significativo. Para além disso, apesar da expressividade do valor beta da Autoestima ter diminuído, mantém-se estatisticamente significativo, com a introdução das variáveis de personalidade.

No quarto bloco, nenhuma das variáveis da espiritualidade introduzidas apresenta um poder explicativo significativo. De acordo com os resultados apresentados no modelo global (bloco 4), as variáveis que apresentam um maior poder preditivo da variável Afetividade Positiva podem ser ordenadas por ordem decrescente: Extroversão ( $\beta = 0,241$ ,  $p < 0,001$ ), Autoestima ( $\beta = 0,175$ ,  $p = 0,004$ ), Conscienciosidade ( $\beta = 0,128$ ,  $p = 0,008$ ) e Abertura à Experiência ( $\beta = 0,119$ ,  $p = 0,015$ ).

**Tabela 20. Sumário regressão hierárquica para a dimensão Afetividade Positiva.**

Modelo	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Adj.	F	ΔR <sup>2</sup>	F change
1	0,005	0,001	1,132	0,005	1,132
2	0,106	0,100	17,305**	0,101	49,401**
3	0,215	0,200	14,807**	0,109	12,004**
4	0,222	0,199	9,414**	0,008	0,832

\*\* p &lt; 0,001

**Tabela 21. Coeficientes de regressão para a dimensão Afetividade Positiva.**

	Modelo	B	T	B	Sig.
1	Idade	0,056	0,228	0,011	0,819
	Sexo	-0,885	-1,501	-0,072	0,134
2	Idade	-0,053	-0,225	-0,010	0,822
	Sexo	0,102	0,178	0,008	0,859
	Autoestima	0,430	7,029	0,328	0,000
3	Idade	0,108	0,480	0,021	0,631
	Sexo	-0,438	-0,733	-0,035	0,464
	Autoestima	0,235	3,392	0,179	0,001
	Extroversão	0,323	5,283	0,248	0,000
	Amabilidade	-0,040	-0,617	-0,030	0,538
	Conscienciosidade	0,156	2,775	0,131	0,006
	Neuroticismo	-0,061	-0,989	-0,053	0,323
	Abertura à experiência	0,145	2,669	0,126	0,008
4	Idade	0,133	0,580	0,026	0,562
	Sexo	-0,414	-0,676	-0,034	0,499
	Autoestima	0,230	2,868	0,175	0,004
	Extroversão	0,314	5,084	0,241	0,000
	Amabilidade	-0,034	-0,506	-0,025	0,613
	Conscienciosidade	0,152	2,650	0,128	0,008
	Neuroticismo	-0,065	-0,950	-0,056	0,342
	Abertura à experiência	0,136	2,438	0,119	0,015
	Orientação Cognitiva	-0,054	-0,601	-0,047	0,548
	Experiencial/Fenomenológica	0,066	0,888	0,058	0,375
	Bem-estar Existencial	0,021	0,234	0,016	0,815
	Crenças Paranormais	0,049	0,819	0,042	0,413
	Religiosidade	0,051	0,640	0,047	0,522

### 3.3. Variáveis preditoras da Afetividade Negativa

No sentido de avaliar o poder preditivo das variáveis do estudo tendo como variável dependente a Afetividade Negativa, utilizou-se uma análise de regressões múltiplas hierárquicas, onde se agruparam as variáveis em

quatro blocos, tal como aconteceu anteriormente, e cujos resultados são apresentados na Tabela 22 e 23.

Assim, analisando os resultados apresentados na Tabela 22, verifica-se que o primeiro bloco (idade e sexo) apresenta um poder explicativo da variância significativo de 2,1%,  $R^2 = 0,021$ ,  $F(2,435) = 4,702$ ,  $p = 0,01$ . No segundo bloco, ao incluir-se a variável Autoestima, a variância explicada aumenta para 17,9% ( $R^2 = 0,179$ ), sofrendo um aumento de 15,7%,  $\Delta R^2 = 0,157$ ,  $F \text{ change}(1,434) = 8,163$ ,  $p < 0,001$ . Quando se incluem as variáveis relativas à personalidade, no terceiro bloco, a variância explicada aumenta para 27,3% ( $R^2 = 0,273$ ), verificando-se um aumento de 9,5%,  $\Delta R^2 = 0,095$ ,  $F \text{ change}(5,429) = 11,172$ ,  $p < 0,001$ . No quarto bloco, com a introdução das variáveis de espiritualidade, a variância explicada aumenta para 30,4% ( $R^2 = 0,304$ ), verificando-se um aumento de 3%,  $\Delta R^2 = 0,030$ ,  $F \text{ change}(5,424) = 3,708$ ,  $p = 0,003$ .

De salientar que, a função de regressão, no seu conjunto explica 30,4% da variância na Afetividade Negativa,  $R^2 = 0,304$ ,  $F(13,424) = 14,222$ ,  $p < 0,001$ . Assim, tal como acontece no estudo dos preditores da Satisfação com a Vida (SWLS), a variável Autoestima (bloco 2) é aquela que explica a maior parte da variância na Afetividade Negativa.

Analisando o valor preditivo de cada uma das variáveis (cf. Tabela 23), verifica-se que, no primeiro bloco apenas o sexo ( $\beta = 0,144$ ,  $p = 0,003$ ), se revela preditor da Afetividade Negativa.

No entanto, quando no segundo bloco é adicionada a variável Autoestima, o sexo ( $\beta = 0,050$ ,  $p = 0,262$ ) deixa de se revelar significativo. Por sua vez, a Autoestima ( $\beta = -0,408$ ,  $p < 0,001$ ) revela-se um fator preditor significativo, sendo que se encontra correlacionada negativamente com a Afetividade Negativa.

Quando, no terceiro bloco são adicionadas as variáveis relativas à personalidade, verifica-se que a Conscienciosidade ( $\beta = -0,121$ ,  $p = 0,009$ ), o Neuroticismo ( $\beta = 0,281$ ,  $p < 0,001$ ) e a Abertura à Experiência ( $\beta = 0,109$ ,  $p = 0,016$ ) também passam a assumir um poder explicativo. De realçar ainda que, apesar da expressividade do valor de beta da variável Autoestima ter diminuído, o seu valor preditivo continua a manter-se estatisticamente significativo, com a introdução das variáveis de personalidade. De notar ainda que as variáveis sociodemográficas continuam a não revelar-se preditores significativos.

No quarto bloco, quando são introduzidas as variáveis da espiritualidade, verifica-se que a variável Bem-estar Existencial ( $\beta = -0,253$ ,  $p < 0,001$ ) passa a assumir poder explicativo. Para além disso, a maioria das variáveis da personalidade, com exceção da Extroversão, passam a assumir um poder explicativo significativo. Assim, tendo em consideração os resultados apresentados no quarto bloco, as variáveis que apresentam um maior poder preditivo da variável Afetividade Negativa são: Bem-estar Existencial ( $\beta = -0,253$ ,  $p < 0,001$ ), Neuroticismo ( $\beta = 0,179$ ,  $p = 0,002$ ), Autoestima ( $\beta = -0,134$ ,  $p = 0,022$ ), Conscienciosidade ( $\beta = -0,106$ ,  $p = 0,022$ ), Abertura à Experiência ( $\beta = 0,100$ ,  $p = 0,029$ ) e Amabilidade ( $\beta = -0,093$ ,  $p = 0,050$ ).

Tabela 22. Sumário regressão hierárquica para a dimensão Afetividade Negativa.

Modelo	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Adj.	F	ΔR <sup>2</sup>	F change
1	0,021	0,017	4,702	0,021	4,702
2	0,179	0,173	31,447**	0,157	8,163**
3	0,273	0,260	20,158**	0,095	11,172**
4	0,304	0,282	14,222**	0,030	3,708

\*\* p&lt; 0,001

Tabela 23. Coeficientes de regressão para a dimensão Afetividade Negativa.

	Modelo	B	T	B	Sig.
1	Idade	-0,194	-0,670	-0,032	0,503
	Sexo	2,066	3,029	0,144	0,003
2	Idade	-0,102	-0,385	-0,017	0,701
	Sexo	0,722	1,124	0,050	0,262
	Autoestima	-0,617	-9,119	-0,408	0,000
3	Idade	-0,298	-1,163	-0,049	0,246
	Sexo	0,678	1,014	0,047	0,311
	Autoestima	-0,371	-4,808	-0,245	0,000
	Extroversão	0,005	0,071	0,003	0,943
	Amabilidade	-0,131	-1,793	-0,084	0,074
	Conscienciosidade	-0,167	-2,641	-0,121	0,009
	Neuroticismo	0,377	5,476	0,281	0,000
	Abertura à experiência	0,148	2,408	0,109	0,016
4	Idade	-0,296	-1,149	-0,049	0,251
	Sexo	1,252	1,851	0,087	0,065
	Autoestima	-0,203	-2,305	-0,134	0,022
	Extroversão	0,015	0,216	0,010	0,829
	Amabilidade	-0,144	-1,969	-0,093	0,050
	Conscienciosidade	-0,146	-2,303	-0,106	0,022
	Neuroticismo	0,241	3,189	0,179	0,002
	Abertura à experiência	0,136	2,189	0,100	0,029
	Orientação Cognitiva	0,020	0,203	0,015	0,839
	Experiencial/Fenomenológica	-0,083	-1,006	-0,063	0,315
	Bem-estar Existencial	-0,376	-3,930	-0,253	0,000
	Crenças Paranormais	-0,066	-0,996	-0,049	0,320
	Religiosidade	0,078	0,895	0,063	0,371

## V - Discussão

Segundo a literatura consultada, os seres humanos tendem, de um modo geral, a relatar níveis positivos de BES (Diener & Diener, 1996), que normalmente variam entre o ligeiramente satisfeito/feliz e o muito satisfeito/feliz (Diener & Lucas, 1999). Os resultados do presente estudo, vão de encontro ao acima referido, uma vez que se constatou que os adolescentes que compõem a amostra apresentam níveis positivos de BES, encontrando-se moderadamente satisfeitos/felizes. Efetivamente, os sujeitos apresentaram um valor médio na variável Satisfação com a Vida (3,6), Afetividade Positiva (3,3) e um valor abaixo da média na variável Afetividade Negativa (2,2). Tratam-se, de facto, de valores concondantes com dados publicados em estudos anteriores (Diener, Emmons, Larsen, & Grifflins, 1985; Funk, Huebner, & Valois, 2006; Huebner, Drane, & Valois, 2000; Huebner, Valois, Paxton, & Drane, 2005; Parque & Huebner, 2005; Pavot, Diener, Colvin, & Sandvik, 1991). De forma semelhante, no estudo de Matos, Simões, Carvalhosa, e Reis (2003), a nível nacional, os adolescentes apresentaram um valor médio, de 3,5, na variável Satisfação com a Vida.

No presente estudo, os níveis de BES foram idênticos nos adolescentes do sexo masculino e feminino, sendo que apenas se verificou uma diferença significativa ao nível da variável Afetividade Negativa, onde se constatou que as adolescentes apresentaram níveis mais elevados de Afetividade Negativa do que os adolescentes. Este dado é concordante com o estudo de Rask, Åstedt-Kurki e Laippala (2002), que demonstrou que o sexo feminino experiencia com mais frequência afeto negativo, mas que em termos de satisfação com a vida e afeto positivo, não se destacam diferenças entre os sexos.

Enquanto alguns estudos comprovam que não se destacam grandes diferenças ao nível do BES entre adolescentes do sexo feminino e masculino, outros defendem que os rapazes reportam níveis mais elevados de BES do que as raparigas (Arita, 2005; Bisegger, *et al.*, 2005; Cole, Peeke, Dolezal, Murray, & Canzoniero, 1999; Goede, Sprulit, & Maas, 1999).

No entanto, tudo parece indicar que estes últimos estudos partem de uma conceção que utiliza o BES como sendo um conceito unidimensional e nesse sentido não esclarecem a natureza dessas diferenças. No entanto, vários estudos comprovam a multidimensionalidade do conceito (Simões, *et al.*, 2000) e quando as investigações partem desse pressuposto, tendem a verificar que as diferenças entre os sexos encontram-se essencialmente ao nível da dimensão afetiva do BES, com a tendência para as raparigas experienciarem de forma mais frequente sentimentos e emoções negativas (e.g. raiva, tristeza, ansiedade, depressão). Efetivamente, e apesar de haver uma escassez de estudos a explorar os níveis de BES em adolescentes, alguns estudos relatam uma maior prevalência de sintomas depressivos em

raparigas em relação aos rapazes, durante a adolescência (Baron & Campbell, 1993; Cyranowski, Frank, Young, & Shear, 2000).

Para além disto, outras diferenças entre os sexos foram encontradas, nas variáveis do presente estudo. Assim, os resultados relativamente à Autoestima indicam que as raparigas manifestam níveis mais baixos de autoestima, comparativamente aos rapazes. Trata-se de um resultado concordante com os obtidos em estudos anteriores (Chubb & Fertman, 1997; Quatman & Watson, 2001; Rask, Åstedt-Kurki, & Laippala, 2002).

Importa também mencionar que, as adolescentes obtiveram uma pontuação mais elevada do que os adolescentes nas dimensões de personalidade Amabilidade, Neuroticismo, Conscienciosidade e Abertura à Experiência. Estes dados estão, parcialmente, de acordo com a literatura.

Num estudo desenvolvido por Feingold (1994), as mulheres obtiveram uma pontuação mais elevada do que os homens em escalas relacionadas com os traços de personalidade de Neuroticismo, Amabilidade e Conscienciosidade.

Já no estudo desenvolvido por Asthana (2011), com uma amostra de adolescentes, rapazes e raparigas apenas diferiram na dimensão Extroversão, com os rapazes a pontuarem mais alto nesta dimensão. No presente estudo, isso não aconteceu e poderá estar relacionado com aspetos de natureza cultural ou da especificidade da amostra.

No que diz respeito ao poder preditivo das variáveis em estudo no BES, verificou-se que a variável Autoestima é aquela que representa uma maior influência sobre o BES, constituindo o preditor mais significativo da Satisfação com a Vida (22,9% da variância), e exercendo ainda uma influência importante na dimensão afetiva do BES, ocupando a segunda posição no conjunto das variáveis com maior poder explicativo, no caso da Afetividade Positiva (10,1% da variância) e a terceira posição, no caso da Afetividade Negativa (15,7% da variância). De facto, esta variável é reconhecida pela literatura, como sendo um forte preditor do BES, e mais especificamente da Satisfação com a Vida. Tal como na presente investigação, também em outros estudos, que utilizaram amostras de adolescentes, a autoestima revelou ser o preditor mais forte da Satisfação com a Vida (Huebner, 1991a; McCullough, Huebner, & Laughlin, 2000).

No que diz respeito à influência das variáveis sociodemográficas (idade e sexo) no BES, ela não se revelou significativa, para nenhuma das dimensões do BES. Este era um resultado já esperado, atendendo aos dados da literatura (Diener & Suh, 1997; Simões, *et al.*, 2000). Também no estudo de Butkovic, Brkovic e Bratko (2011), as variáveis sociodemográficas em nada contribuíram para explicar a variância do BES dos adolescentes da amostra.

No entanto, a ideia de que os adolescentes mais novos apresentam níveis superiores de BES, comparativamente aos adolescentes mais velhos tem sido referida por diversos autores (Bisegger, *et al.*, 2005; Bizarro, 1999; Ravens-Sieberger, *et al.*, 2001). Apesar disto, os resultados encontrados não apoiam esta ideia, verificando-se apenas que os adolescentes do 11º ano apresentaram níveis superiores de Afetividade Negativa, comparativamente

aos sujeitos do 10º ano. No entanto, este é um dado que se considera pouco relevante, uma vez que esta diferença apenas se verifica em uma das dimensões do BES, e apenas entre dois anos de escolaridade.

Por sua vez, a conclusão encontrada em diversos estudos, que revelam que as variáveis de personalidade são preditoras significativas do BES (DeNeve & Cooper, 1998; Diener & Lucas, 1999; Simões *et al.*, 2000) é aqui confirmada, com uma amostra de adolescentes. No entanto, os resultados desta pesquisa demonstraram claramente que os traços de personalidade apresentam um poder preditivo distinto para explicar a dimensão cognitiva e a dimensão afetiva do BES, verificando-se que apresentam um poder explicativo maior em relação à dimensão afetiva do BES (10,9% da variância para a Afetividade Positiva e 9,5% da variância para a Afetividade Negativa), ao passo que o seu poder explicativo face à dimensão cognitiva é mais fraco (3,6% da variância). Diferenças na estrutura e força de associação com os traços de personalidade, também já encontradas em outros estudos (Jovanovic, 2011), sugerem mais uma vez, que a dimensão cognitiva e dimensão afetiva representam dois aspetos distintos do BES.

Os traços de personalidade Extroversão e Neuroticismo têm sido amplamente investigados. Costa e McCrae (1980) demonstraram que estes dois traços de personalidade podem ser responsáveis por uma quantidade significativa de variação do BES. Vários autores têm-se concentrado nas correlações entre Neuroticismo, Extroversão e BES (Chico-Librán, 2006; Watson & Clark, 1992), encontrando uma relação negativa forte entre Neuroticismo e Afetividade Negativa, e uma relação positiva forte entre Extroversão e Afetividade Positiva.

Os resultados encontrados no presente estudo confirmam parcialmente estes dados. Efetivamente, a Extroversão revelou ser o preditor mais forte da Afetividade Positiva, apresentando uma correlação positiva e média com esta variável. Já no que diz respeito ao fator Neuroticismo, apesar de se encontrar correlacionado com a Afetividade Negativa de forma positiva e média, não é considerado o preditor mais forte desta variável, ocupando a segunda posição, no conjunto dos preditores significativos. Para além disso, verificou-se que outros fatores da personalidade revelaram ser preditores importantes da dimensão afetiva do BES; mais concretamente, também a Conscienciosidade e a Abertura à Experiência explicam parte da variância da Afetividade Positiva, como também explicam, juntamente com a Amabilidade parte da variância da Afetividade Negativa.

Apesar da indiscutível importância que os fatores de personalidade representam na variação do BES, eles apenas explicam 3,6% da variância da Satisfação com a Vida, 10,6% da variância da Afetividade Positiva e 9,5% da variância da Afetividade Negativa, deixando assim grande parte da variância por explicar. Assim, tal como evidenciado por outros estudos (Asthana, 2011), tudo parece indicar que, certos fatores de personalidade estão associados ao BES dos adolescentes, mas que a personalidade não é o único indicador do BES.

Assim, no presente estudo, para além da autoestima, que revelou ser o fator preditor mais significativo do BES, também a espiritualidade, aqui representada em cinco dimensões (Orientação Cognitiva, Experiencial/Fenomenológica, Bem-estar Existencial, Crenças Parnormais e Religiosidade), revelou ser uma preditora significativa do BES, tal como se previa.

A espiritualidade revelou ser uma preditora significativa da variável Satisfação com a Vida, explicando 3,4% da variância da variável, sendo a dimensão Orientação Cognitiva ( $\beta = 0,210$ ;  $p=0,004$ ), o segundo preditor mais importante da variável e a dimensão Bem-estar Existencial ( $\beta = 0,175$ ;  $p=0,006$ ), o terceiro preditor mais significativo. Já no que diz respeito à dimensão afetiva do BES, apesar da espiritualidade não se revelar um fator preditor significativo da Afetividade Positiva, demonstrou ser relevante para explicar 3% da variância da Afetividade Negativa, sendo a dimensão Bem-estar Existencial ( $\beta = -0,253$ ;  $p<0,001$ ), o preditor mais significativo desta variável, correlacionando-se com esta de modo negativo.

Apesar da relação entre a espiritualidade e os aspetos do BES ter sido negligenciada pela literatura, os escassos estudos existentes apontam para a presença de uma relação entre a espiritualidade e o BES.

Neste contexto pode-se mencionar o estudo de Ellison (1991) que analisou as dimensões afetiva e cognitiva do BES e verificou que as variáveis religiosas analisadas contribuíram para explicar 5 a 7% da variância da Satisfação com a Vida e somente 2 a 3% da variância da dimensão afetiva, sugerindo que os benefícios da religião/espiritualidade são principalmente cognitivos, possibilitando uma estrutura interpretativa sob a qual os indivíduos atribuem um sentido/significado às suas ações. Neste ponto, o conjunto de crenças religiosas providenciam sentimentos de coerência existencial, não só para experiências pessoais quotidianas, como também, para situações de vida problemáticas/traumáticas.

Os resultados deste estudo também apontam nessa direção, dado que as dimensões da espiritualidade revelam-se preditoras mais significativas da dimensão cognitiva do BES do que da dimensão afetiva.

No entanto, mais estudos são necessários para esclarecer a natureza e a força desta relação, especialmente em amostras de adolescentes.

Por outro lado, as conclusões deste estudo sugerem que, ao nível da intervenção, se deverão desenvolver programas que apostem no desenvolvimento da autoestima e da espiritualidade, dado serem elementos que parecem influenciar o BES dos adolescentes. No entanto, importa referir, que apesar da maioria das variáveis em estudo se terem revelado preditoras significativas do BES, ficou por explicar parte da variância do BES. Assim, em estudos futuros será fundamental analisar outras variáveis que poderão ter uma influência no BES dos adolescentes.

Quanto aos limites do presente estudo, é importante mencionar que se trata de uma investigação de natureza transversal e nesse sentido não fornece verdadeiras relações de desenvolvimento, que só um estudo longitudinal poderia oferecer. Para além disso, a amostra utilizada é proveniente de uma escola do norte do país e nesse sentido, não é representativa da população



adolescente. De destacar ainda que, a escola de onde a amostra foi retirada é caracterizada por basear-se nos valores cristãos e pretende desenvolver os alunos nas suas diversas dimensões, nomeadamente espiritual e religiosa, através de atividades de carácter religioso. Assim, é necessário cautela na generalização dos resultados.

## VI - Conclusões

O estudo do bem-estar subjetivo representa uma das orientações mais dinâmicas da corrente denominada de Psicologia Positiva – uma tendência da psicologia atual, mais preocupada em compreender o que constitui a vida feliz dos indivíduos do que com corrigir patologias que os afetem. Conhece-se hoje, com razoável segurança, um conjunto de fatores, consistentemente associados ao BES. O presente estudo procurou averiguar se alguns desses fatores se encontravam relacionados com as dimensões específicas do constructo em análise, numa amostra de adolescentes, dado serem escassos os estudos com esta população. De um modo particular, pretendeu-se confirmar que a espiritualidade é um fator que contribui para o BES na adolescência, sendo este também um aspeto negligenciado pela literatura.

Os resultados do presente estudo indicam que, para o bem-estar dos adolescentes, contribuí, em primeiro lugar a personalidade. Este trabalho destaca sobretudo o papel da autoestima: parece que os adolescentes que têm um conceito elevado deles próprios e se avaliam em consequência, conseguem também um nível mais elevado de BES. Para além disto, e ainda que de forma menos significativa do que a autoestima, os fatores de personalidade (Extroversão, Amabilidade, Neuroticismo, Conscienciosidade e Abertura à Experiência) também explicam parte significativa do BES, nos adolescentes.

No entanto, tal como se previa, a espiritualidade também revelou ser um importante fator preditor do BES, nesta faixa etária. Assim, adolescentes que apresentam maiores níveis de espiritualidade, vivenciando um conjunto de experiências espirituais, religiosas e com a crença de que a espiritualidade é importante para o funcionamento pessoal, apresentam maiores níveis de BES.

Apesar das conclusões do presente estudo e face às suas limitações, já referidas, considera-se pertinente realizar futuramente estudos semelhantes, com amostras de adolescentes. Mais ainda, seria interessante o desenvolvimento de estudos que se debruçassem sobre outras variáveis que possam ajudar a explicar a parte da variância do BES em adolescentes que fica por explicar quando se têm em conta as variáveis sociodemográficas, de personalidade/autoestima e espiritualidade.

De qualquer modo, considera-se que este estudo foi pertinente, na medida em que auxiliou numa melhor e maior compreensão em torno do bem-estar subjetivo na adolescência, bem como dos fatores associados. Estes resultados fornecem dados relevantes para o desenvolvimento de estratégias de intervenção que pretendam promover o bem-estar subjetivo na adolescência.

O bem-estar subjetivo na adolescência: Contributo das variáveis sociodemográficas, personalidade e espiritualidade

Maria João Sá Azevedo (e-mail: mj\_16fcp@hotmail.com) 2013

## Bibliografia

- Arita, B. (2005). Satisfação por la vida y teoría homeostática del bienestar. *Psicología y Salud*, 15 (1), 121-126.
- Arrindel, W., Heesink, J., & Feij, J. (1999). The Satisfaction With Life Scale (SWLS): Appraisal with 1700 healthy young adults in the Netherlands. *Personality and Individual Differences*, 26, 815-826.
- Ash, C., & Huebner, E. S. (1998). Life satisfaction reports of gifted middle-school students. *School Psychology Quarterly*, 13, 310-321.
- Ash, C., & Huebner, E.S. (2001). Environmental events and life satisfaction reports of adolescents: A test of cognitive mediation. *School Psychology International*, 22 (3), 320-336.
- Asthana, H.S. (2011). Relationship of big five personality factors to subjective well-being of adolescents. *Indian Journal of Social Science Researches*, 8 (1-2), 18-28.
- Azevedo, A.S., & Faria, L.A. (2004). Auto-estima no ensino secundário: Validação da Rosenberg Self-Esteem Scale. In *X Conferência Internacional Avaliação Psicológica: formas e contextos* (pp. 415-421). Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Baker, J. A. (1998). The social context of school satisfaction among urban, low-income, African-american students. *School Psychology Quarterly*, 13, 25-44.
- Ball, J., Armstead, L., & Austin, B.J. (2003). The relationship between religiosity and adjustment among African-American, female, urban adolescents. *Journal of Adolescence*, 26, 431-446.
- Baron, P., & Campbell, T. L. (1993). Gender differences in the expression of depressive symptoms in middle adolescents: An extension of earlier findings. *Adolescence*, 28, 903-911.
- Benda, B. B., Pope, S. K., & Kelleher, K. J. (2006). Church attendance or religiousness: Their relationship to adolescents' use of alcohol, other drugs and delinquency. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 24, 75- 87. doi:[10.1300/J020v24n01\\_05](https://doi.org/10.1300/J020v24n01_05)
- Benet-Martínez, V., & Jonh, O.P. (1998). Los Cinco Grandes across cultures and ethnic groups: multitrait multimethod analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (3), 729-750.
- Benson, P. L., & Roehlkepartain, E. C. (2008). Spiritual development: a missing priority in youth development. *New Directions for Youth Development*, 118, 13-28.

- Benson, P. L., Roehlkepartain, E. C., & Rude, S. P. (2003). Spiritual development in childhood and adolescence: toward a field of inquiry. *Applied Developmental Science*, 7 (3), 205-213.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 32 (2), 67-79.
- Bernardo, R.P.S. (2003). *Influência de um programa de desporto e aventura na autoestima corporal e auto-estima global de adolescentes em meio escolar*. Dissertação de Mestrado não publicada. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa.
- Bibby, R. W. (2006). *The Boomer Factor: What Canada's Most Famous Generation is Leaving Behind*. Bastian Books, Toronto, Canada.
- Bisegger, C., Cloetta, B., Von Rüden, U., Abel, T., Ravens-Sieberer, U. & The European KIDSCREEN Group (2005). Health-related quality of life: gender differences in childhood and adolescence. *Sozial - Und Präventivmedizin*, 50, (5), 281-291.
- Bizarro, L. (1999). *O bem-estar psicológico durante a adolescência*. Tese de doutoramento inédita, Universidade de Lisboa, Departamento de Psicologia Clínica da Faculdade de Psicologia.
- Bizarro, L., & Silva, A.L. (2000). *Estudo do bem-estar psicológico durante a adolescência*. Comunicação apresentada no I Congresso Hispano-Português de Psicologia, Espanha.
- Bryant, A. N., & Astin, H. S. (2008). The correlates of spiritual struggle during the college years. *Journal of Higher Education*, 79 (1), 1-27.
- Burris, J. L., Brechting, E. H., Salsman, & Carlson, C. R. (2009). Factors associated with the psychological well-being and distress of university students. *Journal of American College Health*, 57(5), 536-544.
- Büssing, A., Föller-Mancini, A., Gidley, J., & Heusser, P. (2010). Aspects of spirituality in adolescents. *International Journal of Children's Spirituality*, 15 (1), 25-44.
- Butkovic, A., Brkovic, I., & Bratko, D. (2011). Predicting well-being from personality in adolescents and older adults. *Journal of Happiness Studies*, 13, 455-467.
- Campbell, A. (1976). Subjective measures of well-being. *American Psychologist*, 31, 117-124.
- Carlsen, M. (1988). *Meaning-making: therapeutic processes in adult development*. New York: Norton.
- Chatters, L.M. (2000). Religion and health: Public health research and practice. *Annual Review of Public Health*, 21, 335-367.

- Cheng, H., & Furnham, A. (2002). Personality, peer relations, and self-confidence as predictors of happiness and loneliness. *Journal of Adolescence*, 25, 327-339.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2003). Attributional style and self-esteem as predictors of psychological well-being. *Counselling Psychology Quarterly*, 16 (2), 121-130.
- Chico-Libran, E. (2006). Personality dimensions and subjective well-being. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 38-44.
- Chubb, N.H., & Fertman, C.I. (1997). Adolescent self-esteem and locus of control: a longitudinal study of gender and age differences. *Adolescence*, 32, 113-130.
- Claes, M. (1990). *Os problemas da adolescência*. Lisboa: Editorial Verbo.
- Colby, A., & Kohlberg, L. (1987). *The measurement of moral judgment*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cole, D. A., Peeke, L., Dolezal, S., Murray, N., & Canzoniero, A. (1999). A longitudinal study of negative affect and self-perceived competence in young adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(4), 851-862.
- Coleman, J.C. (1980). Friendship and the peer group in adolescence. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology*. New York: Wiley.
- Cordeiro, M. (2009). *O grande livro do adolescente. Dos 10 aos 18 anos* (1.<sup>a</sup> ed.). Lisboa: A Esfera dos Livros.
- Costa, P.T., & McCrae, R.R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO five-factor inventory professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Cotton, S., Larkin, E., Hoopes, A., Cromer, B. A., & Rosenthal, S. L. (2005). The impact of adolescent spirituality on depressive symptoms and health risk behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 36, 529.
- Cummins, R. A., Gullone, E., & Lau, A. L. D. (2002). A model of subjective well-being homeostasis: The role of personality. In E. Gullone & R. A. Cummins (Eds.), *The Universality of Subjective Well-Being Indicators* (pp.7-46). The Netherlands: Kluwer Academic Publishers.
- Cyranowski, J.M., Frank, E., Young, E., & Shear, K. (2000). Adolescent onset of the gender difference in lifetime rates of major depression. *Archives of General Psychiatry*, 57, 2127.

- Davis, T. L., Kerr, B. A., & Kurpius, S. E. R. (2003). Meaning, purpose, and religiosity in at-risk youth: The relationship between anxiety and spirituality. *Journal of Psychology and Theology*, 31, 356-365.
- Deci, E., & Ryan, R. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9 (1), 1-11.
- Demo, D. H., & Acock, A. C. (1996). Family structure, family process, and adolescent well-being. *Journal of Research on Adolescence*, 6 (4), 457-488.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- Desrosiers, A., & Miller, L. (2007). Relational spirituality and depression in adolescent girls. *Journal of Clinical Psychology*, 63(10), 1021-1037. doi:[10.1002/jclp.20409](https://doi.org/10.1002/jclp.20409).
- DeVellis, R.F. (1991). *Scale development: Theory and applications*. London: Sage Publications.
- Dew, R. E., Daniel, S. S., Goldston, D. B., & Koenig, H. G. (2008). Religion, spirituality, and depression in adolescent psychiatric outpatients. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 196(3), 247-251. doi:[10.1097/NMD.0b013e3181663002](https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e3181663002).
- Dew, T., & Huebner, E.S. (1994). Adolescents perceived quality of life: An exploratory investigation. *Journal of School Psychology*, 32, 185-199.
- Dias, M.G.F.F. (1996). *Tarefas desenvolvimentais e bem-estar psicológico dos jovens*. Tese de Doutorado não publicada. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto.
- Diener, E.D. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E.D. (1996). Traits can be powerful, but are not enough: Lessons from subjective well-being. *Journal of Research in Personality*, 30, 389-399.
- Diener, E.D. & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7 (3), 181-185.
- Diener, E.D., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (4), 653-663.
- Diener, E.D., & Emmons, R. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1105-1117.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Grifflins, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

- Diener, E.D., & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective wellbeing: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 926-935.
- Diener, E.D., & Lucas, R. R. (1999). Personality and subjective well-being. In E. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation.
- Diener, E.D., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Diener, E.D., Sapyta, J., & Suh, E.M. (1998). Subjective well-being is essential to well-being. *Psychological Inquiry*, 9 (1), 33-37.
- Diener, E., & Suh, E. (1997). Subjective well-being and age: An international analysis. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 17, 304-324.
- Eid, M., & Diener, E. (2004). Global judgments of subjective well-being: Situational variability and log-term stability. *Social indicators Research*, 65, 245-277.
- Ellison, C.G. (1991). Religious involvement and subjective well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 32, 80-99.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: youth and crisis*. New Work: WW Norton & Company.
- Eryilmaz, A. (2012). *A model for subjective well-being in adolescence: need satisfaction and reasons for living*. Eskişehir Osmangazi University, Eskişehir, Turkey.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1964). *Manual of the Eysenck personality inventory*. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Service.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1975). *Manual for the Eysenck personality questionnaire (junior and adult)*. London: Hodder & Stoughton.
- Feingold, A. (1994). Gender differences in personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 116, 429-456.
- Feldman, S., & Gehring, T. (1988). Changing perceptions of family cohesion and power across adolescence. In R. Muuss (Ed.), *Adolescent Behavior and Society* (1990). New York: McGraw-Hill.
- Fernandes, H. M. G. (2007). *O bem-estar psicológico em adolescentes, uma abordagem centrada no florescimento humano*. Dissertação de Doutorado. Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Ferris, A.L. (2002). Religion and the quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 3, 199-215.

- Fleming, M. (1993). *Adolescência e autonomia. O desenvolvimento psicológico e a relação com os pais*. Porto: Edições Afrontamento.
- Fogle, L. M., Huebner, E. S., & Laughlin, J. E. (2002). The relationship between temperament and life satisfaction in early adolescence. Cognitive and behavioral mediation models. *Journal of Happiness Studies*, 3, 373-392.
- Fowler, J.W. (1981). *Stages of Faith*, Harper and Row, New York, NY, USA.
- Funk, B. A., Huebner, E. S., & Valois, R. F. (2006). Reliability and validity of a brief life satisfaction scale with a high school sample, *Journal of Happiness Studies*, 7 (1), 41-54.
- Furr, R.M., & Funder, D. (1998). A multimodal analysis of personal negativity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1580-1591.
- Galinha, I.C. (2008). *Bem-estar subjetivo – Factores cognitivos, afectivos e contextuais*. Coimbra: Quarteto.
- Galinha, I.C., & Ribeiro, J.L. (2005). História e evolução do conceito de bem-estar subjetivo. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 6 (2), 203-214.
- Gallup, G., & Bezilla, R. (1992). *The religious life of young americans: a compendium of surveys on the spiritual beliefs and practices of teenagers and young adults*. G. H. Gallup International Institute, Princeton, NJ, USA.
- George, L. K., Ellison, C. G., & Larson, D. B. (2002). Explaining the relationships between religious involvement and health. *Psychological Inquiry*, 13, 190-200.
- Gilman, R., & E. S., Huebner (2003). A review of life satisfaction research with children and adolescents. *School Psychology Quarterly*, 18, 192-205.
- Goede, M., Sprulit, E., & Maas, C. (1999). Individual and family factors and adolescent well-being: A multi-level analysis. *Social Behavior and Personality*, 27(3), 263-280.
- Good, M., & Willoughby, T. (2006). The role of spirituality versus religiosity in adolescent psychosocial adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 41-55. doi:[10.1007/s10964-005-9018-1](https://doi.org/10.1007/s10964-005-9018-1).
- Greene, A.L. (1990). Patterns of affectivity in the transition to adolescence. *Journal of Experimental Child Psychology*, 50, 340–356.
- Greene, K.V., & Yoon, B.J. (2004). Religiosity, economics and life satisfaction. *Review of Social Economy*, 62, 245-261.
- Grotevant, H. D., & Cooper, C. (1985). Patterns of interaction in family relationships and the development of identity exploration in adolescence. *Child Development*, 56, 415-428.

- Hagborg, W. J. (1993). The Rosenberg Self-Esteem Scale and Harter's Self-Perception Profile for adolescents: A concurrent validity study. *Psychology in Schools*, 30, 132-136.
- Harrison, M. O., Edwards, C. L., Koenig, H. G., Bosworth, H. B., Decastro, L., & Wood, M. (2005). Religiosity/spirituality and pain in patients with sickle cell disease. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 4, 250-257.
- Hill, P.C., & Pargament, K.I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, 58, 64-74.
- Hill, P. C., Pargamnet, K. I., Hood, R. W., Jr., Mccullough, M.E., Swyers, J.P, Larson, D.B., *et al.* (2000). Conceptualizing religion and spirituality: points of commonality, points of departure. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 30, (1), 51-77.
- Hodge, D. R., Cardenas, P., & Montoya, H. (2001). Substance use: Spirituality and religious participation as protective factors among rural youths. *Social Work Research*, 25, 153-161.
- Huebner, E. S. (1991a). Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly*, 6, 103-111.
- Huebner, E. S. (1991b). Further validation of the Students' Life Satisfaction Scale: the independence of satisfaction and affect ratings. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 9, 363-368.
- Huebner, E.S. (1991c). Initial development of the Students' Life Satisfaction Scale. *School Psychology International*, 12, 231-240.
- Huebner, E.S. (1994). Preliminary development and validation of a multidimensional life satisfaction scale for children. *Psychological Assessment*, 6 (2), 149-158.
- Huebner, E.S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social Indicators Research*, 66, 3-33.
- Huebner, E. S., & Alderman, G. L. (1993). Convergent and discriminant validation of a children's life satisfaction scale: Its relationship to self and teacher-reported Psychological problems and school functioning. *Social Indicators Research*, 30, 71-82.
- Huebner, E.S., & Dew, T. (1996). The interrelationships of positive affect, negative affect and life satisfaction in an adolescent sample. *Social Indicators Research*, 38, 129-137.
- Huebner, E.S., Drane, J.W., & Valois, R.F. (2000). Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *School Psychology International*, 21 (3), 281-192.
- Huebner, E. S., & Gilman, R. (2003). Toward a focus on positive psychology in school psychology. *School Psychology Quarterly*, 18, 99-102.



- Huebner, E. S., Gilman, R., & Laughlin, J. E. (1999). A multimethod investigation of the multidimensionality of children's well-being reports: discriminant validity of life satisfaction and self-esteem. *Social Indicators Research*, 46, 1-22.
- Huebner, E.S., Suldo, S.M., Smith, L.C., & McKnight, C.G. (2004). Life satisfaction in children and youth: Empirical foundations and implications for school psychologists. *Psychology in the Schools*, 41 (1), 81-93.
- Huebner, E. S., Valois, R. F., Paxton, R. J., & Drane, J. W. (2005). Middle school student's perceptions of quality of life, *Journal of Happiness Studies*, 6 (1), 15-24.
- Hughes, B. (1993). Gerontological approaches to quality of life. In Johnson e R. Slater (Eds.). *Aging and later life*. London, Sage Publications.
- 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* (pp. 102-138). New York: Guilford Press.
- Joronen, K. (2005). *Adolescents' subjective well-being in their social contexts*. Tese de Doutoramento, Finland: Tampere School of Public Health.
- Joronen, K., & Åstedt-Kurki, P. (2005). Familial contribution to adolescent subjective well-being. *International Journal of Nursing Practice*, 11, 125-133.
- Jovanovic, V. (2011). Personality and subjective well-being: One neglected model of personality and two forgotten aspects of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 50, 631-635.
- Kelley, B. S., & Miller, L. (2007). Life satisfaction and spirituality in adolescents. *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 18, 233-261.
- Kim-Prieto, C., Diener, E., Tamir, M., Scollon, C., & Diener, M. (2005). Integrating the diverse definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 6, 261-300.
- King, P. E., & Boyatzis, C. J. (2004). Exploring adolescent spiritual and religious development: current and future theoretical and empirical perspectives. *Applied Developmental Science*, 8, (1), 2-6.
- Kohlberg, L. (1976). Moral stages and moralization: the cognitive developmental approach. In T. Lickona (Ed.), *Moral development and behavior*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Konu, A. I., Lintonen, T. P., & Rimpellä, M. K. (2002). Factors associated with school children's general subjective well-being. *Health Education Research*, 17 (2), 155-65.

- Larsen, R. J., & Eid, M. (2008). Ed Diener and the science of subjective well-being. In M. Eid & R. J. Larsen (Eds.), *The science of subjective well-being* (pp. 1-13). New York: The Guilford Press.
- Lewinsohn, P., Redner, J., & Seeley, J. (1991). The relationship between life satisfaction and psychosocial variables: New perspectives. In F. Strack, M. Argyle & N. Schwartz (eds.), *Subjective Well-being* (pp. 193-212). Plenum Press, New York.
- Lourenço, O. (1992). *Psicologia do desenvolvimento moral. Teoria, dados e implicações*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Lucas, R. E., & Diener, E. (2008). Personality and subjective well-being. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (3rd ed., pp. 795-815). NY: The Guilford Press.
- Lucas, R.E., Diener, E., & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71 (3), 616-628.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-131.
- MacDonald, D.A. (2000). Spirituality: description, measurement and relation to the five factor model of personality. *Journal of Personality*, 68(1), 153-197.
- Marlin, M. (2009). Spirituality and subjective well-being among southern adventist university students. *Journal of Interdisciplinary Undergraduate Research*, 1, (3).
- Maselko, J., & Kubansky, L.D. (2006). Gender differences in religious practices, spiritual experience and health: Results from the US General Social Survey. *Social Science and Medicine*, 62, 2848-2860.
- Matos, M., Simões, C., Carvalhosa, S., & Reis, C. (2003). A saúde dos adolescentes portugueses. *Aventura Social e Saúde*. Estudo Nacional da Rede Europeia HBSC/OMS. FMH/Programa de Educação Para Todos.
- McCrae, R. R., & John, O. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60, 174-214.
- McCullough, G., Huebner, E. S., & Laughlin, J. E. (2000). Life events, self-concept, and adolescents' positive subjective well-being. *Psychology in the Schools*, 37, 281-290.
- McKnight, C. G., Huebner, E. S., & Suldo, S. M. (2002). Relationships among stressful life events, temperament, problem behavior, and global life satisfaction in adolescents. *Psychology in the Schools*, 39, 677-87.

- Miller, L., & Gur, M. (2002a). Religiosity, depression and physical maturation in adolescent girls. *Journal of the American Academy of Adolescent Psychiatry*, 41, 206-214. doi:[10.1097/00004583-200202000-00015](https://doi.org/10.1097/00004583-200202000-00015).
- Miller, L., & Gur, M. (2002b). Religiousness and sexual responsibility in adolescent girls. *Journal of Adolescent Health*, 31, 401-406. doi:[10.1016/S1054-139X\(02\)00403-2](https://doi.org/10.1016/S1054-139X(02)00403-2).
- Myers, J. E., Sweeney, T. J., & Witmer, J. M. (2000). The wheel of wellness counseling for wellness: a holistic model for treatment planning. *Journal of Counseling and Development*, 78, (3), 251-265.
- Neto, F. (1993). The satisfaction with life scale: Psychometrics properties in an adolescent sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 22 (2), 125-134.
- Neto, F., Barros, J., & Barros, A. (1990). Satisfação com a vida. In L. Almeida, R., Santiago, P., Silva, O., Caetano, J., Marques (Edts.). *A acção educativa: Análise psicossocial*, (pp.105-117). Leiria: ESEL/APPORT.
- Nilzon, K.R., & Palmerus, K. (1997). The influence of familial factors on anxiety and depression in childhood and early adolescence. *Adolescence*, 32, 935-943.
- Noller, P., & Callan, V. (1990). Adolescent's perceptions of the nature of their communication with parents. *Journal of Youth and Adolescence*, 19, 349-362.
- Nonnemaker, J. M., McNeely, C. A., & Blum, R. W. (2003). Public and private domains of religiosity and adolescent health risk behaviors: Evidence from the National longitudinal study of adolescent health. *Social Science & Medicine*, 57, 2049-2054. doi:[10.1016/S0277-9536\(03\)00096-0](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(03)00096-0).
- Novo, R. (2003). *Para além de eudaimonia*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Nurmi, J.E. (2001). *Navigating through adolescence: European perspectives*. New York: Routledge Falmer.
- Orth, U., Trzesniewski, K. H., & Robins, R. W. (2010). Self-esteem development from young adulthood to old age: A cohort-sequential longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, 645-658.
- Park, N., & Huebner, E. S. (2005). A cross-cultural study of the levels and correlates of life satisfaction among adolescents. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36, 444-456.
- Paterson, J., Field, J., & Pryor, J. (1994). Adolescent's perceptions of their attachment relationships with their mothers, fathers, and friends. *Journal of Youth and Adolescence*, 23, 579-598.

- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C., & Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57, 149-161.
- Piaget, J. (1972). Intellectual evolution from adolescence to adulthood. *Human Development*, 15, 1-12.
- Quatman, T., & Watson, C.M. (2001). Gender differences in adolescent self-esteem: an exploration of domains. *Journal of Genetic Psychology*, 162, 93-117.
- Raphael, D.E., Rukholm, I., Brown, P., Hill-Bailey, & Donato, E. (1996). The Quality of Life Profile-Adolescent Version: Background, description, and initial validation. *Journal of Adolescent Health*, 19, 366-375.
- Rask, K., Åstedt-Kurki, P., & Laippala, L. (2002). Adolescent subjective well-being and realized values. *Journal of Advanced Nursing* 38(3), 254-263.
- Rask, K., Åstedt-Kurki, P., Paavilainen, E., & Laippala, P. (2003). Adolescent subjective well-being and family dynamics. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 17, 129-138.
- Ravens-Sieberer, U., Gosch, A., Abel, T., Auquier, P., Bellach, B.M., Bruil, J., et al. (2001). Quality of life in children and adolescents: a European public health perspective. *Sozial - Und Präventivmedizin*, 46, 294-302.
- Regnerus, M.D., Smith, C., & Smith, B. (2004). Social context in the development of adolescent religiosity. *Applied Developmental Science*, 8, (1), 27-38.
- Rew, L., & Wong, Y.J. (2006). A systematic review of associations among religiosity/spirituality and adolescent health attitudes and behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 38, 433-442.
- Ritt-Olson, A., Milam, J., Unger, J. B., Trinidad, D., Teran, L., Dent, C. W., et al. (2004). The protective influence of spirituality and "Health-as-a-Value" against monthly substance use among adolescents varying in risk. *Journal of Adolescent Health*, 34, 192-199. doi:10.1016/j.jadohealth.2003.07.009.
- Rodríguez, A. (2009). Bienestar psicológico y autoconcepto físico. In Alfredo Goñi Granmontagne (Org). *El Autoconcepto Físico: Psicología Y Educación*. (pp.193- 205). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Roothman, B., Kisten, D., & Wissing, M. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 33(4), 212-218.

- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rubin, D., Dodd, M., Desai, N., Pollock, B., & Graham-Pole, J. (2009). Spirituality in well and ill adolescents and their parents: The use of two assessment scales. *Pediatric Nursing*, 35(1), 37-42.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C.D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9 (1), 1-28.
- Sampaio, D. (1994). *Inventem-se novos pais*. Lisboa: Editorial Caminho.
- Sampaio, D. (1996). *Ninguém morre sozinho. O adolescente e o suicídio* (6.<sup>a</sup> ed.). Caminho. Coleção Universitária.
- Santos, P.J., & Maia, J. (2003). Análise factorial confirmatória e validação preliminar de uma versão portuguesa da escala de auto-estima de Rosenberg. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 2, 253-268.
- Sawatzky, R., Gadermann, A., & Pesut, B. (2009). An investigation of the relationships between spirituality, health status and quality of life in adolescents. *Applied Research in Quality of Life*, 4, (1), 5-22.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V., & Ahadi, S. (2002). Culture, personality and subjective well-being: Integrating process models of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 582-593.
- Schwartz, P.D., Maynard, A.M., & Uzelac S.M. (2008). Adolescent egocentrism: A contemporary view. *Adolescence*, 43 (171), 441-447.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Seybold, K.S. (2007). Physiological mechanisms involved in religiosity/spirituality and health. *Journal of Behavioral Medicine*, 30, 303-309.
- Shek, D. T. L. (1998). A longitudinal study of the relationship between family functioning and adolescent psychological well-being. *Journal of Youth Studies*, 1 (2), 195-209.
- Shek, D. T. L. (2005a). Paternal and maternal influences on the psychological well-being, substance abuse, and delinquency of Chinese adolescents experiencing economic disadvantage. *Journal of Clinical Psychology*, 61 (3), 219-234.
- Shek, D. T. L. (2005b). Perceived parental control processes, parent child relational qualities, and psychological well-being in Chinese adolescents with and without economic disadvantage. *The Journal of Genetic Psychology*, 166 (2), 171-188.

- Silbert, E., & Tippet, J. (1965). Self-esteem: Clinical assessment and measurement validation. *Psychological Reports*, 16, 1017-1071.
- Simões, A. (1992). Ulterior validação de uma escala de satisfação com a vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 3, 503-515.
- Simões, A. (1993). São os homens mais agressivos que as mulheres? *Revista Portuguesa de Pedagogia*, Ano XXVII, 3, 387-404.
- Simões, A. (2006). *A nova velhice Um novo público a educar*. Coleção idade do saber. Porto: Ambar.
- Simões, A., Ferreira, J., Lima, M., Pinheiro, M., Vieira, C., Matos, A. *et al.* (2000). O bem-estar subjectivo: Estado actual dos conhecimentos. *Psicologia, Educação e Cultura*, 4 (2), 243-279.
- Simões, A., Ferreira, J., Lima, M., Pinheiro, M., Vieira, C., Matos, A. *et al.* (2001). O bem-estar subjectivo dos idosos: Factores sociodemográficos e de personalidade. *Modelos e Práticas em Educação de Adultos*, 301-320, Coimbra: NAPFA
- Simões, A., Ferreira, J., Lima, M., Pinheiro, M., Vieira, C., Matos, A., *et al.* (2003). O bem-estar subjectivo dos adultos: Um estudo transversal. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 37 (1), 5-30.
- Simões, M.C.T. (2002). Adolescência: Transição, crise ou mudança?. *Psychologica*, 30, 407-429.
- Soares, I. (1990). O grupo de pares e a amizade. In B. Campos (coord.), *Psicologia do desenvolvimento e educação de jovens* (vol.II). Lisboa: Universidade Aberta.
- Soares, I., & Campos, B. (1986). Conceção de amizade nos jovens. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 4, 47-58.
- Soares, I., & Campos, B. (1988). Vinculação e autonomia na relação do adolescente com os pais. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 4, 57-64.
- Sprinthall, N., & Collins, W. (2008). *Psicologia do adolescente. Uma abordagem desenvolvimentista*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Spruijt, E., & de Goede M. (1997) Transitions in family structure and adolescent well-being. *Adolescence*, 32, 897-911.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective wellbeing. *Psychological Bulletin*, 134, 138-161.
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9, 69-74.
- Suldo, S.M., & Huebner, E.S. (2004). The role of life satisfaction in the relationship between authoritative parenting dimensions and

- adolescent problem behavior. *Social Indicators Research*, 66, 165-195.
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous?. *Social Indicators Research*, 78, 179-203.
- Suldo, S. M., Riley, K., & Shaffer, E. S. (2006). Academic correlates of children and adolescents' life satisfaction. *School Psychology International*, 27(5), 567-582.
- Terry, T., & Huebner, E. S. (1995) The relationship between self-concept and life satisfaction in children. *Social Indicators Research*, 35, 39-52.
- Thompson, P. (1998). Adolescents from families of divorce: vulnerability to physiological and psychological disturbances. *Journal of Psychosocial Nursing*, 36, 34-36.
- Underwood, L.G., & J.A. Teresi. (2002). The daily spiritual experience scale: Development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health-related data. *Annals of Behavioral Medicine* 24, 22-33.
- Valois, R.E., Zullis, K., Huebner, E.S., & Drane, W. (2001). Relationships between life satisfaction and violent behavior among adolescents. *American Journal of Health Behavior*, 25, 353-366.
- Veenhoven, R. (1988). The utility of happiness. *Social Indicators Research*, 20, 333-354.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1992). On traits and temperament - general and specific factors of emotional experience and their relation to the fivefactor model. *Journal of Personality*, 60, 441-476.
- Watson, D., Clark, L., & 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.
- Wilkinson, R., & Walford, W. (1998). The measurement of adolescent psychological health: One or two dimensions?. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(4), 443-453.
- Wilkinson, R., & Walford, W. (2001). Attachment and personality in the psychological health of adolescents. *Personality and Individual Differences*, 31, 473-484.
- World Health Organization (1986). *Young people's health – a challenge for society*. Geneva: WHO.
- Worthington, E. L., Hook, J. N., Davis, D. E., & McDaniel M. A. (2011). Religion and spirituality. *Journal of Clinical Psychology*, 67, 204-214.

- Youniss, J. (1995). The still useful classic concept of development. *Human Development*, 38, 373-279.
- Youniss, J., & Smollar, J. (1985). *Adolescent relations with mothers, fathers, and friends*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Zullig, K., Valois, R., Huebner, E.S., & Drane, W. (2001). The relationship between life satisfaction and selected substance abuse behaviors among public high school adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 29, 279-288.



## **Anexos**

Os questionários que se seguem, inserem-se num trabalho de investigação a decorrer no âmbito do Mestrado em Psicologia da Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento, da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

Procure responder a todas as questões, mesmo que algumas delas lhe pareçam semelhantes.

É importante responder a todas as questões. As suas respostas são muito importantes. Não há respostas certas ou erradas relativamente a qualquer um dos itens, pretendendo-se apenas a sua opinião pessoal.

As respostas são de natureza confidencial, o que significa que o anonimato do colaborador será sempre respeitado.

*Obrigada pela colaboração!*

### DADOS PESSOAIS

1. Idade: \_\_\_\_\_ 2. Sexo: M \_\_\_\_ F \_\_\_\_ 3. Ano: \_\_\_\_\_
4. Habilitações escolares do pai: \_\_\_\_\_
5. Habilitações escolares da mãe: \_\_\_\_\_

Marque uma cruz, apenas num único quadrado (naquele que corresponde melhor àquilo que pensa e sente):

6. Até que ponto se sente satisfeito(a) com os seus amigos:

Muito	Bastante	Assim, assim	Pouco	Nada
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. De uma forma geral, como avalia o seu estado de saúde:

Muito boa	Boa	Razoável	Má	Muito má
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Relativamente à sua situação económica, como a avalia:

Muito boa	Boa	Razoável	Má	Muito má
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. Considerando a sua relação com a Fé, encontra-se na seguinte posição:

Sou crente	Sou ateu	Sou agnóstico	Sou místico
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. Em relação à sua participação religiosa, considera-a:

Muito frequente	Bastante frequente	Assim, assim	Pouco frequente	Nada frequente
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Escala de Satisfação com a Vida (SWLS)

Mais abaixo, encontrará cinco frases, com que poderá concordar ou discordar. Empregue a escala de 1 a 5, à direita de cada frase. Marque uma cruz (x), dentro do quadrado que melhor indica a sua resposta, tendo em conta as seguintes opções:

- (1) DM – Discordo Muito
- (2) DP – Discordo um Pouco
- (3) NCND – Não Concordo nem Discordo
- (4) CP – Concordo um Pouco
- (5) CM – Concordo Muito

	DM	DP	NCND	CP	CM
1. A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu desejaria que ela fosse.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. As minhas condições de vida são muito boas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Estou satisfeito com a minha vida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Até agora, tenho conseguido as coisas importantes da vida, que eu desejaria.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Se eu pudesse recomeçar a minha vida, não mudaria quase nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Escala de Afetividade Positiva e Afetividade Negativa (PANAS)

Encontra, a seguir, uma lista de palavras, que representam diferentes sentimentos e emoções. Indique, até que ponto, experimentou esses sentimentos e emoções, na semana passada.

Responda, marcando uma cruz (x), no quadrado apropriado, ao lado de cada palavra: no quadrado número 1, se experimentou esse sentimento ou emoção “muito pouco, ou nada”; no quadrado número 2, se os experimentou “um pouco”, etc. Marque a cruz, **só num dos cinco quadrados** à frente de cada palavra.

	1 Muito Pouco ou nada	2 Um Pouco	3 Assim, assim	4 Muito	5 Muitíssimo
1.Interessado(a)					
2. Aflito (a)					
3.Estimulado (animado)					
4. Aborrecido(a)					
5. Forte					
6.Culpado(a)					
7.Assustado(a)					
8.Hostil (inimigo)					
9.Entusiasmado (arrebato)					
10.Orgulhoso(a)					
11.Irritável					
12.Atento(a)					
13.Envergonhado(a)					
14.Inspirado(a)					
15. Nervoso(a)					
16.Decidido(a)					
17. Atencioso(a)					
18. Agitado(a) (inquieta)					
19. Ativo (mexido)					
20 Medroso (a)					
21. Emocionado (a)					
22.Magoado(a)					

### Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES)

Segue-se uma lista de afirmações que dizem respeito ao modo como se sente acerca de si próprio(a). À frente de cada uma delas assinale com uma cruz (x), na respetiva coluna, a resposta que mais se lhe adequa.

	Concordo Totalmente	Concordo	Discordo	Discordo Totalmente
1. Globalmente, estou satisfeito(a) comigo próprio(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Por vezes penso que não sou bom/boa em nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Sinto que tenho algumas qualidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Sou capaz de fazer as coisas tão bem como a maioria das pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Sinto que não tenho muito de que me orgulhar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Por vezes, sinto-me de facto, um(a) inútil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Sinto-me uma pessoa de valor, pelo menos tanto quanto a generalidade das pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Gostaria de ter mais respeito por mim próprio(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Bem vistas as coisas, inclino-me a sentir que sou um(a) falhado(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Adoto uma atitude positiva para comigo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Big Five Inventory (BFI)

Abaixo encontram-se um número de características que podem ou não descrevê-lo. Por exemplo, acha que é uma pessoa que gosta de estar com os outros? Assinale com um **X** o número que corresponde ao grau em que acredita que a frase o caracteriza. Não existem respostas certas nem erradas, responda com sinceridade, de acordo com o seu modo de ser habitual.

Discordo totalmente	Discordo moderadamente	Nem concordo nem discordo	Concordo moderadamente	Concordo totalmente
1	2	3	4	5

#### Vejo-me como alguém que...

1. É falador(a).	1	2	3	4	5
2. Tende a encontrar os defeitos dos outros.	1	2	3	4	5
3. Faz um trabalho exaustivo.	1	2	3	4	5
4. É deprimido(a), triste.	1	2	3	4	5
5. É original, tem sempre novas ideias.	1	2	3	4	5
6. É reservado(a).	1	2	3	4	5
7. É prestável e não inveja os outros.	1	2	3	4	5
8. Por vezes pode ser um pouco descuidado(a).	1	2	3	4	5
9. É relaxado(a), lida bem com o stress.	1	2	3	4	5
10. Tem curiosidade em relação a várias coisas.	1	2	3	4	5
11. Tem muita energia.	1	2	3	4	5
12. Inicia muitas disputas com os outros.	1	2	3	4	5
13. É um trabalhador(a) de confiança.	1	2	3	4	5
14. Pode ficar tenso.	1	2	3	4	5
15. É engenhoso(a), um(a) pensador(a) profundo.	1	2	3	4	5
16. Gera muito entusiasmo.	1	2	3	4	5
17. Perdoa com facilidade.	1	2	3	4	5
18. Tende a ser desorganizado(a).	1	2	3	4	5

19. Se preocupa muito.	1	2	3	4	5
20. Tem uma imaginação ativa.	1	2	3	4	5
21. Tende a ser sossegado(a).	1	2	3	4	5
22. Geralmente é de confiança.	1	2	3	4	5
23. Tende a ser preguiçoso(a).	1	2	3	4	5
24. É emocionalmente estável, não se aborrece com facilidade.	1	2	3	4	5
25. É inventivo(a).	1	2	3	4	5
26. Tem uma personalidade assertiva.	1	2	3	4	5
27. Pode ser frio(a) e indiferente.	1	2	3	4	5
28. É perseverante até a tarefa estar concluída.	1	2	3	4	5
29. Pode ter um humor instável.	1	2	3	4	5
30. Valoriza experiências artísticas, estéticas.	1	2	3	4	5
31. Por vezes é tímido(a), inibido(a).	1	2	3	4	5
32. É atencioso(a) e bondoso(a) com quase toda a gente.	1	2	3	4	5
33. Faz as coisas de modo eficaz.	1	2	3	4	5
34. Permanece calmo(a) em situações tensas.	1	2	3	4	5
35. Prefere o trabalho rotineiro.	1	2	3	4	5
36. É sociável, amigável.	1	2	3	4	5
37. Por vezes é rude para com os outros.	1	2	3	4	5
38. Faz planos e cumpre-os.	1	2	3	4	5
39. Fica nervoso(a) facilmente.	1	2	3	4	5
40. Gosta de refletir, brincar com as ideias.	1	2	3	4	5
41. Tem poucos interesses artísticos.	1	2	3	4	5
42. Gosta de cooperar com os outros.	1	2	3	4	5
43. Se distrai com facilidade.	1	2	3	4	5
44. É sofisticado(a) na arte, música ou literatura.	1	2	3	4	5



### IEE - Forma revista

Este questionário diz respeito às experiências, atitudes, crenças e estilo de vida, relacionadas com a vida espiritual. Apresentam-se de seguida um conjunto de afirmações. Por favor, leia atentamente cada afirmação e utilize a escala em cinco pontos abaixo descrita, para indicar em que medida está de acordo com cada afirmação, utilizando a escala de **0 (Discordo Totalmente)** a **4 (Concordo Totalmente)** no espaço fornecido. Não existem respostas certas ou erradas. Por favor, responda a cada afirmação o mais honestamente possível.

0-----1-----2-----3-----4

Discordo  
Totalmente

Discordo

Neutro

Concordo

Concordo  
Totalmente

- \_\_\_ 1. Espiritualidade é uma grande parte daquilo que sou.
- \_\_\_ 2. Eu já tive uma experiência onde me senti profundamente ligado a tudo.
- \_\_\_ 3. Parece que estou sempre a fazer coisas erradas.
- \_\_\_ 4. É possível comunicar com os mortos.
- \_\_\_ 5. Acredito que é importante frequentar serviços religiosos.
- \_\_\_ 6. A espiritualidade é uma parte essencial da existência humana.
- \_\_\_ 7. Já tive uma experiência na qual parecia que transcendia o espaço e o tempo.
- \_\_\_ 8. Não me sinto bem comigo próprio.
- \_\_\_ 9. Acredito que a bruxaria é real.
- \_\_\_ 10. Sinto um sentimento de proximidade com um poder superior.
- \_\_\_ 11. Tenho mais consciência das escolhas que faço no meu estilo de vida devido à minha espiritualidade.
- \_\_\_ 12. Já tive uma experiência mística.
- \_\_\_ 13. Muito do que faço na minha vida parece-me tenso.
- \_\_\_ 14. É possível prever o futuro.
- \_\_\_ 15. Vejo-me como uma pessoa com orientação religiosa.
- \_\_\_ 16. Tento considerar todos os elementos de um problema, incluindo os seus aspectos espirituais, antes de eu tomar uma decisão.
- \_\_\_ 17. Eu tive uma experiência em que me parecia fundir com um poder ou força maior que eu próprio.
- \_\_\_ 18. A minha vida é muitas vezes problemática.

- \_\_\_\_ 19. Não acredito em fantasmas ou espíritos.
- \_\_\_\_ 20. Eu vejo Deus ou um poder superior presente em todas as coisas que faço.
- \_\_\_\_ 21. A minha vida tem beneficiado com a minha espiritualidade.
- \_\_\_\_ 22. Eu tive uma experiência em que todas as coisas pareciam divinas.
- \_\_\_\_ 23. Muitas vezes eu sinto-me tenso.
- \_\_\_\_ 24. Penso que a psicoquinesia, ou mover objetos com o poder da mente, é possível.
- \_\_\_\_ 25. Eu pratico uma forma de oração.
- \_\_\_\_ 26. Eu acredito que é importante dar atenção ao crescimento espiritual.
- \_\_\_\_ 27. Eu tive uma experiência na qual me parecia ir para além do meu sentido de *self* normal no dia-a-dia.
- \_\_\_\_ 28. Sou uma pessoa infeliz.
- \_\_\_\_ 29. É possível libertarmo-nos do nosso corpo.
- \_\_\_\_ 30. Acredito que Deus ou um Poder Superior é responsável pela minha existência.
- \_\_\_\_ 31. Este questionário parece medir a espiritualidade.
- \_\_\_\_ 32. Respondi honestamente a todas as afirmações.