



A relação entre Personalidade e Eventos de Vida e as suas contribuições para o Bem-estar Subjetivo

Carla Woyciekoski

Tese de Doutorado

Porto Alegre, Agosto de 2012

A relação entre Personalidade e Eventos de Vida e as suas contribuições para o Bem-estar Subjetivo

Carla Woyciekoski

Tese apresentada como exigência parcial para obtenção do grau de Doutor em Psicologia, sob orientação do Prof. Dr. Claudio Simon Hutz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Instituto de Psicologia
Programa de Pós-Graduação em Psicologia
Porto Alegre, Agosto de 2012

SUMÁRIO

RESUMO	6
ABSTRACT	7
CAPÍTULO I	8
INTRODUÇÃO	8
CAPÍTULO II	11
EVENTOS DE VIDA CONSTITUEM UM CONSTRUTO?	11
RESUMO	12
ABSTRACT	13
INTRODUÇÃO	14
MÉTODO	20
<i>Construção da Lista de Eventos de Vida</i>	20
<i>Verificação de Evidências de Validade de Construto</i>	20
<i>Participantes</i>	20
<i>Procedimentos</i>	21
RESULTADOS	21
DISCUSSÃO	25
CONCLUSÃO	26
REFERÊNCIAS	28
CAPÍTULO III	34
AS CONTRIBUIÇÕES DA PERSONALIDADE E DOS EVENTOS DE VIDA PARA O BEM-ESTAR SUBJETIVO	34
RESUMO	35
ABSTRACT	36
INTRODUÇÃO	37
MÉTODO	42

<i>Participantes</i>	42
<i>Instrumentos</i>	42
<i>Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo</i>	42
<i>Escala de Satisfação de Vida</i>	42
<i>Bateria Fatorial de Personalidade</i>	42
<i>Lista de Eventos de Vida</i>	43
<i>Procedimentos</i>	43
RESULTADOS	44
DISCUSSÃO	50
CONCLUSÃO.....	54
REFERÊNCIAS	56
CAPÍTULO IV	61
CONSIDERAÇÕES FINAIS	61
REFERÊNCIAS	65
ANEXO A	67
Carta de Apresentação do projeto de Pesquisa aos Cursos de Graduação	67
ANEXO B.....	68
Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	68
ANEXO C.....	69
ESCALA DE SATISFAÇÃO DE VIDA	69
ANEXO D	70
PANAS	70
ANEXO E.....	71
LISTA DE EVENTOS DE VIDA	71

Lista de Tabelas e Figuras

Tabela 1 – Frequência dos Participantes que Citou Cada Evento de Vida	22
Tabela 1 – Correlações Bem Estar Subjetivo, Personalidade e Avaliação Global sobre Eventos de Vida	45
Tabela 2 – Médias e Desvios Padrões em Afetos Positivo e Negativo e Satisfação de Vida entre Grupos de Participantes de Acordo com a Ocorrência do Evento de Vida	46
Tabela 3 – Preditores de Afeto Positivo	48
Tabela 4 – Preditores de Afeto Negativo	49
Tabela 5 – Preditores da Satisfação de Vida	50

RESUMO

A presente tese de doutorado consiste na apresentação de dois estudos, por meio dos quais pretendeu-se investigar a relação entre Personalidade e Eventos de Vida (EV) e as suas contribuições para o Bem-estar Subjetivo (BES). Para tanto, os objetivos foram discutir a avaliação de EV, examinar a Validade de Construto de uma escala de EV para uso em pesquisas com a população brasileira, e verificar as contribuições da Personalidade e dos EV para predizer e explicar as dimensões do BES, Afetos e Satisfação de Vida. O BES relaciona-se a uma avaliação subjetiva positiva do sujeito sobre sua vida e a uma vivência de mais afeto positivo do que negativo. EV referem-se a eventos vitais, de ordem física e ou psicológica, que podem representar mudanças significativas (positivas e ou negativas) ou mesmo discretas na vida das pessoas. A personalidade foi abordada com base no Modelo dos Cinco Grandes fatores. Os resultados demonstram que eventos não podem ser medidos como se fossem construtos. Na avaliação de EV deve-se considerar a percepção subjetiva dos eventos e a sua ocorrência. Personalidade, a ocorrência de Eventos e a Avaliação dos Eventos explicaram o BES, porém Personalidade predisse mais fortemente o BES.

ABSTRACT

The present doctoral thesis presents two studies which intended to investigate the relationship between personality and Life Events (LE), as well as their contributions to Subjective Well-being (SWB). The objectives were to discuss the evaluation of LE, to examine the construct validity of a Life Events Scale for use in research with the Brazilian population, as well as examine the contributions of personality and LE to predict and explain the dimensions of SWB, affect and life satisfaction. SWB is related to a positive subjective evaluation of the subject about his life, and an experience of more positive affect than negative affect. LE refer to vital events, physical or psychological, that may represent discrete or significant changes (positive and negative) in people's lives. Personality was based on the Big Five Factors Model. The results show that LE can not be measured or defined as constructs. In the evaluation of LE one should take into account both the subjective perception and the occurrence of events. Personality, the occurrence of LE and evaluation of LE explained SWB. However, personality predicted SWB more strongly.

CAPÍTULO I

INTRODUÇÃO

Ser ou estar feliz é uma busca constante no ser humano. Felicidade e Bem-estar são termos que se misturam na literatura, e têm despertado interesse em cientistas e pensadores ao longo dos séculos, os quais têm procurado compreender esses sentimentos, bem como suas causas e efeitos na subjetividade e na vida das pessoas.

Freud (1969) em *O Mal Estar na Civilização*, já nos alertara sobre a inexistência de um objeto que satisfaça o desejo humano. Nesse célebre texto, ele vai dizer que este objeto tão almejado pelo homem é para sempre perdido, e é disso que se trata o mal estar civilizatório: a busca por esse objeto que satisfaça o desejo humano, malgrado a impossibilidade de alcançá-lo. De qualquer forma, ele é o que motiva os homens a buscar aquilo que lhes falta, embora nunca possam encontrar um objeto que os complete no sentido pleno do termo, a não ser que momentaneamente. Aos homens resta a possibilidade de ter alguma satisfação, porém efêmera.

Sobre esta constatação, lancemos um olhar otimista, ao reconhecer que é justamente esse objeto impossível que demarca a falta no sujeito, a qual lhe permite desejar, uma vez que a falta instaura o desejo. Se o desejo fosse passível de ser satisfeito por completo, não haveria falta, e logo não haveria mais desejo e o equilíbrio impediria os homens da própria vida, que é em si, buscar, crescer, sonhar, conquistar.

O que seria então a felicidade? Seria esse sentimento de completude, dito por Freud, oceânico, inalcançável; ou seria ela composta de um conjunto de momentos relacionados ao bem-estar físico e psíquico, a conquista de determinadas metas e objetivos? Quais são seus principais determinantes? Ela seria mais o produto de uma atitude interna ou relativa a fatores externos?

Filósofos consideraram a felicidade como um bem supremo e a principal motivação para a ação humana (Diener, 1984). Na academia, já em 1973 observava-se um esforço por parte de pesquisadores em compartilhar e incentivar a investigação científica no campo e o termo felicidade foi, naquele ano, indexado no *Psychological*

Abstracts. Em 1974, fundou-se o periódico *Social Indicators Research*, e a partir de então, verificou-se significativa produção e publicação de artigos sobre Bem-estar Subjetivo (BES) (Diener, 1984). Todavia, cabe salientar que, em 1980, a pesquisa baseava-se sumariamente em levantamentos (Eid & Larsen, 2008). Em seguida, Ed Diener e seu grupo de pesquisadores deram início à pesquisa em avaliação do BES, utilizando auto-relatos. Em 1984, o autor publicou um artigo no *Psychological Bulletin* denominado “*Subjective Well-being*”; o qual serviu de base para muitas pesquisas e publicações posteriores.

Podemos considerar que o construto tem meio século de idade, ao considerarmos a tese de Wilson (1960) como o marco do seu nascimento (Galinha & Ribeiro, 2005). Wilson (1967) se propôs a estudar o Bem-estar, relacionando os conceitos de Satisfação e de Felicidade numa perspectiva Base-Topo (*Bottom Up*) – “A satisfação de necessidades causa felicidade, enquanto que a persistência de necessidades insatisfeitas causa infelicidade” (p.302) – e Topo-Base (*Top Down*) – “O nível de satisfação requerido para produzir felicidade depende do nível de adaptação ou aspiração, o qual é influenciado por experiências passadas, comparações com outros, valores pessoais, e outros fatores” (p.302).

Sobretudo, nas teorias *Bottom-up* ou influências situacionais do BES investiga-se de que forma os fatores externos, tais como situações de vida e as variáveis sócio-demográficas podem influenciar a felicidade. As teorias *top-down* ou fatores intrínsecos do BES partem do pressuposto de que a interpretação subjetiva dos eventos é que preponderantemente influencia o BES, ao invés das circunstâncias objetivas sugeridas pela abordagem *bottom-up* (Giacomoni, 2002).

A maioria dos estudiosos do campo entende que o BES é composto por um componente cognitivo (Satisfação de Vida) e um componente afetivo (Afetos) (Diener & Emmons, 1984; Lucas, Diener & Suh, 1996). A Satisfação de vida tem sido definida como uma avaliação cognitiva positiva da vida como um todo. Afeto positivo expressa a frequência de emoções positivas experimentadas pelo sujeito, e afeto negativo a frequência de emoções negativas (McCullough, Huebner, & Laughlin, 2000). Sobretudo, a experiência do BES estaria relacionada ao domínio de emoções positivas sobre as negativas, e à percepção da vida como positiva.

A pesquisa em BES constitui um crescente campo de investigação, onde busca-se compreender o amplo espectro do bem-estar, as variáveis a ele relacionadas, bem como os fatores que permitem aos indivíduos aumentar os seus níveis de satisfação de vida e de afetos positivos. Globalmente, psicólogos têm cada vez mais ressaltado a importância do estudo e promoção da saúde e adaptação; com uma atenção que amplia o tradicional enfoque do tratamento de estabelecidas desordens psicológicas. A ênfase nos aspectos psicológicos positivos introduz um novo campo de estudos denominado Psicologia Positiva (Seligman, 2000).

Atualmente, o BES constitui um construto estudado e referenciado nas áreas de saúde mental, qualidade de vida e gerontologia social (Ferraz, Tavares, & Zilberman, 2007; McCullough, Huebner, & Laughlin, 2000). Segundo Seligman e Csikszentmihalyi (2000), o estudo e a compreensão da felicidade e dos aspectos positivos da experiência humana estão entre as principais preocupações da Psicologia para o século XXI.

Com o intuito de contribuir com a produção de conhecimento na área, bem como com a avaliação de Eventos de Vida (EV), buscar-se-á nessa Tese desenvolver o conceito do BES, bem como discorrer sobre os seus determinantes, dando especial enfoque às contribuições das dimensões de Personalidade e dos Eventos de Vida para o BES. Achados de estudos anteriores indicam o reconhecimento de uma interação entre personalidade, eventos e ambiente influenciando o BES. Contudo, não há muita pesquisa que investigue essas interações. Sendo assim, compreender as variáveis que podem causar mudanças nos níveis de BES de um indivíduo demonstra-se uma tarefa instigante. Sobretudo, ao considerar que a adaptação aos EV não constitui um fenômeno universal (Diener, Lucas, & Scollon, 2006). O que então, torna uma pessoa mais feliz, os eventos que ela experiencia ou a sua personalidade?

Com inspiração nessa pergunta, foram desenvolvidos dois estudos, apresentados nos Capítulos 2 e 3. No primeiro, objetivou-se: 1) discutir a avaliação de EV, 2) construir e verificar a validade de construto de uma escala de EV e 3) verificar a existência de tendências quanto a positividade ou negatividade na avaliação de EV. No segundo estudo, foram investigadas as contribuições da Personalidade (baseada no Modelo dos Cinco Grandes Fatores) e dos Eventos de Vida para o Bem-estar Subjetivo.

CAPÍTULO II

EVENTOS DE VIDA CONSTITUEM UM CONSTRUTO?

Carla Woyciekoski*

carwpsi@hotmail.com

Jean Carlos Natividade*

jeannatividade@gmail.com

Claudio Simon Hutz*

claudio.hutz@terra.com.br

* Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Rua Ramiro Barcelos, 2600/101. Porto Alegre – RS - Brasil - (55) 51-33085246.

RESUMO

Eventos de vida (EV) referem-se a eventos vitais, de ordem física e ou psicológica, que podem representar mudanças significativas (positivas e ou negativas) ou mesmo discretas na vida das pessoas. O presente estudo visou discutir a avaliação de EV, bem como à construção e validação de construto de uma escala para a mensuração da percepção (avaliação subjetiva) de EV. Além disso, investigou-se se EV se agrupavam em dimensões, conforme categorias relatadas na literatura. Os participantes deste estudo foram 619 universitários, de ambos os sexos. Utilizou-se um questionário com perguntas sociodemográficas e uma lista com 53 eventos de vida para que os participantes indicassem quais eventos já ocorreram com eles e quão positivos e negativos foram esses eventos. As análises fatoriais para a verificação da dimensionalidade da escala de EV mostraram não ser adequado extrair fatores, demonstrando que EV não se agrupam em dimensões e não constituem um construto. Verificou-se a existência de tendências quanto à positividade ou negatividade na avaliação de EV. Verificou-se uma avaliação positiva superior à negativa para 17 eventos, enquanto para 31 deles a avaliação negativa foi mais elevada. Para cinco eventos não houve diferenças de médias entre as avaliações positivas e negativas. Desta forma, os resultados do presente estudo reforçam a necessidade de considerar-se na pesquisa em EV, a avaliação subjetiva dos eventos, além de sua ocorrência.

Palavras-chave: eventos de vida; instrumentos de medida; validade.

ABSTRACT

Life events (LE) refer to vital events, physical or psychological, that may represent discrete or significant changes (positive and negative) in people's lives. The present study aimed to build a scale for measuring perceived (subjective evaluation) LE as well as obtain construct validation. Further it was investigated whether LE are gathered in dimensions according to the categories described in the literature. The study participants were 619 university students of both sexes. Factor analyzes were conducted to verify the dimensionality of the scale of LE, but factors were not extracted, demonstrating that LE did not group in dimensions and do not constitute a construct. It was verified the presence of trends regarding the positive and negative evaluation of LE. Seventeen events have been evaluated as more positive than negative, while for thirty-one events have been evaluated as more negative than positive. For five life events there were no mean differences between the positive and negative evaluations. The results point to the importance of considering the subjective evaluation as well as the occurrence of events in LE evaluation.

Key-words: life-events; measurement instruments; validity.

INTRODUÇÃO

Em sua definição inicial, Eventos de Vida (EV) foram descritos como ocorrências do cotidiano, de ordem física e ou psicológica, que modificam ou ameaçam modificar atividades rotineiras (Brown & Harris, 1978). Foram também definidos como acontecimentos que representam mudanças discretas na vida pessoal ou social (Paykel, 1994; Rafanelli et al., 2005); ou mudanças importantes como o início de um novo emprego, casar-se, separar-se, sofrer um acidente etc (Margis, Picon, Cosner, & Silveira, 2003). Esses eventos são geralmente classificados na literatura como positivos (nascimento de um filho e casamento, por exemplo) ou negativos (doença ou morte de alguém próximo, por exemplo) (Lüdtke, Roberts, Trautwein, & Nagy, 2011).

Os EV têm sido investigados a partir de duas perspectivas: a perspectiva do estresse e a do desenvolvimento (Luhmann, Hofmann, Eid, & Lucas, 2012). A partir da primeira, EV são tratados como podendo causar estresse. Sendo assim, EV são denominados estressantes se causarem mudanças e demandas de reajustamento da rotina normal de uma pessoa (Schimmack & Diener, 2003). Há, ainda, menção aos eventos de vida crônicos (os que envolvem tensão crônica) e traumáticos graves, os quais acarretam o comprometimento da integridade física do próprio indivíduo ou de outrem (Margis et al., 2003).

Na perspectiva do desenvolvimento, EV demarcam transições específicas na vida das pessoas (Luhmann et al., 2012). Uma transição implicaria numa descontinuidade na vida de um indivíduo, requerendo novas respostas comportamentais. Sendo assim, Luhmann et al. (2012) definem os EV como transições que demarcam o começo ou final de um status específico. Exemplos de status são estado civil (solteiro, casado, divorciado, separado, viúvo) e situação ocupacional (empregado, desempregado, estudando).

Ainda, mais recentemente, alguns autores têm proposto a diferenciação dos EV como dependentes ou independentes (Garcia, 2007). Os primeiros envolvem a participação do sujeito na promoção do evento, tal que seu comportamento provoca situações favoráveis ou desfavoráveis para si mesmo. Ao passo que os EV independentes são aqueles que independem de sua participação, estão além do

controle de um indivíduo, sendo inevitáveis, como por exemplo, a morte de um familiar num acidente (Margis et al., 2003).

Quanto aos instrumentos de medida, os EV são comumente mensurados por meio de listas padronizadas, escalas e entrevistas estruturadas. As listas deram início aos estudos envolvendo EV e foram e são amplamente utilizadas na pesquisa científica (Dohrenwend, 2006). A primeira lista de EV foi desenvolvida por Adolf Meyer, que na década de 1940 organizou uma lista de eventos para auxiliá-lo na coleta de informações sobre seus pacientes (Kessler, 1997).

Holmes e Rahe (1967) aprimoraram o método e criaram a escala de Reajustamento Social (*Social Readjustment Rating Scale – SRRS*), um questionário auto-administrado que listava 43 experiências estressantes, identificadas em pesquisas clínicas para identificar os EV que mais ocorriam aos pacientes antes de eles buscarem auxílio médico. Os indivíduos assinalavam eventos vivenciados em um passado recente, que abrangia de seis meses a um ano. Nesta escala, cada item recebia um valor fixado através de um cuidadoso levantamento com um grande número de pessoas (Garcia, 2007). Observa-se que um dado item que envolve morte do cônjuge, por exemplo, recebia 100 pontos na escala SRRS independentemente do contexto desta perda, da situação conjugal (Kessler, 1997) e da reação do respondente à perda. Os autores definiram eventos estressantes como ocorrências que demandavam mudanças de reajustamento no cotidiano das pessoas (Dohrenwend, 2006).

A partir da publicação da SRRS, observou-se um aumento crucial na pesquisa envolvendo a relação entre EV e o surgimento de diversos tipos de doenças. Centenas de artigos foram publicados, utilizando essa escala na primeira década de seu desenvolvimento (Holmes, 1979).

Seguindo também uma linha mais objetiva, Dohrenwend (1985) definiu o estresse como um estímulo ambiental independente do estado emocional ou reação da pessoa a um evento. O autor desenvolveu a *Psychiatric Epidemiology Research Interview* (PERI – Dohrenwend, 1998), na qual, para cada EV eram emitidos valores (escores) gerados por juízes, desconsiderando-se o que a pessoa reportava sobre sua resposta ao evento. Avaliadores julgavam como a maioria dos indivíduos se sentiria em situações similares e, assim, EV recebiam um valor geral padrão, pontuado sempre que o evento em questão fosse assinalado pelo respondente

Similarmente, Paykel (1994) e Rafanelli et al. (2005) defenderam que EV deveriam ser tratados como fatos externos e verificáveis, e não internos e psicológicos. Ressalta-se que, de acordo com esses modelos de avaliação dos EV, não se considera a percepção dos indivíduos sobre os eventos.

Alguns autores têm criticado a ausência de quantificação do impacto dos EV para os sujeitos, considerando-se a avaliação subjetiva dos respondentes. Assim como ressaltaram Sarason, Johnson e Siegel (1978), faz-se necessário individualizar os escores relativos aos eventos vividos, uma vez que indivíduos podem perceber e experienciar eventos distintamente. Esses autores inovaram ao propor que o valor dos EV deveria variar em termos de sua desejabilidade, ou seja, dependendo das circunstâncias e da percepção do respondente.

Eles desenvolveram a escala denominada *Life Experiences Survey* (LES), na qual o respondente é requisitado a indicar se o evento foi positivo ou negativo e qual o seu valor em uma escala de -3 (muito negativo) a +3 (muito positivo). Reich e Zautra (1981) resumiram os principais achados dessa linha de pesquisa: os mesmos EV podiam ser positivos ou negativos para distintos sujeitos; ter ocorrido num passado remoto ou num passado recente, e ser vistos como estando sob o controle de quem os vivenciou, ou como algo que escapava ao seu controle.

Há ainda estudos que utilizam questionários ou entrevistas estruturadas. Brown e Harris (1978) inauguraram o uso de entrevistas, criando a *Life Events and Difficulties Schedule* (LEDS). Segundo Dohrenwend (2006) ela foi e ainda consiste na entrevista mais utilizada dentro dessa abordagem. Os autores desenvolveram um método que utilizava uma planilha de EV estressantes, para os quais eram dados diferentes escores atribuídos por juízes. Buscava-se, por meio dessa abordagem, investigar o contexto e as variáveis que envolviam os eventos estressores. Por exemplo, um evento como “morte de um vizinho”, receberia um escore mais alto caso o respondente que o assinalasse fosse uma pessoa idosa da zona rural que residisse sozinha, que fosse inválida e que tivesse como principal contato social a visita semanal do vizinho (falecido). Conduziam-se entrevistas aprofundadas com o objetivo de identificar os fatos e características que se relacionavam aos eventos, a fim de atribuir escores aos mesmos.

Esse método tem sido criticado por ser pouco econômico, trabalhoso, requerer muito tempo, além de demandar investigadores treinados para a coleta das informações acerca dos EV estressantes. Devido a essas dificuldades, observa-se a preferência por *checklists* e escalas, as quais têm predominado na pesquisa científica sobre EV. Essas, por sua vez, também têm sido alvo de críticas devido à abrangência dos itens e à falta de especificidade e sensibilidade na definição de alguns eventos. Também foram observados problemas de fidedignidade e validade (Brown, Sklair, Harris, & Birley, 1973; Dohrenwend, 2006). Ainda, é importante destacar que a maioria dos estudos envolvendo EV não fornecem informações sobre as propriedades psicométricas dos instrumentos utilizados.

Todavia, na literatura, por meio de vários estudos tem-se reportado a importância da aplicabilidade das listas de EV na pesquisa e no diagnóstico clínico médico, psicológico e psiquiátrico. Por exemplo, há indicações da relação entre a ocorrência de EV e saúde, bem-estar subjetivo, depressão e a presença de transtornos psicológicos e psiquiátricos. Contudo, essa relação não está clara, pois alguns autores preconizam uma relação causal de eventos produzindo afecções psíquicas e sintomatologia médica, enquanto outros ressaltam o papel dos traços de personalidade, bem como de outras variáveis, interferindo nessa relação, e até, produzindo os eventos (Chalise, Saito, Takahashi, & Kai, 2007; Diener & Oishi, 2005; Garcia, 2007; Headey, & Wearing, 1989; Margis et al., 2003).

Embora se observe um aumento substancial na realização de estudos envolvendo a relação entre EV, personalidade e o advento de doenças, a pesquisa em EV ainda apresenta desafios metodológicos. Destacam-se as dificuldades na avaliação desses eventos e o nível de independência dos eventos de sintomas e quadros patológicos (Leskela et al., 2004; Paykel, 2003).

A partir da revisão de literatura, dentre os principais problemas relativos à mensuração dos EV, destaca-se que:

1. Em alguns instrumentos, EV são tratados como se fossem construtos, uma vez que são gerados escores de EV positivos ou negativos, mas sem apresentar evidências de validade de conteúdo (por exemplo a *Life Events Inventory*, a SRLE, a SLE e versões posteriores). Destaca-se que esses eventos são codificados como positivos, negativos ou estressantes pelo próprio pesquisador, sem levar em conta a

avaliação do sujeito (ver Cochrane & Robertson, 1973; Faravelli, Catena, Scarpato, & Ricca, 2007; Fortes-Burgos, Neri, & Cupertino, 2009; Kohn et al., 2001; Morse & Robins, 2005; Spurgeon, Jackson & Beach, 2001; Voss, Stegmann, & Schroder, 2006).

2. Alguns instrumentos que incluem a avaliação do impacto dos EV fornecem valores aos eventos a priori com base no julgamento de juízes, sem considerar o impacto do evento para o sujeito. No caso de entrevistas, o impacto é avaliado pelo entrevistador (por exemplo a LEDS, o Schedule of Recent Experience, a SRLE e versões posteriores, a PERI; a *Interview for Recent Life Events* - Paykel, Rao & Taylor, 1984; ver Clementes & Turpin, 1996; Farmer et al., 2002; Fountoulakis, Iacovides, Kaprinis, & Kaprinis, 2006; Oliveira, Fonseca e Del Porto, 2002; Schroeder & Costa, 1984; Sheri et al., 2008; Tessner, Mittal, & Walker, 2011);

3. Em alguns estudos são criadas categorias de eventos, com base na análise de juízes, sem referências à validade de construto (ver, por exemplo, Bifulco et al., 1989; Gomez, Krings, Bangerter, & Grob, 2009; Kolarik, 2010; Lüdtke & Roberts, 2011; Murray & Cox, 2005; Payquel, 1997; Savoia & Bernik, 2004; Tessner et al., 2011; Voss, et al., 2006).

4. Listas de eventos estressantes ou adversos contêm alguns eventos que não necessariamente deveriam ser considerados estressantes por todos. Numa pesquisa conduzida por Brown et al. (2011), itens como “separação”, “divórcio”, “mudança de casa” compõem a lista de eventos estressores. Num estudo conduzido por Wittington e Huppert (1998), mudança de residência é considerado um evento adverso. Em outro estudo conduzido por Fortes-Burgos, Neri e Cupertino (2009), aposentadoria foi considerada um evento estressante. Nesses estudos, só são consideradas as ocorrências de eventos previamente julgados como estressantes, e não há avaliação do impacto dos eventos pelos respondentes. Outro estudo conduzido por Dell'Aglio et al. (2005), em que se utilizou uma versão adaptada do Inventário de eventos Estressores na Adolescência, itens como “um dos pais se casar novamente”, “um dos pais ter filhos com outros parceiros”, “mudar de colégio”, “ter provas no colégio” são denominados eventos estressores. Nota-se que na avaliação do impacto desses eventos, a maioria dos respondentes considerou esses itens como de baixo impacto. Por exemplo, 63,9% dos adolescentes que vivenciaram “um dos pais ter filhos com outros parceiros”,

indicaram que esse evento teve baixo impacto, e 22,2% avaliou esse item como tendo alto impacto. Dos que vivenciaram ter provas no colégio, 55,3% consideraram o evento de baixo impacto e 28,9% de alto impacto.

5. A maioria dos instrumentos que consideram a avaliação do sujeito sobre os eventos não avalia a positividade dos eventos. Em geral as escalas oferecem a opção “nada estressante” ou “nada negativo”; “muito estressante” ou “muito negativo”, por exemplo a LES e a SLE – kolarik, 2010; Sarason et al., 1978).

6. Observa-se que na mensuração dos eventos não tem sido avaliada a positividade e negatividade dos eventos separadamente e simultaneamente. Avalia-se a neutralidade, a positividade ou a negatividade (ver Ludtke & Roberts, 2011). Em outras escalas, o respondente deve optar por positivo, neutro ou negativo (Gomez et al., 2009).

7. Ao relacionar EV com outras variáveis, nem sempre é sinalizado se o que foi medido foi a ocorrência dos EV ou a avaliação subjetiva do EV. Algumas escalas só medem a ocorrência de eventos que são denominados de estressantes (ver, por exemplo, Jordanova et al., 2007), sem verificar junto ao respondente se o evento realmente foi estressante.

8. São poucos os estudos que, ao correlacionar EV com outras variáveis, consideram os eventos individualmente (ver Gomez et al., 2009; Kolarik, 2010; Ludtke & Roberts, 2011).

O avanço do conhecimento acerca de um fenômeno depende da existência de instrumentos de medida válidos e confiáveis. No Brasil, até o momento, não há nenhuma lista ou escala brasileira com evidências de validade que acesse a percepção ou avaliação subjetiva de EV, considerando simultaneamente o impacto positivo e negativo dos mesmos para o sujeito que os experimentou.

Levando-se em conta o atual panorama da pesquisa em EV, os objetivos do presente estudo foram: 1) verificar se EV constituem um construto que possa ser mensurado objetivamente, uma vez que alguns estudos tratam eventos como se fossem construtos; 2) Verificar se eventos se agrupam em dimensões, conforme categorias relatadas na literatura e 3) verificar a existência de tendências quanto a positividade ou negatividade na avaliação dos eventos de vida.

MÉTODO

Construção da Lista de Eventos de Vida

Inicialmente foram consultadas as bases do *Web of Science*, onde se encontraram artigos envolvendo a temática de EV, bem como identificaram-se as escalas de EV disponíveis internacionalmente (publicadas em português, inglês e espanhol). Após reunir todos os itens das 13 escalas obtidas, foi organizada uma planilha com 284 itens. Em seguida, os itens similares foram agrupados, e foram retirados itens que dificilmente seriam endossados por pessoas de nossa amostra; obtendo-se uma lista de 55 itens.

Paralelamente, foi realizado um estudo exploratório com 20 participantes, aos quais solicitou-se que escrevessem uma lista de eventos de vida positivos, e negativos que eles tivessem experienciado ou que pudessem, simplesmente, imaginar. Foi produzida uma lista com os eventos sugeridos por eles, e comparou-se essa lista com a lista dos eventos da literatura. Os participantes do estudo piloto não mencionaram nenhum evento que já não tivesse contemplado na lista de 55 itens da literatura.

Ao final, os itens foram descritos na forma de acontecimentos e foram apresentados para três pessoas para avaliar sua compreensibilidade e clareza. Os itens considerados confusos, incompreensíveis, ambíguos ou que apresentavam problemas na sua construção foram reelaborados. A versão final contou com 53 itens. As instruções foram descritas de forma a assegurar o correto preenchimento da lista, e para sua melhor compreensão foi oferecido um exemplo. A escala, bem como as instruções, encontram-se no Anexo E.

Verificação de Evidências de Validade de Construto

Participantes

Participaram 619 estudantes universitários escolhidos por conveniência, com média de idade de 26,4 anos ($DP=9,40$), 68% eram mulheres, todos provenientes de três universidades da região metropolitana de Porto Alegre - RS.

Instrumentos

Utilizou-se um questionário contendo perguntas sociodemográficas e uma lista com 53 eventos de vida. O instrumento utilizado encontra-se no Anexo E. São

exemplos de eventos: conclusão de curso universitário; demissão; conflitos com o parceiro. Ao lado de cada evento os participantes deveriam indicar se ele ocorreu em suas vidas e julgar quão intenso positivamente e negativamente foi o evento, em duas escalas de cinco pontos, tal que quanto mais próximo do cinco, mais intenso seria o evento.

Procedimentos

A coleta foi realizada de forma coletiva em duas universidades privadas e uma pública da região metropolitana de Porto Alegre. Os questionários foram preenchidos individualmente e aplicados nas salas de aula das instituições. Os pesquisadores colocaram-se a disposição para dirimir dúvidas relacionadas à maneira de responder as questões. A pesquisa obteve aprovação do comitê de ética em pesquisa com seres humanos da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

RESULTADOS

A fim de testar se os EV agrupam-se em fatores, representando construtos, realizaram-se análises de componentes principais com rotação oblíqua com os escores tanto da avaliação positiva quanto da avaliação negativa dos eventos. Essa análise ainda foi realizada para os valores obtidos com a multiplicação dos escores das duas escalas, com o objetivo de agrupar os eventos pela intensidade, independentemente se positiva ou negativa. O baixo número de eventos comuns aos respondentes impossibilitou a realização de análises fatoriais considerando todos os itens, seja com as avaliações positivas, com as negativas ou com a intensidade com que os eventos foram percebidos. Somente 17 dos 53 eventos da lista ocorreram com mais de 50% dos participantes (ver Tabela 1).

Uma tentativa de realizar uma análise de componentes principais para os 17 eventos vivenciados por mais de 50% dos participantes só foi possível após substituir os valores faltantes pelas médias das séries. Contudo, verificou-se que para as avaliações positivas e negativas dos eventos, as matrizes de correlações eram inadequadas à fatorização, respectivamente, teste de esfericidade de *Bartlett* com $p=0,34$ e $KMO=0,64$; $p=0,73$ e $KMO=0,62$. Para os dados da intensidade o teste de esfericidade de *Bartlett* mostrou-se significativo, $p=0,002$; porém os dados mostraram-se pouco adequados, $KMO=0,67$.

Ainda que esses dados da intensidade dos eventos pudessem ser considerados adequados, os componentes extraídos (seis para *eigenvalue* > 1) agruparam itens tão diferentes a ponto de considerarem-se inconsistentes as dimensões extraídas. Por exemplo, os itens ‘Problemas financeiros’, ‘Conflitos com parceiro’ e ‘Gravidez sua ou da parceira’ carregaram todos em uma mesma dimensão. Ao contrário das classificações em categorias de eventos, frequentemente observadas na literatura, não se verificaram fatores subjacentes capazes de explicar os agrupamentos obtidos, que mais pareceram se comportar de forma aleatória.

Adicionalmente, testaram-se as diferenças entre médias das avaliações positivas e negativas para cada um dos eventos através de testes *t* para dados pareados, considerando-se que um mesmo evento foi julgado duas vezes pelas mesmas pessoas. Utilizou-se como critério de significância $p < 0,05$. Verificou-se uma avaliação positiva superior à negativa para 17 eventos, enquanto para 31 deles a avaliação negativa foi mais elevada. Os demais cinco eventos não mostraram diferenças de médias entre as avaliações positivas e negativas, conforme mostra a Tabela 1.

Tabela 1

Frequência dos Participantes que Assinalou Cada Evento de Vida e Média da Avaliação Positiva e Negativa

Eventos	Participantes		Avaliação Positiva		Avaliação Negativa		<i>d Cohen</i>
	%	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	
1. Ingresso curso universitário	98,7	611	4,71	0,59	1,29	0,66	5,44
11. Início de relação amorosa	91,3	565	4,33	0,96	1,89	1,11	2,33
31. Viagem	82,4	510	4,70	0,69	1,45	0,84	4,28
12. Término de relação amorosa*	76,3	472	2,99	1,43	3,15	1,41	-0,09
29. Mudança de residência	75,1	465	4,13	1,12	2,01	1,15	1,85
39. Falecimento de familiar	74,2	459	1,36	0,76	4,42	1,02	-3,46
14. Conflitos com parceiro	69,5	430	2,37	1,35	3,63	1,17	-0,99
28. Melhoria no relacionamento familiar	66,9	414	4,66	0,72	1,30	0,74	4,56

32. Familiar doente	65,8	407	1,40	0,83	4,40	1,00	-3,23
6. Novo emprego	64,6	400	4,45	0,84	1,66	0,93	3,10
27. Conflitos com familiares	58,3	361	2,13	1,52	3,88	1,10	-1,33
40. Morte de animal estimação	57,7	357	1,37	0,73	4,27	1,06	-3,25
9. Mudança de status financeiro	55,6	344	3,82	1,42	2,13	1,44	1,15
10. Problemas financeiros	53,5	331	1,69	1,01	4,05	1,12	-2,21
17. Foi rejeitado por quem desejava	53,2	329	1,85	1,15	3,92	1,13	-1,78
36. Mudança atividades sociais*	51,2	317	3,13	1,47	2,85	1,39	0,21
18. Reconciliação amorosa	50,1	310	3,82	1,21	2,20	1,22	1,31
8. Conflitos com chefe	48,6	301	2,28	1,24	3,46	1,22	-0,95
26. Novo membro em casa	43,9	272	3,84	1,32	2,18	1,32	1,23
53. Ganhou bens	39,1	242	4,74	0,62	1,34	0,78	4,90
33. Alcoolismo de familiar	38,0	235	1,30	0,72	4,44	0,96	-3,70
25. Demissão de familiar	37,5	232	1,91	1,21	3,91	1,21	-1,67
42. Vítima de assalto	34,1	211	1,37	0,82	4,36	1,03	-3,22
46. Doença física	33,8	209	1,67	0,93	3,98	1,15	-2,25
51. Acidente de carro	33,8	209	1,63	1,01	3,83	1,17	-1,98
3. Mudança de carreira	32,3	200	4,06	1,16	1,82	1,12	1,92
4. Reprovação em curso	31,3	194	2,06	1,26	3,61	1,36	-1,14
15. Foi infiel*	30,0	186	2,79	1,35	3,08	1,38	-0,19
7. Promoção no trabalho	28,4	176	4,43	0,88	1,63	1,05	2,82
19. Dificuldades sexuais	28,1	174	1,64	0,98	4,06	1,11	-2,28
49. Abusou álcool, drogas	27,9	173	2,74	1,22	3,23	1,26	-0,42
5. Demissão*	26,3	163	3,12	1,46	2,84	1,48	0,20
16. Parceiro foi infiel	26,2	162	1,56	1,03	4,44	1,01	-2,75
47. Doença mental	25,5	158	1,69	0,97	4,18	1,06	-2,44
24. Separação, divórcio dos pais	24,9	154	2,65	1,34	3,30	1,39	-0,44

35. Familiar sofreu acidente	23,6	146	1,37	0,90	4,39	1,09	-2,99
30. Família mudou de cidade	23,4	145	3,68	1,32	2,45	1,28	0,97
13. Casamento	22,8	141	4,26	1,13	2,06	1,22	1,95
52. Acidente doméstico, trabalho	21,5	133	1,77	0,93	3,92	1,11	-2,07
48. Internação hospitalar	19,9	123	2,45	1,41	3,37	1,43	-0,58
41. Brigou com violência	19,7	122	2,15	1,25	3,83	1,24	-1,27
2. Conclusão curso universitário	18,7	116	4,56	0,80	1,45	0,85	3,64
21. Gravidez sua ou da parceira	17,3	107	4,46	1,19	1,67	1,23	2,21
22. Nascimento de filho	15,3	95	4,80	0,74	1,29	0,69	4,72
20. Separação ou divórcio*	13,2	82	3,05	1,57	3,04	1,59	0,15
37. Prisão de familiar	7,6	47	1,74	1,25	3,89	1,49	-1,62
43. Vítima de assédio sexual	6,9	43	1,51	1,22	4,47	1,14	-2,41
50. Problemas com uso de drogas, álcool	6,6	41	1,71	1,04	4,00	1,23	-1,97
23. Fez aborto ou sua parceira	6,1	38	1,68	1,34	4,32	1,34	-1,86
34. Filho com problemas emocionais	3,9	24	1,78	1,28	3,91	1,35	-1,54
45. Causou dano ou morte a outra pessoa	3,2	20	1,79	1,27	4,05	1,47	-1,30
38. Violência doméstica, abuso sexual	2,4	15	1,13	0,52	4,47	0,83	-4,54
44. Foi violentado sexualmente	1,8	11	1,45	1,21	4,55	1,21	-2,36

*Nota.** Itens 5, 12, 15, 20 e 36 não mostraram diferenças entre médias para $p < 0,05$.

Os eventos avaliados como mais positivos foram: Ingresso em curso universitário, Início de relação amorosa, Viagem, Mudança de residência, Melhoria no relacionamento familiar, Novo emprego, Mudança de status financeiro, Reconciliação amorosa, Novo membro em casa, Ganhando bens, Mudança de carreira, Promoção no trabalho, Família mudou de cidade, Casamento, Conclusão de curso universitário, Gravidez sua ou da parceira e Nascimento de filho.

Dentre os eventos avaliados como mais negativos, estão: Falecimento de familiar, Conflitos com parceiro, Familiar doente, Conflitos com familiares, Morte de animal estimação, Problemas financeiros, Foi rejeitado por quem desejava, Conflitos com chefe, Alcoolismo de familiar, Demissão de familiar, Vítima de assalto, Doença física, Acidente de carro, Reprovação em curso, Dificuldades sexuais, Abusou álcool, drogas, Parceiro foi infiel, Doença mental, Separação, divórcio dos pais, Familiar sofreu acidente, Acidente doméstico ou no trabalho, Internação hospitalar, Brigou com violência, Prisão de familiar, Vítima de assédio sexual, Problemas com uso de drogas/álcool, Fez aborto ou sua parceira, Filho com problemas emocionais, Violência doméstica, abuso sexual, Foi violentado sexualmente e Causou dano ou morte a outra pessoa.

Os eventos que não mostraram diferenças significativas entre a avaliação positiva e negativa foram: Término de relação amorosa, Mudança em atividades sociais, Foi infiel, Demissão e Separação ou divórcio. Esses achados sinalizam para a possibilidade de alguns eventos serem bidimensionais, uma vez que são avaliados como sendo positivos e negativos ao mesmo tempo.

DISCUSSÃO

Um dos objetivos deste estudo foi construir e buscar evidências de validade de uma escala para avaliar a ocorrência e percepção de eventos de vida. No entanto, a partir das análises de componentes principais, não foi possível verificar agrupamentos de itens em dimensões consistentes. Esse resultado sugere que não há evidências de validade de construto para os EV.

Embora inicialmente houvesse a expectativa de obterem-se fatores que agrupassem eventos outrora classificados na literatura em categorias (relativas à educação, trabalho, finanças, saúde, relacionamentos interpessoais etc.; ver, por exemplo, Lüdtke et al., 2011; Payquel, 1997), neste estudo, para qualquer conjunto de eventos, a dispersão entre eles demonstrou ser muito grande. Destaca-se que esse procedimento, referente à validade de conteúdo, não garante a consistência e validade de um instrumento psicológico.

Mesmo que na literatura, ao longo dos anos os EV venham sendo tratados como se constituíssem um construto, os resultados do presente estudo indicam que

não há sustentação para tal tratamento sob um ponto de vista psicométrico. O paradoxo não é criado apenas pelo problema metodológico da pesquisa, mas também por um aspecto conceitual: EV constituem ocorrências múltiplas, geradas no ambiente externo ou até mesmo produzidas pelas pessoas. Essas ocorrências são percebidas e vivenciadas subjetivamente e não se configuram como um conceito global.

Em relação à valência atribuída aos eventos, embora os resultados demonstrem uma tendência da amostra consultada em avaliar alguns eventos como mais positivos e outros como mais negativos (17 deles foram avaliados como mais positivos do que negativos, e 31 foram avaliados como mais negativos do que positivos); cinco eventos foram avaliados tanto positivamente quanto negativamente, sem diferenças de médias entre as duas avaliações.

Ou seja, não há como sustentar um padrão de resposta comum para todos os eventos (não se pode assumir que um evento é positivo, negativo ou estressante a priori). Diante da ocorrência de um evento, é necessário considerar o valor atribuído pelo respondente. Pois, somente ele poderá nos dizer se o término de um relacionamento amoroso, por exemplo, foi um evento positivo ou negativo em sua vida, bem como, o quão positiva e negativa foi esta vivência.

Desta forma, os resultados do presente estudo reforçam a necessidade de considerar-se na pesquisa em EV, a percepção e avaliação subjetiva dos eventos. Sendo assim, é necessário cautela ao se classificarem EV de acordo com uma suposta valência hedônica ou desejabilidade compartilhada; distinguindo os eventos em positivos, negativos e neutros (ver Filipp & Aymanns, 2009; Luhmann et al., 2012).

CONCLUSÃO

Por meio dos resultados obtidos neste estudo, temos uma evidência empírica demonstrando que não há agrupamento consistente e com sentido teórico para os eventos vividos na população estudada. Cada evento de vida é também construído por cada um, constituindo uma experiência subjetiva, embora possa ser ativado no ambiente externo. Então, deparamo-nos com a dificuldade da construção de uma escala que os agrupe em fatores ou dimensões.

Sendo assim, questiona-se a condução de alguns estudos epidemiológicos com base em escalas de eventos. Em geral, as pesquisas envolvendo EV não informam sobre as propriedades psicométricas dos instrumentos utilizados. Em muitos casos, os EV são tratados como se fossem construtos na medida em que são agrupados em dimensões sem referência a validade de construto e conteúdo. Em outros casos, escores totais positivos e negativos são derivados das listas, desconsiderando-se os eventos específicos e as avaliações subjetivas dos respondentes quanto à percepção dos eventos.

Além disso, não foi identificada na literatura nenhuma escala que contemplasse a avaliação positiva e negativa dos eventos simultaneamente. Os resultados do presente estudo demonstram que nenhum evento é apenas negativo ou positivo. Em geral, os eventos foram avaliados como sendo ou mais positivos ou mais negativos, variando na intensidade da avaliação positiva e negativa. Contudo, para cinco deles não houve diferença significativa nas médias das avaliações positivas e negativas. Diante disso, considera-se importante insistir na individualidade do dado e da informação, reconhecendo na avaliação de EV a interação entre o sujeito e os eventos, investigando-se as percepções individuais e capacidades de resposta.

Como limitações do presente estudo, podemos citar a constituição da amostra por conveniência e a ampla faixa etária da amostra, o fato de não ter-se avaliado quando os eventos ocorreram e de não ter-se quantificado o número de ocorrências dos eventos. Sugerimos que em pesquisas futuras, essas variáveis sejam estudadas. Além disso, sugere-se que, ao se estudar a relação dos EV com outras variáveis, tais como BES, Personalidade, *Coping* e o advento de afecções psíquicas, seja melhor investigado o impacto das contribuições relativas à ocorrência dos EV e à avaliação subjetiva dos EV em relação ao BES.

Por exemplo, o que impacta mais no BES, a ocorrência de determinado evento ou a forma como ele é percebido e valorizado por um sujeito? Além disso, em que medida EV são independentes de traços de personalidade? Sugerimos, em estudos futuros, a investigação da relação entre esses fenômenos, bem como, um aprofundamento sobre as implicações da inclusão de avaliações positivas e negativas para um mesmo evento.

REFERÊNCIAS

- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Finkenauer, C., & Vohs, K. D. (2001). Bad is stronger than good. *Review of General Psychology*, 5, 323–370.
- Bifulco, A., Brown, G., Edwards, A., Harris, T., Neilson, E., Richards, C., Robinson, R., (1989). *Life Events and Difficulties Schedule (LEDS-2). Volume 1: Life Events Manual*. Royal Holloway and Bedford New College, University of London, London.
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 917–927.
- Brown, G. W. e Harris, T. (1978). *Social origins of depression*. London: Tavistock.
- Brown, G. W., & Harris, T. O. (1989). *Life events and illness*. New York: Guilford Press
- Brown, G. W., Sklair, F., Harris, T. O. & Birley, J. L. T. (1973). Life events and psychiatric disorders: I. Some methodological issues. *Psychological Medicine*, 3, 74–78.
- Chalise, H. N., Saito, T., Takahashi, M., & Kai, I. (2007). Relationship specialization amongst sources and receivers of social support and its correlations with loneliness and subjective well-being: a cross sectional study of Nepalese older adults. *Archives of gerontology and geriatrics*, 44(3), 299-314.
- Clements, K., & Turpin, G. (1996). The life events scale for students: validation and for use with british samples. *Personality and Individual Differences*, 20(6), 747-751.
- Cochrane, R., & Robertson, A. (1973). The Life Events Inventory: a measure of the relative severity of psychosocial stressors. *Journal of Psychosomatic Research*, 17, 135–139.
- Dell'Aglio, D. D., Benetti, S. P., Deretti, L., D'Incao, D. B., & Leon, J. S. (2005). Eventos estressores no desenvolvimento de meninas adolescentes cumprindo medidas sócio-educativas. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 15(30), 119-129.
- Diener, E., & Oishi, S. (2005). The nonobvious social psychology of happiness. *Psychological Inquiry*, 16(4), 162-167.

- Dohrenwend, B. S. (1985). Social status and responsibility for stressful life events. *Issues of Mental Health and Nurse, 7*, 105–127.
- Dohrenwend B. *Adversity, Stress, and Psychopathology* (1998) New York, NY: Oxford University Press.
- Dohrenwend, B. P. (2006). Inventorying Stressful Life Events as Risk Factors for Psychopathology: Toward Resolution of the Problem of Intracategory Variability. *Psychological Bulletin, 132*(3), 477–495.
- Faravelli, C., Catena, M., Scarpato, A., & Ricca, V. (2007). Epidemiology of Life Events: Life Events and Psychiatric Disorders in the Sesto Fiorentino Study. *Psychotherapy and Psychosomatics, 76*(6), 361-368.
- Farmer, A., Redman, K., Harris, T., Mahmood, A., Sadler, S., Pickering, A., McGuffin (2002). Neuroticism, extraversion, life events and depression. *The British Journal of Psychiatry, 181*, 118-122.
- Filipp, S., & Aymanns, P. (2009). Critical life events and life crises: Coping with the dark sides of life. Stuttgart, Germany: Kohlhammer.
- Fortes-Burgos, A. C. G., Neri, A. L., & Cupertino, A. P. F. B. (2009). Eventos de vida estressantes entre idosos brasileiros residentes na comunidade. *Estud. psicol. (Natal), 14*(1), 69-75.
- Fountoulakis, K. N., Iacovides, A., Kaprinis, S., & Kaprinis, G. (2006). Life events and clinical subtypes of major depression: A cross-sectional study. *Psychiatry Research, 143*, 235– 244
- Frederick, S., & Loewenstein, G. (1999). Hedonic adaptation. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 302–329). New York, NY: Russell Sage Foundation.
- Fredrickson, B. L., & Losada, M. F. (2005). Positive affect and the complex dynamics of human flourishing. *American Psychologist, 60*, 678–686.
- Garcia, C. R. (2007). Eventos de vida em pacientes adultos com transtorno de déficit de atenção/hiperatividade. Unpublished Doctoral dissertation, Programa de Pós-Graduação em Ciências Médicas: Psiquiatria, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS.

- Gomez, V., Krings, F., Bangerter, A., & Grob, A. (2009). The influence of personality and life events on subjective well-being from a life span perspective. *Journal of Research in Personality, 43*, 345–354.
- Gray, M. J., Litz, B. T., Hsu, J. L., & Lombardo, T. W. (2004). Psychometric properties of Life Events Checklist. *Assessment, 11*(4), 330-341.
- Headey, D., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(4), 731-739.
- Holmes, T. H. (1979). *Development and application of a quantitative measure of life change magnitude*. In *Stress and Mental Disorder*, ed. JE Barrett, RM Rose, GL Klerman (pp. 37–54). New York: Raven
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research, 11*, 213–218.
- Jordanova, V., Stewart, R., Goldberg, D., Bebbington, P. E., Brugha, T., Singleton, N., Lindesay, J. E. B., Jenkins, R., Prince, M., & Meltzer, H. (2007). Age variation in life events and their relationship with common mental disorders in a national survey population. *Social Psychiatry and Psychiatric and Epidemiology Journal, 611*-616.
- Kessler, R. C. (1997). The effects of stressful life events on depression. *Annual Review of Psychology, 48*, 191-214.
- Kohn, Y., Zislin, J., Agid, O., Hanin, B., Troudart, T., Shapira, B., Bloch, M., Gur, E., Ritsner, M., & Lerer, B (2001). Increased Prevalence of Negative Life Events in Subtypes of Major Depressive Disorder. *Comprehensive Psychiatry, 42*(1), 57-63.
- Kolarik, B. (2010). The Relation of Recalled Life Events, Childhood Relationships with Parents and Meaning in Life. *Research on Steiner Education, 1*(2), 96-116.
- Larsen, R. J., & Prizmic, Z. (2008). Regulation of emotional well-being: Overcoming the hedonic treadmill. In M. Eid & R. J. Larsen (Eds.), *The science of subjective well-being* (pp. 258–289). New York, NY: Guilford Press.
- Leskela, U.S., Melartin, T.K., Lestela-Mielonen, P.S., Rytsala, H.J., Sokero, T.P., Heikkinen, M.E. & Isometsa, E.T. (2004) Life events, social support, and onset

- of major depressive episode in Finnish patients. *Journal of Nervous Mental Disorders*, 192(5), 373–381.
- Lucas, R. E. (2005). Time does not heal all wounds: A longitudinal study of reaction and adaptation to divorce. *Psychological Science*, 16, 945–950.
- Lucas, R. E. (2007). Long-term disability is associated with lasting changes in subjective well-being: Evidence from two nationally representative longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 717–730.
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2003). Reexamining adaptation and the set point model of happiness: Reactions to changes in marital status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 527–539.
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2004). Unemployment alters the set point for life satisfaction. *Psychological Science*, 15, 8–13.
- Lüdtke, O., Roberts, B. W., Trautwein, U., & Nagy, G. (2011). A random walk down university avenue: Life paths, life events, and personality trait change at the transition to university life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(3), 620–637.
- Luhmann, M., Hofmann, W., Eid, M., & Lucas, R. E. (2012). Subjective Well-Being and Adaptation to Life Events: A Meta-Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7, 186–189.
- Margis, R., Picon, P., Cosner, A. F., & Silveira, R. O. (2003). Stressful life-events, stress and anxiety. *Revista de psiquiatria Rio Grande do Sul*, 25(1), 65–74.
- Morse, J. Q. & Robins, C. J. (2005). Personality-life event congruence effects in late-life depression. *Journal of Affective Disorders*, 84, 25–31.
- Murray, W., E. & Cox, B. J. (2005). Psychosocial and Clinical Predictors of Symptom Persistence vs Remission in Major Depressive Disorder. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 50, 769–777.
- Oliveira, M. G., Fonseca, P. P., & Del Porto, J. A. (2002). Versão brasileira da entrevista de Paykel para eventos de vida recentes. *Revista brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 4(1), 47–61

- Paykel, E. S., Rao, B. M., & Taylor, C. N. (1984). Life stress and symptom pattern in outpatient depression. *Psychological Medicine, 14*, 559-568.
- Paykel, E. S. (1994). Life events, social support and depression. *Acta Psychiatrica Scandinavica Supplement, 377*, 50–58.
- Paykel, E.S. (1997). The Interview for Recent Life Events. *Psychological Medicine, 27*(2), 301–310.
- Paykel, E.S. (2003). Life events and affective disorders. *Acta Psychiatrica Scandinavica Supplement, 418*, 61–66.
- Rafanelli, C., Roncuzzi, R., Milaneschi, Y., Tomba, E., Colistro, M.C., Pancaldi, L.G. & Di Pasquale, G. (2005). Stressful life events, depression and demoralisation as risk factors for acute coronary heart disease. *Psychotherapy and Psychosomatics, 74*(3), 179–184.
- Reich, J. W. & Zautra, A. (1981). Life events and personal causation: some relationships with satisfaction and distress. *Journal of personality and social psychology, 41*(5), 1002-1012.
- Sarason, I. G., Johnson, J. H., & Siegel, J. M. (1978). Assessing the impact of life changes: Development of the life experiences survey. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 46*, 932–946.
- Savoia, M. G., & Bernik, M. (2004). Adverse life events and coping skills in panic disorder. *Revista do Hospital de Clínicas da Faculdade de Medicina de São Paulo 59*(6), 337-340.
- Schimmack, U., & Diener, E. (2003). Predictive validity of explicit and implicit self-esteem for subjective well being. *Journal of Research in Personality, 37*(2), 100–106.
- Schroeder, D. H., & Costa, P. T. (1984). Influence of life event stress on physical illness: substantive effects or methodological flaws? *Journal of Personality and Social Psychology, 4*, 853-863.
- Sheril, J., Cueller, A. K., Ruggero, C., Winett-Perlman, C. , Goodnick, P., White, R., & Miller, I. (2008). Life Events as Predictors of Mania and Depression in Bipolar I Disorder. *Journal of Abnormal Psychology, Volume 117*(2), 268–277.

- Spurgeon, A., Jackson, C. A. & Beach, J. R. (2001). The life events inventory: re-scaling based on an occupational sample. *Occupational Medicine*, 51(4), 287-293.
- Tessner, K. D., Mittal, V., & Walker, E. F. (2011). Longitudinal Study of Stressful Life Events and Daily stressors Among Adolescents at High Risk for Psychotic Disorders. *Schizophrenia Bulletin*, 31(2), 432-441.
- Voss, E., Stegmann, A., & Schroder, J. (2006). Stressful life events, protective factors and depressive disorders in middle adulthood. In: H. W. Wahl, H. Brenner, H. Mollenkopf, D. Rothenbacher und C. Rott (Eds.) *The Many Faces of Health, Competence and Well-being in Old Age: Integrating Epidemiological, Psychological and Sociological Perspectives*, 99- 113.
- Whittington, J. E., & Huppert, F. A. (1998). Neuroticism, psychiatric symptoms and life events. *Personality and Individual Differences*, 24(1), 97-107.

CAPÍTULO III

AS CONTRIBUIÇÕES DA PERSONALIDADE E DOS EVENTOS DE VIDA PARA O BEM-ESTAR SUBJETIVO

Carla Woyciekoski*

carwpsi@hotmail.com

Jean Carlos Natividade*

jeannatividade@gmail.com

Claudio Simon Hutz*

claudio.hutz@terra.com.br

* Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Rua Ramiro Barcelos, 2600/101. Porto Alegre – RS - Brasil - (55) 51-33085246.

RESUMO

O objetivo deste estudo foi examinar as contribuições das dimensões de Personalidade no Modelo dos Cinco Grandes Fatores e dos Eventos de Vida (EV) nos níveis de Afetos Positivo e Negativo, e de Satisfação de Vida (variáveis que compõem o Bem-estar Subjetivo - BES). Participaram 274 estudantes universitários de ambos os sexos, os quais responderam a quatro instrumentos: PANAS (para avaliar afetos), Escala de Satisfação de Vida, LEV (para avaliar eventos de vida) e BFP (para avaliar as dimensões da personalidade). Os resultados apontam para uma interação entre personalidade e eventos (ocorrência e avaliação) influenciando o BES. Embora no presente estudo, a ocorrência e a avaliação subjetiva de alguns eventos tenham contribuído para explicar o BES, observa-se que as dimensões de personalidade foram as variáveis que mais fortemente o predisseram. Esses resultados sugerem que a personalidade contribui mais para explicar a felicidade do que os eventos de vida.

Palavras chave: personalidade; eventos de vida; satisfação de vida; afetos.

ABSTRACT

The objective of this study was to examine the contributions of the five dimensions of the Big Five Personality Factors and Life Events (LE) in the levels of positive and negative affect, and Life Satisfaction (variables that make up the Subjective Well-being - SWB). Participants were 274 college students of both sexes, who responded to four instruments: PANAS (to assess affects), Life Satisfaction Scale, LEV (to assess life events) and BFP (to assess the dimensions of personality). The results suggest an interaction between personality and events (occurrence and evaluation) influencing the SWB. Although in the present study, the occurrence of some events contribute to explain the SWB, it is observed that the dimensions of personality were the variables that most strongly predicted it, indicating that some people may be happier because of their personalities. The results suggest that personality contributes more to explain happiness than life events.

Key-words: personality; life events; life satisfaction; affects.

INTRODUÇÃO

O sentimento de felicidade tem despertado o interesse de pensadores ao longo dos séculos. O seu estudo científico compreende esforços no sentido da caracterização desse sentimento, bem como na identificação de suas causas e seus efeitos na subjetividade e na vida das pessoas. Diener (1984) desenvolveu estudos sobre esse tema e utilizou o termo Bem Estar Subjetivo (BES) como um conceito científico relacionado à felicidade. Desde então, o BES tem ganhado destaque na pesquisa, passando a ser estudado e medido de forma sistemática.

O BES é considerado um fenômeno amplo que inclui respostas emocionais do indivíduo e julgamentos globais sobre sua satisfação com a vida. O BES refere-se a como as pessoas se sentem e a como avaliam suas vidas (Diener, 1984; Eid & Larsen, 2008). Ou seja, BES engloba respostas emocionais que correspondem a emoções e humores, juntos denominados de Afetos, e julgamentos sobre a satisfação com a vida, os quais são considerados aspectos cognitivos do bem-estar. Nessa perspectiva, o BES engloba dois componentes inter-relacionados, que formam um fator global: satisfação de vida (também conhecida como BES Cognitivo) e Afeto Positivo e Negativo (ou BES Afetivo) (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999; Luhmann, Hofmann, Eid, & Lucas, 2012).

Um conjunto de fatores pode ser listado como influenciando o BES, dentre eles os intrínsecos ao indivíduo, como personalidade, valores, crenças, religiosidade, estratégias de *coping*, condições de saúde física; e os fatores extrínsecos, tais como aspectos socioeconômicos, culturais e eventos de vida (Woyciekoski, Stenert, & Hutz, *in press*). Mas ainda há incerteza sobre quais fatores mais influenciam o bem-estar, bem como quais são os preditores mais significativos dentre os comumente citados (Zhang et al., 2009).

Diener et al. (1999) defenderam que as interpretações subjetivas das circunstâncias objetivas são mais determinantes do BES do que as circunstâncias em si. Da mesma forma, Margis, Picon, Cosner e Silveira (2003) argumentaram que a resposta ao estresse depende, em grande medida, da maneira como o indivíduo filtra e processa a informação e de sua avaliação sobre as situações ou estímulos a serem considerados como relevantes, agradáveis, aterrorizantes etc. Esta avaliação

determina o modo de responder diante de uma situação estressora e a forma como o mesmo será afetado pelo estresse.

Em relação às avaliações cognitivas do BES, foram reportados resultados que as relacionam com traços de personalidade (Diener, Oishi, & Lucas, 2003). Alguns achados sugerem que a influência da personalidade no bem-estar é substancial, constituindo-se como um dos seus mais fortes e consistentes preditores (Garcia & Erlandsson, 2011; Lucas & Diener, 2008; Steel, Schmidt, & Shultz, 2008). Por exemplo, Hayes e Joseph (2003) demonstraram que a personalidade explicou de 32% a 56% da variância dos escores em BES, dependendo da definição operacional de BES e do tipo de escala utilizada. Num estudo conduzido por Brajsa-Zganec, Ivanovic e Lipovcan (2011), personalidade explicou 17% da variância de Satisfação de Vida, 37% de Afeto Positivo e 52% de Afeto Negativo.

Destacam-se entre os estudos que relacionam o BES e personalidade, os que utilizam o modelo dos Cinco Grandes Fatores (CGF) (ver Hutz et al., 1998). Os fatores Extroversão e Neuroticismo têm sido apontados como as principais dimensões relacionadas ao BES (Costa & McCrae, 1980; Diener & Suh, 1998; Grant, Langan-Fox, & Anglim, 2009; Lüdtke, Roberts, Trautwein, & Nagy, 2011; Nunes, Hutz, & Giacomoni, 2009; Steel et al., 2008). Em estudos longitudinais, Costa e McCrae (1980) concluíram que Extroversão e Neuroticismo predisseram Afeto Positivo e Afeto Negativo, respectivamente, ao longo de um período de cinco anos. Outros autores também destacaram a associação de Extroversão com a presença de afeto positivo e Neuroticismo com a presença de afeto negativo (Brajsa-Zganec et al., 2011; Garcia & Erlandsson, 2011; Lucas e Diener, 2009). No Brasil, em uma amostra de estudantes do ensino médio e universitários (Hutz, Nunes, Serra, Silveira & Anton, 1999) foram obtidas correlações significativas entre os fatores Neuroticismo e Extroversão com BES.

Garcia e Erlandsson (2011) demonstraram que esses dois fatores de personalidade se correlacionaram significativamente com BES (frequência e intensidade do afeto). Todavia, o efeito de Neuroticismo foi mais forte com o componente afetivo do BES, medido através da frequência. Enquanto Extroversão apenas se correlacionou com a frequência de Afeto Positivo, Neuroticismo correlacionou-se com uma maior frequência de Afeto Negativo e menos Afeto

Positivo. Em relação à intensidade dos Afetos, Extroversão correlacionou-se com uma maior intensidade de Afeto Positivo e Negativo, e Neuroticismo apenas associou-se com intensidade de Afeto negativo. A consistência dos achados impulsionou pesquisadores a propor que Extroversão e Neuroticismo oferecem a conexão primária entre personalidade e BES (Diener et al., 2003; Gomez, Krings, Bangerter & Grob, 2009).

Outras dimensões do modelo CGF também demonstram relações significativas com o BES. Num estudo conduzido por Brajsa-Zganec e colaboradores (2011), foram obtidas correlações entre altos níveis de Realização e Afeto Positivo. McCrae e Costa (1991) propuseram que Socialização e Realização constituem traços que levam a experiências mais positivas em situações sociais e de conquistas, respectivamente, o que por sua vez, aumenta o BES. Segundo Diener, Suh e Oishi (1997), estas variáveis estariam relacionadas devido a recompensas ambientais. Pessoas que são sociáveis e com altos escores em Realização podem receber mais reforços positivos e por isso, experienciar níveis mais altos de BES. Um indivíduo com altos níveis de Realização tende a obter melhores notas, ser melhor remunerado e até mesmo pode ter uma maior probabilidade de ter um bom casamento (Donnellan, Conger, & Bryant, 2004; Ozer & Benet-Martínez, 2006).

Ou seja, embora Realização não produza diretamente maiores níveis de BES, pode levar a pessoa a obter recompensas que promovam ou elevem o BES. Hayes e Joseph (2003) pontuaram que Realização constitui um melhor preditor de satisfação de vida do que Extroversão. Considerando que Satisfação de Vida abrange elementos cognitivos e avaliativos do bem-estar, é plausível estabelecer que Realização seja um bom preditor desses aspectos da felicidade. Realização é um fator relevante porque reflete uma maior probabilidade das pessoas atuarem de forma mais bem sucedida e conquistarem suas metas (Nunes, Hutz & Nunes, 2010).

Adicionalmente, Abertura para Experiência tem sido relacionada a afeto positivo e negativo. Num estudo conduzido por Gutiérrez, Jiménez, Hernández e Puente (2005), Abertura constituiu um preditor significativo de afeto positivo e também se correlacionou com afeto negativo. Similarmente, Diener e colaboradores (1997) propuseram que esse Fator se relaciona com intensidade emocional

(experiência de emoções agradáveis e desagradáveis) e em geral, não se relaciona com equilíbrio hedônico.

Esses resultados nos permitem pensar que algumas pessoas podem ser mais felizes em função de suas personalidades e dos recursos internos que dispõem. Contudo, além da importante contribuição de traços de personalidade, outros estudos também têm enfatizando a investigação do impacto dos Eventos de Vida (EV) no BES (Headey & Wearing, 1989; Lucas, 2005; 2007b; Luhmann et al., 2012).

A fim de explicitar a relação entre essas variáveis, cabem os seguintes questionamentos: A ocorrência de EV têm os mesmos efeitos em diferentes indivíduos? Ou, a percepção das pessoas sobre o evento, bem como seus recursos para lidar com eles também são aspectos essenciais a serem considerados no estudo das relações entre os EV e o BES? O que impacta mais o BES, a ocorrência ou a percepção subjetiva dos eventos? Estes questionamentos são pertinentes, uma vez que estudos sobre as relações entre essas variáveis nem sempre diferenciam o dado relativo à ocorrência e o dado relativo à avaliação do impacto dos EV.

Além disso, parece não haver consenso nas explicações sobre as relações entre os EV e o BES, tampouco se a explicação ultrapassa os efeitos da personalidade. Segundo Luhmann e colaboradores (2012), a maior parte dos estudos com corte transversal dá suporte à noção de que os EV não têm efeitos duradouros no BES (Frederick & Loewenstein, 1999).

Por outro lado, estudos longitudinais sobre os efeitos dos EV no BES têm demonstrado que esses efeitos podem persistir ao longo de vários anos (ver Lucas, 2007a para uma revisão). Dentre os achados desses estudos, destaca-se que a reação inicial aos eventos, bem como o índice e tempo de adaptação aos eventos variaram entre os distintos EV. Por exemplo, numa pesquisa conduzida por Lucas, Clark, Georgellis e Diener (2003), a reação inicial ao casamento foi positiva, a adaptação subsequente foi rápida e concluída em média até dois anos de casamento. Em outras pesquisas, o tempo necessário para adaptação a eventos tais como tornar-se deficiente, viúvo ou divorciado, foi maior (Lucas, 2005; 2007b; Lucas et al., 2003). Além disso, Lucas (2007b) observou uma redução no níveis de satisfação de vida após ocorrência de acidente seguido de deficiência física, não havendo recuperação dos níveis anteriores ao longo de quatro anos.

Headey e Wearing (1989) propuseram que as pessoas podem oscilar nas suas respostas emocionais a eventos, mas acabam retornando a um nível básico de BES, variável em cada pessoa (a um Afeto positivo ou negativo predominante). Os autores sugeriram uma teoria do equilíbrio, na qual a personalidade seria responsável pelos níveis básicos de respostas emocionais. Crowley, Hayslip e Hobdy (2003) destacaram que diversos fatores podem mediar a relação entre EV e a possibilidade da ocorrência de estresse subsequente: recursos variados poderiam amenizar os efeitos do estresse, tais como suporte social, estratégias de *coping*, além de características de personalidade. Kozma, Stone e Stones (1997) investigaram os fatores que determinam o BES e concluíram que o ambiente, a personalidade e estilos afetivos formam um conjunto que contribui para a estabilidade do BES. Porém, segundo os autores, fatores ambientais estáveis forneceram a menor contribuição e não puderam explicar, isoladamente, a estabilidade em BES.

Os achados indicam para uma interação entre personalidade, eventos e ambiente influenciando o BES. Contudo, não há muita pesquisa que investigue essas interações, e as existentes apresentam concepções opostas de interacionismo. Por exemplo, alguns autores preconizam uma relação causal de eventos produzindo afecções psíquicas e sintomatologia médica, enquanto outros ressaltam o papel dos traços de personalidade, bem como de outras variáveis, interferindo nesta relação, e até, produzindo os eventos (Chalise, Saito, Takahashi, & Kai, 2007; Garcia, 2007; Headey, & Wearing, 1989; Margis et al., 2003; Savoia & Bernik, 2004).

Sendo assim, compreender as variáveis que podem causar mudanças nos níveis de BES de um indivíduo demonstra-se uma tarefa instigante. Sobretudo, ao considerar que a adaptação aos eventos não constitui um fenômeno universal (Diener, Lucas, & Scollon, 2006). Uma abordagem interacionista, a qual postula a interrelação entre personalidade e fatores externos (onde poderemos incluir os eventos de vida) parece, além de plausível, ser necessária para um melhor entendimento dos fatores que podem ocasionar um maior ou menor BES.

A partir desses apontamentos buscou-se, neste estudo, (1) investigar as relações entre fatores de personalidade, eventos de vida e as dimensões do BES, Afetos e Satisfação de Vida; e (2) testar o poder preditivo dos eventos de vida e de fatores de personalidade para os Afetos e a Satisfação de Vida.

MÉTODO

Participantes

Participaram 274 estudantes universitários escolhidos por conveniência, com média de idade de 26,7 anos ($DP=8,7$), sendo que 69% eram mulheres, e todos provenientes de três universidades da região metropolitana de Porto Alegre - RS.

Instrumentos

Utilizou-se um questionário contendo duas questões sociodemográficas (sexo e idade) e os seguintes instrumentos:

Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo (PANAS: Watson, Clark, & Tellegen, 1988; adaptada para o português por Giacomoni & Hutz, 1997): é formada por 40 itens distribuídos em dois fatores - Afeto positivo e Afeto negativo. Cada fator é composto por 20 adjetivos que representam humores e emoções, como, por exemplo: amável, cuidadoso, aflito, impaciente. Os adjetivos são avaliados pelos participantes em uma escala *Likert* de cinco pontos, em que devem marcar o quanto concordam que cada um deles os descreve adequadamente. Quanto mais próximo do cinco, mais concordam que os adjetivos os descrevem adequadamente.

Escala de Satisfação de Vida (ESV: Pavot & Diener, 1993; adaptado para o português por Hutz, Bardagi, Souza, & Sternert, 2009): é composta de cinco itens em formato *Likert* de sete pontos, em que os participantes devem marcar o quanto concordam com cada um deles. Quanto mais próximo do sete, maior o grau de concordância e, conseqüentemente, a satisfação de vida.

Bateria Fatorial de Personalidade (BFP: Nunes, Hutz, & Nunes, 2010): é utilizada para avaliar a personalidade a partir do modelo dos Cinco Grandes Fatores de Personalidade. A bateria é composta por 126 itens em formato *Likert* de sete pontos em que os participantes devem julgar o quanto cada uma das afirmativas se aplica a eles. Os itens abrangem as cinco dimensões da personalidade do modelo: Socialização, 28 itens, refere-se aos tipos de interação que vão da compaixão ao antagonismo, responsividade, empatia, cooperatividade; Realização, 21 itens, verifica o grau de organização, persistência, controle e motivação para alcançar um objetivo; Extroversão, 25 itens, afere níveis de interação interpessoal em termos de quantidade e intensidade, níveis de atividade, necessidade de estimulação; Neuroticismo, 29

itens, avalia o nível de ajustamento emocional e instabilidade, grau de realidade, tolerância à frustração e respostas de *coping* não adaptativas, níveis de vulnerabilidade, autocrítica e impulsividade, ansiedade e depressão; e Abertura, 23 itens, avalia comportamentos exploratórios e valorização dos mesmos, tal como a convencionalidade.

Lista de Eventos de Vida (LEV: Woyciekoski, Natividade, & Hutz, 2012): uma lista com 53 eventos de vida selecionados a partir de uma revisão da literatura. São exemplos de eventos: conclusão de curso universitário; demissão; conflitos com o parceiro. Ao lado de cada evento os participantes deveriam indicar se ele ocorreu em suas vidas; e julgar quão intenso positivamente e negativamente foi o evento, em duas escalas distintas de cinco pontos, tal que 1 = nada positivo/negativo e 5 = muito positivo/negativo.

Procedimentos

Os participantes foram localizados em duas universidades privadas e uma pública da região metropolitana de Porto Alegre – RS. Após contatos com os Departamentos e Professores, e explicações sobre os objetivos da pesquisa, procedeu-se com a aplicação coletiva dos questionários nas salas de aula das instituições, em horários cedidos para a pesquisa. O instrumento era preenchido individualmente e os pesquisadores colocavam-se a disposição para dirimir dúvidas relacionadas ao preenchimento. A pesquisa obteve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Calcularam-se as médias para Afeto positivo, Afeto negativo e Satisfação de Vida e testaram-se as diferenças de sexo para cada uma delas através de teste *t* de *Student*. Também foram conduzidas correlações entre os escores nos domínios do bem estar (Afetos e Satisfação de Vida), os cinco fatores de personalidade, a avaliação global sobre os eventos de vida (descrito abaixo) e a idade dos participantes através de correlações de *Pearson*.

A partir do julgamento de quão positivo e quão negativo foram os eventos vivenciados pelos participantes, subtraiu-se da avaliação positiva o valor da avaliação negativa e obteve-se o índice de avaliação geral sobre cada um dos eventos ocorridos. Posteriormente calculou-se a média das avaliações dos eventos que ocorreram com

cada participante, a fim de caracterizar um índice de avaliação global sobre os eventos de vida. Essas avaliações sobre o evento poderiam variar de -4, quando a avaliação sobre os eventos foi percebida como muito negativa (ponto 5 na escala) e nada positiva (ponto 1 na escala), a +4, quando a avaliação sobre os eventos foi considerada muito positiva (ponto 5 na escala) e nada negativa (ponto 1 na escala).

A partir das respostas à LEV, agruparam-se os participantes entre aqueles que declararam ter vivenciado e os que afirmaram não ter vivenciado cada um dos eventos. Testaram-se, então, as diferenças de médias entre os dois grupos em cada um dos eventos para Afeto positivo, Afeto negativo e Satisfação de Vida através do teste *t* de *Student* (tal procedimento visou filtrar, em função das limitações amostrais, o número de eventos vivenciados a serem incluídos nos modelos de predição). Os eventos com diferenças significativas entre os grupos foram incluídos como variáveis independentes (*dummy coding*: 0=não ocorreu o evento, 1=ocorreu o evento), juntamente com a avaliação geral sobre eles, nas análises de modelos preditivos para Afeto positivo, Afeto negativo e Satisfação de Vida. Esses modelos foram efetuados através de regressões lineares múltiplas, método *stepwise*, incluindo-se como variáveis independentes, além das citadas acima: os fatores de personalidade e a avaliação global sobre os eventos.

RESULTADOS

A média em Afeto positivo, para todos os participantes foi de 3,20 ($DP=0,59$), para Afeto negativo foi de 2,26 ($DP=0,76$) e para Satisfação de Vida foi de 4,90 ($DP=1,14$). Não houve diferenças entre os sexos para Afeto positivo [$t(255)=0,61$; $p=0,54$] e Afeto negativo [$t(258)=0,97$; $p=0,33$]; contudo, em Satisfação de Vida, a média das mulheres ($M=5,01$; $DP=1,11$) foi superior a dos homens ($M=4,69$; $DP=1,19$) [$t(258)=2,10$; $p<0,05$].

Na Tabela 1 são apresentadas as correlações entre as variáveis do estudo. Satisfação de Vida e Afeto Positivo e Negativo não apresentaram correlação significativa com a idade dos participantes. Para Afeto Positivo verificaram-se correlações significativas com todos os fatores de personalidade, sendo as mais fortes com Extroversão (positiva) e Neuroticismo (negativa). Afeto Negativo correlacionou-se com três fatores de personalidade, mais fortemente com Neuroticismo (positiva).

Já a Satisfação de Vida apresentou correlações com quatro fatores de personalidade, três delas de valores similares: Extroversão e Socialização, positivamente e Neuroticismo, negativamente; além de ter relacionado-se a Realização.

Tabela 1

Correlações Bem Estar Subjetivo, Personalidade e Avaliação Global sobre Eventos de Vida

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
(1) Afeto Positivo								
(2) Afeto Negativo	-0,37**							
(3) Satisfação de vida	0,54**	-0,36**						
(4) Extroversão	0,48**	-0,14*	0,32**					
(5) Socialização	0,14*	-0,23**	0,33**	0,11				
(6) Realização	0,16*	0,02	0,18**	0,14*	0,29**			
(7) Abertura	0,19**	<0,01	0,03	0,25**	-0,03	0,09		
(8) Neuroticismo	-0,39**	0,58**	-0,37**	-0,20**	-0,30**	-0,22**	-0,05	
Avaliação global eventos	0,24**	-0,27**	0,27**	0,15*	0,05	-0,03	-0,03	-0,23**

Nota. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

As avaliações que os participantes fizeram sobre os eventos que vivenciaram foram mais positivas do que negativas, a média de avaliação global foi de 0,13 ($DP=0,91$). Ainda, todos os três domínios do bem estar correlacionaram-se com a avaliação global sobre os eventos, tal que Afeto positivo e Satisfação de Vida de forma positiva e Afeto negativo de maneira negativa. A ocorrência ou não dos Eventos de Vida mostrou-se discriminador para Afeto positivo em sete eventos, conforme mostra a Tabela 2. Para Afeto negativo três eventos apresentaram médias diferentes entre aqueles que os vivenciaram e os que não os vivenciaram. Em Satisfação de Vida houve distinção entre os dois grupos para oito eventos.

Tabela 2

Médias e Desvios Padrões em Afetos Positivo e Negativo e Satisfação de Vida entre Grupos de Participantes de Acordo com a Ocorrência do Evento de Vida

Eventos	Ocorrência na vida							<i>d</i>
	Sim			Não				
	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>		
<i>Afeto Positivo</i>								
7. Obtenção de promoção no trabalho	76	3,32	0,58	184	3,15	0,59	0,30	
9. Mudança significativa no status financeiro	142	3,26	0,56	118	3,12	0,61	0,25	
11. Início de relação amorosa/namoro	235	3,24	0,56	25	2,76	0,64	0,80	
12. Término de relação amorosa/namoro	206	3,26	0,57	54	2,98	0,63	0,46	
42. Foi vítima de assalto ou sequestro	88	3,34	0,53	172	3,12	0,60	0,39	
47. Teve doença mental, emocional ou física	58	3,06	0,60	202	3,24	0,58	-0,29	
53. Ganhou ou adquiriu bem móvel ou imóvel	109	3,35	0,53	151	3,09	0,60	0,47	
<i>Afeto Negativo</i>								
30. Família mudou-se para outra cidade	50	2,05	0,66	213	2,32	0,77	-0,38	
47. Teve doença mental, emocional ou física	57	2,63	0,88	206	2,16	0,69	0,60	

53. Ganhou ou adquiriu bem móvel ou imóvel	108	2,13	0,72	155	2,36	0,77	-0,31
<i>Satisfação de vida</i>							
5. Demissão	73	4,61	1,17	191	5,01	1,11	-0,35
6. Novo emprego	168	4,73	1,17	96	5,19	1,04	-0,41
10. Problemas financeiros	141	4,66	1,12	123	5,17	1,11	-0,46
13. Casamento	58	5,18	1,01	206	4,82	1,17	0,33
17. Foi rejeitado por homem/mulher que desejava	137	4,72	1,12	127	5,09	1,14	-0,33
27. Aumento discussões/conflitos com familiares/amigos	147	4,73	1,15	117	5,10	1,10	-0,33
47. Teve doença mental, emocional ou física	58	4,58	1,23	206	4,99	1,10	-0,35
53. Ganhou ou adquiriu bem móvel ou imóvel	110	5,13	1,04	154	4,73	1,18	0,36

Nota. Todas as diferenças são significativas para $p < 0,05$. Não são apresentados os eventos cujas diferenças entre ocorrência e não ocorrência não foram significativas.

No modelo preditivo para Afeto positivo, Tabela 3, os fatores de personalidade extroversão e neuroticismo explicaram a maior parte da variância dos dados (30%), sendo que acréscimos em Extroversão proporcionaram aumentos nos níveis de Afeto positivo e incrementos em neuroticismo contribuíram para diminuir os escores desse Afeto. Para Afeto negativo, Tabela 4, a variável que mais explicou a variância foi o fator neuroticismo (32%), tal que aumentos nos escores de neuroticismo predisseram níveis mais altos desse Afeto. O modelo para a satisfação de vida, Tabela 5, também apresentou o fator Neuroticismo como o mais explicativo para a variância (13%); nesse caso, aumentos em neuroticismo acarretaram diminuições em satisfação de vida.

Tabela 3

Preditores de Afeto Positivo

Variáveis	Afeto Positivo					
	B	β	R^2	ΔR^2	$F (gl)$	p
<i>Constante</i>	2,38					
Extroversão	0,27	0,40	0,22	0,22	76,3 (1,272)	<0,01
Neuroticismo	-0,18	-0,25	0,30	0,08	59,2 (2,271)	<0,01
42. Ocorreu assalto ou sequestro	0,22	0,18	0,33	0,03	45,0 (3,270)	<0,01
12. Ocorreu término de relação amorosa	0,21	0,15	0,35	0,02	37,0 (4,269)	<0,01
Avaliação global sobre eventos	0,09	0,15	0,37	0,02	32,1 (5,268)	<0,01

Nota. Foram incluídas como variáveis predictoras no modelo: os cinco fatores de personalidade, a avaliação global sobre os eventos de vida e os eventos com diferenças significativas entre aqueles que os vivenciaram e os que não os vivenciaram (*dummy-coding*) e as suas respectivas avaliações gerais.

Tabela 4
Preditores de Afeto Negativo

Variáveis	Afeto Negativo					
	B	β	R^2	ΔR^2	$F (gl)$	p
<i>Constante</i>	0,56					
Neuroticismo	0,49	0,54	0,32	0,32	129,0 (1,272)	<0,01
47. Ocorreu doença mental, emocional ou física	0,26	0,15	0,35	0,02	71,7 (2,271)	<0,01
30. Ocorreu mudança da família para outra cidade	-0,24	-0,13	0,36	0,02	51,6 (3,270)	<0,01
Realização	0,14	0,14	0,38	0,01	40,7 (4,269)	<0,01
Socialização	-0,12	-0,11	0,39	0,01	33,8 (5,268)	<0,01

Nota. Foram incluídas como variáveis preditoras no modelo: os cinco fatores de personalidade, a avaliação global sobre os eventos de vida e os eventos com diferenças significativas entre aqueles que os vivenciaram e os que não os vivenciaram (*dummy-coding*) e suas respectivas avaliações gerais.

Tabela 5
Preditores da Satisfação de Vida

Variáveis	Satisfação de vida					
	B	β	R^2	ΔR^2	$F(gl)$	P
<i>Constante</i>	4,07					
Neuroticismo	-0,34	-0,25	0,13	0,13	39,9 (1,272)	<0,01
Extroversão	0,28	0,21	0,20	0,06	32,0 (2,271)	<0,01
Socialização	0,37	0,23	0,23	0,04	27,7 (3,270)	<0,01
10. Ocorreram problemas financeiros	-0,45	-0,20	0,28	0,05	26,3 (4,269)	<0,01
Avaliação geral evento: 47. Teve doença mental, emocional ou física	0,26	0,14	0,30	0,02	22,8 (5,268)	<0,01
6. Ocorreu novo emprego	-0,26	-0,11	0,31	0,01	20,0 (6,267)	<0,01

Nota. Foram incluídas como variáveis predictoras no modelo: os cinco fatores de personalidade, a avaliação global sobre os eventos de vida e os eventos com diferenças significativas entre aqueles que os vivenciaram e os que não os vivenciaram (*dummy-coding*) e suas respectivas avaliações gerais.

Entre os eventos de vida cujas ocorrências explicam o bem estar, mas com pouca quantidade de variância explicada, destaca-se que ter vivenciado um assalto e ter experimentado um término de relacionamento amoroso proporcionaram incrementos em Afeto positivo. De outro modo, já ter vivenciado a mudança da família para outra cidade diminuíram os escores de Afeto negativo, enquanto ter vivenciado uma doença mental ou física aumentou os níveis de Afeto negativo. Por fim, ter vivido problemas financeiros e um novo emprego reduziram os escores em Satisfação de vida.

DISCUSSÃO

Os resultados das correlações mostraram que Afeto positivo está positivamente correlacionado com os fatores Extroversão, Socialização, Realização e Abertura, sendo moderada a correlação com Extroversão e fraca com os demais

fatores. Esse resultado está de acordo com os encontrados por Diener e Lucas (1999), Hayes e Joseph (2003), McCrae e Costa (1991), Nunes, Hutz e Giacomoni (2009). Além disso, Afeto positivo correlacionou-se negativamente com Neuroticismo, tal como apontaram Costa e McCrae (1980). Quanto à avaliação global dos eventos de vida, houve correlação positiva com Afeto Positivo, sugerindo que quanto mais os participantes avaliam como positivos os eventos que ocorreram em suas vidas, maiores os níveis de Afeto positivo.

Afeto negativo correlacionou-se positivamente e moderadamente com o fator Neuroticismo, resultado compatível com os achados da literatura nacional e internacional (Costa & McCrae, 1980; Haslam, Whelan, & Bastian, 2009; Nunes et al., 2009). Socialização e Extroversão foram os outros dois fatores de personalidade que apresentaram correlações negativas e fracas, com Afeto Negativo, assim como as obtidas no estudo conduzido por Haslam et al. (2009). A avaliação global sobre os eventos de vida mostrou correlação negativa com Afeto negativo, indicando que avaliações mais positivas sobre os eventos que ocorreram na vida relacionam-se com menores pontuações em Afeto negativo.

A SV correlacionou-se moderadamente com os fatores Extroversão, Socialização e Neuroticismo, com os dois primeiros positivamente, e com o último negativamente. Esses resultados corroboram estudos anteriores (Diener & Lucas, 1999; DeNeve & Cooper, 1998; Nunes et al, 2009). Ainda se pode observar uma correlação positiva, embora fraca, com o fator Realização, assim como encontraram Brajsa-Zganec et al. (2011), e Hayes e Joseph (2003).

Considerando que a escala de SV mensura elementos cognitivos e avaliativos do bem-estar, é plausível estabelecer que Realização contribua para predizer esses aspectos da felicidade. Realização é um fator relevante porque reflete uma maior probabilidade das pessoas de funcionar de forma mais bem sucedida e conquistar suas metas. A correlação com a avaliação global dos eventos e SV indica que quanto mais positivamente são avaliados os acontecimentos, maior a SV. Esses resultados são plausíveis, uma vez que SV envolve uma avaliação positiva da vida. Assim, pessoas satisfeitas com suas vidas, tendem a perceber os eventos que lhes acontecem de forma mais positiva.

Em relação às interações entre BES (Afetos e SV), Personalidade e EV, no presente estudo, entraram no modelo preditivo para Afeto Positivo as variáveis: Extroversão, Neuroticismo, os eventos “Ocorreu assalto ou sequestro” e “Ocorreu término de relação amorosa”, e Avaliação global sobre os EV. Destacando a maior contribuição das dimensões de personalidade, incrementos nos níveis de Extroversão proporcionaram aumentos no Afeto positivo, enquanto que incrementos em Neuroticismo provocaram diminuições nesse Afeto. Os resultados corroboraram os achados de um estudo longitudinal realizado por Costa e McCrae (1980).

Mais especificamente e curiosamente, as ocorrências de assalto ou sequestro e término de relação amorosa, constituíram eventos que proporcionaram incrementos no Afeto positivo. Uma possível explicação para o caso de término de relação amorosa poderia ser o fato de tais relações amorosas estarem acarretando alguma forma de sofrimento, ocasionando ao seu término, incrementos em afeto positivo. Quanto à ocorrência de assalto ou sequestro, não fica clara a associação, e talvez se refira a uma correlação espúria.

Importante destacar que esses resultados não fornecem sustentação a premissa de que eventos considerados positivos pelo imaginário social afetam positivamente o bem-estar, e os negativos, negativamente (Fredrickson & Losada, 2005; Larsen & Prizmic, 2008). Aqui temos dois exemplos de eventos que, pelo senso comum, são de forma geral, considerados negativos, fornecendo incrementos em Afeto positivo. Isso significa dizer que, conforme também pontuaram Luhmann e colaboradores (2012), em uma metanálise, que desejabilidade social não parece ser uma categoria útil na investigação dos efeitos dos EV no BES. Os autores complementaram que não é óbvio, a partir dos eventos, determinar se eles são desejáveis ou não. E mais, adaptação também não é mais demorada para eventos tipicamente considerados indesejáveis (desemprego, por exemplo); e mais rápida para eventos considerados desejáveis (por exemplo, casamento) (Luhmann et al., 2012).

Neuroticismo constituiu a principal variável preditora de Afeto negativo assim conforme postularam Haslam et al. (2009), indicando que quanto maiores os níveis de Neuroticismo, maiores os de Afeto negativo. Outras duas variáveis preditoras de Afeto negativo foram Realização, positivamente, e Socialização, com uma relação negativa. Sendo assim, incrementos em Realização geraram um aumento em Afeto

negativo. Esta relação não está muito clara. Pessoas com altos níveis de Realização tendem a ser organizadas, persistentes, trabalhadoras, decididas, pontuais, escrupulosas, ambiciosas e perseverantes (Nunes et al., 2010). Com base nessas características, talvez se possa pensar que a ambição, persistência e determinação destas pessoas possam-lhes custar em algum momento no percurso da realização de suas metas, alguma frustração ou sofrimento.

Quanto maior a Socialização, menor foi o Afeto negativo. Esta relação se justifica pelo fato de que pessoas com níveis mais altos em Socialização tendem a ser socialmente agradáveis, calorosas, e possivelmente obtêm suporte social a partir de suas relações, contribuindo para menores níveis de Afeto Negativo. A ocorrência de doença mental, emocional ou física também contribuiu para aumentar os níveis de Afeto negativo. Por outro lado, a experiência de mudança da família para outra cidade diminuiu os níveis de Afeto negativo. Uma possível explicação para diminuição dos níveis de Afeto negativo evidenciado com a mudança da família para outra cidade poderia ser o fato de no ambiente familiar existirem conflitos, e na medida em que o sujeito se independentiza do seio familiar, minimiza conflitos nas suas relações familiares, proporcionando uma diminuição de Afeto negativo.

Novamente, Neuroticismo comportou-se como principal preditor de SV, indicando que quanto maiores os níveis de Neuroticismo, menor será a satisfação com a vida, um resultado que corrobora achados na literatura (Nunes et al., 2009). Além deste fator, contribuíram para explicar a SV, Extroversão e Socialização. As correlações positivas entre as dimensões sugerem que quanto maiores os escores em Extroversão e Socialização, maiores as chances de estar satisfeito com a vida.

A ocorrência dos eventos “Problemas financeiros” e “Novo emprego” também constituíram preditores negativos de SV, sugerindo que, a ocorrência de tais eventos, diminuiu na população pesquisada, os níveis de SV. A ocorrência do primeiro evento sugere efeitos da situação econômica no bem-estar das pessoas (ver Minkov, 2009). O fato de “Novo emprego” contribuir para uma menor SV pode estar relacionado a dificuldades de adaptação no novo emprego e ansiedade. A avaliação geral do evento “Teve doença mental, emocional ou física” também predisse a SV, indicando que a forma como os sujeitos avaliam esses eventos, pode interferir na forma como avaliam suas vidas.

CONCLUSÃO

No presente estudo, as dimensões de personalidade foram as variáveis que mais fortemente predisseram o BES, corroborando achados anteriores acerca da importância desta como uma variável determinante do BES (Gomez, Krings, Bangerter e Grob, 2009; Hayes & Joseph, 2003; Steel et al., 2008). Assim, este é mais um estudo que justifica a assertiva de que algumas pessoas podem ser mais felizes em função de suas personalidades.

Os três domínios do bem estar correlacionaram-se com a avaliação global dos eventos, tal que Afeto positivo e Satisfação de Vida de forma positiva e Afeto negativo de maneira negativa. Esses achados vão ao encontro da proposição de Diener et al. (1999), de que as interpretações subjetivas das circunstâncias objetivas são mais determinantes do BES do que as circunstâncias em si.

Dito isso, no presente estudo, no modelo preditivo do BES, a ocorrência de seis eventos contribuiu mais para explicar o BES do que a avaliação subjetiva dos mesmos. Contudo, vale destacar que a quantidade da variância explicada foi pequena, e quatro dos seis eventos poderiam ser considerados sujeito-dependentes (“Ocorreu término de relação amorosa”, “Ocorreu doença mental, emocional ou física”, “Ocorreram problemas financeiros”, “Ocorreu novo emprego”), o que poderia implicar a influência da personalidade na produção desses eventos.

Questiona-se dessa forma, o quanto alguns eventos podem ser tratados como inteiramente exógenos (externos ao sujeito). Ou seja, em que medida eventos são produzidos pelos sujeitos que os vivenciam? Parece plausível conceber que alguns eventos são sujeito-dependentes e outros sujeito-independentes. Por exemplo, Novo emprego (como resposta a capacitação e investimento do sujeito) e Morte de alguém próximo num acidente de carro (sem o envolvimento do sujeito).

Assim, a presente pesquisa reforça a ideia de interação entre personalidade e eventos (ocorrência e avaliação) influenciando o BES. Ao buscar compreender o que determina o BES, deve-se considerar que cada indivíduo avalia sua própria vida e vivencia os afetos a partir de recursos internos (como personalidade), mas também em função dos eventos que experimenta.

Há evidências de que EV se repetem para um mesmo indivíduo, e foi apontado na literatura que, em muitos casos, determinados tipos de EV são

experienciados por pessoas que compartilham algo em comum (como traços de personalidade). Assim, Headey e Wearing (1989) sugeriram uma possível relação entre personalidade e os tipos de EV que as pessoas vivenciam. Porém, como já fora mencionado, as pesquisas acerca destas inter-relações ainda são incipientes, e conforme apontou Garcia (2007), apesar da linha de pesquisas em EV ter mais de três décadas, no Brasil os estudos envolvendo essa variável ainda são escassos.

Além disso, verificam-se alguns problemas na forma como esses estudos definem e avaliam os EV. Quanto aos instrumentos, há problemas relativos à mensuração de EV. Acreditamos ser importante considerar o impacto do evento para o respondente, para além da sua ocorrência. Somente o sujeito respondente poderá nos dizer se uma separação foi um evento positivo ou negativo em sua vida, bem como o quão positivo e ou negativo foi. Além disso, os resultados do presente estudo indicam que a contribuição dos eventos para explicar o BES difere, quando avaliamos a ocorrência e a avaliação subjetiva dos eventos.

Por meio do presente artigo, levanta-se a necessidade de mais pesquisas na área, as quais possam contribuir para elucidar os determinantes, bem como as variáveis relacionadas ao BES. Sugerimos estudos que verifiquem em que medida os EV são produzidos pela pessoa (levando-se em conta seus traços de personalidade). Também merecem serem melhores investigadas as contribuições relativas das ocorrências dos EV e das avaliações subjetivas dos eventos.

Além disso, como sugestão, pesquisas futuras envolvendo estudos longitudinais poderão elucidar, com maior clareza, as interações entre personalidade e os efeitos longínquos de EV no BES, investigando as mesmas em diferentes ciclos vitais, uma vez que há pesquisas que relacionam diferenças entre as relações dessas variáveis nos diferentes estágios.

REFERÊNCIAS

- Brajsa-Zganec, A., Ivanovic, D., & Lipovcan, L. K. (2011). Personality Traits and Social Desirability as Predictors of Subjective Well-Being. *Psihologijske teme*, 20(2), 261-276.
- Costa, P., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 668-678.
- Crowley, B. J., Hayslip, B. J., & Hobdy, J (2003). Psychological hardiness and adjustment to life events in adulthood. *Journal of Adult Development*, 10(4), 237-248.
- 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.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E., & Lucas, R. F. (1999). Subjective emotional well-being. In M. Lewis & J. M. Haviland (Orgs.), Handbook of Emotions (pp. 325-337). New York: Guilford.
- Diener, E., Lucas, R., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61(4), 305-314.
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. (2003). Personality, Culture and subjective well-being: emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of psychology*, 54, 403-425.
- Diener, E. & Suh, M. E. (1998). Subjective well-being and age: An international analysis. In Schaie, K. W. & Lawton, M. P. (Eds.), *Annual Review of gerontology and geriatrics: Vol. 17. Focus on emotion and adult development*, 304-324. New York: Springer.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Smith, H. L. (1999). Subjective well being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Diener, E., Suh, E. & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 25-41.

- Donnellan, M. B., Conger, R. D. & Bryant, C. M. (2004). The big five and enduring marriages. *Journal of Research in Personality*, 38, 481-504.
- Eid, M., & Larsen, R. J. (Eds.). (2008). *The science of subjective wellbeing*. New York, NY: Guilford Press.
- Frederick, S., & Loewenstein, G. (1999). Hedonic adaptation. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 302–329). New York, NY: Russell Sage Foundation.
- Fredrickson, B. L., & Losada, M. F. (2005). Positive affect and the complex dynamics of human flourishing. *American Psychologist*, 60, 678–686.
- Garcia, C. R. (2007). Eventos de vida em pacientes adultos com transtorno de déficit de atenção/hiperatividade. Unpublished Doctoral dissertation, Programa de Pós-Graduação em Ciências Médicas: Psiquiatria, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS.
- Garcia, D., & Erlandsson, A. (2011). The relationship between personality and subjective well-being: Different association patterns when measuring the affective component in frequency and intensity. *Journal of happiness studies*, 12(6), 1023-1034 .
- Giacomini, C. H., & Hutz, C. S. (1997). *Subjective well-being assessment: Positive and Negative Affect Scale and Life Satisfaction Scale*. Paper presented at the annual meeting of the Interamerican Congress of Psychology. São Paulo, SP.
- Gomez, V., Krings, F., Bangerter, A., & Grob, A. (2009). The influence of personality and life events on subjective well-being from a life span perspective. *Journal of Research in Personality*, 43, 345–354.
- Grant, S., Langan-Fox, J., & Anglim, J. (2009). The Big Five traits as predictors of subjective and psychological well-being. *Psychological Reports*, 105(1), 205-231.
- Gutiérrez, J. L. G., Jiménez, B. M, Hernández, E. G., Puente , C. P.(2005) Personality and subjective well-being: big five correlates and demographic variables. *Personality and Individual Differences*, 38(7), 1561–1569.
- Haslam, N., Whelan, J., & Bastian, B. (2009). Big five traits mediate associations between values and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 46(1), 40-42

- Hayes, N., & Joseph, S. (2003). Big 5 Correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences, 34*(4), 723-727.
- Headey, D., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(4), 731-739.
- Hutz, C. S., Nunes, C. H., Silveira, A. D., Serra, J., Anton, M., & Wieczorek, L. S. (1998). O desenvolvimento de marcadores para a avaliação da personalidade no modelo dos cinco grandes fatores. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 11*(2), 395-411.
- Hutz, C. S., Bardagi, M. P., Souza, L. K., & Sternert, F. (2009). Adaptação, validação e normatização da escala de satisfação de vida. Manuscript submitted for publication.
- Hutz, C. S., Nunes, C. H. S. S., Serra, J., Silveira, A. D., & Anton, M. (1999). *Relações entre Bem Estar Subjetivo e Características de Personalidade [Resumo]*. Trabalho apresentado na VIII Congresso Nacional de Avaliação Psicológica, Porto Alegre: RS.
- Kozma, A., Stone, S., & Stones, M. J. (1997). Stability in components and predictors of subjective well-being. Paper delivered at the First Conference of the International Society of Quality of Life Studies: 1997, Charlotte, North Carolina.
- Larsen, R. J., & Prizmic, Z. (2008). Regulation of emotional well-being: Overcoming the hedonic treadmill. In M. Eid & R. J. Larsen (Eds.), *The science of subjective well-being* (pp. 258–289). New York, NY: Guilford Press.
- Lucas, R.E. (2005). Time does not heal all wounds: A longitudinal study of reaction and adaptation to divorce. *Psychological Science, 16* (12), 945–950.
- Lucas, R. E. (2007a). Adaptation and the set-point model of subjective well-being: Does happiness change after major life events? *Current Directions in Psychological Science, 16*, 75–79.
- Lucas, R. E. (2007b). Long-Term Disability is Associated with Lasting Changes in Subjective Well-Being: Evidence from Two Nationally Representative Longitudinal Studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 92* (4), 717-730.

- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2003). Reexamining adaptation and the set point model of happiness: Reactions to changes in marital status. *Journal of Personality and Social Psychology*, *84*, 527–539.
- 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* (pp. 795–814). New York: The Guilford Press.
- Lüdtke, O., Roberts, B. W., Trautwein, U., & Nagy, G. (2011). A random walk down university avenue: Life paths, life events, and personality trait change at the transition to university life. *Journal of Personality and Social Psychology*, *101*(3), 620-637.
- Luhmann, M., Hofmann, W., Eid, M., & Lucas, R. E. (2012). Subjective Well-Being and Adaptation to Life Events: A Meta-Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology* (7), 592-615.
- Margis, R., Picon, P., Cosner, A. F., & Silveira, R. O. (2003). Stressfull life-events, stress and anxiety. *Revista de psiquiatria Rio Grande do Sul*, *25*(1), 65-74.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (1991). Adding liebe und arbeit: the full five-factor model and well being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *17*(2), 227–232.
- Minkov, M. (2009). Predictors of differences in subjective well being across 97 nations. *Cross Cultural Research*, *43*(2), 152-179.
- Nunes, C. H. S., Hutz, C. S., & Giaccomoni, C. H. (2009). Associação entre bem estar subjetivo e personalidade no modelo dos cinco grandes fatores. *Avaliação psicológica*, *8*(1), 99-108.
- Nunes, C. H. S. S., Hutz, C. S., & Nunes, M. F. O. (2010) . *Bateria Fatorial de Personalidade*. São Paulo: Casa do Psicólogo..
- Ozer, D. J., & Benet-Martínez, V. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review of Psychology*, *57*, 401-412.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, *5*, 164-172.
- Savoia, M. G., & Bernik, M. (2004). Adverse life events and coping skills in panic disorder. *Revista do Hospital de Clínicas da Faculdade de Medicina de São Paulo* *59*(6), 337-340.

- Steel, P. Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, *134*(1), 138-161.
- Watson, D., Clark, L.A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*(6), 1063-1070.
- Woyciekoski, C. Natividade, J. & Hutz, C. S. (2012). Eventos de vida constituem um construto? Manuscript submitted for publication.
- Woyciekoski, C., Stenert, F. & Hutz, C. S. (*in press*). Determinantes do bem-estar subjetivo. *Psico (Puc RS)*.
- Zhang, J. P., Yao, S. Q., Ye, M., Huang, H. S., He, G. P., & Leng, X. H. (2009). A study on the subjective well-being and its influential factors in chronically ill inpatients in Changsha, China. *Applied Nursing Research*, *22*(4), 250–257.

CAPÍTULO IV

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir de uma tarefa instigante, por meio da presente Tese, buscou-se investigar a relação entre Personalidade e Eventos de Vida, bem como as suas contribuições para o BES. Desta forma, foram conduzidos dois estudos. No artigo I, objetivou-se discutir a avaliação de EV, investigar a existência de tendências quanto a avaliações positivas e negativas dos eventos, bem como construir e verificar a validade de construto de uma escala de EV.

Os resultados demonstram que não foi possível verificar evidências de validade de construto para os EV. Mesmo que na literatura, os EV venham sendo tratados como se constituíssem um construto, os resultados indicam que não há sustentação para tal tratamento sob um ponto de vista psicométrico. O paradoxo não é criado apenas pelo problema metodológico da pesquisa, mas também por um aspecto conceitual: EV constituem ocorrências múltiplas, geradas no ambiente externo ou até mesmo produzidas pelas pessoas. Essas ocorrências são percebidas e vivenciadas subjetivamente e não se configuram como um conceito global.

Em relação à valência atribuída aos eventos, embora os resultados demonstrem uma tendência da amostra consultada em avaliar alguns eventos como mais positivos e outros como mais negativos, para alguns eventos verifica-se uma avaliação tanto positiva quanto negativa, sem diferenças de médias entre as duas avaliações. Ou seja, parece ser importante insistir na individualidade do dado, considerando-se a percepção e avaliação subjetiva dos eventos.

Além disso, não foi identificada na literatura nenhuma escala que contemplasse a avaliação positiva e negativa dos eventos simultaneamente, e este aspecto configura uma inovação proposta para a avaliação de eventos. Os resultados demonstram que nenhum evento é apenas negativo ou positivo. Em geral, os eventos foram avaliados como sendo ou mais positivos ou mais negativos, variando na intensidade da avaliação positiva e negativa.

No artigo II, foram investigadas as contribuições da Personalidade (baseada no Modelo dos Cinco Grandes Fatores) e dos Eventos de Vida para explicar o Bem-

estar Subjetivo. Embora a ocorrência de alguns eventos, bem como a avaliação geral e global dos mesmos tenham contribuído para explicar o BES, foram as dimensões de personalidade as variáveis que mais fortemente o predisseram. Isso nos permite inferir que a felicidade constitui um fenômeno predominantemente subjetivo, estando subordinada mais a traços de temperamento, do que a fatores externos.

Contudo, destaca-se que alguns eventos contribuíram mais para explicar o BES do que a avaliação subjetiva dos mesmos. Assim, a presente pesquisa reforça a ideia de interação entre personalidade e eventos (ocorrência e avaliação) influenciando o BES. Ao tentar compreender o que o determina, deve-se considerar que cada indivíduo avalia sua própria vida e vivencia os afetos a partir de recursos internos (como personalidade), mas também em função dos eventos que experiencia.

Todavia, é importante destacar que, embora seja necessário reconhecer a contribuição da ocorrência de alguns eventos para explicar o BES, questiona-se o quanto alguns eventos podem ser tratados como exógenos (externos ao sujeito). Parece plausível conceber que alguns possam ser sujeito-dependentes e outros sujeito-independentes. Desta forma, por meio da presente Tese, levanta-se a necessidade de mais pesquisas, as quais possam contribuir para o campo da avaliação de EV e para elucidar os determinantes, bem como as variáveis relacionadas ao BES. Sugerem-se mais estudos que investiguem as relações e efeitos produzidos entre Personalidade e Eventos.

Ao oferecer uma concepção resumida do BES, Diener (1984) propôs que o BES refere-se ao como as pessoas sentem-se e ao que pensam sobre suas vidas. Será que o “pensam” não antecipa o “sentem-se”? As pessoas são mais felizes porque avaliam suas vidas como mais positivas ou avaliam suas vidas como mais positivas porque se sentem felizes?

O BES refere-se a uma experiência interna de cada indivíduo, o qual emite um julgamento de como se sente e o seu grau de satisfação com a vida (Scorsolini-Comin & Santos, 2010). Na vivência desta experiência, o indivíduo utiliza recursos internos (psicológicos) e externos (suporte social, condições socioeconômicas, etc.), os quais interagem para produzir ou erradicar o sentimento de bem-estar. Desta forma, concorrem os fatores intrínsecos e extrínsecos na determinação da felicidade (ver Woyciekoski, Stenert, & Hutz, *in press*).

Dentre os intrínsecos, sugerem-se pesquisas que busquem elucidar a contribuição dos aspectos cognitivos para o bem-estar, uma vez que indivíduos atribuem significados a eventos que acontecem em suas vidas. Esses significados são influenciados pela maneira como os indivíduos percebem e processam a realidade. E a forma como percebem e processam a realidade influenciará na forma como se sentem e se comportam (Knapp & Beck, 2008).

Como limitações dos dois estudos que compõem a Tese, podemos citar a constituição da amostra por conveniência e o fato de não ter-se avaliado quando os eventos ocorreram (se recentes ou ocorridos num passado mais remoto); bem como a ausência de quantificação das ocorrências dos eventos. Com base nessas limitações, sugerem-se estudos que verifiquem: 1) o impacto de eventos recentes e passados no BES; e 2) a existência de relação entre a frequência dos eventos e o BES.

Com base numa inovação proposta na presente Tese, sugerem-se mais estudos que investiguem o impacto de medidas de eventos de vida que incluam a avaliação simultânea positiva e negativa (conforme proposto no primeiro e segundo estudos). Além disso, estudos longitudinais poderão elucidar, com maior clareza, as interações entre personalidade e os efeitos de longo prazo dos EV no BES, investigando essas variáveis em diferentes estágios do ciclo vital.

Por fim, vale ressaltar a relevância de estudos envolvendo o BES. Sobretudo, esses estudos fomentam novas contribuições na busca da compreensão do ser humano a partir de suas potencialidades, e não apenas de suas fraquezas, como tradicionalmente vinha sendo abordado o psiquismo humano (Passareli & Silva, 2007). Ou seja, o campo do BES constitui um objeto de estudo da Psicologia Positiva, que se ocupa do estudo científico das forças e virtudes individuais (Sheldon & King, 2001). Ou como pontuou Seligman (2004), trata do estudo de sentimentos, emoções e comportamentos positivos que têm por objetivo final a felicidade humana.

Espera-se que esse estudo tenha contribuído para a compreensão desse sentimento, tão caro e almejado pelo ser humano. Um sentimento predominantemente subjetivo, mas que também é produzido e afetado por fatores externos. Saber que a felicidade é muito mais uma questão interna do que externa, uma questão de percepção, de significação e de recursos para elaborar e superar situações adversas, poderá orientar de forma positiva o foco que deve-se dar nas diversas circunstâncias

da vida. A partir da influência da personalidade, parece que a capacidade de extrair do mundo vivências positivas e oportunidades de crescimento reside muito mais numa escolha que o sujeito faz, sobre se irá ficar passivo frente a um evento adverso e a um sofrimento, experienciando afetos negativos, ou se tomará uma atitude de fazer algo a respeito. Parafraseando Shakespeare: “Eu aprendi que não posso escolher como me sinto, mas posso escolher o que fazer a respeito”.

REFERÊNCIAS

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E., Lucas, R., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61(4), 305-314.
- Diener, E., & Emmons, R. A. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1105-1117
- Eid, M., & Larsen, R. J. (Eds.). (2008). *The science of subjective wellbeing*. New York, NY: Guilford Press.
- Ferraz, R. B., Tavares, H & Zilberman, M. L (2007). Felicidade: uma revisão. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34(5), 234-242.
- Freud, S. (1969). O Mal-Estar na Civilização. In *Obras Completas* (vol. 21). RJ: Imago.
- Galinha, I. & Ribeiro, J. L. P. (2005). História e evolução do conceito do bem-estar subjetivo. *Psicologia, Saúde e Doenças*, 2, 203-214.
- Giacomoni, C. H. (2002). Bem-estar subjetivo infantil: conceito de felicidade e construção de instrumentos para avaliação. Unpublished Doctoral dissertation, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS.
- Knapp, P., & Beck, A. T. (2008). Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa da terapia cognitiva. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30(2), s54-s64.
- Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Mccullough, G., Huebner, E. S. & Laughlin, J. E. (2000). Life events, self-concept, and adolescent's positive subjective well-being. *Psychology in the Schools*, 37(3), 23-36
- Passareli, P. M., & Silva, J. A. (2007). Da Psicologia positiva e o estudo do bem-estar subjetivo. *Estudos psicológicos (Campinas)*, 24(4), 513-517.
- Seligman, M. E. P. (2004). Felicidade autêntica: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente. Rio de Janeiro: Objetiva.

- Seligman, M. E. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist Association*, 55(1), 5-14.
- Seligman, M. E. P, & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Sheldon, K. M., & King, L. K. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56, 216-217.
- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67, 294-306.
- Wilson, W. R. (1960). An attempt to determine some correlates and dimensions of hedonic tone (Doctoral dissertation, Northwestern University, 1960). *Dissertation Abstracts*, 22, 2814. (University Microfilms No. 60-6588)
- Woyciekoski, C., Stenert, F. & Hutz, C. S. (*in press*). Determinantes do bem-estar subjetivo. *Psico (Puc RS)*.

ANEXO A
Instituto de Psicologia
Curso de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento

Carta de Apresentação do projeto de Pesquisa aos Cursos de Graduação
Senhor Professor

Através do Instituto de Psicologia/UFRGS, o Professor Claudio Hutz e a doutoranda Carla Woyciekoski estão coordenando um projeto de pesquisa que visa à investigação da relação entre traços de personalidade, eventos de vida e bem-estar-subjetivo. Considerando que esta universidade destaca-se pela produção de novos conhecimentos, gostaríamos de poder contar com a sua colaboração neste projeto, permitindo que os dados sejam coletados entre os alunos interessados em participar, após o consentimento dos mesmos.

Os participantes serão solicitados a preencher quatro escalas de auto-relato: Lista de Eventos de Vida, Escala de Personalidade, Escala de Satisfação de Vida e Escala de Afeto Positivo e Negativo. A aplicação deverá ocorrer em sala de aula em período a ser combinado com o professor responsável pela disciplina. Salienta-se que a pesquisa não apresenta risco à saúde emocional dos respondentes e cumpre com os procedimentos éticos relacionados a pesquisas estabelecidas pelo Conselho Nacional de Saúde e por esta universidade. Não será solicitada a identificação dos participantes, garantindo-se o anonimato das respostas. Ao final da aplicação, será solicitado o *e-mail* daqueles que tiverem interesse em participar da defesa da tese, para que lhes seja enviado o convite com a data e local, bem como para disponibilizar-lhes o acesso aos resultados da tese.

Agradecemos a sua atenção e colaboração para a realização dessa pesquisa. Em caso de dúvidas, estamos à disposição através do telefone 3308-5446.

Carla Woyciekoski
Psicóloga CRP 07109954
Doutoranda – PPG Psicologia do Desenvolvimento
Universidade Federal do Rio Grande do Sul

ANEXO B
Instituto de Psicologia
Curso de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Prezado participante,

Através do Programa de Pós- Graduação em Psicologia do Desenvolvimento, está sendo realizada uma pesquisa de doutorado (de autoria da psicóloga Carla Woyciekoski) cujo objetivo é compreender o impacto da relação entre traços de personalidade e eventos de vida no bem-estar subjetivo das pessoas. Solicitamos sua participação como voluntário(a) na pesquisa.

É ressaltado que a participação pode ser interrompida a qualquer momento e não é necessária a identificação pessoal nas escalas. Você pode solicitar maiores esclarecimentos sobre os procedimentos ou objetivos do estudo sempre que considerar necessário. Os dados serão tratados cientificamente e conhecidos apenas pelos pesquisadores envolvidos; e não será necessária a identificação nas escalas.

Os pesquisadores responsáveis pelo estudo são a psicóloga doutoranda Carla Woyciekoski e o professor doutor Claudio Simon Hutz. Qualquer esclarecimento ou informação adicional pode ser obtido pelo telefone 3308-5446. Agradecemos sua colaboração.

Concordo em participar como voluntário do estudo acima descrito e declaro que estou ciente de suas principais características e objetivos.

Data: ____/____/____

Assinatura do(a) participante

ANEXO C

ESCALA DE SATISFAÇÃO DE VIDA

Instruções

Logo abaixo, você encontrará 5 afirmativas. Assinale na escala ao lado de cada afirmativa o quanto ela descreve a sua situação pessoal. Não há respostas certas ou erradas, mas é importante você marcar com sinceridade como você se sente com relação a cada uma dessas afirmativas.

A minha vida está próxima do meu ideal.

Discordo Plenamente _1__2__3__4__5__6__7__ Concordo Plenamente

Minhas condições de vida são excelentes.

Discordo Plenamente _1__2__3__4__5__6__7__ Concordo Plenamente

Eu estou satisfeito com a minha vida.

Discordo Plenamente _1__2__3__4__5__6__7__ Concordo Plenamente

Até agora eu tenho conseguido as coisas importantes que eu quero na vida.

Discordo Plenamente _1__2__3__4__5__6__7__ Concordo Plenamente

Se eu pudesse viver a minha vida de novo eu não mudaria quase nada.

Discordo Plenamente _1__2__3__4__5__6__7__ Concordo Plenamente

ANEXO D

PANAS

Instruções

Esta escala consiste de um número de palavras que descrevem diferentes sentimentos e emoções. Leia cada item e depois marque a resposta adequada no espaço ao lado da palavra. Indique até que ponto você tem se sentido desta forma ultimamente.

1 nem um pouco

2 um pouco

3 moderadamente

4 bastante

5 extremamente

_____ aflito	_____ forte
_____ amável	_____ hostil
_____ amedrontado	_____ humilhado
_____ angustiado	_____ impaciente
_____ animado	_____ incomodado
_____ apaixonado	_____ inquieto
_____ apreensivo	_____ inspirado
_____ arrojado	_____ interessado
_____ assustado	_____ irritado
_____ chateado	_____ medroso
_____ cuidadoso	_____ nervoso
_____ culpado	_____ orgulhoso
_____ decidido	_____ perturbado
_____ delicado	_____ poderoso
_____ determinado	_____ preocupado
_____ dinâmico	_____ produtivo
_____ envergonhado	_____ rancoroso
_____ entusiasmado	_____ tímido
_____ estimulado	_____ vigoroso
_____ excitado	_____ zeloso

ANEXO E
LISTA DE EVENTOS DE VIDA