

UNIVERSIDADE FEDERAL RIO DE JANEIRO
CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS
INSTITUTO DE PSICOLOGIA

DANIELLE MONEGALHA RODRIGUES

TESE DE DOUTORADO

**Os aspectos cognitivos da qualidade de vida: Um estudo
entre as variáveis do *locus* de controle e as do bem-estar
subjeto**

ORIENTADOR: PROF. DR. CARLOS AMÉRICO ALVES PEREIRA

Rio de Janeiro

2007

Livros Grátis

<http://www.livrosgratis.com.br>

Milhares de livros grátis para download.

DANIELLE MONEGALHA RODRIGUES

Tese de Doutorado

**Os aspectos cognitivos da qualidade de vida: Um estudo
entre as variáveis do *locus* de controle e as do bem-estar
subjetivo**

Orientador: PROF. DR. CARLOS AMÉRICO ALVES PEREIRA

Rio de Janeiro

2007

SUMÁRIO

	Página
I – INTRODUÇÃO	10
II – BEM-ESTAR SUBJETIVO (BES)	19
2.1 Bem-Estar Objetivo × Bem-Estar Subjetivo como Indicadores da Qualidade de Vida	19
2.2 Definindo o Bem-Estar Subjetivo	24
2.3 Teorias Bottom-up × Top-down	27
2.4 Qualidade de Vida	29
2.5 Dimensão Afetiva: Afetos Positivos, Afetos Negativos e Felicidade	31
2.6. Dimensão Cognitiva: Satisfação de Vida e Satisfação com Domínios Específicos	37
2.7 Mensuração do Bem-Estar Subjetivo	50
III – LOCUS DE CONTROLE (LC)	56
3.1 Perspectiva Histórica da Atribuição da Causalidade	56
3.2 Definição do Locus de Controle	66
3.4 Mensuração do Locus de Controle	75
3.5 Revisão de Trabalhos sobre Locus de Controle	82
3.6 Características das Pessoas com Controle Interno e Controle Externo	85
IV – LOCUS DE CONTROLE E BEM-ESTAR SUBJETIVO	87
4.1 A Interação do Locus de Controle com o Bem-Estar Subjetivo	87
4.2 Estudos Recentes sobre Locus de Controle e Bem-Estar Subjetivo	92
V – OBJETIVOS	94
5.1 Objetivo Geral	94
5.2 Objetivos Específicos	95
VI – MÉTODO	96
6.1 Hipótese	96
6.2 Participantes	97
6.3 Aspectos Éticos	98
6.4 Instrumentos	99
6.4.1 Ficha de Informações Sócio-Demográficas	99
6.4.2 SWB - Escala do Bem-Estar Subjetivo	99
6.4.3 Escala Multifatorial de Locus de Controle	100
6.5 Procedimentos	101
6.5.1 Para Coleta de Dados	101
6.5.2 Para Transcrição e Análise dos Dados	102
VII – RESULTADOS	108
VIII – DISCUSSÃO E CONCLUSÃO	118
XI – REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	127
Danielle Monegalha Rodrigues	134
Carlos Américo Alves Pereira	134

ÍNDICE DE TABELAS

	Página
DANIELLE MONEGALHA RODRIGUES	16
Prof. Dr. Carlos Américo Alves Pereira	16
Prof. Dr. Alexandre de Carvalho Castro	16
Prof. Dr. Edson Alves de Souza Filho	16
Prof. Dra. Fátima Niemeyer da Rocha	16
Prof. Dr. Nei Calvano Gonçalves	16
Rodrigues, Danielle Monegalha. Os aspectos cognitivos da qualidade de vida: Um estudo entre as variáveis do locus de controle e as do bem-estar subjetivo. Tese (Doutorado em Psicologia) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2007.	14
Resumo	18
Abstract	19
I – INTRODUÇÃO	10
II – BEM-ESTAR SUBJETIVO (BES)	19
2.1 Bem-Estar Objetivo × Bem-Estar Subjetivo como Indicadores da Qualidade de Vida	19
2.2 Definindo o Bem-Estar Subjetivo	24
2.3 Teorias Bottom-up × Top-down	27
2.4 Qualidade de Vida	29
2.5 Dimensão Afetiva: Afetos Positivos, Afetos Negativos e Felicidade	31
2.6. Dimensão Cognitiva: Satisfação de Vida e Satisfação com Domínios Específicos	37
2.7 Mensuração do Bem-Estar Subjetivo	50
III – LOCUS DE CONTROLE (LC)	56
3.1 Perspectiva Histórica da Atribuição da Causalidade	56
3.2 Definição do Locus de Controle	66
3.3 Principais Autores do Locus de Controle	70
3.4 Mensuração do Locus de Controle	75
3.5 Revisão de Trabalhos sobre Locus de Controle	82
3.6 Características das Pessoas com Controle Interno e Controle Externo	85
IV – LOCUS DE CONTROLE E BEM-ESTAR SUBJETIVO	87

Anexos

4.1 A Interação do Locus de Controle com o Bem-Estar Subjetivo	87
4.2 Estudos Recentes sobre Locus de Controle e Bem-Estar Subjetivo	92
V – OBJETIVOS	94
5.1 Objetivo Geral	94
5.2 Objetivos Específicos	95
VI – MÉTODO	96
6.1 Hipótese	96
6.2 Participantes	97
6.3 Aspectos Éticos	98
6.4 Instrumentos	99
6.4.1 Ficha de Informações Sócio-Demográficas	99
6.4.2 SWB - Escala do Bem-Estar Subjetivo	99
6.4.3 Escala Multifatorial de Locus de Controle	100
6.5 Procedimentos	101
6.5.1 Para Coleta de Dados	101
6.5.2 Para Transcrição e Análise dos Dados	102
Categoria 5: AUTOCONFIANTE	106
VII – RESULTADOS	108

A partir das frequências da tabela 7, percebemos que a maior parte dos participantes pode ser categorizada como do tipo “incrédulo” (37,7%; n = 145), ou seja, que não tendem a nenhuma das três subdimensões do locus de controle; ou como do tipo “autoconfiante” (36,6%; n = 141), representado por altos escores no controle interno; em terceiro lugar encontramos os “inseguros” (24,1%; n = 93) que são aqueles que depositam a responsabilidade na esfera externa, tanto nos outros poderosos como no acaso; e em último (e muito distante dos demais tipos) encontramos os “crentes” (1,6%; n = 06) que são aqueles com altos escores nas três subdimensões do locus de controle. Na amostra pesquisada não 112

houve nenhum sujeito que se encaixasse nos tipos “místico”, “submisso”, “insubmisso” e “concreto”. 113

Analisando a tabela 8 é possível fazer uma combinação entre o grau do bem-estar subjetivo e as categorias baseadas no locus de controle. Dos 145 participantes classificados como sendo do tipo “incrédulo”, 5 possuem grau

Anexos

de BES “muito baixo”, 21 BES “baixo”, 52 BES “neutro”, 47 BES “alto” e 20 participantes apresentaram grau “muito alto” de BES. Dos 141 participantes classificados como sendo do tipo “autoconfiante”, nenhum possui BES “muito baixo”, 12 BES “baixo”, 36 BES “neutro”, 55 BES “alto” e 38 BES “muito alto”. Dos 93 participantes classificados como sendo do tipo “inseguro”, 17 possuem BES “muito baixo”, 46 BES “baixo”, 24 BES “neutro”, 6 BES “alto” e nenhum BES “muito alto”. Dos 6 participantes classificados como sendo do tipo “crente”, nenhum possui BES “muito baixo”, 1 BES “baixo”, 2 BES “neutro”, 3 BES “alto” e nenhum BES “muito alto”. 113

Os indivíduos “crentes”, por acreditarem fortemente que tanto eles mesmos, como outros poderosos e o acaso são responsáveis pelos acontecimentos de suas vidas, tendem a se adaptar diante de tais acontecimentos, produzindo um grau de BES predominantemente “alto” (50%). A ocorrência de escores elevados nas três subdimensões do locus de controle parece produzir indivíduos mais capazes de atribuir a responsabilidade pelo evento ao locus mais apropriado para a situação vivenciada ou até mesmo mais de um locus para o mesmo evento. Para evitar, por exemplo, um acidente de trânsito pode não bastar dirigir com cautela e atenção, pois uma árvore pode cair sobre o veículo em pleno movimento. Entretanto, é importante salientar que apenas seis participantes se classificaram nessa categoria, sendo desejável que a análise seja realizada com uma amostra maior. 114

Os indivíduos “incrédulos”, por não acreditarem fortemente que nem si próprios, nem outros poderosos e nem o acaso são responsáveis pelos acontecimentos de suas vidas, tendem a se resignar diante de tais acontecimentos, produzindo um grau de BES predominantemente 114 “neutro”. A ocorrência de escores baixos nas três subdimensões do locus de controle parece produzir indivíduos mais indiferentes ou indecisos quanto ao locus responsável pelos eventos ou que atribuem a responsabilidade às subdimensões de forma fraca ou neutra. Num acidente onde uma árvore cai sobre um veículo, o condutor pode atribuir um pouco da responsabilidade tanto a si mesmo, por não ter observado que a árvore estava inclinada,

Anexos

quanto a outros poderosos, por não ter a prefeitura cortado a árvore, como ao acaso, pelo azar da árvore cair justamente sobre o seu carro.	115
Os indivíduos “inseguros”, por não acreditarem fortemente em si mesmos, atribuindo a responsabilidade pelos acontecimentos de suas vidas a outros poderosos e ao acaso, não tendem a se considerar como donos de suas vidas, produzindo um grau de BES predominantemente “baixo”. Desta forma, mesmo que sua vida seja repleta de acontecimentos bons, eles provavelmente se mostram passivos e apáticos, pois não se vêem como agentes de tais feitos.	115
Para chegarmos aos tipos: “esperançosos”, “frustrados”, “realizados” e “resignados” (tabela 9) foram utilizados os escores das subescalas felicidade e satisfação de vida. Como é possível observar, não foi possível classificar 278 participantes quanto ao tipo de pessoa, isto ocorreu porque os escores médios, ou seja, que não tendia nem para felicidade nem para a infelicidade ou nem para satisfeito para insatisfeito, não foram considerados. Sendo assim, para essa análise contamos com 107 participantes, de forma que 14 foram classificados com “esperançosos”, 36 como “frustrados”, 44 como “realizados” e 13 como “resignados”. Ao cruzarmos estes tipos de pessoas com as categorias criadas a partir dos escores nas subescalas de locus de controle, percebemos que a maior parte dos “esperançosos” (insatisfeitos, mas felizes) são incrédulos (57,1%); a maior parte dos “frustrados” (insatisfeitos e infelizes) também são incrédulos; a maior parte dos “realizados” (satisfeitos e felizes) são autoconfiantes; e os resignados possuem com maior concentração em auto-confiantes e incrédulos (38,5%).	116
VIII – DISCUSSÃO E CONCLUSÃO	118
Uma outra análise interessante foi o cruzamento dos tipos de pessoas formadas a partir dos escores nas subdimensões do locus de controle com os tipos de pessoas formadas a partir dos escores nas subdimensões do bem-estar subjetivo. Estes cruzamentos mostraram que: - “Incrédulos” – 57,1% se classificaram como esperançosos (insatisfeitos, porém felizes). São insatisfeitos porque não atribuem fortemente a si o	119

Anexos

comando de suas vidas, porém são felizes; 45,5% classificaram como realizados (satisfeitos e felizes); 44,4% se classificaram como frustrados (insatisfeitos e infelizes) e 38,5% como resignados.	120
- “Inseguros” – 38,9% se classificaram como frustrados (insatisfeitos e infelizes), assim como já era previsto, este tipo de pessoa possui baixa satisfação e infelicidade, pois ele não está à frente de sua vida, ele não tem como o próprio nome sugere segurança de que seus atos podem mudar suas vidas, o que pode conduzir à infelicidade; 28,6% se classificaram como esperançosos (insatisfeitos, porém felizes), 23,1% se classificaram como resignados	120
(satisfeitos e infelizes) e apenas 2,3% se classificaram como realizados (satisfeitos e felizes), essa baixa porcentagem pode ser explicada devido a pouca credibilidade depositada em si mesmos. Neste caso, o sujeito desconsidera o seu poder para controlar e guiar os acontecimentos de suas vidas.	121
XI – REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	127
Danielle Monegalha Rodrigues	134
Carlos Américo Alves Pereira	134
FICHA DE INFORMAÇÕES SÓCIO-DEMOGRÁFICAS	135

ÍNDICE DE QUADROS

	Página
DANIELLE MONEGALHA RODRIGUES	19
Prof. Dr. Carlos Américo Alves Pereira	19
Prof. Dr. Alexandre de Carvalho Castro	19
Prof. Dr. Edson Alves de Souza Filho	19
Prof. Dra. Fátima Niemeyer da Rocha	19
Prof. Dr. Nei Calvano Gonçalves	19
Rodrigues, Danielle Monegalha. Os aspectos cognitivos da qualidade de vida: Um estudo entre as variáveis do locus de controle e as do bem-estar subjetivo. Tese (Doutorado em Psicologia) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2007.	14
Resumo	21
Abstract	22
I – INTRODUÇÃO	10
II – BEM-ESTAR SUBJETIVO (BES)	19
2.1 Bem-Estar Objetivo × Bem-Estar Subjetivo como Indicadores da Qualidade de Vida	19
2.2 Definindo o Bem-Estar Subjetivo	24
2.3 Teorias Bottom-up × Top-down	27
2.4 Qualidade de Vida	29
2.5 Dimensão Afetiva: Afetos Positivos, Afetos Negativos e Felicidade	31
2.6. Dimensão Cognitiva: Satisfação de Vida e Satisfação com Domínios Específicos	37
2.7 Mensuração do Bem-Estar Subjetivo	50
III – LOCUS DE CONTROLE (LC)	56
3.1 Perspectiva Histórica da Atribuição da Causalidade	56
3.2 Definição do Locus de Controle	66
3.3 Principais Autores do Locus de Controle	70
3.4 Mensuração do Locus de Controle	75
3.5 Revisão de Trabalhos sobre Locus de Controle	82
3.6 Características das Pessoas com Controle Interno e Controle Externo	85
IV – LOCUS DE CONTROLE E BEM-ESTAR SUBJETIVO	87
4.1 A Interação do Locus de Controle com o Bem-Estar Subjetivo	87
4.2 Estudos Recentes sobre Locus de Controle e Bem-Estar Subjetivo	92
V – OBJETIVOS	94
5.1 Objetivo Geral	94
5.2 Objetivos Específicos	95
VI – MÉTODO	96
6.1 Hipótese	96
6.2 Participantes	97
6.3 Aspectos Éticos	98
6.4 Instrumentos	99
6.4.1 Ficha de Informações Sócio-Demográficas	99
6.4.2 SWB - Escala do Bem-Estar Subjetivo	99
6.4.3 Escala Multifatorial de Locus de Controle	100
6.5 Procedimentos	101
6.5.1 Para Coleta de Dados	101

Anexos

6.5.2 Para Transcrição e Análise dos Dados	102
Categoria 5: AUTOCONFIANTE	106
VII – RESULTADOS	108

A partir das frequências da tabela 7, percebemos que a maior parte dos participantes pode ser categorizada como do tipo “incrédulo” (37,7%; n = 145), ou seja, que não tendem a nenhuma das três subdimensões do locus de controle; ou como do tipo “autoconfiante” (36,6%; n = 141), representado por altos escores no controle interno; em terceiro lugar encontramos os “inseguros” (24,1%; n = 93) que são aqueles que depositam a responsabilidade na esfera externa, tanto nos outros poderosos como no acaso; e em último (e muito distante dos demais tipos) encontramos os “crentes” (1,6%; n = 06) que são aqueles com altos escores nas três subdimensões do locus de controle. Na amostra pesquisada não 112

houve nenhum sujeito que se encaixasse nos tipos “místico”, “submisso”, “insubmisso” e “concreto”. 113

Analisando a tabela 8 é possível fazer uma combinação entre o grau do bem-estar subjetivo e as categorias baseadas no locus de controle. Dos 145 participantes classificados como sendo do tipo “incrédulo”, 5 possuem grau de BES “muito baixo”, 21 BES “baixo”, 52 BES “neutro”, 47 BES “alto” e 20 participantes apresentaram grau “muito alto” de BES. Dos 141 participantes classificados como sendo do tipo “autoconfiante”, nenhum possui BES “muito baixo”, 12 BES “baixo”, 36 BES “neutro”, 55 BES “alto” e 38 BES “muito alto”. Dos 93 participantes classificados como sendo do tipo “inseguro”, 17 possuem BES “muito baixo”, 46 BES “baixo”, 24 BES “neutro”, 6 BES “alto” e nenhum BES “muito alto”. Dos 6 participantes classificados como sendo do tipo “crente”, nenhum possui BES “muito baixo”, 1 BES “baixo”, 2 BES “neutro”, 3 BES “alto” e nenhum BES “muito alto”. 113

Os indivíduos “crentes”, por acreditarem fortemente que tanto eles mesmos, como outros poderosos e o acaso são responsáveis pelos acontecimentos de suas vidas, tendem a se adaptar diante de tais acontecimentos, produzindo um grau de BES predominantemente “alto” (50%). A ocorrência de escores elevados nas três subdimensões do locus de controle parece produzir indivíduos mais capazes de atribuir a responsabilidade pelo evento ao locus mais apropriado para a situação vivenciada ou até mesmo mais de um locus para o mesmo evento. Para evitar, por exemplo, um acidente de trânsito pode não bastar dirigir com cautela e atenção, pois uma árvore pode cair sobre o veículo em pleno movimento. Entretanto, é importante salientar que apenas seis participantes se classificaram nessa categoria, sendo desejável que a análise seja realizada com uma amostra maior. 114

Os indivíduos “incrédulos”, por não acreditarem fortemente que nem si próprios, nem outros poderosos e nem o acaso são responsáveis pelos acontecimentos de suas vidas, tendem a se resignar diante de tais acontecimentos, produzindo um grau de BES predominantemente 114

“neutro”. A ocorrência de escores baixos nas três subdimensões do locus de controle parece produzir indivíduos mais indiferentes ou indecisos quanto ao locus responsável pelos eventos ou que atribuem a responsabilidade às subdimensões de forma fraca ou neutra. Num acidente onde uma árvore cai sobre um veículo, o condutor pode atribuir um pouco da responsabilidade tanto a si mesmo, por não ter observado que a árvore estava inclinada,

Anexos

quanto a outros poderosos, por não ter a prefeitura cortado a árvore, como ao acaso, pelo azar da árvore cair justamente sobre o seu carro.	115
Os indivíduos “inseguros”, por não acreditarem fortemente em si mesmos, atribuindo a responsabilidade pelos acontecimentos de suas vidas a outros poderosos e ao acaso, não tendem a se considerar como donos de suas vidas, produzindo um grau de BES predominantemente “baixo”. Desta forma, mesmo que sua vida seja repleta de acontecimentos bons, eles provavelmente se mostram passivos e apáticos, pois não se vêem como agentes de tais feitos.	115
Para chegarmos aos tipos: “esperançosos”, “frustrados”, “realizados” e “resignados”	115
(tabela 9) foram utilizados os escores das subescalas felicidade e satisfação de vida. Como é possível observar, não foi possível classificar 278 participantes quanto ao tipo de pessoa, isto ocorreu porque os escores médios, ou seja, que não tendia nem para felicidade nem para a infelicidade ou nem para satisfeito para insatisfeito, não foram considerados. Sendo assim, para essa análise contamos com 107 participantes, de forma que 14 foram classificados com “esperançosos”, 36 como “frustrados”, 44 como “realizados” e 13 como “resignados”. Ao cruzarmos estes tipos de pessoas com as categorias criadas a partir dos escores nas subescalas de locus de controle, percebemos que a maior parte dos “esperançosos” (insatisfeitos, mas felizes) são incrédulos (57,1%); a maior parte dos “frustrados” (insatisfeitos e infelizes) também são incrédulos; a maior parte dos “realizados” (satisfeitos e felizes) são autoconfiantes; e os resignados possuem com maior concentração em auto-confiantes e incrédulos (38,5%).	116
VIII – DISCUSSÃO E CONCLUSÃO	118
Uma outra análise interessante foi o cruzamento dos tipos de pessoas formadas a partir dos escores nas subdimensões do locus de controle com os tipos de pessoas formadas a partir dos escores nas subdimensões do bem-estar subjetivo. Estes cruzamentos mostraram que:	119
- “Incrédulos” – 57,1% se classificaram como esperançosos (insatisfeitos, porém felizes). São insatisfeitos porque não atribuem fortemente a si o comando de suas vidas, porém são felizes; 45,5% classificaram como realizados (satisfeitos e felizes); 44,4% se classificaram como frustrados (insatisfeitos e infelizes) e 38,5% como resignados.	120
- “Inseguros” – 38,9% se classificaram como frustrados (insatisfeitos e infelizes), assim como já era previsto, este tipo de pessoa possui baixa satisfação e infelicidade, pois ele não está à frente de sua vida, ele não tem como o próprio nome sugere segurança de que seus atos podem mudar suas vidas, o que pode conduzir à infelicidade; 28,6% se classificaram como esperançosos (insatisfeitos, porém felizes), 23,1% se classificaram como resignados	120
(satisfeitos e infelizes) e apenas 2,3% se classificaram como realizados (satisfeitos e felizes), essa baixa porcentagem pode ser explicada devido a pouca credibilidade depositada em si mesmos. Neste caso, o sujeito desconsidera o seu poder para controlar e guiar os acontecimentos de suas vidas.	121
XI – REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	127
Danielle Monegalha Rodrigues	134

Anexos

Carlos Américo Alves Pereira	134
FICHA DE INFORMAÇÕES SÓCIO-DEMOGRÁFICAS	135

ÍNDICE DE ANEXOS

	Página
DANIELLE MONEGALHA RODRIGUES	22
Prof. Dr. Carlos Américo Alves Pereira	22
Prof. Dr. Alexandre de Carvalho Castro	22
Prof. Dr. Edson Alves de Souza Filho	22
Prof. Dra. Fátima Niemeyer da Rocha	22
Prof. Dr. Nei Calvano Gonçalves	22
Rodrigues, Danielle Monegalha. Os aspectos cognitivos da qualidade de vida: Um estudo entre as variáveis do locus de controle e as do bem-estar subjetivo. Tese (Doutorado em Psicologia) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2007.	14
Resumo	24
Abstract	25
I – INTRODUÇÃO	10
II – BEM-ESTAR SUBJETIVO (BES)	19
2.1 Bem-Estar Objetivo × Bem-Estar Subjetivo como Indicadores da Qualidade de Vida	19
2.2 Definindo o Bem-Estar Subjetivo	24
2.3 Teorias Bottom-up × Top-down	27
2.4 Qualidade de Vida	29
2.5 Dimensão Afetiva: Afetos Positivos, Afetos Negativos e Felicidade	31
2.6. Dimensão Cognitiva: Satisfação de Vida e Satisfação com Domínios Específicos	37
2.7 Mensuração do Bem-Estar Subjetivo	50
III – LOCUS DE CONTROLE (LC)	56
3.1 Perspectiva Histórica da Atribuição da Causalidade	56
3.2 Definição do Locus de Controle	66
3.3 Principais Autores do Locus de Controle	70
3.4 Mensuração do Locus de Controle	75
3.5 Revisão de Trabalhos sobre Locus de Controle	82
3.6 Características das Pessoas com Controle Interno e Controle Externo	85
IV – LOCUS DE CONTROLE E BEM-ESTAR SUBJETIVO	87
4.1 A Interação do Locus de Controle com o Bem-Estar Subjetivo	87
4.2 Estudos Recentes sobre Locus de Controle e Bem-Estar Subjetivo	92
V – OBJETIVOS	94
5.1 Objetivo Geral	94
5.2 Objetivos Específicos	95
VI – MÉTODO	96
6.1 Hipótese	96
6.2 Participantes	97
6.3 Aspectos Éticos	98
6.4 Instrumentos	99
6.4.1 Ficha de Informações Sócio-Demográficas	99
6.4.2 SWB - Escala do Bem-Estar Subjetivo	99
6.4.3 Escala Multifatorial de Locus de Controle	100
6.5 Procedimentos	101
6.5.1 Para Coleta de Dados	101

Anexos

6.5.2 Para Transcrição e Análise dos Dados	102
Categoria 5: AUTOCONFIANTE	106
VII – RESULTADOS	108

A partir das frequências da tabela 7, percebemos que a maior parte dos participantes pode ser categorizada como do tipo “incrédulo” (37,7%; n = 145), ou seja, que não tendem a nenhuma das três subdimensões do locus de controle; ou como do tipo “autoconfiante” (36,6%; n = 141), representado por altos escores no controle interno; em terceiro lugar encontramos os “inseguros” (24,1%; n = 93) que são aqueles que depositam a responsabilidade na esfera externa, tanto nos outros poderosos como no acaso; e em último (e muito distante dos demais tipos) encontramos os “crentes” (1,6%; n = 06) que são aqueles com altos escores nas três subdimensões do locus de controle. Na amostra pesquisada não 112

houve nenhum sujeito que se encaixasse nos tipos “místico”, “submisso”, “insubmisso” e “concreto”. 113

Analisando a tabela 8 é possível fazer uma combinação entre o grau do bem-estar subjetivo e as categorias baseadas no locus de controle. Dos 145 participantes classificados como sendo do tipo “incrédulo”, 5 possuem grau de BES “muito baixo”, 21 BES “baixo”, 52 BES “neutro”, 47 BES “alto” e 20 participantes apresentaram grau “muito alto” de BES. Dos 141 participantes classificados como sendo do tipo “autoconfiante”, nenhum possui BES “muito baixo”, 12 BES “baixo”, 36 BES “neutro”, 55 BES “alto” e 38 BES “muito alto”. Dos 93 participantes classificados como sendo do tipo “inseguro”, 17 possuem BES “muito baixo”, 46 BES “baixo”, 24 BES “neutro”, 6 BES “alto” e nenhum BES “muito alto”. Dos 6 participantes classificados como sendo do tipo “crente”, nenhum possui BES “muito baixo”, 1 BES “baixo”, 2 BES “neutro”, 3 BES “alto” e nenhum BES “muito alto”. 113

Os indivíduos “crentes”, por acreditarem fortemente que tanto eles mesmos, como outros poderosos e o acaso são responsáveis pelos acontecimentos de suas vidas, tendem a se adaptar diante de tais acontecimentos, produzindo um grau de BES predominantemente “alto” (50%). A ocorrência de escores elevados nas três subdimensões do locus de controle parece produzir indivíduos mais capazes de atribuir a responsabilidade pelo evento ao locus mais apropriado para a situação vivenciada ou até mesmo mais de um locus para o mesmo evento. Para evitar, por exemplo, um acidente de trânsito pode não bastar dirigir com cautela e atenção, pois uma árvore pode cair sobre o veículo em pleno movimento. Entretanto, é importante salientar que apenas seis participantes se classificaram nessa categoria, sendo desejável que a análise seja realizada com uma amostra maior. 114

Os indivíduos “incrédulos”, por não acreditarem fortemente que nem si próprios, nem outros poderosos e nem o acaso são responsáveis pelos acontecimentos de suas vidas, tendem a se resignar diante de tais acontecimentos, produzindo um grau de BES predominantemente 114

“neutro”. A ocorrência de escores baixos nas três subdimensões do locus de controle parece produzir indivíduos mais indiferentes ou indecisos quanto ao locus responsável pelos eventos ou que atribuem a responsabilidade às subdimensões de forma fraca ou neutra. Num acidente onde uma árvore cai sobre um veículo, o condutor pode atribuir um pouco da responsabilidade tanto a si mesmo, por não ter observado que a árvore estava inclinada,

Anexos

quanto a outros poderosos, por não ter a prefeitura cortado a árvore, como ao acaso, pelo azar da árvore cair justamente sobre o seu carro.	115
Os indivíduos “inseguros”, por não acreditarem fortemente em si mesmos, atribuindo a responsabilidade pelos acontecimentos de suas vidas a outros poderosos e ao acaso, não tendem a se considerar como donos de suas vidas, produzindo um grau de BES predominantemente “baixo”. Desta forma, mesmo que sua vida seja repleta de acontecimentos bons, eles provavelmente se mostram passivos e apáticos, pois não se vêem como agentes de tais feitos.	115
Para chegarmos aos tipos: “esperançosos”, “frustrados”, “realizados” e “resignados”	115
(tabela 9) foram utilizados os escores das subescalas felicidade e satisfação de vida. Como é possível observar, não foi possível classificar 278 participantes quanto ao tipo de pessoa, isto ocorreu porque os escores médios, ou seja, que não tendia nem para felicidade nem para a infelicidade ou nem para satisfeito para insatisfeito, não foram considerados. Sendo assim, para essa análise contamos com 107 participantes, de forma que 14 foram classificados com “esperançosos”, 36 como “frustrados”, 44 como “realizados” e 13 como “resignados”. Ao cruzarmos estes tipos de pessoas com as categorias criadas a partir dos escores nas subescalas de locus de controle, percebemos que a maior parte dos “esperançosos” (insatisfeitos, mas felizes) são incrédulos (57,1%); a maior parte dos “frustrados” (insatisfeitos e infelizes) também são incrédulos; a maior parte dos “realizados” (satisfeitos e felizes) são autoconfiantes; e os resignados possuem com maior concentração em auto-confiantes e incrédulos (38,5%).	116
VIII – DISCUSSÃO E CONCLUSÃO	118
Uma outra análise interessante foi o cruzamento dos tipos de pessoas formadas a partir dos escores nas subdimensões do locus de controle com os tipos de pessoas formadas a partir dos escores nas subdimensões do bem-estar subjetivo. Estes cruzamentos mostraram que:	119
- “Incrédulos” – 57,1% se classificaram como esperançosos (insatisfeitos, porém felizes). São insatisfeitos porque não atribuem fortemente a si o comando de suas vidas, porém são felizes; 45,5% classificaram como realizados (satisfeitos e felizes); 44,4% se classificaram como frustrados (insatisfeitos e infelizes) e 38,5% como resignados.	120
- “Inseguros” – 38,9% se classificaram como frustrados (insatisfeitos e infelizes), assim como já era previsto, este tipo de pessoa possui baixa satisfação e infelicidade, pois ele não está à frente de sua vida, ele não tem como o próprio nome sugere segurança de que seus atos podem mudar suas vidas, o que pode conduzir à infelicidade; 28,6% se classificaram como esperançosos (insatisfeitos, porém felizes), 23,1% se classificaram como resignados	120
(satisfeitos e infelizes) e apenas 2,3% se classificaram como realizados (satisfeitos e felizes), essa baixa porcentagem pode ser explicada devido a pouca credibilidade depositada em si mesmos. Neste caso, o sujeito desconsidera o seu poder para controlar e guiar os acontecimentos de suas vidas.	121
XI – REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	127
Danielle Monegalha Rodrigues	134

Anexos

Carlos Américo Alves Pereira	134
FICHA DE INFORMAÇÕES SÓCIO-DEMOGRÁFICAS	135

“Para se ter uma vida agradável basta, por exemplo, beber champanhe e dirigir um Porsche, mas uma vida boa é muito além disso. Para se alcançar uma vida boa seria necessário usar as forças pessoais para produzir felicidade e gratificação abundante”.

Seligman (2004)

DEDICATÓRIA

À minha saudosa e querida avó Amélia, que tenho certeza que lá de cima está me olhando e se orgulhando de mim...

DANIELLE MONEGALHA RODRIGUES

TESE DE DOUTORADO

Os aspectos cognitivos da qualidade de vida: Um estudo entre as variáveis do *locus de controle* e as do bem-estar subjetivo

Rio de Janeiro, de agosto de 2007.

Este exemplar corresponde à redação final da tese defendida por Danielle Monegalha Rodrigues e aprovada pela Comissão Julgadora:

Prof. Dr. Carlos Américo Alves Pereira

Doutor pela Universidade de São Paulo
Universidade Federal do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Alexandre de Carvalho Castro

Doutor pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro
Centro Federal de Educação Tecnológica.

Prof. Dr. Edson Alves de Souza Filho

Doutor pela École des Hautes Études en Sciences Sociales
Universidade Federal do Rio de Janeiro

Prof. Dra. Fátima Niemeyer da Rocha

Doutora pela Universidade Federal do Rio de Janeiro
Universidade Severino Sombra

Prof. Dr. Nei Calvano Gonçalves

Doutor pela Universidade Federal do Rio de Janeiro
Universidade Federal do Rio de Janeiro

Prof. Dra. Patrícia Constantino

Doutora pela Fundação Instituto Oswaldo Cruz
Fundação Instituto Oswaldo Cruz

AGRADECIMENTOS

Todo trabalho é sempre produto da ação de muitos que, direta ou indiretamente, contribuem para sua realização. Alguns colaboradores ficam no anonimato, mas nem por isso são menos importantes. É o caso das pessoas que gentilmente se dispuseram a responder aos instrumentos desta pesquisa. **A esses colaboradores meus sinceros agradecimentos.**

Quero também expressar meus agradecimentos:

- Ao **Professor Carlos Américo Alves Pereira** que, mais do que orientador, desde meu curso de Mestrado tem sido um incentivador e amigo, a quem agradeço a oportunidade de mais uma vez trabalharmos juntos.
- Aos **Professores Alexandre Castro, Fátima Rocha, Edson Alves**, por terem aceitado o convite de participar desta banca, bem como pelas preciosas contribuições e críticas. E em especial, ao **Prof. Nei Calvano**, que além de ter sido meu professor, meu coordenador, participou da minha banca de mestrado, a quem admiro muito pela competência e simplicidade.
- À Professora **Cristina Wigg**, pela verdadeira amizade e pelas constantes palavras de incentivo e apoio.
- Ao Professor **André Luis Faria Duarte**, que gentilmente me proporcionou a aplicação na UNIGRANRIO, contribuindo para o aumento de minha amostra.
- À todas as minhas amigas, que me apoiaram por todo esse tempo.
- Ao **Ailton Fernando Dias**, por estar sempre presente ao meu lado me apoiando no que for preciso e por toda sua dedicação e amor.
- A minha mãe **Vera Lúcia Monegalha Rodrigues**, ao meu pai **Carlos Vendas Rodrigues**, ao meu irmão **Eduardo Monegalha Rodrigues** e a minha irmã **Fernanda Monegalha Rodrigues**, que são as pessoas mais importantes da minha vida e dedicaram muito amor e me ajudaram em tudo, e em todo o processo de realização deste trabalho, e são as pessoas as quais eu devo tudo o que sou.

Rodrigues, Danielle Monegalha. Os aspectos cognitivos da qualidade de vida: Um estudo entre as variáveis do *locus* de controle e as do bem-estar subjetivo. Tese (Doutorado em Psicologia) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2007.

Resumo

Tendo em vista a pouca quantidade de material publicado no Brasil a respeito da relação entre o *locus* de controle e o bem-estar subjetivo, pretende-se com este trabalho contribuir com os estudos sobre o tema, assim como investigar a relação entre as subdimensões do *locus* de controle e as subdimensões do bem-estar subjetivo. Sendo assim, propõe-se aqui revisar a literatura nesse âmbito, investigando-se algumas das variáveis da qualidade de vida, priorizando os aspectos ligados ao bem-estar subjetivo e suas correlações com o *locus* de controle (internalidade, outros poderosos e acaso), além de propor uma classificação baseada na combinação dos escores na Escala Multidimensional de *Locus* de Controle, analisando e discutindo sua relação com outras variáveis, tais como satisfação de vida, felicidade, afetos positivos e afetos negativos. Para tanto, contou-se com a participação de 385 universitários do Estado no Rio de Janeiro, sendo 238 do sexo feminino e 147 do sexo masculino, com idade média de 24,5 anos, que responderam a Escala do Bem-Estar Subjetivo de Lawrence e Liang, adaptada por Pereira, Calvano e Cunha (1992) e a Escala Multidimensional de *Locus* de Controle de Levenson, adaptada por Dela Coleta (1987). A partir dos resultados obtidos através das correlações entre as subdimensões dessas duas escalas, foi possível verificar que, dentre outras coisas, o controle interno possui correlação significativa com o bem-estar subjetivo, felicidade, afeto positivo e satisfação de vida. A análise dos dados também revelou que os sujeitos com alto grau de controle interno eram mais realizados.

Palavras-chave: (1) Bem-Estar Subjetivo (2) *Locus* de Controle (3) Felicidade (4) Qualidade de Vida.

Rodrigues, Danielle Monegalha. The cognitive aspects of the quality of life: A study between the variables of locus of control and of subjective well-being. Thesis (Doctorate in Psychology). Post-Graduate Program in Psychology, Institute of Psychology, Federal University of Rio de Janeiro, 2007.

Abstract

There are few papers published in Brazil regarding the relationship between locus of control and subjective well-being. This thesis intends to contribute to the discussion about this subject, as well to investigate the relationship between the subdimensions of the locus of control and the subdimensions of subjective well-being. Thus, we revised the literature and investigated some variables of quality of life, mainly these related to the subjective well-being and their correlations with locus of control (internality, powerful others and chance). We proposed also a classification based on the score combination of the Multidimensional Scale of Locus of Control. This classification was discussed and analyzed through his relations with others variables, as life satisfaction, happiness, positive affects and negative affects. 385 students from Universities, located in Rio de Janeiro, took part of this study, including 238 females and 147 males, 24,5 years old in average. They were submitted to the Subjective Well-Being Scale of Lawrence and Liang, adapted by Pereira, Calvano and Cunha (1982) and to the Multidimensional Scale of Locus of Control of Levenson, adapted by Dela Coleta (1987). From the results obtained by correlations between the subdimensions of these scales, it was possible to verify the internal control has significant correlation with the subjective well-being, happiness, positive affect and life satisfaction. Data analysis showed us that people with high level of internal control were more fulfilled.

Key-words: (1) Subjective Well-Being (2) Locus of Control (3) Happiness (4) Quality of Life.

Rodrigues, D. M.

Os aspectos cognitivos da qualidade de vida: Um estudo entre as variáveis do *locus* de controle e as do bem-estar subjetivo / Danielle Monegalha Rodrigues. Rio de Janeiro: IP/UFRJ, 2007.

X, 139 págs.

Tese de Doutorado – Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Programa de Pós-Graduação em Psicologia.

Orientador: Prof^o. Dr^o. Carlos Américo Aves Pereira

1. Bem-estar Subjetivo 2. *Locus* de Controle 3. Felicidade 4. Qualidade de Vida

- I. Universidade Federal do Rio de Janeiro – Instituto de Psicologia
- II. Título

I – INTRODUÇÃO

Na Psicologia, a maior parte das pesquisas concentra-se no estudo do sofrimento e das doenças mentais investigando, por exemplo, a depressão, a angústia e a solidão. Seligman (2004) chegou a estimar que, no campo da Psicologia, para cada cem artigos sobre tristeza, apenas um era escrito sobre felicidade. No entanto, apesar da maioria das pesquisas se voltar para a investigação dos fatores que não levam à felicidade, a Psicologia Positiva vem ganhando espaço nas últimas décadas e, conseqüentemente, o estudo do bem-estar subjetivo (BES) tem ocupado lugar de destaque em diversas pesquisas que se destinam a estudar a felicidade. Desse modo, esses estudos buscam investigar que fatores estão relacionados com graus elevados de bem-estar e felicidade e, conseqüentemente, implicam numa melhor qualidade de vida.

Os pensadores da Psicologia Positiva, de modo geral, defendem que depende de cada um tornar a vida mais agradável e que há duas chaves para a felicidade: buscar satisfação nas atividades cotidianas e ter controle sobre a própria vida. Apesar de, aparentemente, ser simples alcançar a felicidade, muitas pessoas são infelizes. De acordo com Lyubomirsky (2001), há indivíduos que parecem ter talento para a felicidade, para ver o mundo de forma positiva, para se blindarem do infortúnio e para se alegrarem com as pequenas coisas da vida. Da mesma forma, esta pesquisadora acredita que, por outro lado, existam aquelas pessoas com tendência a ver a vida pelo lado negativo e mesmo em situações agradáveis conseguem enxergar vários aspectos ruins. Essas pessoas são do tipo que reclamam de tudo, que estão quase sempre mal-humoradas, ou seja, que apresentam comportamentos que conduzem à infelicidade. Certa vez, convidei uma amiga, que reclamava não ter nada para fazer, para ir ao

cinema numa tarde de domingo, na expectativa de proporcionar a minha amiga momentos prazerosos. Entretanto, apesar de ter aceitado o convite, ela passou a maior parte do tempo reclamando que o estacionamento do *shopping* estava muito cheio, que as filas para as bilheterias estavam imensas, que o ar condicionado do cinema estava muito frio, que a poltrona era desconfortável, que a pessoa sentada a sua frente era muito alta etc.

No que diz respeito ao controle sobre a própria vida, o *locus* de controle (LC) tem sido tema de muitas pesquisas no campo das Ciências Humanas. Isto talvez seja explicado pelo fato do *locus* de controle ser um constructo que permite a integração com diferentes temas. Assim, visando contribuir com o aumento do número de estudos sobre felicidade e complementar os achados nessa área, parece-nos interessante investigar a inter-relação entre o *locus* de controle e o bem-estar subjetivo.

Este estudo é dedicado ao tema qualidade de vida e bem-estar subjetivo. No primeiro capítulo, procurou-se diferenciar o bem-estar objetivo do bem-estar subjetivo, discutindo-se o modo como os conceitos de satisfação de vida, felicidade, afetos positivos e afetos negativos se situam no bem-estar subjetivo. No segundo capítulo, é apresentado o conceito de *locus* de controle. Foi realizada uma breve revisão sobre os principais teóricos da Atribuição de Casualidade e, em seguida, foi descrito o surgimento do termo “*locus* de controle”, abordando a teoria de Rotter (1966 e 1990) e seu refinamento por Levenson (1973, 1974 e 1981). São descritas as três subdimensões do *locus* de controle propostas por Levenson (internalidade, outros poderosos e acaso) utilizadas neste trabalho. O terceiro capítulo destina-se à discussão da interação do BES com o LC. Por poder estar associado a qualquer acontecimento social, o *locus* de controle possibilita um campo de investigação potencialmente grande e, por isso, esse constructo vem sendo muito valorizado nas pesquisas da Psicologia Social e, em especial, em estudos que enfatizam a influência de fatores psicossociais no bem-estar

Introdução

subjetivo e na qualidade de vida (Pereira, 1997). Nesse capítulo, são apontados alguns dos recentes estudos envolvendo o LC e o BES, além de se discutir como as subdimensões do *locus* de controle podem estar correlacionadas com as subdimensões do bem-estar subjetivo.

Um dos objetivos do presente estudo é aprofundar a investigação das possibilidades de combinação das subdimensões do *locus* de controle (internalidade, outros poderosos e acaso) com os componentes do bem-estar subjetivo (satisfação de vida, felicidade, afetos positivos e afetos negativos). Para tal, foram utilizadas a Escala Multidimensional de *Locus de Controle*, desenvolvida por Levenson (1981) e adaptada por Dela Coleta (1987), e a Escala do Bem-Estar Subjetivo, desenvolvida por Lawrence e Liang (1988) e adaptada por Pereira, Calvano e Cunha (1992).

Há uma tendência, na literatura, de correlacionar o *locus* controle interno (CI) a características vistas como mais positivas (Lefcourt, 1981), de modo que as correlações entre os altos índices de BES e altos índices de CI têm sido positivas e estatisticamente significativas. Com isso, abre-se espaço para que se discuta como as subdimensões do *locus* de controle se correlacionam com as subdimensões do bem-estar subjetivo.

No que diz respeito ao *locus* de controle, será utilizada a abordagem de Levenson por se tratar de uma abordagem multidimensional e, para mensurá-lo, será adotada a Escala de *Locus* de Controle de Levenson (1981) por permitir a análise das três subdimensões e, portanto, uma melhor compreensão deste constructo. Pasquali, Alves e Pereira (1998) apontam para o fato de esta escala, desde que foi traduzida e adaptada para o contexto brasileiro, ser a mais utilizada por pesquisadores nacionais ligados à Psicologia Social.

Segundo Csikszentmihalyi (1992), existem duas principais estratégias que podem ser adotadas para melhorar a qualidade de vida: (1) tentar fazer com que as condições externas se

Introdução

adaptem às nossas metas; e (2) mudar o modo como vivenciamos as condições externas para melhor adaptá-las às nossas metas. Portanto, o *locus* de controle pode desempenhar um papel importante para a qualidade de vida porque os comportamentos são, em parte, direcionados a partir deste tipo de orientação.

Rangé (2001), ao discutir a teoria cognitiva, afirma que o indivíduo possui uma forte tendência a estabelecer e a perseguir uma grande variedade de metas e propósitos. Assim, apesar de as pessoas diferirem em relação ao que lhes traz felicidade, elas constroem e perseguem suas metas, o que demonstra um esforço para dar sentido às suas vidas. Diante dessa afirmação, pode-se dizer que o fato de a pessoa ter ou não conseguido alcançar as metas planejadas está intimamente ligado à satisfação de vida, uma vez que a satisfação de vida se dá pela sensação de ter atingido a meta que se planejou, após esforços e sacrifícios (Diener, 1984). E o *locus* de controle pode influenciar a maneira como a pessoa espera alcançar suas metas.

Além de interferir nas metas de vida, o locus de controle também influencia os comportamentos cotidianos. Ao se deparar com um obstáculo, um indivíduo com *locus* de controle externo provavelmente não adotará nenhum comportamento para tentar solucionar o problema, porque não acredita que exerça controle sobre a situação. Essa acomodação pode fazer com que as pessoas com *locus* de controle externo se tornem apáticas, desinteressadas, com falta de iniciativa, com baixa auto-estima e, conseqüentemente, com baixos níveis de bem-estar subjetivo.

Quanto aos aspectos culturais, por muitos anos, as pesquisas indicaram que algumas sociedades se declaram mais felizes e mais satisfeitas que outras. Diener, Diener e Diener (1995), por exemplo, encontrou forte correlação entre a riqueza das nações (que implica num maior respeito aos direitos humanos, de igualdade e de liberdade) e os graus de BES relatados

Introdução

por seus cidadãos. Assim, as conclusões sobre a felicidade das sociedades sugerem que os países diferem substancialmente em BES. Outra razão para que as nações se diferenciem em BES se deve ao conceito e à opinião predominantes quanto ao julgamento dos sentimentos e emoções. Nas nações latinas (países da América Latina, Espanha etc.), acredita-se majoritariamente que as emoções positivas são boas e as emoções negativas são más. Nas nações situadas na borda pacífica (Coréia, China, Japão etc.), acredita-se que as emoções positivas e negativas são tão boas quanto más. Assim, nessas últimas não há uma forte correlação entre um elevado grau de BES e estar feliz (Diener, 2007). Esses dois grupos de nações diferem no BES, especialmente quando a renda é controlada. As nações latinas são muito mais felizes do que poderia se esperar baseado em sua renda, e as nações da borda pacífica são mais menos felizes.

“Ao se compararem as médias das amostras dos diferentes países quanto à satisfação com a vida, observou-se que as maiores médias correspondiam às amostras de um grupo de países predominantemente da Europa Ocidental, seguidos de países de origem latina (Brasil, Itália, Argentina, Espanha, Portugal), junto com alguns outros países europeus e países asiáticos. No grupo de médias mais baixas encontraram-se predominantemente países africanos (Tanzânia, Zimbábue, Nigéria) e orientais (Japão, Formosa, Coréia, Hong Kong), o que sugere a interação da origem cultural e do nível de desenvolvimento do país com o sentimento de felicidade” (Dela Coleta e Dela Coleta, 2006, p.534).

Diener e Oishi (2005) concluíram que habitantes de nações de mesmo grau de desenvolvimento, porém de culturas diferentes, apresentam nítidas diferenças na maneira como pensam, sentem e se comportam. As diferenças culturais parecem influenciar no formato da felicidade e em suas causas. Na Ásia Oriental, segundo esses autores, a felicidade resulta de uma visão crítica e disciplinada de si mesmo, e de ser simpático com os outros. Nas sociedades anglo-saxônicas, por exemplo, esses mesmos fatores poderiam não ser tão valorizados. Graças a essas diferenças culturais, apesar de haver afetos que apresentam

interpretações universais, um determinado conjunto de afetos pode ser interpretado por uma sociedade de forma positiva e por outra como nem tão positiva ou mesmo negativa.

A felicidade pode ser pesquisada numa perspectiva transcultural, utilizando uma abordagem sensível e orientada aos aspectos culturais, pois a cultura pode ser considerada um importante componente na elaboração do conceito de felicidade. Vários estudos comparativos demonstram diferenças substanciais na percepção da felicidade entre algumas nações, especialmente entre países da Ásia Oriental e da Europa Ocidental ou da América do Norte (Diener *et al*, 1995).

Valores como integração social e amabilidade são determinantes para a felicidade para um chinês, mas não o são para um britânico, enquanto valores relacionados ao trabalho são igualmente importantes para a felicidade em ambas as culturas. Pessoas de culturas diferentes podem ter concepções muito distintas de si mesmas, dos outros e da relação entre elas e a sociedade. E a visão de si mesmos em relação aos outros pode ter concepções opostas, classificadas como independente ou interdependente (Lu, Gilmour, Kao, Weng, Hu, Chern, Huang, e Shih, 2001).

A visão independente enfatiza a auto-atualização, a auto-realização, a expressão individual de necessidades, direitos e capacidades e do desenvolvimento de seu próprio potencial, sendo o protótipo da caracterização ocidental do indivíduo, que localiza as auto-representações em si mesmo. A visão interdependente enfatiza a adaptação, o fazer parte de, as obrigações de criação e realização e o ser digno de fazer parte de várias unidades sociais, que é o protótipo da caracterização oriental do indivíduo, o qual localiza as auto-representações não em atributos individuais, mas nas suas relações sociais (Lu *et al*, 2001).

Introdução

No lugar de controlar o ambiente, como ocorre no Ocidente, muitas culturas orientais defendem a adaptação do indivíduo ao ambiente. No lugar de declarar suas próprias necessidades e rigorosamente perseguir seus próprios objetivos, muitas culturas orientais valorizam a harmonia interpessoal e encorajam que se sacrifique o indivíduo em prol da sociedade. Na cultura chinesa, por exemplo, um estado de equilíbrio entre o eu e os outros (grupos, sociedade e natureza) é considerado a conquista final da adaptação humana (Lu *et al*, 2001).

O efeito da harmonia de relacionamento nas culturas coletivistas pode ser tão importante quanto o efeito do controle em culturas individualistas. Na busca de preditores da felicidade, a cultura tem uma influência crítica na forma de alcançar o bem-estar, pois seleciona, ativa, elabora, mantém e reforça alguns fatores em detrimento de outros. As concepções de sujeitos independentes ou interdependentes modelam e direcionam os comportamentos dos indivíduos, indicando a cultura a que pertencem. No domínio interpessoal, pessoas independentes tendem a acreditar no controle ativo, enquanto pessoas interdependentes tendem a enfatizar mais a harmonia dos relacionamentos. Essas crenças sobre a interação social guiam as práticas de comportamentos sociais diários das pessoas e os sentimentos quanto a essas interações contribuirão para sua felicidade. Embora tanto a cultura ocidental quanto a oriental reconheçam que a independência dos outros e a interdependência são tendências ou necessidades humanas essenciais, essas necessidades são enfatizadas diferentemente nas duas tradições culturais (Lu *et al*, 2001).

Mueller e Thomas (2001) realizaram uma pesquisa com 1.800 universitários de nove países com sociedades individualistas e coletivistas e, confirmando suas expectativas, encontraram predominância do *locus* de controle interno nas culturas individualistas. Quanto à influência dos aspectos culturais no *locus* de controle, Gurin, Gurin e Morrison (1978)

Introdução

alegam que sujeitos de culturas liberais tendem a rejeitar o individualismo inerente ao *locus* de controle interno, sendo sua ideologia contrária às forças econômicas, sociais e institucionais.

Em função da globalização, que não se restringe unicamente aos aspectos econômicos, observa-se forte influência da cultura ocidental sobre as demais culturas. Por exemplo, jovens orientais, bem educados e que vivem em áreas urbanas tendem a ser menos coletivistas e interdependentes por influência de agentes culturais ocidentais, como o cinema, a internet e a televisão. A globalização tem produzido essa ruptura na dicotomia cultura ocidental ou oriental que, por sua vez, tem conduzido os pesquisadores a adotarem preferencialmente a denominação culturas individualistas ou coletivistas (Lu *et al*, 2001).

Retomando à Psicologia Positiva, cabe ressaltar que ela não tem como objetivo substituir a visão tradicional de uma Psicologia focada no tratamento do sofrimento humano. Por se concentrar no estudo dos aspectos bons do indivíduo, a Psicologia Positiva permite ampliar o alcance da Psicologia, pois conhecendo os mecanismos envolvidos na manutenção de uma melhor qualidade de vida, os psicólogos poderiam também atuar preventivamente. O senso comum enxerga o psicólogo fundamentalmente como terapeuta, apesar de a Psicologia ter um amplo espectro de atuação além da clínica. A relevância social deste estudo está associada a sua pretensão de contribuir para o incremento de pesquisas relacionadas à qualidade de vida dos indivíduos, podendo inclusive possibilitar a adoção de medidas preventivas ao sofrimento psíquico. Um sujeito com baixo controle interno, por exemplo, pode desenvolver um humor deprimido por não se sentir responsável pelos acontecimentos de sua vida e, conseqüentemente, se considerar incapaz de modificar aspectos negativos da mesma.

Introdução

Como a hipótese deste trabalho considera que sujeitos com elevada internalidade estariam mais propensos a experimentar níveis mais altos de bem-estar subjetivo espera-se que a identificação dos fatores que contribuem para o aumento da internalidade possa contribuir para que, extrapolando o grupo de sujeitos investigado, composto de universitários, habitando regiões urbanas do Estado do Rio de Janeiro, possam ser propostas, avaliadas e testadas medidas capazes de proporcionar aumento do bem-estar subjetivo e conseqüentemente da qualidade de vida de diferentes grupos sociais.

II – BEM-ESTAR SUBJETIVO (BES)

2.1 Bem-Estar Objetivo × Bem-Estar Subjetivo como Indicadores da Qualidade de Vida

Algumas pessoas possuem certas características para a felicidade, ou seja, com alguns traços que as predispõem ao equilíbrio, tranquilidade, autocontrole, alegria, otimismo, enfim experimentam mais afetos positivos. Outras, no entanto, não possuem tais características e estão mais predispostas a depressão, pessimismo, falta de iniciativa, apatia, desesperança, estresse etc. Entretanto, cabe chamar atenção para o fato de que todos nós também somos influenciados por acontecimentos esperados ou inesperados, controláveis ou incontroláveis, que mudam momentaneamente nosso “estado de espírito”, ânimo ou humor. E é esta particularidade momentânea, situacional ou circunstancial que pode afetar nosso dia-a-dia: um elogio de um chefe nos induz a experimentar alegria, um beijo da pessoa amada nos contagia, uma notícia boa nos tranquiliza. Tais momentos são os principais alicerces para a experiência emocional positiva de felicidade, desde que sua ocorrência se dê frequentemente no dia-a-dia de cada um de nós. Daí, podemos falar de felicidade estruturada por componentes da personalidade (traços ou características de felicidade) e/ou como estado situacional de felicidade (momentos felizes).

Do ponto de vista científico, a felicidade, que é um termo muito popularmente utilizado, será adotada neste trabalho como bem-estar subjetivo, sendo a felicidade considerada uma das facetas do BES, uma vez que ela será entendida como uma preponderância dos afetos positivos sobre os afetos negativos.

De acordo com Lu (1999) e Diener, Scollon e Lucas (2003), o bem-estar subjetivo se refere ao estudo sobre como as pessoas avaliam suas próprias vidas e inclui variáveis tais como a satisfação (que se divide em satisfação de vida e satisfação com domínios específicos), presença freqüente de afetos positivos/prazerosos e a escassez de afetos negativos/desprazerosos.

Segundo Diener, Suh, Lucas e Smith (1999), o BES é um fenômeno que engloba os aspectos emocionais, que dizem respeito a presença de afetos prazerosos como alegria, paixão, orgulho e empolgação e ausência de afetos deprazerosos como culpa, vergonha, preocupação, inveja e tristeza; e os aspectos cognitivos que incluem a satisfação com os domínios específicos da vida como trabalho, família, lazer e, conseqüentemente com a satisfação da vida como um todo que inclui a satisfação com o passado, presente e futuro.

Como já foi dito na introdução, até bem pouco tempo atrás, as pesquisas não eram orientadas para o estudo da felicidade ou do bem-estar, sendo as pesquisas mais direcionadas para o mal-estar ou para os fatores que geravam infelicidade. No entanto, com o surgimento da Psicologia Positiva passou-se a se focalizar mais nos estudos da felicidade e do bem-estar. De acordo com Diener (1984), o termo felicidade foi indexado no *Psychological Abstracts* em 1973 e a publicação de artigos sobre bem-estar subjetivo e felicidade ocorreu a partir da criação do periódico *Social Indicators Research*, em 1974 (Pereira e Engelmann, 1993). Segundo Myers e Diener (1995), para cada dezessete artigos sobre aspectos negativos, apenas um artigo pesquisa sobre aspectos positivos.

Numa perspectiva histórica, cabe salientar que Allardt (1973 in Pereira e Engelmann, 1993) foi um dos primeiros a pesquisar sobre o bem-estar, tendo proposto um enfoque psicossócio-demográfico para a qualidade de vida que deve ser compreendido a partir de três

categorias básicas de valores: (1) *Having*, que engloba elementos como condições de emprego, habitação, transporte, educação, saúde, nutrição e salário; (2) *Loving*, que inclui o amor, as amizades e a solidariedade; e (3) *Being*, que representa as necessidades do desenvolvimento do *self*, englobando a auto-atualização, a auto-estima e a individuação. Pereira e Engelmann (1993) admitem que o modelo tridimensional de Allardt guarda certa correspondência com a teoria da hierarquia de necessidades de Maslow, cujo sistema de necessidades pode ser tomado também como parâmetro de promoção da qualidade de vida. Uma vez satisfeitas as necessidades relacionadas à simples sobrevivência (fisiológicas), outros grupos de necessidades dominariam o indivíduo hierarquicamente (segurança, amor, estima e auto-realização), fazendo-o avançar em suas condições de bem-estar. Assim, sustenta-se que a qualidade de vida se eleva através de uma escala de valores que avança desde a satisfação das necessidades básicas do ser humano em direção ao sentimento de bem-estar subjetivo e social.

Trazendo o enfoque de Allardt para o presente, a categoria “*having*” estaria associada às conquistas materiais e, portanto, associada ao bem-estar objetivo. Apesar desse indicador poder ser importante para a qualidade de vida de uma pessoa, Pereira e Engelman (1993) lembram que se forem utilizados apenas os indicadores objetivos da qualidade de vida, só teremos uma descrição das condições de vida e, portanto, não chegaremos ao bem-estar subjetivo.

“Interessa-nos, também, de acordo com a maneira pela qual as pessoas percebem e pensam, em conjunção com uma série de outros fatores psicológicos, seus julgamentos, ou avaliações subjetivas de si e de vários componentes-conteúdos dos inúmeros domínios da vida. Portanto, a caracterização da qualidade de vida congrega os componentes de: 1. bem-estar objetivo (welfare) – expresso pelas circunstâncias objetivas de vida, e 2. bem-estar subjetivo (well-being) – explicitado pelas experiências subjetivas de vida” (Pereira e Engelman, 1993, p.6).

A partir da citação anterior, pode-se dizer que as nossas experiências são avaliadas subjetivamente, ou seja, possuir grande quantidade de bens materiais não implica necessariamente em desfrutar de altos níveis de bem-estar subjetivo.

No entanto, é importante considerar o fato de apesar do dinheiro não estar diretamente relacionado ao bem-estar subjetivo, a falta dele passa a ser um preditor negativo do BES. De acordo com Diener (2005), embora o dinheiro não seja a principal fonte das diferenças individuais em relação ao bem-estar subjetivo, nas nações pobres, quando as necessidades básicas não são satisfeitas completamente, o dinheiro pode fazer uma diferença substancial no BES. Os estudos transculturais realizados pelos colaboradores do laboratório de Diener apontam para o fato de as nações ricas, em média, tenderem a ser mais felizes do que sociedades muito pobres. Porém, cabe ressaltar que as sociedades muito pobres, quando têm as suas necessidades básicas satisfeitas também podem apresentar altos níveis de BES. Ainda no que diz respeito aos indicadores objetivos, Albuquerque e Tróccoli (2004) também apontam que eles não são suficientes para explicarem o BES, já que as pessoas reagem diferentemente a circunstâncias semelhantes, assim duas pessoas com equivalente nível sócio-econômico, podem ser bastante diferentes em relação ao nível de BES.

Casulo (2002) cita dois estudos transculturais: um realizado por Avia e Vásques, em 1998 e, outro realizado por Veenhoven, três anos depois. Ambos os estudos revelam que, uma vez satisfeitas as necessidades básicas das pessoas, não existem grandes diferenças de satisfação de vida entre as nações. Assim, um número crescente de pesquisadores tem observado, após quase um século de investigação, que os fatores objetivos não se correlacionam fortemente com a felicidade, ou seja, possuir uma casa com vários cômodos, dispor de vários carros e telefones celulares de última geração, não é uma garantia de felicidade, o que pode ser observado facilmente na nossa experiência do dia-dia. Segundo

Lyubomirsky (2001), os aspectos objetivos influenciam apenas entre 8 e 15% na variância da felicidade.

Apesar de Diener e Oishi (2005) admitirem que existem algumas condições objetivas extremas que podem reduzir ou elevar o nível de bem-estar subjetivo, a maioria dos eventos importantes, tanto bons como ruins, como comprar um carro, perder um emprego ou passar em um concurso público, não gera grande mudança a longo prazo no nível geral de BES, pois depois de passado algum tempo, ocorre uma habituação à nova condição, e o estado de excitação ou inibição volta ao mesmo nível de antes de tal acontecimento.

Retomando ao crescimento do interesse pelo estudo da felicidade e, de acordo com Diener, Suh, Lucas e Smith (1999), isto reflete uma grande tendência em valorizar o individual e a importância do subjetivo para a avaliação da qualidade de vida além da reconceituação de que o bem-estar subjetivo necessariamente inclui elementos positivos que transcendem a perspectiva econômica. Como já foi dito anteriormente, os pesquisadores do BES acreditam que os indicadores sociais sozinhos não são suficientes para definir a qualidade de vida (Diener e Suh, 1997), pois as pessoas tendem a reagir de forma diferente mesmo quando expostas a circunstâncias semelhantes, e isto ocorre porque as avaliações são baseadas nas expectativas, valores e experiências anteriores próprias de cada sujeito. Apesar das estatísticas de violência e nível de salários serem relevantes para se discutir a qualidade de vida, os elementos subjetivos são essenciais (Diener, Suh, Lucas e Smith, 1999).

2.2 Definindo o Bem-Estar Subjetivo

Tendo em vista o fato de os fatores objetivos não influenciarem fortemente o bem-estar subjetivo, este trabalho busca estudar a qualidade de vida pelos indicadores subjetivos que compõem o bem-estar subjetivo.

“Bem-Estar Subjetivo é a definição científica para o modo como as pessoas avaliam suas próprias vidas. As pessoas podem avaliar suas vidas em função de um julgamento global (tal como a satisfação de vida ou sentimentos de realização), em função de domínios específicos de suas vidas (tal como casamento ou trabalho), ou em função de julgamentos afetivos sobre o que lhes acontece (presença de afetos agradáveis e ausência de afetos desagradáveis, devido a avaliações positivas de suas experiências pessoais). A palavra inglesa “happiness” (felicidade) significa várias coisas diferentes (p.ex., alegria, satisfação) e, por isso, muitos cientistas preferem o termo “bem-estar subjetivo”. Entretanto, o bem-estar subjetivo é um termo guarda-chuva que inclui vários tipos de avaliação da vida do indivíduo, como auto-estima, alegria, sentimentos de realização e outros. A chave do seu entendimento é o fato de a própria pessoa fazer a avaliação da sua vida, e não especialistas, filósofos ou outros. Desta forma, a própria pessoa é a especialista: Minha vida está indo bem, de acordo com os padrões que eu escolhi para mim?” (Diener, 2007).

Diener (1984), ao realizar um levantamento bibliográfico acerca dos estudos relacionados ao bem-estar subjetivo, reuniu as definições em três principais categorias:

- 1^a) **Qualidades Desejáveis:** nesta categoria, estão os estudos mais antigos, onde o bem-estar subjetivo é definido por critérios externos, como a virtude. Essa categoria é considerada normativa porque define o que é desejável. Assim sendo, o critério da felicidade não está no julgamento do indivíduo, mas sim em um valor do observador/sociedade. Pode-se se dizer que, nesta categoria, a felicidade não é pensada ainda como um estado subjetivo;
- 2^a) **Avaliação Individual:** aqui o bem-estar subjetivo já é definido pela satisfação de vida do indivíduo, de modo que são os seus padrões individuais que estão em questão.

Bem-Estar Subjetivo (BES)

Caracteriza-se pela subjetividade de cada sujeito e, portanto, quais critérios individuais ele utiliza para avaliar sua vida como sendo uma vida boa;

3^a) **Emoções Prazerosas**: esta última categoria poderia ser concebida sob uma perspectiva hedonista, pois se refere à predominância de afetos positivos sobre afetos negativos. Foca-se nas experiências emocionais prazerosas. Trata-se do bem-estar subjetivo definido pela preponderância de afetos positivos sobre os negativos.

Para Diener (1984), de um modo geral, o bem-estar subjetivo se refere ao modo como as pessoas avaliam suas próprias vidas e inclui variáveis como satisfação de vida, satisfação marital, ausência de afetos negativos e presença de afetos positivos. Segundo ele, o BES possui três características marcantes. A primeira é, obviamente, a subjetividade, já que condições objetivas como saúde ou riqueza, embora potenciais para o bem-estar, não são do campo da experiência subjetiva. A segunda característica é o fato de que o BES inclui necessariamente a presença de afetos positivos, como alegria, prazer e otimismo, não sendo apenas uma ausência de afetos negativos. A terceira é que as medidas de BES incluem uma avaliação global de todos os aspectos da vida de uma pessoa. Desta forma, mesmo que as influências de um certo domínio possam ser priorizadas, a ênfase é normalmente baseada no julgamento integrado de vários aspectos ao longo da vida da pessoa (Lucas, Diener e Suh, 1996).

É importante salientar que neste estudo, semelhantemente à abordagem de Grob (2000), o bem-estar subjetivo é entendido fundamentalmente como uma atitude positiva em relação à vida, e por ser o BES um conceito que pode se tornar vago, devido a várias definições dos seus componentes, é apropriado discriminar alguns constructos, como a auto-

estima e a extroversão, que podem ser confundidos com a própria definição de bem-estar subjetivo ou até mesmo confundidos entre si.

A auto-estima, por exemplo, que é considerada como sendo um julgamento pessoal do próprio valor ou importância, pode ser confundida com a satisfação de vida. Apesar de existir uma diferença teórica entre avaliação do seu próprio valor e o valor da sua própria vida, é realmente possível que as pessoas não façam essa distinção. Nas culturas mais individualistas, onde há maior ênfase na importância do “eu”, o julgamento da satisfação com a vida pode simplesmente representar felicidade consigo próprio. Embora alguns estudos mostrem que a satisfação com a vida se refere a um julgamento global, ainda há que se determinar quando ela é empiricamente distinguível da auto-estima. Essa importante distinção é necessária, pois existe forte correlação entre auto-estima e satisfação com a vida, ainda que algumas evidências mostrem que não são sinônimas (Lucas, Diener & Suh, 1996).

Uma outra distinção importante é extroversão e BES. Pesquisas que correlacionaram traços de personalidade e bem-estar subjetivo, como a realizadas por Chan e Joseph (2000) e Diener (2005), encontraram correlação forte e positiva entre extroversão e BES, sendo a extroversão um traço de personalidade relacionada com sentir mais afetos positivos/prazerosos e, o neuroticismo mais fortemente relacionado aos afetos negativos/desprazerosos.

As pessoas extrovertidas tendem a escolher mais atividades prazerosas, participam de mais atividades sociais, possuem mais amigos, emitem mais comportamentos não-verbais positivos (por exemplo, sorrir) e verbais (fazem mais perguntas, concordam e conversam mais), o que contribui para elevar o bem-estar subjetivo, porém não pode ser confundida com ele (Argyle e Martin, 1991).

2.3 Teorias *Bottom-up* × *Top-down*

Por ser um constructo influenciado por diversas variáveis, definir e explicar os componentes do bem-estar subjetivo não é uma tarefa simples. No entanto, de acordo com Diener, Suh, Lucas e Smith (1999) e Giacomoni (2004), podemos dizer que os principais modelos explicativos do BES se apresentam em duas grandes categorias opostas denominadas *bottom-up* e *top-down*.

A felicidade é causa ou é efeito? Será que a felicidade leva a algumas coisas ou algumas coisas levam à felicidade? De maneira alguma, não é objeto desta tese responder a tal questão; no entanto, consideramos interessante expor as duas correntes para a explicação da felicidade e do bem-estar subjetivo. Como será descrito a seguir, nas abordagens *top-down*, a felicidade é antecedente e, portanto as pessoas são felizes a priori e, por isso, levam uma vida boa; nas abordagens *bottom-up*, a felicidade é consequência e, portanto, ao se levar uma vida boa, a pessoa se torna feliz.

As abordagens *top-down* partem do princípio de que a pessoa já possui um alto índice de BES e, em consequência disso, terá mais afetos positivos, menos afetos negativos, se sentirá melhor em relação ao trabalho, ao casamento etc. Os pesquisadores das abordagens *top-down* defendem que a pessoa já nasce com uma predisposição para ser feliz e para ver o lado positivo das coisas.

Para os pesquisadores das abordagens *bottom-up*, o bem-estar subjetivo só ocorre com o êxito em cada um dos componentes do próprio BES, ou seja, para elevar o bem-estar, é necessário ter altas doses de afetos positivos, baixas doses de afetos negativos, satisfação no

casamento, satisfação no emprego e na vida como um todo. É a junção de todos estes fatores que implicará em altos índices de BES.

De acordo com Lyubomirsky (2001), grande parte das pesquisas sobre felicidade tem investigado determinantes objetivos da felicidade, ou seja, o quanto a felicidade está relacionada a questões ambientais, culturais ou relativas ao sexo, idade etc. Assim, de acordo com essa tradição objetivista ou ascendente (abordagens *bottom-up*), as pessoas felizes são aquelas que têm renda confortável, saúde robusta, casamento equilibrado e não têm tragédias ou traumas em suas vidas. Entretanto, um número crescente de pesquisadores tem observado que as circunstâncias objetivas da qualidade de vida, como as variáveis sócio-demográficas, se correlacionam menos fortemente com a felicidade do que a subjetividade, o que pode ser comprovado pela experiência do dia-a-dia. Várias estimativas apontam que os aspectos objetivos influenciam apenas entre 8 e 15% na variância da felicidade (Lyubomirsky, 2001).

As teorias *top-down* se voltam para os fatores externos e desejáveis e, portanto, tentam identificar como os eventos e os aspectos sócio-demográficos influenciam o BES. Já na categoria *bottom-up*, encontram-se as teorias em que o bem-estar subjetivo é mediado por processos psicológicos e subjetivos, onde a explicação para o BES não está nos fatores objetivos, mas em como interpretamos o objetivo, em outras palavras, como o indivíduo percebe suas experiências de vida. Para esta perspectiva, a interpretação da situação é o que primariamente influencia o BES, ao invés das próprias circunstâncias da situação, o que abre um vasto campo de pesquisas sobre quais estruturas determinariam a percepção dos acontecimentos.

2.4 Qualidade de Vida

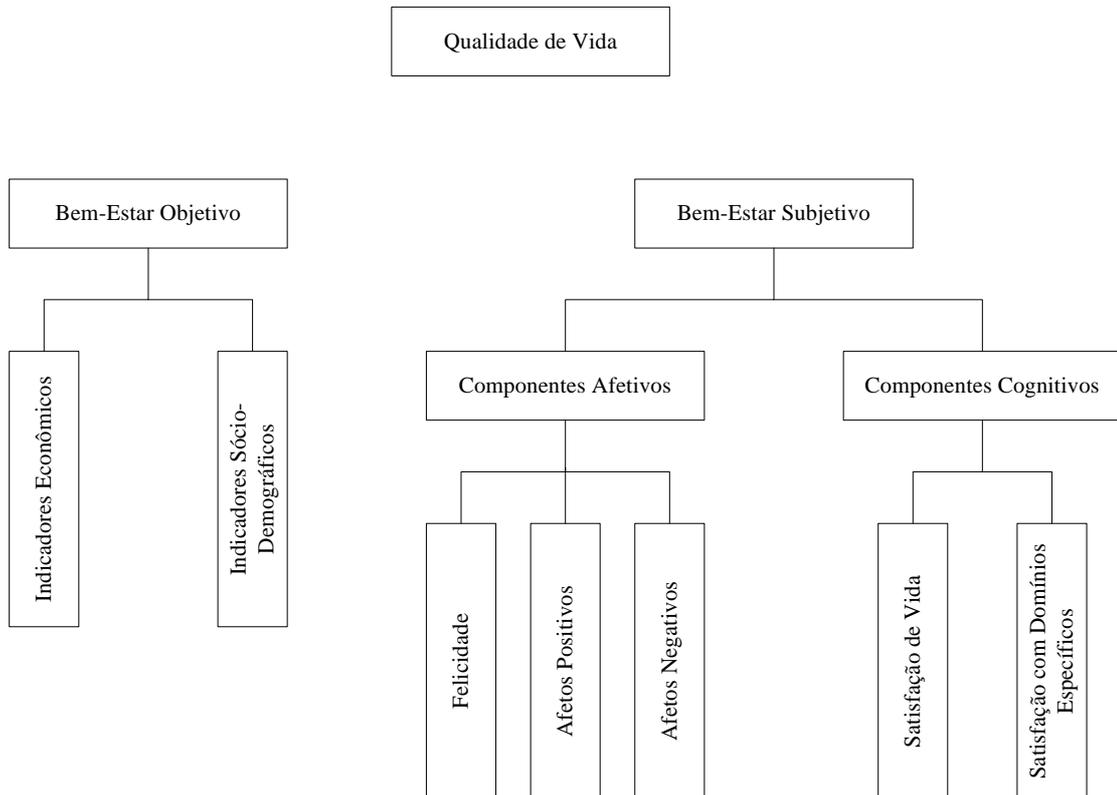
De acordo com Mendes, Balsimelli, Stangehaus, e Tilbery (2004), a qualidade de vida está associada à percepção do indivíduo quanto a sua situação no contexto da sua cultura e dos valores da sociedade onde ele vive. Estes autores também afirmam que a qualidade de vida está totalmente relacionada com os objetivos, expectativas, e interesses do indivíduo. Por esta definição, fica claro que o conceito de qualidade de vida é um conceito multidimensional e que incorpora a percepção do sujeito sobre os diversos aspectos de suas vidas.

Pereira e Engelman (1993) propuseram uma classificação estrutural da qualidade de vida e de seus componentes, que pode ser organizado como ilustra a Figura 1. Nessa classificação, a qualidade de vida é formada por dois componentes: o bem-estar objetivo e o bem-estar subjetivo. O bem-estar objetivo possui dois subcomponentes: o bem-estar econômico (salário/renda) e o bem-estar sócio-demográfico (moradia, saúde, alimentação, educação, lazer e outros) e o bem-estar subjetivo possui quatro componentes (satisfação de vida, felicidade, afeto positivo e afeto negativo). Pereira (1997) também escreveu sobre os principais indicadores do bem-estar subjetivo, que são: aspecto cognitivo, aspecto afetivo e aspectos psicossociais da saúde mental. O primeiro está relacionado a uma experiência cognitiva em que o indivíduo compara sua situação atual com aquela que ele esperava estar, ou seja, o sucesso que a pessoa crê ter alcançado frente a algum objetivo desejado. O segundo é a experiência dos aspectos afetivos que pode ser medida através da frequência de episódios positivos e negativos ocorridos num passado recente. O terceiro, que se refere a fatores psicossociais da saúde que podem incluir elementos como *locus* de controle, ansiedade, otimismo, auto-estima, estresse, entre outros.

Bem-Estar Subjetivo (BES)

Fazendo-se um resumo de tudo o que já foi exposto até aqui, podemos esquematizar a figura 1.

Figura 1 – Diagrama da Qualidade de Vida



2.5 Dimensão Afetiva: Afetos Positivos, Afetos Negativos e Felicidade

Ø Afetos Positivos e Afetos Negativos

A dimensão afetiva é representada pelos afetos positivos, pelos afetos negativos e pela felicidade. Os afetos positivos compreendem os estados de ânimo considerados positivos, tais como contentamento, alegria, prazer, otimismo, serenidade, esperança e encantamento. Por outro lado, os afetos negativos englobam os sentimentos negativos, tais como pessimismo, desinteresse, apatia, raiva, desesperança, medo, repulsa, tristeza e desgosto (Diener, 1984, Pereira, 1997 e Seligman, 2004).

Para Casulo (2002), a dimensão afetiva é mais lábil e momentânea do que as outras duas dimensões, no entanto, ela é independente, uma vez que desfrutar de altas doses de afetos positivos não garante necessariamente baixas doses de afeto negativo. Em uma revisão bibliográfica sobre o bem-estar subjetivo, Diener (1984) citou pesquisas como as de Bradburn & Caplovitz realizada em 1965, Harding de 1982, Warr de 1978, que demonstraram que, ao se comparar, ao longo do tempo, a média entre intensidade e frequência desses dois tipos de afetos, o resultado mostra que eles realmente são independentes, o que leva a concluir que a baixa frequência ou a ausência de afetos negativos não implica na presença de afetos positivos. Assim, uma pessoa que experimenta constantes afetos positivos não está livre de experimentar constantes afetos negativos e vice-versa.

Cabe ressaltar neste ponto que a literatura estudada aponta que, para a felicidade, é mais importante a frequência dos afetos positivos do que sua intensidade, como será explicado mais adiante.

Diener, Scollon e Lucas (2003) oferecem três razões para as pesquisas do BES se concentrarem mais na frequência dos afetos do que na intensidade:

1ª) A sensação de intensidade pode estar associada a características individuais, de forma que pessoas que tendem a experimentar intensamente emoções positivas, tenderão a experimentar emoções negativas intensas, por se tratar de uma característica da pessoa.

2ª) A segunda razão para não se focar na intensidade seria o fato das experiências muito intensas serem bastante raras, como por exemplo, ganhar na loteria ou se tornar paraplégico.

3ª) O terceiro ponto seria o fato da frequência possuir melhores características psicométricas do que a intensidade, uma vez que a avaliação da intensidade pode ser bastante subjetiva e poder variar de uma pessoa para outra, de forma que o que é considerado muito intenso para um, pode não ser para outro.

De acordo com Seligman (2004), os afetos positivos, tais como coragem, lealdade, confiança e esperança são de maior importância em tempos de turbulência do que em tempos tranquilos. Com isso, podemos pressupor que, mesmo diante de afetos negativos, é muito importante a presença dos afetos positivos.

Assim como os afetos, os eventos positivos e negativos também soam independentes entre si, e as pesquisas realizadas por Diener (1984) e Seligman (2004) mostraram que os eventos bons e os ruins são eventos independentes na vida de um indivíduo, de forma que não experimentar eventos negativos não significa necessariamente experimentar eventos positivos. Sabendo-se que os eventos bons e agradáveis geram afetos positivos e os eventos ruins geram afetos negativos, e há evidência de que a habilidade individual de ter controle sobre o

acontecimento/evento está relacionada com o impacto que ele terá no indivíduo. Sendo assim, um evento prazeroso pode proporcionar pouco bem-estar subjetivo se a pessoa possuir um sentimento de pouco controle sobre tal evento (Seligman, 2004). Com isso podemos dizer que, para experimentar altas doses de bem-estar, não basta vivenciar eventos positivos; é preciso também que a pessoa considere que influenciou de alguma maneira para ocorrência desse evento. E é neste momento que a interface com o *locus* de controle se torna interessante.

Outro fator importante a ser considerado é a diferença da percepção entre os indivíduos, de maneira que as pessoas felizes tendem a perceber os acontecimentos positivos diferentemente das pessoas infelizes. Os felizes tendem a julgar seus sucessos como fruto de suas próprias ações e que irão durar (estáveis), enquanto que os fracassos são vistos como consequência do comportamento dos outros e irão passar logo (temporário). Por outro lado, os infelizes não possuem essa tendência, eles são imparciais em seus julgamentos, independentemente se a situação é de sucesso ou de fracasso.

Adicionalmente, podemos dizer que assim como os afetos podem interferir na dimensão cognitiva, a cognição também pode interferir na dimensão afetiva.

Ø Felicidade

Ser feliz é, sem dúvida nenhuma, uma das maiores metas dos seres humanos. Talvez seja por esse motivo que a felicidade vem sendo objeto de interesse desde a Antiguidade; muitos pensadores já se preocupavam em definir a felicidade desde aquela época: Aristóteles - a atividade da alma dirigida pela virtude; Visão Cristã - algo que não alcançaremos nesse mundo, mas apenas após a salvação; Visão Budista - viver em paz e harmonia; e Mahatma Gandhi - é quando o que você pensa, o que você diz e o que você faz estão em harmonia.

Bem-Estar Subjetivo (BES)

O termo felicidade é usado por todos no dia-a-dia e, por isso, pode apresentar significados confusos e diferentes. Há quem defenda a posição de que a felicidade não é um estado subjetivo, mas sim algo definido por critérios externos. Aristóteles (*in* Diener, 1984), por exemplo, afirmou ser a felicidade um benefício por se viver uma vida honesta, sendo feliz, a pessoa que pratica o bem; já Chekola, 1975 (*in* Diener, 1984) defende a posição de que a felicidade seria uma harmonia entre os desejos e os objetivos de um indivíduo.

Bradburn (1969) e Diener (1984) defendem que felicidade consiste em experimentar freqüentes afetos positivos e poucos afetos negativos. Isto pode significar tanto que uma pessoa está vivendo mais emoções agradáveis durante sua vida, como que uma pessoa está mais predisposta a tais emoções. Neste entendimento, uma única grande carga emocional positiva não torna alguém feliz, o que também vale para os afetos negativos, sendo ideal experimentar pequenas doses de afetos positivos em variados momentos do dia-a-dia.

“O hedonista deseja o máximo de bons momentos e o mínimo de maus momentos, e uma teoria hedonista simples diz que a qualidade de vida é o resultado de uma subtração: quantidade de bons momentos menos quantidade de maus momentos” (Seligman, 2004, p.21).

De acordo com Pereira (1995), para uma pessoa ser feliz, não adianta apenas experimentar uma única grande dose de afeto positivo, como ganhar na loteria, mas sim experimentar doses freqüentes de menor intensidade, como elogios dos amigos, carinho do filho ou promoção no trabalho.

De acordo com Diener (1984):

“Aqueles com alta duração de afeto positivo e alta intensidade deste afeto exibirão vida afetiva exuberante e alegre, enquanto que aqueles com alta duração do afeto positivo, mas baixa na intensidade deste afeto experimentarão, normalmente, contentamento e serenidade. Aqueles com

alta duração de afetos negativos e alta intensidade deste afeto experimentarão, freqüentemente, depressão ou outras emoções negativas mais fortes, e pessoas com alta duração do afeto negativo mas com baixa intensidade desse afeto serão mais bem caracterizadas como melancólicas ou medianamente feliz a maior parte do tempo¹ (Diener, 1984, p. 550).

É claro que o momento do casamento, a perda do emprego, o nascimento de um filho ou a morte de um parente próximo são, sem dúvida, fatos marcantes e facilmente lembrados, mas não compensam uma enorme quantidade de eventos talvez menores, mas não menos importantes, no momento de avaliar a vida como um todo.

Quanto aos eventos muito intensos aumentarem o nível de felicidade apenas por algum tempo, Seligman (2004) cita dois estudos realizados nesta área: o primeiro diz respeito a um estudo sistemático realizado com vinte e duas pessoas que ganharam um grande prêmio na loteria. Com o passar do tempo, os pesquisadores descobriram que todas essas pessoas voltaram ao seu nível básico de felicidade; o segundo estudo mostrou que esse mesmo fato também ocorre com eventos muito tristes. Este estudo demonstrou que pessoas que se tornaram paraplégicos devido a um acidente, após aproximadamente oito semanas já relatam mais emoções positivas do que negativas.

Levando em consideração que o que realmente gera felicidade são doses pequenas, porém freqüentes de afeto positivo, Pereira (1995), apontou alguns itens que podem contribuir para aumentar a felicidade:

- ter uma boa vida social,
- ter bom relacionamento familiar,
- desenvolver alguma atividade física,
- atividade sexual,

¹ Traduzido do original em inglês de Diener (1984, p. 550)

Bem-Estar Subjetivo (BES)

- cantar,
- dançar,
- possuir algum animal de estimação,
- ler.

Sem ter a intenção de listar uma receita para a felicidade, Myers (2000) também apontou alguns itens que se correlacionam com a felicidade:

- saborear o momento: prestar mais atenção aos pequenos detalhes do dia-dia;
- assumir as rédeas do controle do seu tempo: organizar o tempo do dia de acordo com seus objetivos e dividir as tarefas em pequenas etapas;
- agir como se estivesse feliz: mesmo sem estar feliz tentar sorrir, mesmo que seja momentâneo;
- procurar trabalho e lazer que absorva suas habilidades;
- juntar-se ao movimento pelo movimento: o engajamento em alguma atividade física pode ajudar a melhorar sintomas de ansiedade e depressão leve;
- dormir: mesmo levando uma vida ativa é necessário reservar um tempo para o sono e para ficar sozinho;
- dar prioridade aos relacionamentos íntimos: passar a agir de uma maneira mais amorosa com o(a) parceiro(a);
- cuidar da alma: buscar a religiosidade e a fé.

As atividades citadas anteriormente podem contribuir para elevar o número de afetos positivos e diminuir os afetos negativos, aumentando assim a felicidade.

2.6. Dimensão Cognitiva: Satisfação de Vida e Satisfação com Domínios Específicos

Ø Satisfação de Vida

Agora que já definimos o que entendemos por felicidade, vamos estabelecer uma diferença fundamental entre satisfação e felicidade. A satisfação frente a algum domínio de vida ocorre quando “a pessoa acredita haver obtido resultados esperados frente a suas necessidades, aspirações ou expectativas”. Já a felicidade é “a predominância da frequência de ocorrência de experiências emocionais positivas sobre as negativas”. (Campbell, 1976, Diener, 1984 e Pereira, 1997).

Por serem dois fatores distintos, o fato de experimentar ou não felicidade, em geral, independe de nossa satisfação.

A satisfação de vida representa um julgamento sobre o que pretendemos alcançar e o que acreditamos ter alcançado e, a felicidade expressa um conjunto de emoções positivas que experimentamos ao longo de nossas vidas. Sendo assim, podemos ter pessoas satisfeitas e felizes; pessoas satisfeitas e infelizes; insatisfeitas e felizes; e insatisfeitas e infelizes.

Neste trabalho, consideramos, de acordo com Lucas e Gohm (2000), que altos níveis de bem-estar subjetivo ocorrem quando o sujeito experimenta alta satisfação de vida e afetos positivos e, quase não experimenta afetos negativos.

Seligman (2004) aponta alguns eventos que, apesar de aumentarem a felicidade temporariamente, têm pouca ou nenhuma influência sobre o bem-estar:

Bem-Estar Subjetivo (BES)

- **Riqueza.** Certamente traz com ela bens materiais; no entanto, tem uma correlação surpreendentemente baixa com o nível de felicidade. Os ricos são, em média, apenas ligeiramente mais felizes que os pobres;
- **Beleza Física.** Assim como a riqueza, traz com ela uma série de vantagens, mas não tem efeito significativo sobre a felicidade;
- **Saúde Física.** Talvez o mais valioso de todos os recursos, tem pouquíssima relação com a felicidade.

Na realidade, a qualidade de vida não depende de forma direta do que possuímos. E, por este motivo, é que as condições objetivas de vida não devem fazer parte das definições do BES, pois apesar de fatores como a riqueza influenciarem, elas não são fatores necessários para o bem-estar subjetivo. O que importa, ao contrário, é como nos sentimos a respeito de nós mesmos e daquilo que nos acontece. Para que a vida seja melhor, precisamos aprimorar o modo como percebemos nossa vida.

Quando pensamos o tipo de experiência que torna a vida melhor, a maior parte das pessoas pode considerar que a felicidade consiste em sentir prazer: boa comida, bom sexo, todos os confortos que o dinheiro pode comprar etc. No entanto, considera-se que estas atividades proporcionam apenas um prazer momentâneo, portanto, não geram satisfação de vida. A satisfação de vida é algo mais profundo que ocorre quando a pessoa percebe que realizou um desejo; que conseguiu cumprir uma meta almejada e, mais ainda, quando avalia que conseguiu ultrapassar o que planejou.

A dimensão cognitiva é caracterizada pelo que a pessoa pensa sobre sua própria vida (presente, passado e futuro), e este aspecto considera o quanto a pessoa acredita já ter alcançado frente aos seus objetivos pessoais.

A satisfação de vida pode ser definida como a avaliação global de uma pessoa sobre sua vida (Diener, Colvin, Pavot e Allman, 1991). Esta definição sugere que, ao fazer essa avaliação, a pessoa examine todos os aspectos de sua vida, ponderando os momentos em que alcançou o que almejou ou não, chegando a um julgamento global de sua satisfação. Segundo Suh, Diener e Fujita (1996), espera-se, nessa avaliação, que as pessoas realizem um julgamento geral de suas vidas sem deixar que seus estados emocionais, resultantes de situações recentes, interfiram em suas apreciações.

“... os indivíduos comparam eles mesmos a múltiplos padrões incluindo outras pessoas, condições passadas, aspirações, níveis ideais de satisfação, e com necessidades ou objetivos. As avaliações da satisfação são baseadas na discrepância entre a situação atual e esses padrões”
(Diener et al, 1999, p. 282).

Baseando-se na citação acima, percebemos que, quando a situação vivenciada pelo sujeito está muito aquém dos seus padrões de comparação, haverá uma baixa satisfação de vida, e se a sua situação estiver no mesmo nível ou acima de seus padrões de comparação terá uma alta satisfação de vida. Indo mais além, podemos pressupor que quanto mais alta estiver sua situação atual em comparação com os padrões, maior será seu nível de satisfação. Desta forma, a satisfação de vida pode ser entendida como a percepção do indivíduo quanto a sua situação no contexto da sua cultura e dos valores da sociedade onde se vive, e também em relação aos próprios objetivos, expectativas, padrões e interesses. (Freire, 2001)

Para Diener (1984), a avaliação da vida inclui a avaliação de diversos fatores como financeiro, ocupacional, conjugal, familiar e outros: esta é a satisfação com domínios

específicos, que será abordada mais especificamente adiante. A partir daí, fica claro que a satisfação de vida incorpora a percepção geral do sujeito sobre diversos aspectos de sua vida.

A satisfação de vida representa, portanto, a dimensão cognitiva do bem-estar subjetivo. No entanto, cabe salientar que a literatura mostra que a satisfação de vida não está completamente isenta de algumas influências afetivas e, apesar da satisfação de vida ser uma avaliação predominantemente cognitiva, é claro que os afetos podem exercer alguma influência na avaliação que o indivíduo faz de sua vida e, por esse motivo, é possível que algumas pessoas façam julgamentos da satisfação de vida pensando apenas em suas horas de bom humor em detrimento do tempo passado de mau-humor, ou o contrário.

Os pensamentos podem desempenhar um papel principal para as experiências emotivas, de forma que a avaliação cognitiva pode ser tanto uma ameaça potencial como um grande benefício para a qualidade de vida do sujeito. Não basta, por exemplo, uma pessoa ter um ótimo emprego se ela não acredita ter, da mesma forma que existem pessoas que não possuem nem mesmo emprego e avaliam sua vida como muito boa. No entanto, isso não significa que dinheiro, beleza ou *status* sejam irrelevantes para a felicidade; estes fatores podem ser fundamentais, desde que nos façam sentir melhor. O que realmente influenciará a felicidade é a importância que a pessoa dará a esses fatores. Caso a pessoa não valorize esses fatores, eles serão, na melhor das hipóteses, elementos neutros, e, na pior, obstáculos a uma vida recompensadora.

De acordo com Pereira (1995), a satisfação pode ser dividida em satisfação de sucesso, considerada uma satisfação plena, que ocorre quando a pessoa crê que alcançou tudo que planejou, e a satisfação de resignação, considerada uma satisfação parcial, que acontece quando a pessoa acredita que alcançou apenas uma parte do que planejou.

Bem-Estar Subjetivo (BES)

Com isso, podemos dizer que, embora as experiências que geram sentimentos positivos possam também nos proporcionar satisfação de vida, não podemos confundí-las. A satisfação caracteriza-se, principalmente, por uma sensação de realização, ou seja, de ter alcançado uma meta, e experimentar freqüentes doses de afetos positivos se relaciona com a felicidade. Dessa maneira, é correto afirmar que uma pessoa pode ser feliz e insatisfeita ou vice-versa, como ilustra o Quadro 1.

Analisando o Quadro 1, podemos encontrar quatro tipos de pessoas: (1) as **realizadas**, que é resultado da combinação entre felicidade e satisfação; (2) as **esperançosas**, quando o sujeito está feliz, porém insatisfeito; (3) as **resignadas**, representada pela pessoa sendo infeliz, porém satisfeita; e (4) as **frustradas**, quando a pessoa está infeliz e insatisfeita.

Quadro 1 – Satisfação de Vida × Felicidade

	Felizes	Infelizes
Satisfeitas	Realizadas	Resignadas
Insatisfeitas	Esperançosas	Frustradas

Fonte: Campbell, Converse e Rodgers , 1976.

Ø Satisfação com Domínios Específicos

Assim como já foi apontado anteriormente a satisfação com alguns domínios específicos também influencia o BES, e a seguir detalharemos alguns domínios que quando satisfeitos, contribuem para elevar o bem-estar.

Segundo Argyle (1987 e 1991), os relacionamentos interpessoais, por oferecerem suporte, influenciam os afetos positivos, a satisfação e ainda podem prevenir o estresse.

Se investigarmos as origens dos afetos positivos, a maior parte deles provém dos relacionamentos íntimos como estar apaixonado, estar entre os familiares, amigos ou entre crianças pequenas. Uma das principais origens da satisfação é a qualidade dos relacionamentos e a quantidade de afetos, intimidade, confidências.

Algumas pesquisas vêm demonstrando uma forte correlação entre felicidade e relações interpessoais, onde pessoas relatam estarem mais felizes na presença dos cônjuges, dos filhos, dos pais, de parentes ou amigos próximos (Csikzentmihalyi, 1992; Arrindell e Luteijn, 2000; Myers, 2000; Chan e Joseph, 2000; Gonçalves e Pereira, 2007). Deste modo, estar ou não na companhia de outras pessoas faz uma grande diferença na qualidade da experiência, pois promove um bem-estar geral. No entanto, não basta estar na companhia de outras pessoas, sendo necessário também saber conviver bem com elas.

Os resultados de uma pesquisa realizada por Campbell, Converse e Rodgers (*in* Argyle, 1987) que teve como objetivo identificar como os diferentes tipos de relacionamentos contribuem para o nível de satisfação com a vida, foram: família – 0,41; casamento – 0,36; amigos – 0,26; comunidades – 0,25 e trabalho 0,12. Estes resultados confirmam que estar envolvido com outras pessoas colabora para elevar o nível de bem-estar subjetivo e que os relacionamentos familiar e conjugal são os tipos de relacionamentos que mais colaboram para a felicidade.

- Satisfação com os relacionamentos de amizade

Estudos, como os de Reich e Zautra (1981), têm mostrado que o aumento dos contatos sociais leva ao aumento da felicidade, enquanto que a diminuição desses contatos conduz à infelicidade.

Estar ligado a amigos com quem podemos compartilhar pensamentos íntimos tem dois efeitos, observou Francis Bacon, filósofo do século XVII: “Dobra as alegrias e corta as dores pela metade” (in Myers, 2000, p. 325).

A amizade é uma importante forma de receber suporte social e gerar bem-estar. Isso se dá principalmente porque somos nós quem escolhemos nossas amizades, escolhendo as pessoas com as quais nos identificamos, que compartilhamos idéias, comportamentos e personalidade.

De acordo com Csikzentmihalyi (1992), a amizade é considerada mais importante em duas fases da vida em especial: na adolescência, quando aquela é o principal relacionamento, e na velhice, principalmente depois da aposentadoria e do afastamento da função social. Entre esses dois períodos, a família, o casamento e o trabalho roubam o tempo das amizades. A adolescência é um período conturbado onde o jovem passa por uma fase de transformações, quando deixa de ser criança e começa a ter outros comportamentos, sendo muito comum nessa época se associarem em grupos, onde os amigos se tornam muito importantes, mesmo porque os conflitos familiares são bastante comuns. Na velhice, muitas vezes, os idosos se unem a pessoas na mesma situação para receber suporte social.

Argyle (1987), citou um estudo que realizou com Furnham onde descobriu que as atividades mais divididas com os amigos eram comer, beber, conversar e dançar.

De acordo com Argyle e Martin (1991), as pessoas precisam de amigos pelas seguintes razões: ajuda de diversos tipos, informação, suporte social na forma de conselhos, compartilhar as confidências e dividir atividades interessantes, como jogar e sair juntos. Esse mesmo autor, em 1987, também ressaltou que um dos principais papéis das amizades é o de prevenir o estresse, a ansiedade e a baixa auto-estima proveniente da solidão. É muito comum

no cotidiano buscamos refúgio nos amigos quando há algum problema na vida sentimental ou profissional (Gonçalves, 2006).

As pessoas geralmente ficam muito mais motivadas e felizes quando estão com os amigos, independentemente do que estejam fazendo. Mas essa aparente estabilidade não é para sempre, e com as mudanças de um trabalho para o outro, de uma cidade para outra, e com a idade, as amizades efêmeras se tornam cada vez mais superficiais, e a falta de amigos verdadeiros muitas vezes é a principal queixa de pessoas que vivem uma crise emocional na segunda metade de sua vida.

- Satisfação com o trabalho e com os colegas de trabalho

De acordo com Argyle e Martin (1991) e Diener *et al* (1999), as pessoas que trabalham parecem ter um sentimento geral de felicidade maior do que as desempregadas, isto não só porque gera uma certa estabilidade financeira, mas porque o trabalho traz alguns benefícios embutidos como conhecimento, identidade, *status* e normalmente promove suporte social positivo. Sendo assim, as pessoas desempregadas, quando comparadas com as empregadas, possuem maiores níveis de estresse e baixa satisfação de vida.

O trabalho pode gerar satisfação por diversas razões como prestígio, salário, benefícios, ocupação, cargo, entre outras coisas. No entanto, na maioria das vezes, para que se tenha um bom salário, benefícios e prestígio, o trabalho é uma função que requer responsabilidade e longas jornadas. Neste sentido, relacionar-se bem com os colegas de trabalho pode trazer o alívio do estresse, da ansiedade e do cansaço. Com os colegas de trabalho é possível relaxar na hora do almoço ou nos intervalos para os cafezinhos, colaborando com algum impasse profissional ou até mesmo mudando o foco da atenção para

outros assuntos com menor importância, como por exemplo, um jogo de futebol ou uma novela (Argyle e Martin, 1999). Resumindo, o trabalho, muitas vezes, pode se tornar cansativo e exaustivo por razões diversas, tais como, longas jornadas, trabalho repetitivo, responsabilidades e, a presença de colegas de trabalho ajuda a diminuir o estresse.

Cabe salientar que apesar dos suportes fornecidos por colegas de trabalho tenderem a ser menos efetivos do que os fornecidos por parentes, amigos íntimos ou pelo cônjuge, muitos colegas de trabalho podem se tornam amigos fora do trabalho ou até mesmo cônjuges. Argyle e Martin (1999) chegaram a propor quatro tipos de colegas de trabalho: o primeiro tipo é constituído daqueles colegas que se tornam nossos amigos, que além de vermos no trabalho também marcamos para encontrar em outros lugares, inclusive em nossa própria casa; o segundo, seriam aqueles que sempre paramos para tomar um cafezinho durante o expediente e também almoçamos juntos, porém nunca encontramos fora do ambiente de trabalho; o terceiro, são aqueles que possuímos uma relação cordial no ambiente de trabalho, porém nunca paramos para tomar um café ou almoçar junto; e o último grupo, são aqueles dos quais queremos nos manter o mais afastado possível.

- Satisfação com os relacionamentos íntimos

Nos relacionamentos amorosos encontramos grande fonte de satisfação, pois desfrutamos do companheirismo e da intimidade, mas além de trazer momentos prazerosos, a convivência traz também a revelação dos pontos fracos e defeitos da pessoa amada. *“Sabidamente, mais do que em qualquer outro locus social, é no âmbito dos relacionamentos íntimos que os problemas são mais penosos e psicologicamente depurantes (...)”* (Rodrigues, 1992, p.61). Neste ponto, sugere-se uma flexibilidade em ambos os parceiros para reconhecer a causa do conflito e tentar encontrar uma solução. Segundo Csikszentmihaly (1992, p.238),

“é a flexibilidade dos relacionamentos que possibilita transformar interações desagradáveis em momentos toleráveis e até estimulantes”.

Na compensação parcial pela dificuldade de ter amigos, descobriu-se nos EUA uma nova possibilidade: fazer amizade com os pais, cônjuges e filhos. Em um estudo realizado por Glenn (1991), descobriu-se que três em cada quatro americanos casados disseram que seus cônjuges eram seus melhores amigos, e quatro em cada cinco, disseram que casariam novamente com a mesma pessoa.

Autores como Myers (2000) e Csikzentmihalyi (1992) escrevem que, de modo geral, os relacionamentos íntimos contribuem menos para as doenças e mais para saúde e a felicidade, isto talvez possa ser explicado porque estar com um companheiro faz com que as pessoas fumem e bebam menos, compartilhem mágoas e aumentem a auto-estima.

Alguns estudos vêm mostrando que as pessoas que contam com um relacionamento íntimo são pessoas mais felizes. De acordo com Argyle (1987), os relacionamentos íntimos proporcionam estimulação, intimidade sexual, auto-descoberta, carinho mútuo e compreensão.

Muitas pesquisas revelam que a maioria das pessoas é mais feliz quando comprometida do que quando descomprometida. Porém, mais importante do que ser casado, é a qualidade do casamento. As pessoas que dizem que seus casamentos são satisfatórios e que se descobrem ainda apaixonadas por seus parceiros quase nunca informam serem infelizes, descontentes com a vida ou deprimidas. Felizmente, a maioria das pessoas casadas declara que seu casamento é ‘muito feliz’. E, como consequência, a maioria dessas pessoas sente-se feliz com a vida como um todo (Argyle e Martin, 1991).

Bem-Estar Subjetivo (BES)

O quadro 2 ilustra a percentagem de homens e mulheres que se consideraram “muito feliz” numa pesquisa realizada com 35.000 participantes dos EUA, Canadá e Inglaterra, entre 1972 e 1996, no qual tanto entre os homens quanto entre as mulheres, os casados se consideraram em média muito mais felizes do que qualquer outro estado civil.

Quadro 2 – Percentagem de ‘Muito Feliz’ em função do Estado Civil e do Sexo

Estado Civil	Homens	Mulheres
Casado(a)	35	41,5
Solteiro(a)	18,5	25,5
Divorciado(a)	18,5	15,5

Fonte: Argyle e Martin, 1991.

Porém, o caminho do amor nem sempre é tão tranquilo. Há sempre muitos conflitos entre dois amantes. Quando as pessoas passam a se conhecer bem umas as outras e a dividir suas vidas, há mais chances de acontecerem desentendimentos. Se o casal quiser alcançar um relacionamento forte, ele precisa detectar a base dos conflitos e tentar se desenvolver apesar disso. Um grande número de estudos vem comparando o comportamento em casamentos felizes e em casamentos conturbados. Os casamentos felizes tendem a ter mais ações verbais agradáveis do que desagradáveis, como críticas e censuras.

Em um casamento conturbado são comuns ações negativas com o parceiro que, por sua vez, reage grosseiramente contra o outro. Nos casamentos felizes há também mais ações não-verbais agradáveis como beijos, presentes e comportamentos prestativos, além de haver maior satisfação com a vida sexual, bastante tempo gasto ficando junto com o parceiro, acordo sobre as finanças e aproximação na resolução de problemas. Qualquer casamento é repleto de conflitos, sendo, ao mesmo tempo, uma perfeita possibilidade de desfrutar uma boa dose de satisfação e felicidade (Argyle e Martin, 1991).

Segundo Myers (2000), o casamento oferece novos papéis sociais promovendo alívio de tensão e possibilidade de satisfação, pois um homem, por exemplo, pode não ter tido um bom dia como trabalhador, mas ao chegar em casa pode desempenhar um papel de bom marido ou bom pai. Além disso, algumas oportunidades de alegria e crescimento que só podem ser vivenciadas numa vida familiar como, por exemplo, acordar juntos e brincar com os filhos.

- Satisfação com o relacionamento familiar

“*A família era uma realidade moral e social, mais do que sentimental* (Ariès, 1981, p. 231)”. Este autor se refere à Idade Média onde casamentos se realizavam principalmente a serviço de alianças políticas e econômicas, e os filhos dependiam de seus pais para terem herança e status.

Até pouco tempo, talvez apenas poucas décadas atrás, os divórcios eram raros, não porque maridos e esposas se amassem mais, mas porque havia um amplo jogo de interesses, onde os maridos precisavam de alguém para cozinhar e arrumar a casa, enquanto as esposas precisavam de alguém que trouxesse dinheiro para casa. (Ariès, 1981)

Esse quadro vem mudando, e hoje são muito raros, pelo menos na cultura ocidental (América do Norte e Europa), os ‘casamentos arranjados’, e as famílias se unem e permanecem assim principalmente por interesses emocionais. Assim, a família moderna, com todos seus problemas, abre novas possibilidades para experiências ótimas que eram muito mais difíceis de surgirem em épocas anteriores.

De acordo com Csikzentmihalyi (1995), existem, por certo, razões biológicas para nossa ligação particular com nossos parentes. Nenhuma espécie mamífera, de

amadurecimento lento, poderia ter sobrevivido sem que a atividade de algum mecanismo fizesse com que a maioria dos adultos se sentisse responsável pelos mais jovens e os mais jovens se sentissem dependentes dos mais velhos. Por essa razão, é tão forte a ligação do humano recém-nascido com aquele que o cuida, e vice-versa. Os sociobiólogos também afirmam que a lealdade familiar é proporcional à quantidade de genes compartilhados por duas pessoas; por exemplo, um irmão e uma irmã possuem em comum metade de seus genes; dois primos possuem apenas um quarto. Nesse contexto, irmãos se ajudarão, em média, duas vezes mais do que primos. Assim, os sentimentos que nutrimos por nossos parentes seriam simplesmente um mecanismo destinado a assegurar a preservação e a replicação de nossos genes.

Embora a programação genética possa nos predispor a uma ligação com os membros da família, o contexto cultural terá grande influência na força e na direção dessa ligação. Por exemplo, não importa que o casamento seja polígamo ou monógamo, patrilinear ou matrilinear; ele influi com muita intensidade no tipo de experiências diárias compartilhadas por maridos, esposas e filhos (Csikzentmihalyi, 1995). E uma das coisas mais interessantes sobre as famílias é que elas são preparadas, se necessário, para fornecer ajuda em problemas como tomar conta das crianças, dar ou emprestar dinheiro, ajudar com o trabalho e problemas com autoridades (Argyle e Martin, 1991).

Quando Warr e Payne (1982 *in* Myers 2000) perguntaram a uma amostra representativa de adultos britânicos o que os estressara no dia anterior, a resposta mais freqüente foi “a família”. E o estresse, como já se sabe, pode deprimir o sistema imunológico e agravar alguns problemas de saúde, como a doença cardíaca. Nessa mesma pesquisa, os pesquisadores indagaram sobre o que acarretara momentos de prazer e satisfação também no

dia anterior e, por uma margem ainda maior, a resposta mais freqüente foi de novo “a família”.

Segundo Csikszentmihalyi (1995), quando uma família possui um objetivo comum e canais de comunicação abertos, quando proporciona, de maneira gradativa, oportunidades crescentes de ação, num ambiente de confiança, a vida familiar gera satisfação.

Tendo em vista, tudo que foi exposto anteriormente, segue-se o quadro 3 que sintetiza os componentes e os subcomponentes da Qualidade de Vida.

2.7 Mensuração do Bem-Estar Subjetivo

De acordo com Diener *et al.* (2003), pelo fato do bem-estar subjetivo ser um composto de múltiplos componentes que podem ser combinados de diversas maneiras, ele deve ser estudado como um fenômeno multifacetado.

A mensuração do BES pode ser realizada tanto por medidas de item-único como por medidas multi-itens. As medidas de item-único são formadas por uma questão geral como, por exemplo, a de Campbell, Converse e Rodgers, desenvolvida em 1976, que avalia a satisfação de vida com uma questão geral: “*O quão satisfeito você está com sua vida como um todo?*”. As escalas de item-único possuem, por um lado, a vantagem da brevidade e, por outro lado, a desvantagem de não cobrirem todas as dimensões do BES. Além disso, a fidedignidade temporal das escalas de item-único tem se mostrado menor do que das escalas multi-itens (Pereira e Engelmann, 1993).

Bem-Estar Subjetivo (BES)

QUALIDADE DE VIDA OBJETIVA (WELFARE)		QUALIDADE DE VIDA SUBJETIVA (WELL-BEING)				
Componentes Sócio-Demográficos	Componentes Econômicos	Componentes Subjetivos				
Saúde	Salário	Satisfação de Vida		Felicidade	Afetos Positivos	Afetos Negativos
Alimentação		Nível 1 (Abrangência)	Nível 2 (Alcance)		Frequência	Frequência
Educação	Rendimentos	Satisfação Global de Vida	Satisfação Plena (de Sucesso)		Intensidade	Intensidade
Trabalho		Satisfação com domínios particulares da vida				
Moradia	Renda	Satisfação com elementos específicos dos domínios particulares de vida	Satisfação Parcial (de Resignação)	Intensidade	Intensidade	
Transporte						

Fonte: Pereira, 2005

Quadro 3 – Componentes e Subcomponentes da Qualidade de Vida

Portanto, apesar da vantagem de ser breve, as escalas de item-único recebem várias críticas quanto à falta de dados de confiabilidade, pois não permitem obter estimativas de consistência interna, além de não cobrirem todos os aspectos do bem-estar subjetivo. Já as medidas de multi-itens possuem a vantagem de avaliar diferentes aspectos em um mesmo instrumento e possibilitar o índice de confiabilidade (Ryff, 1989). São exemplos de escalas multi-itens a Escala SWB – *Subjective Well-Being*, desenvolvida por Lawrence e Liang (1988) que abrange as dimensões de satisfação de vida, afetos positivos, afetos negativos e felicidade, e a Escala PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*), desenvolvida por Watson, Clark e Tellegen, em 1988, com itens que englobam os afetos positivos e os afetos negativos, sendo ambas as escalas traduzidas por Pereira, Calvano e Cunha (1992).

Um outro aspecto que deve ser levado em consideração para a mensuração do BES é a sua estabilidade temporal. De acordo com Myers e Diener (1995) e Diener *et al* (2002), o bem-estar subjetivo apresenta estabilidade temporal. Andrews (1991), também já havia realizado, em 1991, um estudo sobre estabilidade e mudança nos níveis do bem-estar subjetivo, num intervalo de dezesseis anos (entre 1972 e 1988), onde os resultados encontrados permaneceram constantes, o que também aponta para a estabilidade temporal do constructo.

A seguir, iremos apresentar algumas das primeiras formas de mensurar o BES, baseada na revisão apresentada por Diener, em seu clássico artigo em 1984:

- **ESCALAS DE ITEM-ÚNICO**

- a) **Self-Anchoring Ladder (Cantril, 1965)**

Uma escada de nove degraus onde no topo está “a melhor vida para você” e na parte mais baixa “a pior vida para você”. O sujeito deve marcar um dos degraus.

- b) **Gurin Scale (Gurin, Veroff e Feld, 1960)**

Uma questão sobre como a vida está no momento, o respondente pode escolher entre “muito feliz”, “suficientemente feliz” e “nem tão feliz”.

- c) **Delighted-Terrible Scale (Andrews e Withey, 1976)**

É uma questão sobre o quão você sente feliz em relação ao quanto você é feliz. O respondente escolhe uma dentre sete opções de respostas que variam entre agradável e desagradável.

- **ESCALAS DE MULTI-ITENS**

- a) **Philadelphia Geriatric Center Morale Scale – PGCMS (Lawton, 1975)**

É uma escala geriátrica de dezessete itens que avalia a solidão, descontentamento, agitação e atitude face ao envelhecimento.

- b) **PGC-M (Morris e Sherwood, 1975)**

É uma revisão da escala PGCMS.

- c) **Life Satisfaction Index – LSI (Neugarten, Havighurst e Tobin, 1961)**

É uma escala geriátrica que avalia motivação × apatia, capacidade de solucionar problemas, enfrentamento e congruência entre desejos e alcance dos objetivos.

- d) **LSI-Z (Wood, Wylie e Sheafor, 1969)**

É uma revisão da escala LSI.

- e) **Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness – MUNSH (Kozma e Stone, 1980)**

É uma escala de uso geriátrico que possui vinte e quatro itens que avaliam experiências e afetos positivos.

- f) **Differential Personality Questionnaire – Well-Being subscale (Tellegen, 1979)**

É uma escala de uso geral, composta de vinte e um itens, que avalia a combinação entre afetos positivos, atitudes positivas e otimismo.

- g) **Index of General Affect (Campbell, Converse e Rodgers, 1976)**

É uma escala de uso geral, onde os sujeitos classificam suas vidas em oito diferenciais semânticos, tais como prazerosa e infeliz.

h) Mood Survey (Underwood e Moore, 1980)

São duas escalas que avaliam o nível e a variabilidade do hedonismo.

i) General Well-Being Schedule (Dupuy, 1978)

É uma escala de uso geral que avalia sete aspectos do BES: satisfação de vida, preocupação de saúde, humor deprimido, capacidade de adaptação, *coping*, nível de energia e estresse.

j) Self-Description Inventory (Fordyce, 1978)

É um inventário composto de várias subescalas: felicidade pessoal alcançada, personalidade feliz, valores e atitudes de felicidade, e estilo de vida feliz.

k) Affect Balance Scale (Bradburn, 1969)

É uma escala composta de dez itens destinados a medir afetos positivos e negativos.

l) Happiness Measures (Fordyce, 1977)

Nesta forma de medida, os respondentes estimam em porcentagem quanta parte do tempo eles são felizes, infelizes ou neutros. Inclui também uma escala de onze opções, onde os respondentes classificam a felicidade total.

m) Affectometer (Kammann e Flett, 1983)

É uma escala que tem como finalidade mensurar a frequência de afetos positivos e negativos.

n) Affect Intensity Measure (Larsen, 1983)

É uma escala utilizada para mensurar a intensidade ou a força das respostas efetivas de uma pessoa.

o) Satisfaction with Life Scale (Diener, Emmons, Larsen e Griffin, 1983)

É uma escala que avalia a satisfação de vida geral, sendo adequada para todas as idades, de adolescentes a adultos.

Por não haver ainda um consenso sobre os componentes do bem-estar subjetivo, nem um instrumento genérico para medi-lo, iremos adotar a classificação utilizada por Pereira, em 1997, que diz que o BES é composto por satisfação de vida, felicidade, afeto positivo e afeto negativo e utilizaremos a escala SWB que abrange a satisfação de vida, felicidade, afetos positivos e afetos negativos.

III – LOCUS DE CONTROLE (LC)

3.1 Perspectiva Histórica da Atribuição da Causalidade

“Neste momento é importante distinguir claramente” locus de controle” de “atribuição de causalidade”. Enquanto o primeiro refere-se a uma característica mais ou menos estável de uma pessoa, uma tendência a explicar as ocorrências mais interna ou externamente, a segunda responde pelo processo através do qual são encontradas explicações causais à ocorrência dos diversos eventos, envolvendo o sujeito e os outros e não pode ser confundida como uma variável do indivíduo. Em uma comparação apenas didática, poder-se-ia dizer que a inteligência está para a solução de problemas, assim como o locus de controle para a atribuição de causalidade, onde os primeiros seriam as características do sujeito e os segundos os processos empregados para cada fim, influenciados é claro pelas características anteriormente descritas” (Dela Coleta, 1987, p. 79).

Para uma melhor compreensão do conceito de *locus* de controle, se faz necessária uma apresentação da Atribuição de Causalidade.

Surgida dentro da Psicologia Social, a Teoria da Atribuição de Causalidade representa uma importante corrente de estudo na Psicologia. O precursor no estudo da atribuição de causalidade foi Heider (1970), que pressupõe que o homem é motivado para descobrir as causas dos eventos e entender como eles ocorrem no ambiente, presumindo, desta forma, que as relações existentes entre o homem e o meio influenciam os comportamentos.

Para Krüger (1986), o fundamento da teoria da atribuição se deve à tendência natural do homem em tentar interpretar e encontrar explicações para o comportamento humano, tornando assim o comportamento humano previsível. No entanto, é de grande importância se distinguir a teoria da atribuição de causalidade da teoria de *locus* de controle; a primeira está

mais voltada para a compreensão das causas dos acontecimentos gerais e não necessariamente ligados ao próprio sujeito, ou seja, o que provoca ou determina um acontecimento, enquanto o *locus* de controle é a percepção de controle sobre a própria vida, ou seja, um padrão de orientação.

Apesar de teoricamente o constructo *locus* de controle não fazer parte da Teoria da Atribuição, na prática os postulados sobre *locus* de controle entrecruzam-se com ela e provocaram reflexões, além de ainda poderem gerar confusões conceituais entre atribuições causais e expectativa de controle dos reforços. Por isso, julgou-se útil esclarecer primeiramente alguns aspectos da Teoria da Atribuição da Causalidade para depois abordar o constructo *Locus* de Controle.

“As pessoas tomam para si a tarefa de explicar as outras; já os psicólogos sociais têm como tarefa investigar essas explicações. Portanto, como – e com que precisão – as pessoas explicam o comportamento das outras? A teoria da atribuição sugere algumas respostas” (Myers, 2000, p. 42).

ALGUNS AUTORES IMPORTANTES NA HISTÓRIA DA TEORIA DA ATRIBUIÇÃO DA CAUSALIDADE:

a) HEIDER (1958)

“A formulação mais detalhada da teoria da atribuição ocorreu em 1958, quando da publicação do livro de Heider (1970, na edição da Editora Pioneira), mas pesquisas de hipóteses derivadas dessa teoria só vieram a ser intensificada na década de 70” (Krüger, 1986, p.82).

Segundo Heider (1970), o homem tem necessidade de atribuir causas aos acontecimentos que ele observa, pois assim poderia compreender melhor o mundo, e também

aumentaria a previsibilidade dos acontecimentos. De acordo com Dela Coleta (1982), os indivíduos buscam investigar as invariâncias entre causa e efeito, para tentar prever e compreender os acontecimentos.

Para Heider, o processo atribucional se divide em: causalidade pessoal e causalidade impessoal. Na causalidade pessoal, estão as ações derivadas no próprio sujeito da ação, ou seja, a pessoa está no controle; já na causalidade impessoal, o controle está fora do sujeito.

Os aspectos considerados por Heider são: a capacidade do sujeito para realizar alguma atividade e o comportamento de tentar fazer, que seriam classificados como forças pessoais, e as dificuldades intrínsecas das atividades e o acaso, que seriam classificados como forças ambientais (ou impessoais). Estes fatores, também influenciariam nos antecedentes da conduta. Dela Coleta (1982), esquematiza esses fatores como ilustra o quadro 4.

Quadro 4 – Atribuição Pessoal × Atribuição Impessoal

Atribuição Pessoal	Atribuição Impessoal
- capacidade e habilidade do sujeito - motivação - esforço e empenho	- variáveis situacionais (dificuldades ou facilidade do ambiente) - fatores exclusivamente ligados ao acaso - eventos fortuitos

Fonte: Dela Coleta, 1982.

b) JONES E DAVIS (1965)

Após Heider, surgem os trabalhos de Jones e Davis. Estes autores se focam mais no estudo da causalidade pessoal, se preocupando em identificar os fatores que estavam implicados nas inferências que os sujeitos fazem quando observam outro sujeito realizando uma ação.

As contribuições propostas por eles ficaram conhecidas como “teoria das inferências correspondentes”, que dizem respeito às deduções que nós fazemos em relação aos comportamentos dos outros. É importante ressaltar que essas inferências são feitas baseadas nas características do sujeito que está realizando a ação. Por exemplo, se uma pessoa é prestativa, é de se esperar que ela esteja disposta a ajudar (Rodrigues *et al*, 2001).

Jones e Davis apontaram três fatores relevantes na atribuição de um comportamento observado, afirmando que quando um ato (a) é consequência de uma escolha livre; (b) é socialmente pouco aceitável; e (c) caracteriza-se por não ter efeito comum a várias causas, esse comportamento se deve à disposição interna de seu ator de agir de tal maneira, conhecido como **inferência correspondente** (Rodrigues, 2001).

c) **KELLEY (1967)**

Enquanto o enfoque de Jones e Davis (1965) aponta mais para as inferências subjetivas, Kelley (1967) apresenta uma teoria que destaca mais os aspectos não-pessoais das inferências. Ele apresenta alguns princípios e afirma que o preenchimento dos mesmos não representa necessariamente uma validação objetiva das atribuições, mas leva os indivíduos a terem maior certeza subjetiva das mesmas.

“*Segundo Kelley, um efeito é atribuído à causa com a qual ele covaria*” (Rodrigues, 2001. p. 89). Assim, se um evento ocorre sempre na presença de algo, atribui-se a esse algo a causa do evento. Se todas às vezes que fiquei resfriado estava frio, atribuo ao frio o surgimento do resfriado. Desta forma, Kelley (1967) evoca três princípios importantes na análise de um comportamento: a distintividade, a constância (ou coerência) e o consenso:

- **distintividade**: consiste na percepção se o comportamento é emitido pela pessoa frente a qualquer estímulo (baixa distintividade) ou apenas quando um estímulo específico está presente (alta distintividade). Nesse último caso, é possível associar o comportamento à presença do estímulo.

- **constância (ou coerência)**: quando o comportamento da pessoa ocorre em diferentes circunstâncias, ou seja, tanto na presença quanto na ausência do estímulo, observa-se alta constância. Já quando o comportamento ocorre apenas ocasionalmente, tem-se baixa constância. Quanto mais alta a constância, menos podemos atribuir relação de causa e efeito entre a presença do estímulo e emissão do comportamento.

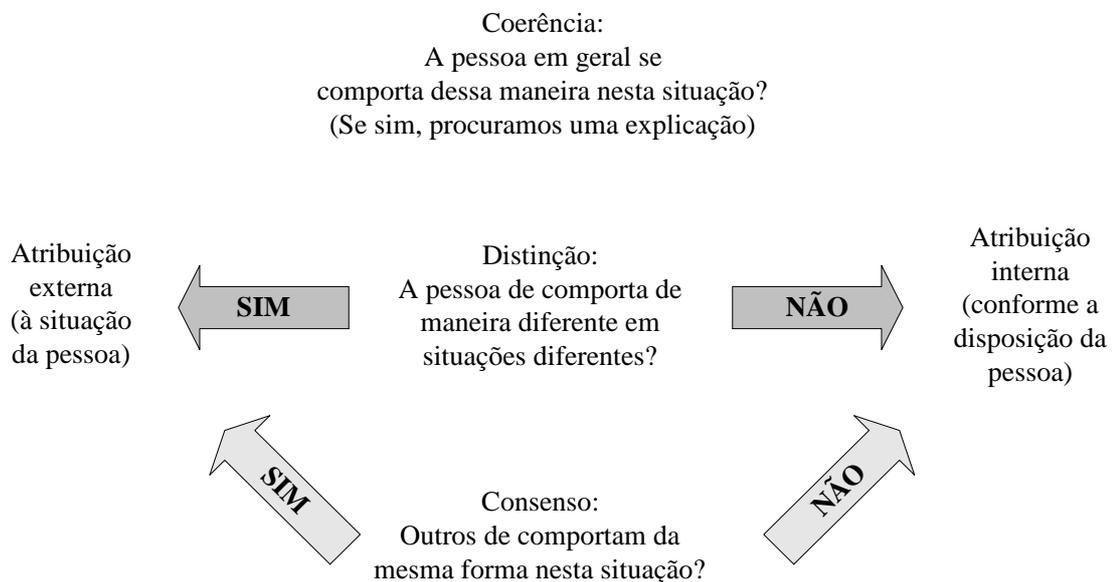
- **consenso**: se outras pessoas agirem da mesma forma que a pessoa observada perante o mesmo estímulo, observa-se alto consenso. Se as pessoas se comportarem de forma diferente, o comportamento da pessoa observada apresenta baixo consenso. Desta forma, se a maioria das pessoas fica apreensiva quando pára em um sinal de madrugada numa rua deserta do centro do Rio de Janeiro, este é um comportamento que possui alto consenso, ou seja, não é um comportamento peculiar do sujeito que pratica a ação.

Kelley (1973 *in* Rodrigues *et al*, 2001) também propõe dois outros princípios: o do desconto e o do aumento. O primeiro consiste na tendência de desconsiderarmos o papel de outras possíveis causas de um evento, quando uma delas se destaca como a provável causa. Por exemplo, quando nos deparamos com uma moça bonita e de classe média, namorando um homem 20 anos mais velho e rico, inferimos que o dinheiro é a causa do namoro (evento), descontando possíveis causas internas, como ela realmente ter preferências por homens maduros. Já o princípio do aumento se aplica quando o indivíduo se encontra diante de uma situação e emite um comportamento apesar de o mesmo implicar em custos, dificuldades e

obstáculos, deduzindo-se a causalidade interna. Então se o relacionamento fosse, por exemplo, entre uma jovem rica e um homem 20 anos mais velho, porém sem dinheiro, podemos inferir que ela realmente gosta dele, por manter um relacionamento com alguém numa situação discrepante.

A figura 2 esquematiza os conceitos propostos por Kelley.

Figura 2 - Esquema da Teoria de Atribuição de Harold Kelley



Fonte: Myers, 2000, p. 43.

d) JONES E NISBETT (1972)

Jones e Nisbett partem das contribuições de Kelley, e acrescentam que os sujeitos e observadores de uma ação são influenciados por uma tendenciosidade divergente em suas atribuições. Os sujeitos, ao analisarem seus próprios comportamentos negativos, tendem a fazer atribuições externas, porém se estes mesmos sujeitos estiverem observando um comportamento negativo de outra pessoa, tenderão a fazer atribuições internas ao sujeito.

Diante de comportamentos positivos a situação se inverte, fazemos atribuições internas quando se trata da própria pessoa ou atribuições externas quando se trata de outras pessoas. Em outras palavras, quando observamos comportamentos positivos de outras pessoas, tendemos a maximizar a influência do ambiente (causalidade impessoal), e minimizar as características do sujeito (causalidade pessoal). Então, se alguém é aprovado numa prova tendemos a pensar que a prova estava fácil, e não que o sujeito se esforçou ou que é inteligente (Rodrigues *et al*, 2001 e Myers, 2000).

Esta divergência pode ser devida à diferença de informações para se fazer o julgamento, pois quando somos autores da ação possuímos informações relativas ao nosso comportamento no passado em situações semelhantes, se este variou ou não, e tal fato nos permite pesar melhor a influência de causas externas neste comportamento específico. Já o observador, por falta deste conhecimento, tende a atribuir disposições internas para o comportamento da pessoa observada (Rodrigues *et al*, 2001).

e) WEINER (1983)

Weiner enfatiza que a interpretação dos eventos, sejam eles positivos ou negativos, da vida é mais importante para a tomada de decisão do que os resultados reais do evento em si e, segundo ele, esta interpretação é sempre acompanhada de afetos positivos ou negativos, dependendo da situação. Weiner acrescenta que quando um evento é importante, negativo e inesperado possuímos mais necessidade de entender suas causas e de acordo com a atribuição (pessoal ou impessoal) o sujeito vai guiar seu comportamento (Rodrigues *et al*, 2001).

Weiner identificou três componentes para a causalidade e analisou o estabelecimento das ligações entre tais dimensões e determinados afetos e comportamentos: (1) locus de

causalidade, que dirá se o evento é causado pelo sujeito ou por algo externa ao sujeito; (2) estabilidade, que dirá se o evento é estável ou instável; (3) controlabilidade, que dirá se o evento pode ou não ser controlado. E é a combinação desses três componentes que irá permear a atribuição de causalidade e os comportamentos futuros. Por exemplo, uma mulher que vive um namoro maravilhoso e já está com o casamento marcado descobre que seu namorado a traiu. Essa situação obviamente gera afetos negativos, fazendo com que ela se sinta triste, decepcionada e magoada. Como se trata de um evento negativo, importante e inesperado, ela vai procurar a causa deste acontecimento. Se ela chegar à conclusão de que a causa da traição é uma causa interna (foi culpa dela), estável (sempre ocorrerá) e incontrolável (não depende da sua vontade), possivelmente desistirá desse relacionamento e até mesmo de outros. Porém, se esta mesma pessoa acreditasse que a causa for interna (ela apresentou comportamentos que fizesse seu namorado a trair), porém instável (pode ocorrer ou não) e controlável, poderia contornar a situação e manter o relacionamento.

Weiner aplicou seu modelo de atribuição ao fenômeno de julgamento de responsabilidade (Rodrigues *et al*, 2001). Weiner afirmou que a ocorrência de eventos positivos ou negativos é acompanhada de determinados afetos: prazer, alegria etc. se o evento é positivo; tristeza, frustração etc. se o evento é negativo. Na busca da causa do evento, são usadas todas as noções de atribuição de outros colaboradores, tais como distintividade, consistência, consenso, desconto, aumento, tendenciosidade etc.

Após a identificação da causa, é preciso explorar suas dimensões: interna ou externa; estável (constante, permanente ou duradoura) ou instável; controlável. A dimensão *locus* de causalidade está associada à presença ou não do afeto de orgulho e à auto-estima. A dimensão estabilidade influi na expectativa futura. A dimensão controlabilidade está associada aos afetos de vergonha e culpa quando se trata do próprio indivíduo ou aos afetos de raiva ou

gratidão e pena, quando se trata de outras pessoas. Na determinação de responsabilidade, é fundamental a atribuição do ato a uma causa interna e controlável. Weiner (1995) propôs uma Teoria de Conduta Social baseada na seguinte seqüência, onde a cognição (ou atribuição) desencadeia afetos que, por sua vez, implicam em comportamentos específicos.

- (a) ocorrência de um comportamento: a pessoa observada comporta-se de determinada maneira diante de determinada situação;
- (b) atribuição de uma causa para tal comportamento: o observador analisa o comportamento da pessoa observada e procura atribuir uma causa para o comportamento emitido;
- (c) determinação das dimensões *locus* de causalidade e controlabilidade: é atribuída responsabilidade pessoal se a causa de tal comportamento é interna, controlável e não apresenta fatores atenuantes. Por outro lado: se a causa do comportamento é externa e incontrolável ou se houver fatores atenuantes, não é atribuída responsabilidade pessoal ou a mesma é reduzida;
- (d) se há atribuição de responsabilidade, serão experimentados afetos: por exemplo, o observador poderá experimentar tristeza ou raiva caso a pessoa tenha agido com a intenção de agredi-lo ou prejudicá-lo, ou o observador poderá sentir compaixão pela pessoa, caso esteja sendo compelida a agir de tal maneira contra sua vontade ou devido a fatores que escapam a seu controle;
- (e) as atribuições e afetos implicarão em comportamentos específicos: por exemplo, o observador pode se afastar da pessoa que o agrediu ou prejudicou, ou mesmo procurar revidar o comportamento; ou o observador

pode se aproximar ainda mais da pessoa observada com o intuito de ajudá-la a superar os problemas que ela enfrenta.

Weiner (1983) associa atribuições internas de sucesso ou fracasso às emoções de orgulho e vergonha. Se o sucesso for visto como interno e controlável, haverá aumento na auto-aprovação e, se o fracasso for visto como interno e controlável, haverá aparecimento de culpa. Depreende-se disto que a auto-estima é influenciada pelas atribuições que fazemos após o evento, e para este autor, se elas forem de estabilidade ou de instabilidade afetarão as expectativas de desempenho futuro (tanto de quem faz a ação, como de quem observa). Assim, atribuições afetam a auto-estima, o autoconceito e as expectativas. Porém, também ocorre o inverso: as expectativas e a auto-estima prévios ao evento tendem a direcionar as atribuições. Em situações de realização, verifica-se que sujeitos que obtiveram sucesso experimentaram sensações de orgulho ao fazer atribuições internas. Porém, atribuições internas os fizeram relatar sensações de vergonha quando fracassaram. Se este fracasso visto como interno, também fosse visto como controlável, experimentavam ainda a sensação de culpa. A partir dessas constatações de Weiner, pode-se pensar que elas reforçam a idéia de ameaça à auto-estima quando são realizados julgamentos internos a fracassos permanentes, e melhora da mesma quando ocorrem julgamentos internos de sucesso.

Se o acontecimento envolvesse realização por parte do sujeito, de acordo com Dela Coleta (1982), o novo modelo atribucional proposto por Weiner iria conjugar quatro fatores para julgar, prever ou interpretar um evento, que são: capacidade, esforço, dificuldade da tarefa e acaso. O quadro 5 ilustra a conjugação desses quatro fatores.

Quadro 5 – Esquema das Causas Determinantes do Comportamento

Locus de Controle

		Locus de Controle da Causa	
		Interno	Externo
Grau de estabilidade da causa	Estável	Capacidade (<i>ability</i>)	Dificuldade da Tarefa (<i>task difficulty</i>)
	Instável	Esforço (<i>effort</i>)	Sorte (<i>luck</i>)

Fonte: Weiner *et al* (1972) in Dela Coleta (1982)

Fracasso è falta de capacidade è incontrolável è vergonha è desempenho piora
 Fracasso è falta de esforço è controlável è culpa è desempenho melhora

3.2 Definição do Locus de Controle

“Locus de Controle é um constructo que pretende explicar a percepção das pessoas a respeito da fonte de controle dos eventos, se próprias do sujeito – interno – ou pertencente a algum elemento fora de si próprio – externo” (Dela Coleta, 1982, p. 90).

“O locus causal de atribuição se refere à percepção de onde reside a causa. Uma atribuição é interna quando um aspecto do eu é percebido como causador de um evento e externo quando alguma coisa ou alguém é percebido como o causador” (Schmitt e Branscombe, 2002, p. 620).

O locus de controle é um constructo que foi introduzido na Psicologia nos anos 70 e, desde então, vem recebendo, por parte dos pesquisadores, grande atenção e por este motivo um grande número de descobertas esclarecedoras tem se desenvolvido. A teoria da atribuição da causalidade, como foi exposto anteriormente, foi inicialmente desenvolvida por Heider, em 1958, e se referia aos antecedentes causais das condutas que manifestamos. Ele propôs que

nossas ações derivassem de causalidade pessoal, quando se tem a percepção/interpretação que foi o próprio sujeito que determinou a ação, e causalidade impessoal, quando se tem a percepção que a conduta foi determinada por outros fatores que não o sujeito. Mais tarde, essa teoria recebeu algumas contribuições, tais como a de Jones e Davis, em 1965, onde instituíram que quando uma ação fosse de livre escolha, socialmente pouco desejável e não tivesse um efeito comum a várias causas, ela seria uma ação de atribuição interna, e Kelley, em 1967, onde se instituíram os conceitos de distintividade, constância e consenso, de modo que, se uma ação tiver alta distintividade, alta constância e baixo consenso, a atribuição será interna. A tendenciosidade também foi incorporada ao processo atribucional, este conceito diz respeito na inclinação para fazermos atribuições internas aos comportamentos negativos de outras pessoas e de fazermos atribuições externas aos nossos comportamentos negativos. Quando um comportamento nosso é elogiável, tendemos a fazer atribuições internas, ou seja, tendemos atribuir causalidade interna aos nossos sucessos e externas aos nossos fracassos.

No entanto, foi Rotter (1966) que introduziu o conceito de *locus* de controle. De acordo com ele, o *locus* de controle se refere à expectativa em relação às contingências dos nossos próprios comportamentos e eventos, diferenciando-se da teoria da atribuição da causalidade, como já foi explicado. Para este autor, o constructo *locus* de controle só possui uma dimensão sendo esta bipolar de forma que, em um pólo extremo encontramos a dimensão internalidade e, no outro, a externalidade. Pessoas com o LC interno acreditam que o que podem alcançar é controlado por seus esforços e competências, enquanto que pessoas com LC externo crêem que o que podem alcançar depende ou é controlado por qualquer outro fator que não elas próprias, como por exemplo, sorte, fé, destino, azar ou acaso.

Wiseman (2003) faz uma consideração interessante sobre o azar; segundo ele as pessoas que dizem que foi o azar o causador de um acontecimento negativo em suas vidas são

peessoas que não querem ser responsabilizadas pelos seus fracassos. Para este mesmo autor, as superstições e os pensamentos mágicos são instrumentos para as pessoas enfrentarem as incertezas. Atribuir os acontecimentos a fatores externos pode fazer com que a pessoa se torne mais tolerante consigo mesma. É importante ressaltar neste momento que pouco importa a real fonte de controle do acontecimento, o importante mesmo é a percepção que o sujeito tem sobre as causas das ocorrências, ou seja, a quem as pessoas atribuem como responsável pelo evento (Dela Coleta, 1982). Isto significa dizer que não é necessário que as pessoas exerçam realmente controle sobre os eventos relevantes, mas que percebam esse controle. É importante ressaltar neste momento que, de acordo com Noriega *et al* (2003), o *locus* de controle não significa necessariamente que a pessoa exerce, realmente, o controle sobre os acontecimentos, mas que eles pensam que exercem. A percepção de controle é o principal determinante da resposta do sujeito (Burger, 1989).

Com isso podemos sugerir que pessoas com *locus* de controle interno tendem a se responsabilizar mais pelos seus atos e, por isso, talvez busquem formas de repararem seus erros (Bustamante, 1985). Weiss e Sherman, 1973 (*in* Judge & Bono, 2001) afirmaram que quando os indivíduos com *locus* de controle interno percebem que suas performances estão fora de seus padrões, se esforçam para alcançá-las.

“O constructo locus de controle é uma variável que busca explicar a percepção das pessoas sobre a fonte de controle dos acontecimentos em que estão envolvidas. Deste modo, um indivíduo pode perceber-se como controlador destes acontecimentos ou como sendo os mesmos controlados por fatores externos a ele. Estes fatores poderiam ser outras pessoas, entidades ou mesmo o destino, o acaso e a sorte. O locus de controle varia, portanto, ao longo de um continuum tendo em um extremo a percepção do controle interno ou internalidade e no outro o controle externo ou externalidade” (Dela Coleta, 1985, p.1).

Locus de Controle

Baseado nessa citação pode-se dizer que *locus* de controle é uma tendência de explicação diante de uma série de situações, e esta tendência irá estabelecer como se situa o *locus* de controle do indivíduo.

Apesar do LC ser amplamente estudado por diversos pesquisadores, dois autores se destacam: Rotter e Levenson e serão neles que iremos nos concentrar.

Além de ser o precursor do constructo *locus* de controle, Rotter (1966) desenvolveu uma escala para medi-lo, que durante muitos anos foi muito utilizada em diversas pesquisas: a Escala de *Locus* de Controle Interno-Externo. Tal escala era composta por vinte e nove itens, dos quais vinte e três pretendiam de fato mensurar o *locus* de controle e seis eram itens irrelevantes. Tal instrumento se apresentava sob a forma de contingência forçada: ou se marcava a alternativa interna, ou se marcava a alternativa externa.

3.3 Principais Autores do *Locus de Controle*

a) ROTTER (1966)

Rotter desenvolveu uma teoria de aprendizagem social na qual postulava que a tendência a realizar algum comportamento é, em parte, função da expectativa de que a resposta será seguida de reforço. Esta expectativa tem duas determinantes: a expectativa específica baseada na contingência entre a resposta e o reforço, ou seja, que o comportamento do sujeito (resposta) é a causa do reforço; e a expectativa generalizada, que é a crença relativa à probabilidade de reforço para uma classe de comportamentos relacionados entre si.

Em 1966, Rotter define *locus* de controle como a expectativa generalizada de alguém em sua capacidade de controlar os acontecimentos que seguem as suas ações. O *locus* de controle afetaria a expectativa de resultados positivos ou negativos. Ele é interno se o indivíduo percebe os resultados como consequência de suas próprias ações, e externo, se percebido como consequência de fatores externos. Assim, os indivíduos seriam classificados como internos se pensassem que poderiam exercer um razoável controle sobre o que lhes acontece; e externos se acreditam que esse controle independesse de suas ações. Essa disposição (ou orientação) interna ou externa interferiria no desempenho dos indivíduos.

Desta forma, *locus* de controle é um fenômeno que antecede às atribuições causais, pois ele se refere às expectativas que o indivíduo tem antes de um evento e, portanto, não é um constructo da teoria da atribuição. Ocorre, porém, que para Rotter o indivíduo interpreta os acontecimentos, atribuindo-lhe causalidade interna ou externa, e assim cria uma expectativa de controle interna ou externa. Ou seja, para que a pessoa adquira um *locus* de

controle (expectativa de controle interno ou externo), ela antes precisa atribuir relações causais aos eventos passados.

“Quando um reforço é percebido pelo sujeito como sendo seguido a alguma ação sua, mas não como sendo inteiramente contingente com essa ação, então, na nossa cultura, diz-se que ele é percebido como o resultado da sorte, do acaso, do destino, da influência de outros poderosos ou como imprevisível - em virtude da grande complexidade das forças em jogo. Quando um sujeito interpreta deste modo um acontecimento, diz-se que tem uma crença de controle externo. Se o sujeito percebe o acontecimento como sendo contingente ao seu próprio comportamento e com características mais ou menos permanentes, então diz-se que tem uma crença de controle interno” (Rotter, 1966, in Fernandes e Fontaine, 1996, p. 3).

b) LEVENSON (1973)

Levenson (1973, 1974 e 1981), estava realizando sua monografia de final de curso baseada na teoria de Rotter, e ao ser forçada a ficar mais um ano na faculdade devido a mudança do reitor da faculdade e mudança da grade curricular, passou a repensar esta teoria. Então, após passar por uma experiência pessoal onde esteve submetida a pessoas poderosas, sugeriu a divisão da dimensão externalidade em duas subdimensões: atribuição a outros poderosos e atribuição ao acaso. De acordo com esta pesquisadora, a dimensão externalidade não é necessariamente uma dimensão negativa como se acreditava; de modo que estar sob o controle de outros poderosos pode fazer parte da realidade, como, por exemplo, no trabalho, quando estamos submetidos a chefes e diretores. Desse modo, as pessoas que depositam o controle em pessoas poderosas constituem os “externos defensivos” e até vislumbram a possibilidade de haver algum controle pessoal no futuro. Há também os que percebem como fonte de controle o destino, a sorte, ou o azar; estes constituem os “externos autênticos”. Levenson (1973), então desenvolveu a escala multidimensional, baseada na escala desenvolvida por Rotter, que foi adaptada para o contexto brasileiro por Dela Coleta, em 1987 e validada por Tamayo, em 1989. Segundo Levenson a escala proposta por Rotter implica

num conceito unidimensional do *locus* de controle, com dois pólos opostos – controle interno e o controle externo –, o qual certamente, constitui uma simplificação do constructo. Segundo a divisão proposta por Levenson (1981) existem três tipos de orientações (figura 3):

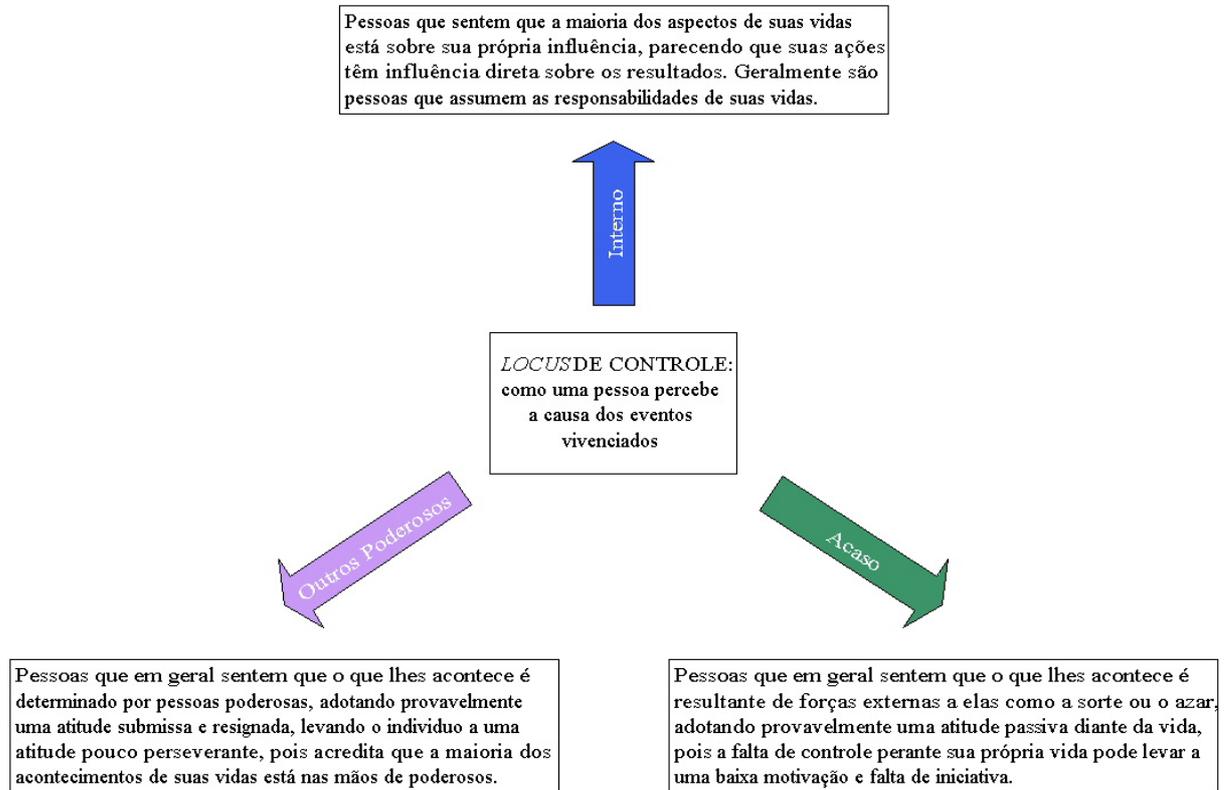
1ª Internos Autênticos (subdimensão internalidade): pessoas que não acreditam no poder de outras pessoas, nem no acaso, destino ou sorte, mas em si próprios seriam os internos autênticos;

2ª Externos Defensivos (subdimensão outros poderosos): pessoas que acreditam no poder de outras pessoas, mas não acreditam no azar e nem em si próprios, seriam os externos defensivos;

3ª Externos Autênticos (subdimensão acaso): pessoas que acreditam apenas no poder do acaso, no destino ou na sorte, ou seja, não acreditam no seu próprio poder ou no poder de outras pessoas seriam os externos autênticos.

Locus de Controle

Figura 3 – Subdimensões do *Locus* de Controle



Para Levenson, o constructo *locus* de controle não é unidimensional como propôs Rotter. Para ela, esse constructo possui três dimensões: I, P e C, sendo internalidade, outros poderosos e acaso. Para Pasquali et al (1998), as dimensões do constructo *locus* de controle seriam: pessoal, social e impessoal. Associando-se as visões de Levenson e Pasquali et al, pode-se dizer que a dimensão pessoal está relacionada ao *locus* de controle interno; a dimensão social está ligada à dimensão outros poderosos; e a dimensão impessoal relacionada à dimensão acaso. Neste estudo, será utilizada a terminologia proposta por Levenson.

La Rosa (1991) também alerta para a necessidade de evitar-se a rotulação negativa do indivíduo com altos escores em externalidade, uma vez que alguns fatores do ambiente micro (como a estabilidade no emprego, promoção, ascensão e melhoria de condições de vida) e

macrossocial (como poluição, mercado de trabalho, oferta de emprego), não controláveis pelo indivíduo, afetam seus níveis de externalidade.

De acordo com Gurin, Gurin e Morrison (1978), até o próprio Rotter já estava concordando que o *locus* de controle é um constructo multidimensional com propõe Levenson e outros pesquisadores.

3.4 Mensuração do *Locus de Controle*

Na década de 70, foi realizada por MacDonald (1973), uma revisão acerca das escalas sobre *locus de controle*, que será apresentada a seguir:

a) *James Internal-External Locus of Control Scale (James, 1957)*

Variável: Mede o *locus de controle* externo-interno como descrito por Rotter (1966).

Descrição: Contém sessenta itens, sendo que desses, apenas trinta são itens “verdadeiros”, ou seja, que realmente medem o *locus de controle*. Nas opções de resposta é empregado o formato tipo *Likert*. Essas opções são: (3) concordo fortemente, (2) concordo, (1) discordo e (0) discordo fortemente.

Aplicação: Pode ser aplicada tanto individual como coletivamente, preferencialmente em estudantes universitários. Não existe limite máximo de idade.

b) *Bialer-Cromwell Children's Locus of Control Scale (Bialer, 1960)*

Variável: Essa escala pretende medir a percepção da criança quanto aos resultados dos eventos (tanto os positivos como os negativos), como sendo contingentes/conseqüentes de suas próprias ações (internamente controlados) ou como resultados da fé, do acaso ou de outras pessoas (externamente controlados).

Descrição: A escala é composta de vinte e três questões que devem ser respondidas com SIM ou NÃO.

Aplicação: Tradicionalmente, esta escala é administrada oralmente. No entanto, se o sujeito não for uma criança muito nova nem mentalmente retardada, o teste pode ser auto-administrado. Não possui limite de idade.

c) Intellectual Achievement Responsibility Questionnaire – IARQ (Grandall, Katkovsky and Grandall, 1965)

Variável: Este questionário avalia a crença no seu próprio controle e responsabilidade para sucessos e fracassos escolares.

Descrição: É composta de trinta e quatro itens de escolhas forçadas. Cada item descreve uma experiência de realizações positivas ou negativas rotineiras da vida infantil. As alternativas de resposta consideram apenas a responsabilidade da própria criança ou de outras pessoas (pais, professores, colegas etc.). Metade dos itens mede a aceitação da criança de responsabilidade por eventos positivos e a outra trata de eventos negativos.

Aplicação: A administração do teste deve ser feita oralmente em crianças abaixo da sexta série, e auto-administrado em crianças a partir da sexta série.

d) Rotter's Internal-External Locus of Control Scale (Rotter, 1966)

Variável: Tem como objetivo mensurar a percepção do sujeito quanto às contingências relacionadas aos seus próprios comportamentos e eventos que seguem esses comportamentos.

Descrição: É composta de vinte e nove pares de questões de escolha forçada, sendo vinte e três itens “verdadeiros”, ou seja, que mensuram o constructo.

Aplicação: Deve ser auto-administrada e seu tempo de preenchimento é em torno de quinze minutos. É muito comumente aplicada em alunos universitários, mas pode ser utilizada desde a adolescência, sem limite superior de idade.

e) Modified Intellectual Achievement Responsibility Questionnaire – MIARQ (Ringelheim, Bialer and Morrissey, 1970)

Variável: Este questionário avalia a crença no seu próprio controle e responsabilidade para sucessos e fracassos escolares.

Descrição: O MIARQ é uma forma modificada do IARQ, tendo sido especificamente elaborado para crianças mentalmente retardadas/atrasadas. Ele é composto de vinte e quatro itens, e não trinta e quatro. A linguagem é mais simplificada e as instruções possuem dois exemplos para garantir que a tarefa foi compreendida.

Aplicação: Por ser destinado a crianças mentalmente atrasadas, o teste deve ser preferencialmente administrado oralmente.

f) Multidimensional IE Scale (Gurin, Gurin, Lao and Beattie, 1970)

Variável: Ao contrário da Escala de Rotter que era unidimensional, esta escala mede quatro fatores: (1) crença no próprio controle; (2) crença no poder do outro; (3) crença que algumas pessoas têm a habilidade para exercer controle sobre a discriminação racial, guerra e questões mundiais; (4) um fator chamado ideologia de raça, que contém itens raciais.

Descrição: Foi baseada na Escala IE de Rotter (1966) sendo composta de trinta e nove itens.

Aplicação: A escala deve ser auto-administrada em menos de trinta minutos. Deve ser aplicada em adultos.

g) A Locus of Control Scale for Children (Nowicki and Strickland, 1972)

Variável: Esta escala avalia as expectativas gerais de controle externo e interno entre as crianças, baseado na Teoria de Rotter (1966).

Descrição: É um teste composto de quarenta itens no modelo de resposta do tipo SIM ou NÃO. Os autores sugerem a divisão desses itens para uma forma abreviada, sendo uma delas destinada a crianças da terceira à sexta série, e outra para crianças da sétima à décima-segunda série.

Aplicação: Essa escala tanto pode ser aplicada oralmente como ser auto-administrável.

h) Abbreviated 11-Item Rotter IE Scale (Valecha, 1972)

Variável: Assim como a escala de Rotter, tem como objetivo mensurar a percepção do sujeito quanto às contingências relacionadas aos seus próprios comportamentos e eventos que seguem esses comportamentos.

Descrição: É composta de onze itens, selecionados da escala IE de Rotter, de forma a ser mais geral, orientada a adultos e relacionada ao trabalho. Diferentemente da escala desenvolvida por Rotter (1966), a cada questão é atribuído um valor: (1) para resposta

de internalidade muito forte; (2) para resposta de internalidade ligeiramente forte; (3) para resposta de externalidade ligeiramente forte; (4) para resposta de externalidade muito forte.

Aplicação: Pode ser aplicada tanto individual como coletivamente.

A primeira escala para a mensuração do *locus* de controle envolveu o trabalho de dois pesquisadores com a supervisão de Rotter: Phares e James. Phares, em 1955, desenvolveu uma pequena escala, à qual, em 1957, James em um trabalho de ampliação acrescentou trinta itens. Desta forma, surgiu a Escala de *Locus* de Controle James-Phares composta de sessenta itens (Lefcourt, 1981).

Assim como foi dito anteriormente, em 1966, Rotter desenvolveu sua Escala de *Locus* de Controle Interno-Externo. Esta escala é composta por vinte e nove itens, dos quais vinte e três se destinam a mensurar o *locus* de controle e seis itens são irrelevantes para tal mensuração. Este instrumento se apresentava sob a forma de contingência forçada: ou se marcava a alternativa interna, ou se marcava a alternativa externa. Desta forma, o *locus* de controle é considerado um constructo unidimensional onde os indivíduos classificados com controle interno (CI) são aqueles que acreditam controlar os próprios comportamentos, percebendo uma clara relação entre seus comportamentos e as contingências observadas no meio, e os indivíduos classificados com controle externo (CE) são aqueles que acreditam que as conseqüências observadas no meio estão além de seu controle pessoal.

A escala I-E de Rotter foi amplamente utilizada em diversas pesquisas durante muito tempo; no entanto, a questão da unidimensionalidade do *locus* de controle foi mais tarde contestada por alguns outros pesquisadores, que indicavam a necessidade de se considerar

uma diferenciação na dimensão externalidade. Desta contestação, surge a necessidade de se considerar a externalidade do *locus* de controle a partir de uma perspectiva bidimensional.

Ocorreram também críticas psicométricas. Collins (1974), por exemplo, atenta para a dificuldade de se realizar uma análise fatorial da escala de Rotter devido a sua forma de apresentação (contingência forçada). Assim, converte a escala de Rotter, que possuía vinte e três itens em uma escala do tipo *Likert* composta por quarenta e seis itens e acrescenta quarenta e dois novos itens acrescidos de “depende da situação”. Esta escala composta de oitenta e oito itens foi administrada a uma amostra de trezentos estudantes, e sua análise revelou a existência de quatro fatores distintos, que seriam responsáveis pelo escore do sujeito: são eles as crenças em um mundo justo, previsível, difícil e politicamente controlável.

Tamayo (1989, p.112) ao comentar a escala de Rotter escreveu que: “*Este tipo de uso da escala implica num conceito dicotômico do locus de controle – controle interno ou externo – o qual, certamente, constitui uma simplificação do constructo*”.

Dentre os instrumentos propostos para mensurar o *locus* de controle, o que parece ter o seu uso mais amplamente difundido é a escala desenvolvida por Levenson, em 1973. Para Levenson os pensamentos e as ações associados às crenças de que os resultados são determinados pela sorte podem ser diferentes daqueles associados com a percepção de que os resultados são controlados por outra pessoa. Acreditando, portanto, que ser externo não é necessariamente uma característica negativa, ela propôs a divisão da dimensão externalidade em duas outras dimensões: uma relacionada ao acaso, sorte ou destino (C – *Chance*) e outra relacionada aos outros poderosos (P – *Powerful*) (Levenson, 1981). Esta escala foi construída baseada na escala de *locus* de controle interno-externo de Rotter e adaptada para o Brasil por Dela Coleta, em 1987, e validada por Tamayo, em 1989, sendo composta por vinte e quatro itens distribuídos em três subescalas, que se referem ao grau em que as pessoas percebem ter

controle sobre suas vidas, ao grau que se percebem serem dominadas por outros poderosos e o grau que percebem estarem entregues ao acaso (Dela Coleta, 1987).

Pasqualli (1998) afirma que o *locus* de controle deve ser estudado como um constructo composto de três dimensões: (I) dimensão pessoal (internos/ internos autênticos), onde a fonte de controle é percebida no próprio indivíduo, (II) dimensão social (outros poderosos/ externos defensivos), onde a fonte de controle é representada pelos outros poderosos e (III) dimensão impessoal (acaso/externos autênticos), onde a fonte de controle é a sorte, o acaso ou o destino.

No Brasil, diversos autores têm se dedicado ao estudo do *locus* de controle, seja através da construção de instrumentos (Pasqualli, 1998, La Rosa, 1991 e outros) ou através da tradução e validação de instrumentos (Tamayo, 1989; Dela Coleta, 1987, e outros).

3.5 Revisão de Trabalhos sobre *Locus de Controle*

Estudos publicados na década de 60 e 70, segundo a revisão realizada por Lefcourt (1976):

- Gore, em 1962, James, Woodruff e Werner, em 1965, Platt, em 1969, Penk, em 1969 e Strickland, em 1970, mostraram que os sujeitos internos são menos propensos a serem influenciados e mais resistentes às influências sociais.
- Franklin, em 1963, Jessor, Graves, Hanson e Jessor, em 1968, indicaram que os sujeitos com orientação interna tendem a ter mais acesso a oportunidades e a pertencerem mais frequentemente à alta classe sócio-econômica.
- James, Woodruff e Werner, em 1965 e Platt, em 1969, demonstraram que sujeitos com *locus* de controle interno tendem a possuir mais engajamento no comportamento de deixar de fumar.
- Glass, Singer e Friedman, em 1969, concluíram que sujeitos predominantemente com *locus* de controle interno demonstram menos medo de estímulo aversivo.
- Phares, Wilson e Kylvor, em 1971, demonstraram que os externos aceitam mais o fracasso e possuem menos necessidade de agir contra ele.
- McDonald e Hall, também em 1971, demonstraram que os sujeitos internos são menos pessimistas e possuem mais habilidades para vencer adversidades.
- Johnson e Gormly, em 1972, concluíram que os sujeitos internos resistem mais a comportamentos perigosos e a assumir riscos.

- Finalizando a revisão apresentada por Lefcourt (1976), o estudo conduzido por Davis e Davis, também em 1972, apontou que os sujeitos com *locus* de controle interno tendem a se culpar mais do que os sujeitos com *locus* de controle externo.

Assim como já foi dito, o LC é um conceito amplamente pesquisado, permitindo ser relacionado com uma grande diversidade de assuntos e, por isso, iremos apresentar a seguir os alguns estudos publicados nos principais jornais indexados a partir de 2000:

- **Salgado e Souza (2001)**. Pesquisaram a percepção de controle de crises epiléticas e qualidade de vida. Concluíram que a percepção do controle das crises está significativamente associada à qualidade de vida e bem-estar.
- **Chirkov e Ryan (2001)**. Estes pesquisadores partiram da hipótese de que a autonomia possui um efeito positivo na motivação acadêmica e no bem-estar. Eles investigaram dois países com culturas bem diferentes: EUA e Rússia. Os resultados mostraram que os estudantes russos percebiam seus professores e seus pais como mais controladores do que os estudantes americanos e, em ambas as culturas a percepção de autonomia era preditora da motivação e do bem-estar.
- **Schmitt e Branscombe (2002)**. Estudaram a atribuição de causalidade relacionada ao preconceito. Ao contrario da idéia de que o preconceito estava associado a uma atribuição exclusivamente externa, os autores observaram também a correlação com *locus* interno.
- **Wohl e Enzle (2002)**. Investigaram a ilusão de controle em jogos de pura sorte. Os participantes acreditavam que poderiam transmitir sua sorte para o jogo conhecido como “roda da fortuna” e, desse modo, afetar positivamente suas possibilidades

percebidas de ganhar. Assim, pessoas com *locus* de controle acaso, possuem maiores probabilidades de se engajarem em “jogos de azar”.

- **Reppold e Hutz (2003)**. Dentre outros aspectos, esse estudo buscou investigar uma possível relação entre adoção e *locus* de controle, no entanto, as análises realizadas não indicaram correlações significativas entre as variáveis estudadas.
- **Wardle, Steptoe, Gulis, Sartory, Sek, Todorova, Vogele e Ziarko (2004)**. Apontaram para o fato da depressão e a baixa satisfação de vida estarem associadas à pouca percepção de controle.
- **Figueredo (2005)**. Analisa como as habilidades sociais e o *locus* de controle interferem na relação conjugal, de modo que pessoas com orientação interna tendem a assumir mais responsabilidade, favorecendo a qualidade da comunicação e, conseqüentemente, a satisfação e o bem-estar conjugal.
- **Cataneo, Carvalho e Galindo (2005)**. Investigou-se, neste trabalho, variáveis psicológicas como *locus* de controle, auto-conceito, ansiedade, maturação cognitiva e emocional e problemas comportamentais em crianças obesas e não obesas. Os grupos não se diferenciaram em relação às variáveis estudadas.
- **Dantas (2006)**. Investigou uma possível relação entre a personalidade, estilos de atribuição e habilidades sociais em adolescentes. Aqueles que possuíam a percepção de controle apresentaram mais repertórios necessários para um comportamento socialmente competente.

3.6 Características das Pessoas com Controle Interno e Controle Externo

Assim como já foi mencionado diversas vezes ao longo deste trabalho, o *locus* de controle se refere a como as pessoas percebem as contingências relacionadas entre suas ações e os resultados. As pessoas que acreditam que possuem algum controle sobre seus destinos são as chamadas “internas”, enquanto que aquelas que acreditam que seus resultados são determinados por agentes extrínsecos a elas ou são imprevisíveis, tais como, fé, sorte, acaso, poder de outros são consideradas “externas”.

As pesquisas envolvendo o *locus* de controle enumeram várias características atribuídas aos sujeitos com orientação interna, entre estas, são de relevância no presente estudo o fato de que são mais resistentes à coerção, aceitam mais os desafios, apresentam maior persistência no esforço para obter resultados, e são mais resistentes à influência social, não a rejeitando, mas escolhendo qual influência a que se submeterão. Já os sujeitos externos sofrem mais influência afetiva e são mais passíveis de influência persuasiva (Dela Coleta 1982). Alguns achados também mostram que os sujeitos internos engajam-se mais diretamente nas atividades para alcançar seus objetivos, enquanto que os externos manifestam mais emoções de não-responsabilidade direta sobre os objetivos.

Mas como se desenvolve o *locus* de controle? Será que alguns fatores podem afetar o desenvolvimento de uma orientação interna ou externa? Parece que episódios antecedentes importantes que ocorreram em um ponto do passado, como por exemplo, a morte inesperada de uma pessoa amada, terremotos, acidentes causados pela natureza, desastres comunitários etc., ou seja, acontecimentos restritos, surpresas, e/ou traumatizantes são apontados com influentes na percepção de controle dos sujeitos, podendo deslocar a orientação mais para a externalidade. Por outro lado, fatores acumulativos e constantes também podem contribuir

para a pessoa desenvolver um padrão de orientação, tais como discriminação social, prolongada inabilidade ou incapacidade ou até mesmo a criação dispensada pelos pais. Segundo MacDonald (1973), as pesquisas sugerem que o desenvolvimento da orientação do *locus* de controle pode ser consideravelmente afetado pela quantidade e pela qualidade das interações ambientais durante a infância, ou seja, pela quantidade de controle direto.

As características anteriormente enumeradas provêm de estudos realizados por diversos pesquisadores com o *locus* de controle, demonstrando o interesse e a importância de tal constructo, e a tendência de se associar vantagens à orientação interna. Indivíduos que crêem estar totalmente à mercê de fatores externos não podem ser mais desajustados do que aqueles que acreditam poder controlar tudo. No entanto, consideramos que pessoas com orientação interna podem desfrutar de momentos de desesperança, frustração e baixa auto-estima quando se encontrarem em situações realmente ligadas a outros poderosos e ao acaso.

Nesse sentido, a teoria de *Locus* de Controle descrita por Levenson (1973), que considera a dimensão perceptiva, parece ser um eixo mais adequado da abordagem de controle percebido, visto que avalia as crenças de controle em termos situacionais, e não a partir de uma tendência estável.

IV – LOCUS DE CONTROLE E BEM-ESTAR SUBJETIVO

4.1 A Interação do *Locus* de Controle com o Bem-Estar Subjetivo

Dentre os vários fatores psicossociais que influenciam o bem-estar subjetivo, neste trabalho nos detemos ao *locus* de controle, que pode ser considerado um fator que indica a maneira pela qual percebemos o controle sobre os eventos relacionados à esfera pessoal.

Considerando que o *locus* de controle é formado a partir da relação do indivíduo consigo mesmo e da relação que estabelece com o seu meio social (La Rosa, 1991), no presente estudo, o *locus* de controle foi entendido como a percepção de controle, pelo sujeito, sobre os eventos ocorridos em sua vida; podendo haver uma percepção de controle interno, onde o indivíduo se percebe dependente de suas próprias capacidades, ou de controle externo, onde o indivíduo se percebe dependente de fatores externos a si, podendo perceber o controle nas forças do acaso e/ou em poderes sobrenaturais ou então em outras pessoas, entendidas como poderosas (Dela Coleta, 1980).

Sendo assim, o LC diz respeito ao controle percebido pelo sujeito e, caracteriza-se, de uma maneira geral, pelas inferências causais atribuídas pelos indivíduos e suas conseqüências. Em relação aos efeitos que essa percepção produz nos indivíduos, observa-se que o domínio, o controle e a compreensão que os sujeitos têm das causas que determinam os eventos de suas vidas relacionam-se à motivação, ao desempenho de competências, aos níveis de saúde emocional (bem-estar, auto-estima, depressão etc.) e também às estratégias de ação utilizadas no cotidiano.

Pessoas com controle interno geralmente apresentam como características: a participação, o interesse, a antecipação, auto-estima elevada, motivação de auto-realização e persistência. Tais características estão presentes nas pessoas com LCI talvez porque estes indivíduos sigam mais seus interesses/metast e, com isso consigam alcançar/atingir mais os seus objetivos. Como já era de se esperar, as características de pessoas com *locus* de controle externo são praticamente o oposto das pessoas com *locus* controle interno como, por exemplo, apatia, desinteresse, falta de iniciativa, baixa auto-estima, pessimismo, desesperança e alienação. Diante destas constatações somos inclinados a pensar que as pessoas com alto LCI experimentam freqüentes doses de afetos positivos e possuem alta satisfação de vida e, conseqüentemente, elevados níveis bem-estar subjetivo. Relacionado a este assunto destacamos as passagens de Argyle e Martin (1991) e Noriega, Albuquerque, Alvarez, Oliveira e Coronado (2003):

“... pessoas felizes ruminam sobre os bons eventos do passado e não conseguem parar de pensar neles. Quando estas pessoas pensam em coisas ruins é para ver como fazer para que elas tornem boas. Pessoas infelizes, por outro lado, ruminam sobre os eventos negativos. E, se pensam em alguma coisa boa é para pensar como ela pode dar errado. Pessoas felizes possuem mais controle interno – elas acreditam que os eventos estão mais sob seu próprio controle do que sob outros poderosos ou acaso...” (Argyle e Martin, 1991, p. 93).

“Lefcourt (1991) e Rotter (1966) relatam que os indivíduos com C.I. estão mais dependentes da informação relacionada com sua conduta futura; objetivam aumentar suas condições ambientais; atendem mais às habilidades e destrezas de êxito; estão mais preocupados por seus fracassos ou erros; resistem mais às manipulações exteriores e têm aprendizagem mais intencional, alto grau de funcionamento acadêmico e atividades mais positivas de êxito. Ou seja, indivíduos com C.I estão mais atentos diante dos aspectos de seu ambiente que lhes proporcionam informação relevante para sua conduta futura e fazem mais esforços para melhorar sua situação. A internalidade está associada com maiores índices de adaptação, satisfação e envolvimento nas atividades do que a externalidade”. (Noriega et al, 2003, p.212).

Ainda sobre as características associadas ao *locus* de controle, o resultado de uma pesquisa citada por Martin e Argyle (1991) indica que os depressivos demonstravam uma tendência a interpretar os acontecimentos ruins como internos (ou seja, devido a si próprio), globais (ou seja, podem também acontecer em outras esferas de sua vida) e estáveis (ou seja, irão continuar ocorrendo). Já as pessoas felizes não fazem estas atribuições aos eventos negativos, elas julgam os eventos bons como internos, globais e estáveis. Além disso, as pessoas com alto LCI quando estão diante de um acontecimento negativo, ao invés de se sentirem tristes e culpados, se esforçam para reverter ou superar tal fato negativo.

De acordo com Seligman (2004), existe uma importante diferença entre a percepção das pessoas felizes e a percepção das pessoas tristes no que diz respeito à interpretação dos acontecimentos, de forma que as pessoas felizes tendem ser mais parciais em seus julgamentos de sucesso e de fracasso, e percebem seus sucessos, na maior parte das vezes, como causados por elas próprias enquanto que os seus fracassos são interpretados como sendo causados por fatores externos a elas, além de pensarem que eles não têm muito importância e que irão passar rápido.

“(...) Parte destas investigações tem refletido uma relação positiva entre as pontuações da dimensão interna e as condutas promotoras de saúde e/ou uma relação negativa entre as pontuações de dimensão sorte e as condutas saudáveis ou positivas. (...) As pessoas com locus de controle interno se inclinam a solucionar problemas para reduzir o estresse (Anderson, 1977); tratam melhor a sua vida, são mais persistentes, têm elevado autoconceito e sensações de domínio do ambiente (Valderrama, Bentacourt & Vásquez, 1998); valorizam mais o êxito e rechaçam mais o fracasso, quando os atribuem a si mesmos (Dela Coleta, 1990); e têm necessidade de êxito (Andrade & Reyes, 1996)” (Noriega et al, 2003, p. 213).

Diante do que foi exposto, parece que as pessoas com elevados níveis de bem-estar subjetivo tendem a acreditar mais que exercem controle sobre suas vidas e, por outro lado, as pessoas com baixos níveis de bem-estar subjetivo tendem a atribuir os acontecimentos de suas

vidas a pessoas poderosas ou a outros fatores externos, como destino ou acaso. De acordo com Grob (2000), o controle interno é um importante preditor do bem-estar subjetivo, e tal relação pode se justificar pelo fato de que as pessoas que se percebem como sendo controladoras dos acontecimentos de sua vida, de um modo geral, são mais satisfeitas com suas vidas, felizes e experimentam mais afetos positivos e menos afetos negativos (Klonowicz, 2001). Além disso, quanto mais significativa uma situação for para o sujeito, é mais importante que ele se considere como o controlador daquela situação. Embora na revisão da literatura tenham sido encontrados poucos trabalhos referentes a esse tipo de pesquisa (Baker, 1977, Brandt, 1980 e Sundre, 1978 *in* Diener, 1984), os estudos existentes apontam para uma correlação significativa e positiva entre internalidade e bem-estar subjetivo. De acordo com Lever, Piñol e Uralde (2005), as pessoas com LCI, por acreditarem que suas vidas dependem de seus esforços, são pessoas que tomam mais decisões, assumem mais responsabilidades e são mais preocupadas com seus fracassos, e por estas razões tendem a possuir altos níveis de satisfação, além de possuírem mais qualidade de vida.

Por tudo que já foi apresentado até o momento, o *locus* de controle parece exercer um papel importante na forma como conduzimos nossas vidas e, dessa forma, os eventos vivenciados têm pouco ou nenhum valor se comparados à percepção que o sujeito tem do controle dos acontecimentos. Ou seja, para o BES, os acontecimentos em si não parecem ser o mais importante, e sim a percepção individual e subjetiva desses acontecimentos, o modo como o indivíduo percebe a sua vida.

Quando o indivíduo acredita controlar sua vida, seu bem-estar subjetivo e satisfação de vida aumentam. Além disso, se alguém tem um ganho e acredita ter obtido este ganho por seu próprio mérito, mesmo que seja algo sem muito valor, isso será percebido como algo importante, o que gerará afetos positivos. Mas se, ao contrário, uma pessoa tem um grande

ganho e acredita que isso aconteceu apenas por influência de outros poderosos ou por influência do acaso, o ganho, provavelmente, não terá grande importância.

Resumindo, podemos dizer que as pessoas que acreditam exercer controle sobre os acontecimentos de suas vidas possuem maiores níveis de satisfação de vida, felicidade e afetos positivos e menores níveis de afeto negativo, e aqueles que atribuem os acontecimentos de suas vidas à ação de outros poderosos ou ao acaso são pessoas que experimentam mais frequentemente os afetos negativos do que os afetos positivos em suas vidas e que, de uma maneira geral, estão menos satisfeitas com suas vidas (Klonowicz, 2001). Outros estudos também demonstraram que as pessoas com controle externo são descritas como pessoas mais tensas, raivosas e com maior probabilidade de se sentirem deprimidas e ansiosas (Lefcourt, 1980).

Especificamente quanto à satisfação de vida, acredita-se que, quando a pessoa não está satisfeita, ela até pode ter uma vida considerada boa, mas a pessoa provavelmente não se sentirá completa e realizada e, portanto, não se sentirá feliz. Por exemplo, um indivíduo que almejou se enriquecer ao longo da vida e alcançou sua meta através de seu próprio esforço e competência, tende a ser um indivíduo com alta satisfação de vida. Entretanto, esse indivíduo provavelmente não teria alta satisfação de vida se tivesse alcançado a mesma meta ganhando na loteria ou recebendo uma herança. Isto reforça a idéia de que a verdadeira satisfação de vida venha de um *locus* de controle interno.

4.2 Estudos Recentes sobre *Locus* de Controle e Bem-Estar Subjetivo

. **Zika e Chamberlain (1987)**. Examinaram três variáveis da personalidade: *locus* de controle, assertividade e “significado” da vida, como possíveis moderadores da relação entre estressores e o bem-estar subjetivo. Os resultados encontrados numa amostra de cento e sessenta estudantes apontaram que tanto o “significado” da vida, como o *locus* de controle interno e a assertividade são preditores de altos graus de bem-estar subjetivo.

. **Morrison (1997)**. Pesquisou trezentos e sete executivos de quatro empresas diferentes para examinar as interrelações entre alguns fatores de personalidade. Os escores altos no bem-estar subjetivo e na internalidade se correlacionaram forte e positivamente com estabilidade emocional e extroversão.

. **DeNeve e Cooper (1998)**. Realizaram uma meta-análise de cento e trinta e sete traços de personalidade e os correlacionaram com o bem-estar subjetivo. Os traços que mais se correlacionaram com o BES foram: estabilidade emocional, *locus* de controle interno, persistência, auto-estima e extroversão.

. **Lang e Heckhausen (2001)**. Pesquisaram a relação entre o controle percebido e o bem-estar subjetivo. Essa pesquisa englobou três estudos: no primeiro, participaram quatrocentos e oitenta adultos entre vinte e noventa anos, e o controle percebido foi fortemente relacionado com o BES; no segundo, foi realizada uma pesquisa longitudinal com quarenta e dois idosos e um alto controle percebido só foi associado aos afetos positivos quando os eventos desejáveis tinham ocorrido previamente. No terceiro estudo, adultos idosos experimentaram grande satisfação quando foi atribuído o alcance dos objetivos às suas

habilidades, enquanto que os adultos jovens experimentam satisfação quando tais sucessos são atribuídos a seus próprios esforços.

. **Kirkcaldy, Petersen, e Hübner (2002)**. Compararam cento e trinta e seis gerentes de empresas públicas e privadas da Alemanha do leste e do oeste, quanto ao estresse ocupacional e o bem-estar subjetivo. O estudo levou em consideração o comportamento tipo “A”, o *locus* de controle e a saúde física e mental. Os resultados apontaram que os gerentes da Alemanha do leste, quando comparados com os do oeste, apresentavam mais *locus* de controle externo em relação ao trabalho e possuíam mais comportamento do tipo A. O estudo não apontou para diferenças entre a saúde física e psicológica.

. **Itzhaky (2005)**. Este estudo buscou examinar a mudança na internalidade, no bem-estar e na integração em um abrigo para mulheres que sofreram violência doméstica. As participantes foram comparadas uma semana e três meses depois da chegada ao abrigo. Os resultados mostraram que com o passar do tempo essas mulheres passaram a aceitar mais a ajuda dos profissionais e melhoraram seus níveis de bem-estar.

. **Graziano (2005)**. Investigou a relação entre felicidade e *locus* de controle numa amostra de cento e seis sujeitos universitários. Os resultados indicaram que quanto maior o *locus* de controle interno dos sujeitos pesquisados, maiores também seus níveis de felicidade.

Uma vez tendo realizado uma revisão bibliográfica a respeito do bem-estar subjetivo e o *locus* de controle, pretende-se como objetivo estudar mais detalhadamente estes dois constructos como será apresentado a seguir.

V – OBJETIVOS

5.1 Objetivo Geral

Após ter realizado um estudo anterior entre bem-estar subjetivo e *locus* de controle, onde foi observado que o *locus* de controle interno está relacionado a maiores níveis de bem-estar subjetivo (Rodrigues, 2003), pretende-se, neste momento, ampliar o número de participantes para que se possa investigar com maior clareza tal relação, de modo a verificar todas as possíveis combinações de *locus* de controle com as variáveis do bem-estar subjetivo.

Portanto, o principal objetivo deste trabalho é a de investigar a correlação entre bem-estar subjetivo e *locus* de controle. O estudo desta relação justifica-se pelo o que foi apresentado, onde o bem-estar subjetivo está relacionado a múltiplos processos cognitivos que moderam a relação entre o ambiente e o indivíduo. Desta forma, baseado no que foi exposto e acreditando que o constructo *locus* de controle desempenha um papel importante para a felicidade e cientes que ainda há muito para ser pesquisado neste campo, buscamos analisar mais detalhadamente tal relação.

5.2 Objetivos Específicos

Em termos mais específicos, esta pesquisa tem os seguintes objetivos:

- a) avaliar o bem-estar subjetivo da amostra estudada, através do instrumento descrito a seguir no item 6.4.2;
- b) avaliar o *locus* de controle da amostra estudada, através do instrumento descrito a seguir no item 6.4.3;
- c) avaliar a correlação entre as subdimensões do *locus* de controle e as subdimensões do bem-estar subjetivo;
- d) analisar como as diferentes combinações dos resultados na escala de *locus* de controle geram diferenças nas subdimensões no bem-estar subjetivo.

VI – MÉTODO

6.1 Hipótese

A hipótese desta pesquisa é que os sujeitos com elevada internalidade (scores altos a muito altos na subdimensão internalidade) estariam mais propensos a experimentar maiores níveis de bem-estar subjetivo.

Desta forma teríamos:

H₀ - A felicidade, a satisfação de vida e os afetos positivos não possuem correlação significativa positiva com o *locus* de controle interno.

H₁ - A felicidade possui correlação significativa positiva com o *locus* de controle interno.

H₂ - A satisfação de vida possui correlação significativa positiva com o *locus* de controle interno.

H₃ - Os afetos positivos possuem correlação significativa positiva com o *locus* de controle interno.

H₄ - Os afetos negativos possuem correlação significativa negativa com o *locus* de controle interno.

6.2 Participantes

Participaram desta pesquisa 385 sujeitos, de ambos os sexos, universitários do estado do Rio de Janeiro, dos quais 100 eram alunos do curso de Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), 70 alunos do curso de Psicologia da Universidade Estácio de Sá (UNESA), 58 alunos do curso de Informática da Universidade do Grande Rio (UNIGRANRIO), 52 do curso de Pedagogia da UNIGRANRIO, 36 do curso de Contabilidade da UNIGRANRIO, 28 alunos do curso de Comunicação Social da UNIGRANRIO e 41 alunos do curso de Educação Física da UNIGRANRIO.

Conforme mostra a tabela 1, a idade dos participantes ficou entre 18 e 47 anos, com média de 24,5 e de desvio padrão de 6,21 anos. Dos participantes, 296 (76,9%) nunca foram casados, 67 (17,4%) eram casados, 21 (5,4%) divorciados ou separados e 1 (0,3%) era viúvo.

IDADE				
N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
385	18	47	24,5	6,21

Fonte: SPSS

Tabela 1 – Distribuição da Amostra quanto à Idade

6.3 Aspectos Éticos

De acordo com a Resolução 196/96 do Ministério da Saúde, os aspectos éticos foram considerados através da obtenção do Consentimento Livre e Esclarecido dos participantes (ANEXO I). O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da EEAN/HESFA da UFRJ, tendo sido aprovado em 14 de fevereiro de 2007.

6.4 Instrumentos

Foram utilizados dois instrumentos para a coleta dos dados, conforme indicado a seguir, acompanhados da apresentação da pesquisa, e de instruções gerais e específicas sobre como respondê-los, assim como de uma ficha de informações sócio-demográficas.

6.4.1 Ficha de Informações Sócio-Demográficas

A ficha de informações sócio-demográficas (ANEXO II) foi utilizada para levantar os dados necessários para que fosse possível melhor caracterizar os participantes. Esta ficha abrange os seguintes aspectos: sexo, idade, estado civil, escolaridade, dados ocupacionais e renda familiar.

6.4.2 SWB - Escala do Bem-Estar Subjetivo

Esta escala foi desenvolvida por Lawrence e Liang (1988), adaptada para o Brasil por Pereira, Calvano e Cunha (1992), sendo composta por quinze itens divididos em quatro subdimensões (ANEXO III):

- Itens 1, 2, 3 e 4 – referentes à satisfação de vida
- Itens 5, 6 e 7 – referentes à felicidade
- Itens 8, 9, 10 e 11 – referentes aos afetos positivos
- Itens 12, 13, 14 e 15 – referentes aos afetos negativos

A redação dos itens que compõem as subdimensões da escala do bem-estar subjetivo foi concebida de maneira direta, de modo que escores altos em cada subdimensão indicam maiores graus em cada subdimensão. A escala é do tipo Likert, e os respondentes devem escolher uma opção entre concordo plenamente (CP), concordo (C), indeciso (I), discordo (D) e discordo plenamente (DP).

6.4.3 Escala Multifatorial de *Locus de Controle*

Esta escala foi desenvolvida por Levenson (1981), traduzida e adaptada para o contexto brasileiro por Dela Coleta (1987) e validada por Tamayo (1989), sendo composta por vinte e quatro itens divididos em três subdimensões (ANEXO IV):

- **Controle Interno (C.I.)** - Itens: 1, 4, 5, 9, 18, 19, 21 e 23

- **Controle Outros Poderosos (C.P.)** - Itens: 3, 8, 11, 13, 15, 17, 20 e 22

- **Controle Acaso (C.A.)** - Itens: 2, 6, 7, 10, 12, 14, 16 e 24

A redação dos itens que compõem as três subescalas da escala multifatorial de *locus de controle* foi concebida no sentido direto. Sendo assim, escores maiores na subescala de “internalidade” indicam crença em si mesmo, maiores escores na subescala “outros poderosos” indicam crença em pessoas poderosas e maiores escores na subescalas “acaso” apontam para crença no acaso. A escala é do tipo Likert, e os respondentes devem escolher uma opção entre concordo plenamente (CP), concordo (C), indeciso (I), discordo (D) e discordo plenamente (DP).

Portanto, a interpretação da escala deve ser realizada da seguinte maneira:

“...escores altos em cada escala são interpretados como indicativo de alta expectativa de controle pela fonte correspondente, porém, escores baixos refletem a tendência a não acreditar naquela fonte como controladora e não indicam que os sujeitos percebem o controle vindo de outra fonte, isto é, se o sujeito obtém 8 na escala “I” (internalidade) isto é interpretado no sentido de que ele não acredita que é o seu próprio controlador, enquanto que seria errôneo afirmar, a partir desse dado, que ele percebe este controle externamente a ele. Desta forma, escores maiores na subescala “I” (internos autênticos) indicam crença no seu próprio controle; escores altos na subescala “P” (externos defensivos) indicam pessoas que acreditam no poder de outros poderosos; e maiores escores na subescala “C” (externos autênticos) indica que o sujeito tende a acreditar que está submetido a forças como o destino e o acaso” (Dela Coleta, 1985, p.11).

6.5 Procedimentos

6.5.1 Para Coleta de Dados

Embora esta pesquisa não oferecesse nenhum tipo de risco aos participantes, para atender as recomendações do Comitê Nacional de Ética na Pesquisa (CONEP), todos os respondentes receberam, inicialmente, uma cópia do consentimento livre e esclarecido (ANEXO I) onde foram informados sobre a importância acadêmica da pesquisa, bem como da garantia de anonimato e do caráter voluntário do preenchimento das escalas.

Após o aceite dos participantes foram entregues as escalas descritas nos itens 6.4.2 e 6.4.3 acompanhado da ficha de informações sócio-demográficas. Os participantes preencheram individualmente cada questionário, apesar da aplicação ter sido coletiva em sala de aula. A ordem da apresentação das escalas foi aleatória (randomização) para diminuir a influência de variáveis estranhas, pois estas se equilibram através da lei do acaso. As duas escalas eram breves, de modo que não tornaram a tarefa de preenchimento demorada, não exigindo muito esforço do respondente.

6.5.2 Para Transcrição e Análise dos Dados

As respostas dos participantes, representadas nos instrumentos por indicadores numéricos, foram diretamente transpostas para a planilha do SPSS² para posterior processamento estatístico.

Para que possamos entender a média e a mediana de cada variável (bem como as demais tabelas que virão a seguir), é fundamental observarmos o valor mínimo e o máximo de cada uma delas, que dever ser compreendidas como se fossem valores de escalas tipo Likert que diferem entre si por terem sido mensuradas por instrumentos diferentes, os quais já foram devidamente descritos no item 5.6. Desta forma, acreditamos caber aqui uma breve explicação acerca desses valores:

- a) **Variável bem-estar subjetivo:** conforme pudemos observar no item 5.6.2, esta variável é mensurada através da Escala do BES. Ao somarmos os pontos relativos às subescalas afetos positivos, felicidade e satisfação de vida (itens 1 a 11) e dividirmos por onze chegaremos à média destas escalas. Depois iremos subtrair esta média pela média da subescala afeto negativo (itens 12 a 15), obtendo-se assim um valor que representa a média de bem-estar subjetivo.

- b) **Variável afeto positivo:** conforme pudemos observar no item 5.6.2, esta variável é mensurada através da Escala BES. Isto significa que, ao somarmos os pontos relativos a subescala afeto positivo (itens 8 a 11) e dividirmos por quatro que é a quantidade de itens desta subescala, chegamos a um valor que representa a média de afeto positivo de cada sujeito.

² SPSS - Statistical Package for the Social Sciences - pacote estatístico para as ciências sociais

- c) **Variável afeto negativo:** conforme pudemos observar no item 5.6.2, esta variável é mensurada através da Escala BES. Isto significa que, ao somarmos os pontos relativos a subescala afeto negativo (itens 12 a 15) e dividirmos pela quantidade de itens desta subescala que é quatro, chegamos a um valor que representa a média de afeto negativo de cada sujeito.
- d) **Variável felicidade:** conforme pudemos observar no item 5.6.2, esta variável é mensurada através da Escala BES. Isto significa que, ao somarmos os pontos relativos a subescala felicidade (itens 5 a 7) e dividirmos por três que é a quantidade de itens desta subescala, chegamos a um valor que representa a média de felicidade de cada sujeito.
- e) **Variável satisfação de vida:** conforme pudemos observar no item 5.2.2, esta variável é mensurada através da Escala BES. Isto significa que, ao somarmos os pontos relativos a subescala satisfação de vida (itens 1 a 4) e dividirmos pela quantidade de itens desta subescala que é quatro, chegamos a um valor que representa a média de satisfação de vida de cada sujeito.

Variáveis controle interno, controle outros poderosos e controle acaso: conforme pudemos observar no item 5.6.3, esta variável é mensurada através da Escala Multidimensional de *Locus* de Controle composta por vinte e quatro itens divididos em três subescalas cujas as respostas variam numa escala de Likert de 1 a 5. Isto significa que, ao somarmos os pontos relativos a cada subescala e dividirmos pela quantidade de itens de cada subescala, chegamos a um valor que representa a média de controle interno, controle outros poderosos e controle acaso de cada sujeito.

Método

Para melhor visualizar e caracterizar o *locus* de controle dos participantes, utilizou-se, assim como em Pasquali 1998, o seguinte critério para definição do nível do *Locus* de Controle:

4,20 a 5,00:	escore muito alto
3,40 a 4,19:	escore alto
2,60 a 3,39:	escore neutro
1,80 a 2,59:	escore baixo
1,00 a 1,79:	escore muito baixo

Para a formação destes escores, foi calculada a média da pontuação em cada subescala do *locus* de controle, de forma a identificar a pontuação do indivíduo em cada uma das três subdimensões do *locus* de controle. Como foi apresentado no item 5.6.3, a Escala de *Locus* de Controle possui três subescalas com oito itens cada, onde os sujeitos respondem escolhendo entre cinco níveis de resposta que variavam do “discordo plenamente” a “concordo plenamente”, de modo que cada nível corresponde a 1, 2, 3, 4 e 5, respectivamente, podendo o sujeito obter em cada subescala um escore variando entre oito e quarenta. Com o objetivo de adequar os escores obtidos ao critério para definição do *locus* de controle adotado por Pasquali 1998, esses escores foram transformados, dividindo-se o escore obtido pelo sujeito por oito, de forma a variarem de um a cinco. Quanto mais alto o escore em cada escala, maior a indicação de que o sujeito explica os acontecimentos de sua vida como devidos à subdimensão do *locus* de controle correspondente da subescala.

Combinando os níveis dos escores das extremidades, onde se encontram as características mais fortes, foram identificadas oito possibilidades de categorias, como mostra o quadro 6.

Quadro 6 – Combinações de Pontuação na Escala de *Locus* de Controle

CATEGORIA	INTERNALIDADE (I)	OUTROS PODEROSOS (P)	ACASO (C)
1 - Incrédulo	-	-	-
2 - Místico	-	-	+
3 - Submisso	-	+	-
4 - Inseguro	-	+	+
5 - Autoconfiante	+	-	-
6 - Insubmisso	+	-	+
7- Concreto	+	+	-
8 - Crente	+	+	+

LEGENDA:

“+” Indica escores muito altos e altos na categoria (3,40 a 5,00)

“-” Indica escores muito baixos, baixos e neutros na categoria (1,00 a 3,39)

As categorias propostas refletem uma iniciativa da autora desta tese em caráter sugestivo e exploratório, quanto a denominar e caracterizar as possíveis combinações de escores nas subescalas do *locus* de controle.

Categoria 1: INCRÉDULO

Indivíduos que não crêem efetivamente nem no próprio poder, nem na influência de outros poderosos e nem no acaso. Tais indivíduos não atribuem, de forma preponderante, a responsabilidade pelos acontecimentos de suas vidas a nenhuma das três subdimensões do *locus* de controle. A classificação “incrédulo” não implica na descrença absoluta nas subdimensões, mas sim na impossibilidade de caracterizar seu *locus* de controle, devido aos escores serem muito baixos, baixos ou neutros nas três subdimensões, pois esses indivíduos não estão seguros quanto à influência de nenhuma delas.

Categoria 2: MÍSTICO

Indivíduos que não crêem efetivamente nem no próprio poder, nem no poder de outros poderosos, acreditando predominantemente na influência do acaso. Esses sujeitos, classificados como “místicos”, atribuem a responsabilidade pelos acontecimentos de suas vidas a eventos imateriais desvinculados da atuação individual e da ação de outras pessoas, associando ao destino, à fé e/ou à sorte a justificativa do que lhes acontece.

Categoria 3: SUBMISSO

Indivíduos que não crêem efetivamente nem no próprio poder, nem no acaso, acreditando predominantemente na influência de outros poderosos. Indivíduos classificados como “submissos” acreditam que os acontecimentos em suas vidas são fortemente influenciados pela ação de pessoas detentoras de alguma forma de poder, tais como políticos e superiores hierárquicos.

Categoria 4: INSEGURO

Indivíduos que não crêem efetivamente no próprio poder, acreditando predominantemente na influência de outros poderosos e do acaso. Esses sujeitos, classificados como “inseguros”, acreditam que os acontecimentos em suas vidas são determinados pela ação de outras pessoas, consideradas poderosas, como também associam tais acontecimentos ao destino, à fé e/ou à sorte, não se julgando fortemente responsáveis pelo que lhes acontece.

Categoria 5: AUTOCONFIANTE

Indivíduos que não crêem efetivamente nem no poder de outros poderosos, nem no acaso, depositando em si predominantemente a responsabilidade do que ocorre em suas vidas. Sujeitos classificados como “autoconfiantes” acreditam que têm controle

sobre o que lhes acontece, mas não estão seguros quanto à influência do poder de outras pessoas e do acaso.

Categoria 6: INSUBMISSO

Indivíduos que não crêem efetivamente no poder de outros poderosos, acreditando predominantemente no próprio poder e no acaso. Esses indivíduos, classificados como “insubmissos”, acreditam que os acontecimentos em suas vidas não se devem determinadamente à ação de outros poderosos, atribuindo-os mais fortemente à sua própria atuação e ao destino, à fé e/ou à sorte.

Categoria 7: CONCRETO

Indivíduos que não crêem efetivamente no acaso, depositando, ao contrário dos “místicos”, a responsabilidade pelos acontecimentos em suas vidas à ação de pessoas, sejam si mesmas, sejam outros poderosos. Tais indivíduos, classificados como “concretos” minimizam a influência do destino, da fé e/ou da sorte.

Categoria 8: CRENTE

Indivíduos que crêem efetivamente no próprio poder, nos outros poderosos e no acaso. Os sujeitos “crentes” atribuem a responsabilidade pelos acontecimentos em suas vidas à influência das três subdimensões do *locus* de controle, o que impede caracterizar qualquer predominância do *locus*, pois apresentam escores altos e muito altos em todas as suas subdimensões.

VII – RESULTADOS

Uma vez obtidos os dados, os mesmos foram sumariados através das técnicas da estatística descritiva, conforme podemos visualizar através das tabelas a seguir.

Quanto à distribuição por sexo, 61,8% da nossa amostra era formada por sexo feminino enquanto que 38,2% por sexo masculino (tabela 2). Esta diferença a favor do sexo feminino se explica pelo fato de muitos participantes da pesquisa estarem matriculados no curso de Psicologia e Letras, que apesar de serem cursos em que a participação masculina vem crescendo, ainda há uma maior concentração de mulheres.

Resultados

	Frequência	Porcentagem
SEXO		
Feminino	238	61,8
Masculino	147	38,2
Total	385	100,
IDADE		
18 – 19	65	16,9
20 – 24	180	46,8
25 – 29	72	18,7
30 – 34	31	8,1
35 – 39	18	4,7
40 – 44	13	3,4
Até 1 SM	6	1,6
Total	385	100,
ESTADO CIVIL		
Nunca Casado	296	76,9
Casado/Companheiro	67	17,4
Separado/Divorciado	21	5,4
Viúvo	1	0,3
Total	385	100,
RENDA FAMILIAR		
Até 1 SM	17	4,4
Mais de 1 a 2 SM	50	13,0
Mais de 2 a 3 SM	83	21,6
Mais de 3 a 5 SM	96	24,9
Mais de 5 a 10 SM	88	22,9
Mais de 10 a 20 SM	41	10,6
Mais de 20 SM	10	2,6
Total	385	100,

Fonte: SPSS

Tabela 2 – Perfil Sócio-Demográfico da Amostra

Tabela 3 – Médias e Desvios-Padrão do Perfil Sócio-Demográfico da Amostra

	\bar{X} (σ)			
	Controle Interno*	Controle Outros Poderosos*	Controle Acaso*	Bem-Estar Subjetivo**
Homens	3,21 (0,69)	2,72 (0,88)	2,81 (0,87)	4,49 (1,70)
Mulheres	3,16 (0,69)	2,70 (0,91)	2,82 (0,87)	4,39 (1,65)
Até 24 anos	3,08 (0,73)	2,96 (0,90)	3,05 (0,85)	4,18 (1,67)
25 anos ou mais	3,35 (0,57)	2,26 (0,70)	2,40 (0,74)	4,86 (1,57)
Nunca Casado	3,12 (0,73)	2,83 (0,92)	2,97 (0,86)	4,29 (1,66)
Casado/Companheiro	3,42 (0,48)	2,19 (0,53)	2,22 (0,59)	5,18 (1,40)
Separado/Divorciado	3,41 (0,46)	2,45 (0,80)	2,51 (0,84)	4,09 (2,00)
Víuvo	2,67 (0,07)	3,42 (1,44)	3,33 (0,94)	3,50 (0,63)
Até 3 salários-mínimos	3,21 (0,64)	2,70 (0,84)	2,79 (0,82)	4,47 (1,62)
Mais de 3 salários-mínimos	3,16 (0,72)	2,71 (0,93)	2,83 (0,90)	4,40 (1,70)

Fonte: SPSS

* Escala varia de 1 a 5

** Escala varia de 1 a 8

Tabela 4 – Correlação de Pearson entre a Subdimensão “Internalidade” e as Subdimensões do BES e com o BES

	Satisfação de Vida	Felicidade	Afetos Positivos	Afetos Negativos	Bem-Estar Subjetivo
Controle Interno (N = 385)	,446**	,336**	,564**	-,484**	,577**

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Fonte: SPSS

Resultados

A partir dos resultados obtidos na Tabela 4, verificamos que o controle interno tem correlação significativa moderada positiva com a satisfação de vida ($r = 0,446$; $p \leq 0,01$), felicidade ($r = 0,336$; $p \leq 0,01$); afeto positivo ($r = 0,564$; $p \leq 0,01$); e com bem-estar subjetivo ($r = 0,577$; $p \leq 0,01$). Podemos verificar também, que na amostra estudada o controle interno possui correlação significativa moderada negativa com os afetos negativos ($r = -0,484$; $p \leq 0,01$).

Tabela 5 – Correlação de Pearson entre a Subdimensão “Outros Poderosos” e as Subdimensões do BES e com o BES

	Satisfação de Vida	Felicidade	Afetos Positivos	Afetos Negativos	Bem-Estar Subjetivo
Controle Externo - Outros Poderosos (N = 385)	-,363**	-,309**	-,528**	,536**	-,582**

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Fonte: SPSS

A partir dos resultados obtidos na Tabela 5, verificamos que o controle externo – outros poderosos possui correlação significativa moderada negativa com a satisfação de vida ($r = -0,363$; $p \leq 0,01$), felicidade ($r = -0,309$; $p \leq 0,01$); afeto positivo ($r = -0,528$; $p \leq 0,01$); e com bem-estar subjetivo ($r = -0,582$; $p \leq 0,01$). Podemos verificar também, que na amostra estudada o controle externo – outros poderosos possui correlação significativa moderada positiva com os afetos negativos ($r = 0,536$; $p \leq 0,01$).

Tabela 6 – Correlação de Pearson entre a Subdimensão “Acaso” e as Subdimensões do BES e com o BES

	Satisfação de Vida	Felicidade	Afetos Positivos	Afetos Negativos	Bem-Estar Subjetivo
Controle Externo - Acaso (N = 385)	-,343**	-,278**	-,464**	,511**	-,543**

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Fonte: SPSS

Resultados

A partir dos resultados obtidos na Tabela 6, verificamos que o controle externo – acaso possui correlação significativa moderada negativa com a satisfação de vida ($r = -0,343$; $p \leq 0,01$), felicidade ($r = -0,278$; $p \leq 0,01$); afeto positivo ($r = -0,464$; $p \leq 0,01$); e com bem-estar subjetivo ($r = -0,543$; $p \leq 0,01$). Podemos verificar também, que na amostra estudada o controle externo – acaso possui correlação significativa moderada positiva com os afetos negativos ($r = 0,511$; $p \leq 0,01$).

Tabela 7 – Frequência e Porcentagens dos Tipos de Pessoas Baseado no *Locus* de Controle

Tipo	I	P	C	f	%
Incrédulo	-	-	-	145	37,7
Autoconfiante	+	-	-	141	36,6
Inseguro	-	+	+	93	24,1
Crente	+	+	+	6	1,6
Místico	-	-	+	0	0,0
Submisso	-	+	-	0	0,0
Insubmisso	+	-	+	0	0,0
Concreto	+	+	-	0	0,0
Total				385	100,

A partir das frequências da tabela 7, percebemos que a maior parte dos participantes pode ser categorizada como do tipo “incrédulo” (37,7%; $n = 145$), ou seja, que não tendem a nenhuma das três subdimensões do *locus* de controle; ou como do tipo “autoconfiante” (36,6%; $n = 141$), representado por altos escores no controle interno; em terceiro lugar encontramos os “inseguros” (24,1%; $n = 93$) que são aqueles que depositam a responsabilidade na esfera externa, tanto nos outros poderosos como no acaso; e em último (e muito distante dos demais tipos) encontramos os “crentes” (1,6%; $n = 06$) que são aqueles com altos escores nas três subdimensões do *locus* de controle. Na amostra pesquisada não

Resultados

houve nenhum sujeito que se encaixasse nos tipos “místico”, “submisso”, “insubmisso” e “concreto”.

Tabela 8 – Cruzamento entre os Tipos de Pessoas Baseado no *Locus* de Controle e no Nível de Bem-Estar Subjetivo

CATEGORIA	GRAU DE BEM-ESTAR SUBJETIVO											
	Muito Baixo		Baixo		Neutro		Alto		Muito Alto		TOTAL	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Autoconfiante*	0	0,0	12	8,5	36	25,5	55	39,0	38	27,0	141	100,
Crete**	0	0,0	1	16,7	2	33,3	3	50,0	0	0,0	6	100,
Incrédulo***	5	3,4	21	14,5	52	35,9	47	32,4	20	13,8	145	100,
Inseguro****	17	18,3	46	49,5	24	25,8	6	6,5	0	0,0	93	100,

Fonte: SPSS

* I+; P-, C-

** I+; P+; C+

*** I-; P-, C-

**** I-; P+; C+

Analisando a tabela 8 é possível fazer uma combinação entre o grau do bem-estar subjetivo e as categorias baseadas no *locus* de controle. Dos 145 participantes classificados como sendo do tipo “incrédulo”, 5 possuem grau de BES “muito baixo”, 21 BES “baixo”, 52 BES “neutro”, 47 BES “alto” e 20 participantes apresentaram grau “muito alto” de BES. Dos 141 participantes classificados como sendo do tipo “autoconfiante”, nenhum possui BES “muito baixo”, 12 BES “baixo”, 36 BES “neutro”, 55 BES “alto” e 38 BES “muito alto”. Dos 93 participantes classificados como sendo do tipo “inseguro”, 17 possuem BES “muito baixo”, 46 BES “baixo”, 24 BES “neutro”, 6 BES “alto” e nenhum BES “muito alto”. Dos 6 participantes classificados como sendo do tipo “crente”, nenhum possui BES “muito baixo”, 1 BES “baixo”, 2 BES “neutro”, 3 BES “alto” e nenhum BES “muito alto”.

Os indivíduos “autoconfiantes”, por acreditarem que são eles mesmos os responsáveis por aquilo que acontece em suas vidas, tendem a apresentar um comportamento mais ativo, de forma a atingir seus objetivos e expectativas diante da vida. O sucesso tende a ser percebido

Resultados

como algo de responsabilidade deles, e o eventual fracasso tende a ser tratado de forma positiva, de forma que o sujeito pode se empenhar para reverter uma situação desfavorável, pode aprender com o erro ou até mesmo se contentar por ter tentado. A predominância do controle interno tende a produzir indivíduos mais aplicados, que conduzem suas vidas e, conseqüentemente, apresentam maior grau de bem-estar. Numa situação de não aprovação em concurso público, esses indivíduos provavelmente se sentirão tristes, porém não irão desistir e sim se empenhar mais em um próximo concurso, apresentando, por exemplo, um comportamento de estudar mais ou reler a prova antes de entregar. Por outro lado, um sujeito que acredita fortemente que sua vida é controlada pelo acaso, diante de situação similar, não apresentaria um comportamento pró-ativo, eles provavelmente iriam esperar até que um dia a sorte “sorrisse” para eles e, assim conseguir uma vaga em algum emprego público.

Os indivíduos “crentes”, por acreditarem fortemente que tanto eles mesmos, como outros poderosos e o acaso são responsáveis pelos acontecimentos de suas vidas, tendem a se adaptar diante de tais acontecimentos, produzindo um grau de BES predominantemente “alto” (50%). A ocorrência de escores elevados nas três subdimensões do *locus* de controle parece produzir indivíduos mais capazes de atribuir a responsabilidade pelo evento ao *locus* mais apropriado para a situação vivenciada ou até mesmo mais de um *locus* para o mesmo evento. Para evitar, por exemplo, um acidente de trânsito pode não bastar dirigir com cautela e atenção, pois uma árvore pode cair sobre o veículo em pleno movimento. Entretanto, é importante salientar que apenas seis participantes se classificaram nessa categoria, sendo desejável que a análise seja realizada com uma amostra maior.

Os indivíduos “incrédulos”, por não acreditarem fortemente que nem si próprios, nem outros poderosos e nem o acaso são responsáveis pelos acontecimentos de suas vidas, tendem a se resignar diante de tais acontecimentos, produzindo um grau de BES predominantemente

Resultados

“neutro”. A ocorrência de escores baixos nas três subdimensões do *locus* de controle parece produzir indivíduos mais indiferentes ou indecisos quanto ao *locus* responsável pelos eventos ou que atribuem a responsabilidade às subdimensões de forma fraca ou neutra. Num acidente onde uma árvore cai sobre um veículo, o condutor pode atribuir um pouco da responsabilidade tanto a si mesmo, por não ter observado que a árvore estava inclinada, quanto a outros poderosos, por não ter a prefeitura cortado a árvore, como ao acaso, pelo azar da árvore cair justamente sobre o seu carro.

Os indivíduos “inseguros”, por não acreditarem fortemente em si mesmos, atribuindo a responsabilidade pelos acontecimentos de suas vidas a outros poderosos e ao acaso, não tendem a se considerar como donos de suas vidas, produzindo um grau de BES predominantemente “baixo”. Desta forma, mesmo que sua vida seja repleta de acontecimentos bons, eles provavelmente se mostram passivos e apáticos, pois não se vêem como agentes de tais feitos.

Tabela 9 – Cruzamento entre os Tipos de Pessoas baseados no *Locus* de Controle e os Tipos de Pessoas baseados no Bem-Estar Subjetivo

TIPO DE PESSOA	CATEGORIA								TOTAL	
	Autoconfiante*		Crente**		Incrédulo***		Inseguro****		f	%
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Sem classificação	106	38,1	5	1,8	96	34,5	71	25,5	278	100,
Esperançoso (Insatisfeito/Feliz)	2	14,3	0	0,0	8	57,1	4	28,6	14	100,
Frustrado (Insatisfeito/Infeliz)	6	16,7	0	0,0	16	44,4	14	38,9	36	100,
Realizado (Satisfeito/Feliz)	22	50,0	1	2,3	20	45,5	1	2,3	44	100,
Resignado (Satisfeito/Infeliz)	5	38,5	0	0,0	5	38,5	3	23,1	13	100,
TOTAL	141		6		145		93		385	

* I+; P-, C-

** I+; P+; C+

*** I-; P-; C-

**** I-; P+; C+

Para chegarmos aos tipos: “esperançosos”, “frustrados”, “realizados” e “resignados”

Resultados

(tabela 9) foram utilizados os escores das subescalas felicidade e satisfação de vida. Como é possível observar, não foi possível classificar 278 participantes quanto ao tipo de pessoa, isto ocorreu porque os escores médios, ou seja, que não tendia nem para felicidade nem para a infelicidade ou nem para satisfeito para insatisfeito, não foram considerados. Sendo assim, para essa análise contamos com 107 participantes, de forma que 14 foram classificados com “esperançosos”, 36 como “frustrados”, 44 como “realizados” e 13 como “resignados”. Ao cruzarmos estes tipos de pessoas com as categorias criadas a partir dos escores nas subescalas de *locus* de controle, percebemos que a maior parte dos “esperançosos” (insatisfeitos, mas felizes) são incrédulos (57,1%); a maior parte dos “frustrados” (insatisfeitos e infelizes) também são incrédulos; a maior parte dos “realizados” (satisfeitos e felizes) são autoconfiantes; e os resignados possuem com maior concentração em auto-confiantes e incrédulos (38,5%).

Tabela 10 – Qui-Quadrado entre a Frequência entre Bem-Estar Subjetivo “muito alto” + “alto” e “muito baixo” + “baixo” dos Tipos de Pessoas baseados no *Locus* de Controle

CATEGORIA	Muito Alto e	Muito Baixo e	<i>f</i> esperada	χ^2
	Alto	Baixo		
	<i>f</i> obtida	<i>f</i> obtida		
Autoconfiante ¹	93	12	52,5	62,5**
Crente ²	1	3	2	1
Incrédulo ³	26	67	46,5	18,1**
Inseguro ⁴	63	6	34,5	47,1**

Fonte: SPSS

¹ I+; P-, C-

² I+; P+; C+

³ I-; P-; C-

⁴ I-; P+; C+

** p < 0,01

Ao analisarmos os dados da tabela 10, verificamos que no que diz respeito ao tipo “autoconfiante”, há uma diferença significativa entre os dois grupos, de forma que o sujeito que deposita em si próprio a responsabilidade dos acontecimentos de sua vida possui altos graus de bem-estar subjetivo. Já no que diz respeito ao tipo “crente”, apesar da maior parte dos participantes possuir baixo e muito baixo bem-estar subjetivo, não podemos afirmar que esta diferença é significativa.

VIII – DISCUSSÃO E CONCLUSÃO

Neste momento, será apresentada uma revisão dos principais resultados obtidos ao longo da pesquisa de que trata esta Tese.

Os resultados encontrados neste estudo confirmaram nossa hipótese inicial de que o *locus* de controle interno se correlaciona significativa e positivamente com o bem-estar subjetivo. Conforme foi possível verificar nos resultados apresentados anteriormente, existe correlação significativa positiva entre o “controle interno” e a “satisfação de vida” ($r = 0,446$; $p \leq 0,01$); entre o “controle interno” e a “felicidade” ($r = 0,336$; $p \leq 0,01$); entre o “controle interno” e o “afeto positivo” ($r = 0,564$; $p \leq 0,01$); e entre o “controle interno” e o “bem-estar subjetivo” ($r = 0,577$; $p \leq 0,01$).

O *locus* de controle “outros poderosos”, como também era esperado, apresentou correlação significativa e negativa com a “satisfação de vida” ($r = - 0,363$; $p \leq 0,01$); “felicidade” ($r = - 0,309$; $p \leq 0,01$); “afetos positivos” ($r = - 0,528$; $p \leq 0,01$); “bem-estar subjetivo” ($r = - 0,582$; $p \leq 0,01$).

Assim como o *locus* de controle “outros poderosos”, o *locus* de controle “acaso” também apresentou correlação significativa e negativa com a “satisfação de vida” ($r = - 0,343$; $p \leq 0,01$); “felicidade” ($r = - 0,278$; $p \leq 0,01$); “afetos positivos” ($r = - 0,464$; $p \leq 0,01$); e “bem-estar subjetivo” ($r = - 0,573$; $p \leq 0,01$).

Discussão e Conclusão

Por outro lado, os “afetos negativos” se correlacionaram significativa e negativamente com o “controle interno” ($r = - 0,484$; $p \leq 0,01$) e significativa e positivamente com o *locus* “outros poderosos” ($r = 0,536$; $p \leq 0,01$) e *locus* de controle “acaso” ($r = 0,511$; $p \leq 0,01$).

A partir da análise desses resultados e de acordo com as informações encontradas na literatura, verificamos que o fato de o indivíduo perceber-se como controlador de sua própria vida gera altos níveis de bem-estar subjetivo. Isto pode ser explicado devido ao fato de a crença em ser o responsável pelas suas escolhas, ações e esforços gerar maior satisfação de vida, maior felicidade e mais afetos positivos. Por outro lado, a percepção de pouco controle individual, associado à crença no controle por parte de outros poderosos e/ou do acaso, implica em baixo grau de bem-estar subjetivo.

No que diz respeito aos tipos de pessoas formadas a partir da combinação dos escores nas três subdimensões do *locus* de controle encontramos, na amostra pesquisada, quatro tipos de categorias de combinações de escores, sendo 37,7% do tipo “incrédulo”; 36,6% do tipo “autoconfiante”; 24,1% do tipo “inseguro” e 1,6% do tipo “crente”. Curiosamente, encontramos quase que na mesma proporção os tipos “incrédulos” (37,7%) que são representados pelas pessoas que tendem a não depositar fortemente em nenhuma das subdimensões o controle de suas vidas, e os tipos “auto-confiantes” (36,6%) que são representados pelas pessoas que tendem a se perceber como as principais responsáveis pelos acontecimentos de suas vidas.

Uma outra análise interessante foi o cruzamento dos tipos de pessoas formadas a partir dos escores nas subdimensões do *locus* de controle com os tipos de pessoas formadas a partir dos escores nas subdimensões do bem-estar subjetivo. Estes cruzamentos mostraram que:

Discussão e Conclusão

- “**Autoconfiantes**” – 50% se classificaram como realizados (satisfeitos e felizes), isto ocorre provavelmente porque os indivíduos se consideram no controle de suas próprias vidas e, mesmo que algo não esteja bem acreditam que podem se comportar de forma a reverter sua situação; 38,5% se classificaram como resignados (satisfeitos e infelizes), são satisfeitos porque foram eles responsáveis pelo o que lhes acontece, e talvez sejam infelizes porque, apesar de atribuírem a si a responsabilidade, podem considerar que não possuem a habilidade ou os recursos para reverter o que lhes deixam infelizes; 16,7% se classificaram como frustrados (insatisfeitos e infelizes) e 14,3% como esperançosos (insatisfeitos, porém felizes).

- “**Crentes**” – apenas um participante desta pesquisa se classificou nesta categoria. Ele foi classificado com realizado (satisfeito e feliz), isto pode se dever ao fato de como ele percebe tanto si próprio como os outros poderosos e o acaso como responsáveis pelo o que lhe acontece, ele se sentir satisfeito porque se vê responsável por grande parte dos acontecimentos de sua vida, e aquilo que foge ao seu controle, está sob o controle de outras pessoas poderosas ou ao seu destino, o que lhe deixa numa posição confortável.

- “**Incrédulos**” – 57,1% se classificaram como esperançosos (insatisfeitos, porém felizes). São insatisfeitos porque não atribuem fortemente a si o comando de suas vidas, porém são felizes; 45,5% classificaram como realizados (satisfeitos e felizes); 44,4% se classificaram como frustrados (insatisfeitos e infelizes) e 38,5% como resignados.

- “**Inseguros**” – 38,9% se classificaram como frustrados (insatisfeitos e infelizes), assim como já era previsto, este tipo de pessoa possui baixa satisfação e infelicidade, pois ele não está à frente de sua vida, ele não tem como o próprio nome sugere segurança de que seus atos podem mudar suas vidas, o que pode conduzir à infelicidade; 28,6% se classificaram como esperançosos (insatisfeitos, porém felizes), 23,1% se classificaram como resignados

(satisfeitos e infelizes) e apenas 2,3% se classificaram como realizados (satisfeitos e felizes), essa baixa porcentagem pode ser explicada devido a pouca credibilidade depositada em si mesmos. Neste caso, o sujeito desconsidera o seu poder para controlar e guiar os acontecimentos de suas vidas.

De acordo com Diener, Suh, Lucas e Smith (1999), o crescente interesse pelo estudo do BES reflete uma grande tendência em valorizar o individual e a importância do subjetivo para a avaliação da qualidade de vida, além da reconceituação de que a qualidade de vida necessariamente inclui elementos subjetivos positivos que transcendem a perspectiva econômica. Uma análise das condições de vida de um indivíduo sugere que os indicadores objetivos da qualidade de vida trazem aspectos positivos incontestáveis como conforto, boa comida, viagens, bons tratamentos de beleza, mas é muito comum olharmos uma bela cobertura em plena Vieira Souto, zona sul do Rio de Janeiro, vazia e triste, enquanto que numa laje no subúrbio na mesma cidade acontece um churrasco super animado regado a banho de mangueira. Isto nos revela que a felicidade, ou melhor, que o bem-estar subjetivo possui outros elementos que claramente não são objetivos. Pesquisadores do BES, como Diener e Suh (1997) e Pereira (1997) acreditam que indicadores objetivos, se considerados isoladamente, não são suficientes para mensurar a qualidade de vida, pois estes só descrevem as condições de vida do indivíduo (Diener e Suh, 1997; Pereira, 1997).

É claro que diversos fatores, de fontes diferentes, interferem no bem-estar e na qualidade de vida de uma pessoa, por exemplo, uma jovem viúva, desempregada, sem amigos, com problemas de saúde e que ainda more numa rua barulhenta, é muito menos provável que esteja satisfeita com sua vida do que a média das pessoas. Em contraste, uma mulher com um bom salário, satisfeita com seu casamento e com saúde, é muito mais provável que esteja satisfeita com sua vida. Ainda que as circunstâncias de vida não levem automaticamente a

uma melhora ou piora do BES, elas podem influenciar e influenciam o bem-estar subjetivo (Diener, Suh, Lucas e Smith, 1999 e Lu, 1999).

Assim, os elementos subjetivos da qualidade de vida, aqueles que passam pela cognição, pela interpretação e pelo individual são de suma importância para a qualidade de vida. É sabido que as pessoas reagem de formas diferentes mesmo quando expostas a circunstâncias semelhantes, e isto ocorre porque as avaliações são baseadas em expectativas, valores e experiências anteriores, próprias de cada sujeito. Ou seja, o que faz alguém feliz não necessariamente é o que faz outra pessoa feliz.

Apesar de várias divergências, a maioria dos pesquisadores concorda que o bem-estar subjetivo é composto por três componentes relacionados: presença de afetos positivos, ausência de afetos negativos e presença de satisfação da vida como um todo, e que o BES não é apenas um estado emocional transitório, curto e totalmente ditado pelas situações ambientais. Há também um movimento no sentido de se correlacionar, cada vez mais, o bem-estar subjetivo a traços de personalidade como, por exemplo, ao *locus* de controle. Porém, cabe ressaltar que a personalidade não pode ser considerada um determinante para o BES, porque se fosse assim os níveis de bem-estar teriam que permanecer idênticos durante toda a vida da pessoa (Lu, 1999).

Várias evidências, tais como os estudos com gêmeos, estudos longitudinais, correlações entre testes de personalidade e bem-estar subjetivo, apontam que a influência da personalidade no BES pode ser substancial. No entanto, basear-se somente no efeito da personalidade pode ser perigoso porque se pensaria que nada poderia realmente fazer uma pessoa feliz ou infeliz exceto o seu temperamento inato.

Então, dentre os diversos fatores que podem, de alguma maneira se correlacionar positivamente com o BES, o presente estudo focalizou-se no *locus* de controle e, baseado nos resultados encontrados, pode-se dizer que o *locus* de controle se correlaciona significativamente com o bem-estar subjetivo e, mais precisamente, que o *locus* de controle interno se correlaciona significativa e positivamente com o bem-estar subjetivo. Os resultados mostraram que pessoas que acreditam exercer controle sobre o que acontece em suas vidas possuem altos níveis de bem-estar subjetivo. E, como se esperava, as pessoas que depositam apenas no acaso ou em outros poderosos a responsabilidade do que lhes acontece são as pessoas com menores níveis de bem-estar subjetivo.

O *locus* de controle interno também se correlacionou positivamente com as subdimensões do BES: a felicidade, os afetos positivos e a satisfação de vida. Tais correlações podem vir do fato de que as pessoas que se percebem como sendo controladoras dos acontecimentos de sua vida, de um modo geral, são mais satisfeitas com suas vidas, sentem-se felizes e experimentam mais afetos positivos e menos afetos negativos. A correlação significativa e positiva entre *locus* de controle interno e bem-estar subjetivo confirma os resultados encontrados nas pesquisas de Klonowicz (2001) e Graziano (2005). Embora na revisão da literatura tenham sido encontrados poucos trabalhos referentes a esse tipo de pesquisa, Diener (1984) relata que Baker (1977), Brandt (1980) e Sundre (1978) também encontraram correlações positivas entre *locus* de controle interno e bem-estar subjetivo.

O *locus* de controle parece exercer um papel muito importante na maneira como conduzimos nossas vidas e, sendo assim, os eventos em si têm pouco ou nenhum valor para o BES se comparados à percepção que o sujeito tem do controle dos acontecimentos. Ou seja, parece que o mais importante para a felicidade não é o acontecimento em si e, sim a percepção individual desse acontecimento, o modo como o indivíduo interpreta tal acontecimento.

Aparentemente, quando o indivíduo acredita que exerce controle sobre os eventos que lhe acontecem, seu nível de BES aumenta e estes eventos passam a ter mais valor para essa pessoa. Desta forma, se alguém tem um ganho e acredita ter tido esse ganho por seu próprio mérito, mesmo que seja algo sem muito valor, isso será percebido como algo importante, o que gerará mais afetos positivos. Mas se, ao contrário, uma pessoa tem um grande ganho e acredita que isso aconteceu apenas por influência de outros poderosos ou por acaso, este ganho, provavelmente, não será muito valorizado. Sendo o *locus* de controle interno referente à crença individual na capacidade de exercermos controle sobre nossas próprias vidas, é de se esperar que a crença desse controle faça com que a pessoa se sinta mais feliz e satisfeita, pois mesmo que sua situação atual não seja a situação desejada, só dependerá dela própria mudá-la (Brickman, Coates e Janoff-Bulman, 1978).

No que se refere à externalidade, aqueles que apresentaram altos escores na subescala outros poderosos, ou seja, as pessoas que atribuem os acontecimentos de suas vidas à ação de outros poderosos são pessoas que experimentam mais intensamente os afetos negativos do que os afetos positivos em suas vidas e que, de uma maneira geral, estão menos satisfeitas com suas vidas. Aqueles que obtiveram altos escores na subescala acaso, que engloba as pessoas que percebem o controle como dependente da sorte, do acaso ou do destino apresentaram menores escores na escala de bem-estar subjetivo. Estes resultados também vão ao encontro dos resultados encontrados por Klonowicz (2001), onde o *locus* de controle externo está associado a baixos níveis de bem-estar subjetivo.

Tendo em vista a correlação significativa e negativa existente entre a satisfação de vida com as subdimensões de *locus* de controle outros poderosos e acaso, pode-se dizer que, com baixa satisfação de vida, a vida pode ser até suportável, mas a pessoa provavelmente não se sentirá completa e realizada. Por exemplo, um indivíduo que almejou enriquecer ao longo da

vida e obteve sua meta com esforço e competência parece desfrutar de maior satisfação de vida do que aquele indivíduo tivesse alcançado a mesma meta ganhando na loteria ou recebendo uma herança. Isto reforça a proposição de que a verdadeira satisfação de vida venha de um *locus* de controle interno, ou seja, de um controle pessoal sobre a experiência.

Serão necessárias outras pesquisas, com maior número de participantes, que não somente estudantes, para que esta relação entre *locus* de controle e bem-estar subjetivo possa ser melhor analisada. Por fim, pode-se especular sobre como os estudos do bem-estar subjetivo e *locus* de controle podem contribuir para diversas aplicações da Psicologia. Na área clínica, a Terapia Cognitiva Comportamental depende de uma série de fatores para a eficácia do tratamento como, por exemplo, a adesão ao tratamento. Na área de Recursos Humanos, este tipo de pesquisa pode ser uma ferramenta para melhorar o desempenho profissional. E na área Escolar, pode-se implementar a melhoria do rendimento acadêmico.

É interessante também desmistificar a visão simplista que Levenson tentou combater de que “ser interno” é bom e “ser externo” é ruim. Acreditamos que uma orientação interna é algo positivo quando combinada com competência, habilidade, esforço etc., pois a internalidade associada à falta destes requisitos pode fazer com que os indivíduos se tornem ansiosos, frustrados, culpados e até mesmo deprimidos. Em indivíduos desprovidos desses requisitos, a orientação externa pode fazer com que tenham uma vida mais fácil de levar e mais relaxada, pois adotarão uma postura passiva, aguardando que outros poderosos e o destino determinem os rumos de suas vidas.

No entanto, cabe ressaltar que as pessoas que somente atribuem a fatores externos a responsabilidade por grande parte daquilo que acontece em suas vidas são pessoas com tendência a não dar crédito a si próprias e sua auto-estima, motivação e bem-estar poderiam

ser aumentados se percebessem que podem ter influência positiva e ativa em vários eventos de suas vidas.

Perspectivas Futuras. Estudos dessa natureza, como já foi dito anteriormente, podem ser adaptados e aplicados em diferentes contextos. A busca pela melhoria da qualidade de vida em ambientes de trabalho tem sido objeto do esforço de diversas instituições públicas e privadas. Desta forma, a compreensão dos aspectos cognitivos da qualidade de vida à luz das correlações entre as variáveis do *locus* de controle e as do bem-estar-subjetivo pode contribuir para que as instituições adotem medidas capazes de oferecer a seus colaboradores melhor qualidade de vida em seus ambientes de trabalho.

XI – REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albuquerque, A. S. e Tróccoli, B. T. (2004). Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20 (2), 153-164.
- Andrews, F. M. (1991). Stability and change in levels and structure of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 25, 1-30.
- Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. London: Methuen.
- Argyle, M. e Martin, M. (1991). The psychological causes of happiness. In Strack, F., Argyle, M. e Schwarz, N. *Subjective well-being*. Great Britain: Pergamon Press.
- Ariès, P. (1981). *História social da criança e da família*. 2ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara.
- Arrindell, W. A. e Luteijn, F. (2000). Similarity between intimate partners for personality traits as related to individual levels of satisfaction with life. *Personality and Individual Differences*, 28, 629-637.
- Bradburn, N. M. (1969). Social indicators of well-being. American's perceptions of life quality. New York, Plenum Press.
- Brickman, P., Coates, D. e Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36 (8), 917-927.
- Burger, J. M. (1989). Negative reactions to increases in perceived personal control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (2), 246-256.
- Bustamante, C. S. (1985). Necesidad de logro, locus de control y rendimiento académico. In Romero-García, O. *Motivación y Rendimiento Académico: Reportes de Investigación*. Mérida-Venezuela: Logro.
- Cataneo, C., Carvalho, A. M. P. e Galindo, E. M. C. (2005). Obesidade e aspectos psicológicos: maturidade emocional, auto-conceito, locus de controle e ansiedade. *Psicologia e Reflexão. Crítica*, 18 (1), 39-46.
- Campbell, A. (1976). Subjective measures of well-being. *American Psychologist*, 31, 117-124.
- Campbell, A., Converse, P. E. e Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life: perceptions, evaluations and satisfactions*. New York, Russell Sage Foundation.
- Casulo, M. M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico. *Cadernos de Evaluación Psicológica: Evaluación del bienestar psicológico en IberoAmerica*, 1, p.11-29.

Referências Bibliográficas

- Chan, R. e Joseph, S. (2000). Dimensions of personality, domains of aspiration, and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 28, 347-354.
- Chirkov, V. I. e Ryan, R. M. (2001). Parent and teacher autonomy-support in Russian and U.S. adolescents: Common effects on well-being and academic motivation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32 (5), 618-635.
- Collins, B. E. (1974). Four components of the Rotter internal-external scale: Belief in a difficult world, a just world, a predictable world, and a politically responsive world. *Journal of Personality and Social Psychology*, 29, 381-391.
- Csikszentmihalyi, M. (1992). *A psicologia da felicidade*. São Paulo: Saraiva.
- Csikszentmihalyi, M. (1995). *A descoberta do fluxo*. Rio de Janeiro: Rocco.
- Dantas, A. C. G. (2006). Personalidade, estilos de atribuição e habilidades sociais em adolescentes. *Ciências e Cognição*, 3 (7), 14-26.
- Dela Coleta, J. A. (1980). *Atribuição de causalidade em presos, amputados e cegos – aceitação e luta contra o infortúnio*, Tese de doutorado. Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Fundação Getulio Vargas, 478 f.
- Dela Coleta, J. A. (1982). *Atribuição de causalidade: teoria e pesquisa*. Rio de Janeiro: Fundação Getúlio Vargas.
- Dela Coleta, M. F. (1985). Estudos de adaptação e padronização da Escala Multidimensional de *Locus de Controle* de Levenson. Relatório técnico. Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais.
- Dela Coleta, M. F. (1987). Escala multidimensional de *Locus* de Controle de Levenson. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 39 (2), 79-97.
- Dela Coleta, J. A. e Dela Coleta, M. F. (2006). Felicidade, Bem-Estar Subjetivo e Comportamento Acadêmico de Estudantes Universitários. *Psicologia em Estudo*, 11 (3), 533-539.
- DeNeve, K. e Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542-575.
- Diener, E., Colvin, C. R., Pavot, W. G., Allman, A. (1991). The Psychic Costs of Intense Positive Affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (3), 492-503.
- Diener, E., Diener, M. e Diener, C. (1995). Factors predicting subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 851-864.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. e Smith, H.L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.

Referências Bibliográficas

- Diener, E., Lucas, R. E. e Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In Snyder, C.R. e Lopes, S. (Organizadores). *Handbook of Positive Psychology*, New York, Oxford, p.63-73.
- Diener, E., Scollon, C. N. e Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187-219.
- Diener, E. e Oishi, S. (2005). The Nonobvious Social Psychology of Happiness. *Psychological Inquiry*, 16 (4), 162-167.
- Diener, E. (2005). Contributions of the Ed Diener Laboratory to The Scientific Understanding of Well-Being. Disponível na internet no endereço:
<http://www.psych.uiuc.edu/~ediener/Discoveries.htm>
- Diener, E. (2007) Frequently Asked Questions (FAQ's) About Subjective Well-Being (Happiness and Life Satisfaction) Disponível na internet no endereço <http://s.psych.uiuc.edu/~ediener/faq.html>, em 13/02/07.
- Fernandes, M. e Fontaine, A. M. (1996). Crenças de controle sobre a realização escolar: análise da evolução e diferenciação do construto de “controle”. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 30 (1), 3-16.
- Figueredo, P. M. V. (2005). A influência do *locus* de controle conjugal, das habilidades sociais conjugais e da comunicação conjugal na satisfação com o casamento. *Ciências & Cognição*, 2 (6), 123-132.
- Freire, S.A. (2001). Bem-Estar Subjetivo e Metas de Vida: Um Estudo Transversal com Homens e Mulheres Pertencentes a Três Faixas de Idade. *Tese de Doutorado*. Instituto de Psicologia. UNICAMP, Campinas.
- Glenn, N. D. (1991). The recent trend in marital success in the United States. *Journal of Marriage and the Family*, 53, 261-270.
- Giacomoni, C. H. (2004). Bem-estar subjetivo: Em busca da qualidade de vida. *Temas em Psicologia da SBP*, 12 (1), p. 1401-1410.
- Gonçalves, S. M. M. e Pereira, C. A. A. (2007). Mais afinal o que é felicidade? Ou, quão importantes são as relações interpessoais na concepção de felicidade entre adolescentes? *Tese de Doutorado*. Instituto de Psicologia, UFRJ, Rio de Janeiro.
- Graziano, L. D. (2005) A felicidade revisitada: Um estudo sobre o bem-estar subjetivo na visão da psicologia positiva. *Tese de Doutorado*. Instituto de Psicologia, USP, São Paulo.
- Grob, A. (2000). Perceived control and subjective well-being: East versus west european nations. In Diener, E. e Suh, E. (Orgs.). *Subjective well-being across cultures and nations*. Boston: MIT Press.

- Gurin, P., Gurin, G. e Morrison, B.M. (1978). Personal and Ideological Aspects of Internal and External Control. *Social Psychology*, 41 (4), 275-296.
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. New York: Wiley.
- Heider, F. (1970) *Psicologia das relações interpessoais*. Trad. Dante Moreira Leite. São Paulo: Pioneira.
- Itzhaky, H. (2005). Battered Women in Shelters: Internal Resources, Well-Being, and Integration. *Affilia*, 20 (1), p. 39-51.
- Jones, E. E. & Davis, K. E. (1965). From acts to dispositions: The attribution process in person perception. In Berkowitz, L. (Org.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 2, pp. 220-226). New York: Academic Press.
- Judge, T. A. & Bono, J. E. (2001). Relationship of Core Self-Evaluations Traits – Self-Esteem, Generalized Self-Efficacy, *Locus* of Control, and Emotional Stability–With Job Satisfaction and Job Performance. A Meta-Analysis. *Journal of Applied Psychology*, 86 (1), 80-92.
- Kelley. H. H. (1967). Attribution theory in social psychology. In Levine, D. (Org.), *Nebraska Symposium on Motivation*, 15 (pp. 192-238). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Kirkcaldy, B., Petersen, L. E. e Hübner, G. (2002) Managing the stress of bringing the economy in the Eastern German Federal States to the level in the West Federal States: A comparison of occupational stress, physical and psychological well-being and coping among managers from west- and the former east Germany. *European Psychologist*, 7, 53-62.
- Klonowicz, T. (2001). Discontented people: reactivity and *locus* of control as determinants of subjective well-being. *European Journal of Personality*, 15 (1), 29-47.
- Krüger, H. (1986). *Introdução à Psicologia Social*. São Paulo: EPU.
- La Rosa, J. (1991). *Locus* de controle: uma escala de avaliação. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 7 (3), 327-344.
- Lang, F. R. e Heckhausen, J. (2001). Perceived control over development and subjective well-being: Differential benefits across adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(3), 509-523.
- Lawrence, R. H. e Liang, J. (1988). Structural Integration on the Affect Balance Scale and the Life Satisfaction Index A: Race, sex, and age differences. *Psychology an Aging*, 3, 375-384.
- Lefcourt, H. M. (1976). *Locus of Control: Current Trends in Theory and Research*. New York: John Wiley and Sons.

- Lefcourt, H. M. (1980). The construction and development of the Multidimensional-Multiattributitional Causality Scales. In Lefcourt, H.M. (Ed). *Advances and innovations in locus of control research*. New York: Academic Press.
- Lefcourt, H. M. (1981). Research with the *locus* of Control Construct. *Assesment Methods*. (1) New York: Academic Press.
- Levenson, H. (1973). Multidimensional *Locus* of Control in psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 41, 397-404.
- Levenson, H. (1974). Activism and powerful others: Distinctions within the concept of internal-external control. *Journal of Personality Assessment*, 38, 377-383.
- Levenson, H. (1981). Differentiating among internality, powerful others, and chance. Em H.M. Lefcourt (Organizador), *Research with the locus of control construct. Volume 1*. New York: Academic Press.
- Lever, J. P., Piñol, N. L. e Uralde, J. H. (2005). Poverty, psychological resources and subjective well-being. *Social Indicators Research*, 73, 375-408.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than other: The role of cognitive and motivacional processes in well-being. *American Psychologist*, 56, 239-249.
- Lu, L. (1999). Personal or Environmental Causes of Happiness: A Longitudinal Analysis. *Journal of Social Psychology*, 139 (1), 79-90.
- Lu, L., Gilmour, R., Kao, S. F., Weng, T. H., Hu, C. H., Chern, J. G., Huang, S. W. e Shih, J. B. (2001). Two ways to achieve happiness: when the East meets the West. *Personality and Individual Differences*, 30, 1161-1174.
- Lucas, R. E., Diener, E. e Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71 (3), 616-28.
- Lucas R. E. e Gohm, C. (2000). Age and sex difference in subjective well-being across culture. In Diener, E. e Suh, E. (Organizadores) *Culture and subjective well-being*, Cambridge: MIT.
- MacDonald, A. P. (1973). Internal-External Locus of Control. *Measures of Social Psychological Attitudes*. In Robinson, J.P. e Shaver, P.R. (Orgs.). Michigan: Survey Research Center/Institute for Social Research, p. 169-243.
- Mendes, M. F., Balsimelli, S., Stangehaus, G. e Tilbery, C. P. (2004). Validação da Escala de Determinação Funcional da Qualidade de Vida na Esclerose Múltipla para a Língua Portuguesa. *Arquivos Neuropsiquiatria*, 62 (1), 108-113.
- Morrison, A. K. (1997). Personality correlates of Five-Factor Model for a sample of business owners/managers: association with scores on self-monitoring, type A behavior, *locus* of control, and subjective well-being. *Psychological Reports*, 80 (18), 255-272.

Referências Bibliográficas

- Myers D. G. e Diener E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), p. 10-19.
- Myers, D. G. (2000). *Psicologia Social*. Rio de Janeiro: LTC.
- Mueller, S. L. e Thomas, A. S. (2001). Cultura and entrepreneurial potencial: a nine country study of locus of control and innovativeness. *Journal of Business Venturing*, 16 (1), 51-75.
- Noriega, J. A. V., Albuquerque, F. J. B., Alvarez, J. F. L., Oliveira, L. M. S. e Coronado, G. (2003) *Locus de controle em uma população do nordeste brasileiro*. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 19 (3), 211-220.
- Pasquali, L., Alves, A. R. e Pereira, M. A. M. (1998). Escala de *Locus* de controle ELCO/TELEBRÁS. *Psicologia. Reflexão e Crítica*, 11 (2), 363-378.
- Pasquali, L. (1999). Instrumentos psicológicos: manual prático de elaboração. Luiz Pasquali (organizador). Brasília: LabPAM/IBAPP.
- Pereira, C. A. A., Calvano, N. e Cunha, V. C. (1992). Estados de ânimo e bem-estar subjetivo: um estudo com LEP, PANAS-S e BES. XXII Reunião Anual de Psicologia, da Sociedade Brasileira de Psicologia, Ribeirão Preto, São Paulo.
- Pereira, C. A. A. e Engelmann, A. (1993). Um estudo da qualidade de vida universitária no trabalho entre docentes da UFRJ. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 45 (4), 12-48.
- Pereira, C. A. A. (1995) Respostas a 13 perguntas sobre felicidade. Manuscrito não publicado.
- Pereira, C. A. A. (1997). Um panorama histórico-conceitual acerca das subdimensões da qualidade de vida e do bem-estar subjetivo. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 49 (4), 32-48.
- Pereira, C. A. A. (2005). XXXV Reunião Anual da Sociedade Brasileira de Psicologia, Outubro/Curitiba.
- Rangé, B. (2001). *Psicoterapias Cognitivo-Comportamentais: Um diálogo com a psiquiatria*. Porto Alegre: Artmed.
- Reich, J. W. e Zautra, A. (1981). Life events and personal causation: Some relationships with satisfaction and distress. *Journal of Personality and Social Psychology* (41), 1002-1012.
- Reppold, C. T. e Hutz, C. S. (2003). Reflexão social, controle percebido e motivações à adoção: características psicossociais das mães adotivas. *Estudos de Psicologia*, 8(1), 25-36.
- Rodrigues, A. (1992). *Psicologia social para principiantes: estudo da interação humana*. Petrópolis: Vozes.
- Rodrigues, A., Assmar, E. M. L. e Jablonski, B. (2001). *Psicologia social*. Petrópolis: Vozes.

Referências Bibliográficas

- Rodrigues, D. M. (2003). Relação entre o *locus de controle* e bem-estar subjetivo. Dissertação de Mestrado não publicada. Programa de Pós-Graduação em Psicologia da UFRJ.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80, Washington.
- Rotter, J. B. (1990). Internal vs. external control of reinforcement: A case history of a variable. *American Psychology*, 45, 489 – 493.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069-1081.
- Salgado, P. C. B. e Souza, E. A. P. (2001). Qualidade de vida em epilepsia e percepção de controle de crises. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, 59 (3-A), 537-540.
- Schmitt, M. e Branscombe, N. R. (2002). The Internal and External Causal Loci of Attributions to Prejudice. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 5, 620-628.
- Seligman, M. E. P. (2004). Felicidade Autêntica: Usando a nova Psicologia Positiva para realização permanente. Tradução de Neuza Capelo. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Suh, E., Diener, E. e Fujita, F. (1996). Events and subjective well-being: only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (5), 1091-102.
- Tamayo, Á. (1989). Validade fatorial da escala Levenson de *Locus de Controle*. *Psicologia Teoria e Pesquisa*, 5 (1), 111-122.
- Wardle, J., Steptoe A., G. Gulis, Sartory G., Sek, H., Todorova, I., Vogele C. e Ziarko, M. (2004). Depression, perceived control, and life satisfaction in university students from Central-Eastern and Western Europe. *Int. Journal Behav. Med.*, 11(1), 27-36.
- Weiner, B. (1983). Some methodological pitfalls in attributional researches. *Journal of Educational Psychology*, 75, 530-543.
- Wiseman, R. (2003). *O Fator Sorte – Mude sua Sorte, Mude sua Vida*. São Paulo: Record.
- Wohl, M. J. A. e Enzle, M. E. (2002). The Deployment of Personal Luck: Sympathetic Magic and Illusory Control in Games of Pure Chance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(10), 1388-1397.
- Zika, S. e Chamberlain, K. (1987). Relation of hassles and personality to subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (1), 155-162.

Anexos

ANEXO I: CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você foi selecionado(a) e está sendo convidado(a) para participar da pesquisa **intitulada** *Qualidade de Vida: um estudo entre as variáveis do locus de controle e do bem-estar subjetivo* que tem como **objetivo** investigar a correlação entre bem-estar subjetivo e *locus* de controle. O estudo desta relação justifica-se pelo fato do bem-estar subjetivo estar relacionado a múltiplos processos cognitivos que moderam a relação entre o ambiente e o indivíduo. Desta forma, baseado na literatura consideramos que o constructo *locus* de controle desempenha um papel importante para a felicidade e, cientes que ainda há muito que ser pesquisado neste campo buscou-se analisar mais detalhadamente tal relação. Nesse sentido, solicito sua participação como sujeito desta pesquisa. A pesquisa terá **duração** de 6 (seis) meses.

Suas respostas serão tratadas de forma anônima e confidencial, isto é, em nenhum momento será divulgado o seu nome em qualquer fase do estudo. Os **dados coletados** serão utilizados apenas nesta pesquisa e os **resultados divulgados** em eventos e/ou revistas científicas.

A sua participação é **voluntária**, isto é, a qualquer momento você pode **recusar-se** a responder qualquer pergunta ou desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador(a) ou com a instituição.

Sua participação nesta pesquisa consistirá em preencher, individualmente, um questionário sobre seus dados sócio-demográficos e, em seguida, a Escala de Bem-Estar Subjetivo e a Escala Multidimensional de *Locus* de Controle. As escalas são breves, de modo que sua tarefa de preenchimento não será demorada, não exigindo muito esforço.

Você não terá nenhum **custo ou quaisquer compensações financeiras**.

Não há **riscos** de qualquer natureza relacionados com a sua participação na pesquisa.

Os **benefícios** relacionados com a sua participação são contribuir para uma melhor compreensão dos fatores que influenciam a qualidade de vida e o bem-estar da amostra estudada.

Você receberá uma **cópia** deste termo onde conta o telefone/e-mail e o endereço do pesquisador principal, e demais membros da equipe, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sua participação, agora ou a qualquer momento.

Danielle Monegalha Rodrigues

Danielle Monegalha Rodrigues

Endereço:

Rua Homem de Melo, 55, ap. 601, bl. 02 – Tijuca
CEP: 20510-180 - Rio de Janeiro – RJ

Telefones:

(21) 2208-0754
(21) 8193-9805

Carlos Américo Alves Pereira

Endereço:

Rua São Clemente, nº 115, ap. 609 – Botafogo
CEP: 22260-000 - Rio de Janeiro - RJ

Telefone:

(21) 26230993
(21) 81039672

Telefone de contato do Comitê de Ética em Pesquisa da EEAN/HESFA: (21)22938148

Rio de Janeiro, ____ de _____ de 2007.

Declaro estar ciente do inteiro teor deste TERMO DE CONSENTIMENTO e estou de acordo em participar do estudo proposto, sabendo que dele poderei desistir a qualquer momento, sem sofrer qualquer tipo de punição ou constrangimento.

Sujeito da Pesquisa

ANEXO II: FICHA DE INFORMAÇÕES SÓCIO-DEMOGRÁFICAS**FICHA DE INFORMAÇÕES SÓCIO-DEMOGRÁFICAS**

O presente estudo tem como objetivo investigar características individuais de homens e mulheres. Você não é obrigado a respondê-lo. Porém, sua participação é de vital importância para que sua realização seja possível.

Assinale em cada item a alternativa que melhor corresponde ao seu caso. Procure ler com atenção cada item, sem gastar muito tempo pensando nas respostas. Caso você esteja inseguro para responder, por favor, tente responder o melhor que puder, e procure não deixar o item em branco. Será garantido sigilo absoluto.

Muito obrigado pela sua participação!

Por gentileza, complete os dados a seguir:

Sexo: (1) feminino (2) masculino

Idade: ____ anos

Nível de Escolaridade:

- (1) 1º grau
- (2) 2º grau
- (3) 3º grau incompleto
- (4) 3º grau completo
- (5) Pós-Graduação

Estado Civil:

- (1) nunca casado(a)
- (2) casado(a)/companheiro(a)
- (3) separado(a)/divorciado(a)
- (4) viúvo(a)

Trabalha?

- (1) Sim
- (2) Não

Sua renda familiar é:

- (1) até 1 Salário Mínimo
- (2) mais de 1 até 2 Salários Mínimos
- (3) mais de 2 até 3 Salários Mínimos
- (4) mais de 3 até 4 Salários Mínimos
- (5) mais de 5 até 10 Salários Mínimos
- (6) mais de 10 até 20 Salários Mínimos
- (7) mais de 20 Salários Mínimos

Profissão: _____

Anexos

ANEXO III: ESCALA DE BEM-ESTAR SUBJETIVO

Você encontrará a seguir uma lista com frases e expressões que podem identificar seus sentimentos. Você poderá Discordar Plenamente (DP), Discordar (D), sentir-se Indeciso (I), Concordar (C) ou Concordar Plenamente (CP). Após cada frase ou expressão serão encontradas essas 5 (cinco) opções de resposta, Variando conforme acima descrito. **Por favor, marque com um X aquela opção que melhor expressar seus sentimentos no exato momento em que você lê as frases.** Seja o mais sincero possível, e lembre-se de que não existe resposta certa ou errada.

	DP	D	C	I	CP
1-Quando olho para minha vida, eu me sinto muito satisfeito(a).	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2- Não mudaria meu passado, mesmo se eu pudesse.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3- Tenho conseguido tudo o que esperava da vida.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4- Tenho aproveitado ao máximo as oportunidades da vida.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5- Sou tão feliz agora como quando era mais jovem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6- Minha vida poderia ser mais feliz.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7- Esses são os melhores anos da minha vida.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8- Sinto-me animado(a).	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9- Sinto-me contente.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10- Sinto-me no auge da vida.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11- Sinto-me “de bem com a vida”.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12- Sinto-me impaciente.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13- Sinto-me muito solitário(a).	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14- Sinto-me chateado(a).	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15- Sinto-me deprimido(a).	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

Anexos

ANEXO IV: ESCALA MULTIFATORIAL DE *LOCUS DE CONTROLE*

Discordo totalmente (1)	Discordo (2)	Indeciso (3)	Concordo (4)	Concordo totalmente (5)	
1. Se eu vou ou não me tornar um líder depende principalmente de minha capacidade.	1	2	3	4	5
2. Minha vida é, em grande parte, determinada por acontecimentos inesperados.	1	2	3	4	5
3. Sinto que o que ocorre em minha vida é determinado principalmente por pessoas mais poderosas que eu.	1	2	3	4	5
4. Se eu vou ou não sofrer um acidente de automóvel depende principalmente de eu ser ou não um bom motorista.	1	2	3	4	5
5. Quando faço planos, sempre tenho certeza de que vou realizá-los.	1	2	3	4	5
6. Geralmente não tenho oportunidade de proteger meus interesses pessoais da influência do azar.	1	2	3	4	5
7. Quando eu consigo o que quero, freqüentemente, é porque tenho sorte.	1	2	3	4	5
8. Embora eu tenha muita capacidade, só conseguirei ter uma posição importante se pedir ajuda a pessoas de prestígio.	1	2	3	4	5
9. A qualidade de amigos que tenho depende de quão agradável eu sou.	1	2	3	4	5
10. Verifico, freqüentemente, que o que está para acontecer fatalmente acontecerá.	1	2	3	4	5
11. Minha vida é controlada principalmente por pessoas poderosas.	1	2	3	4	5
12. Se eu vou ou não sofrer um acidente de automóvel, isto é principalmente uma questão de sorte.	1	2	3	4	5
13. As pessoas como eu têm pouca chance de proteger seus interesses pessoais quando estes entram em choque com os interesses de pessoas poderosas.	1	2	3	4	5
14. Nem sempre é desejável para eu fazer planos com muita antecedência, porque muitas coisas acontecem por uma questão de má ou boa sorte.	1	2	3	4	5
15. Para conseguir o que desejo, necessito de ajuda de pessoas superiores a mim.	1	2	3	4	5
16. Se eu vou ou não me tornar um líder, depende principalmente de eu ter sorte suficiente para estar no lugar certo, na hora certa.	1	2	3	4	5
17. Se as pessoas importantes decidirem que não gostam de mim, provavelmente eu não conseguirei ter muitos amigos.	1	2	3	4	5
18. Eu posso, quase sempre, determinar o que vai acontecer em minha vida.	1	2	3	4	5
19. Freqüentemente eu sou capaz de proteger meus interesses pessoais.	1	2	3	4	5
20. Se eu vou ou não sofrer um acidente de automóvel, depende muito do outro motorista.	1	2	3	4	5
21. Quando eu consigo o que quero, freqüentemente, é porque eu me esforcei muito.	1	2	3	4	5
22. Para que meus planos se realizem, devo fazer com que eles se ajustem aos desejos das pessoas mais poderosas do que eu.	1	2	3	4	5
23. Minha vida é determinada por minhas próprias ações.	1	2	3	4	5
24. O fato de eu ter poucos ou muitos amigos deve-se, principalmente, à influência do destino.	1	2	3	4	5

Livros Grátis

(<http://www.livrosgratis.com.br>)

Milhares de Livros para Download:

[Baixar livros de Administração](#)

[Baixar livros de Agronomia](#)

[Baixar livros de Arquitetura](#)

[Baixar livros de Artes](#)

[Baixar livros de Astronomia](#)

[Baixar livros de Biologia Geral](#)

[Baixar livros de Ciência da Computação](#)

[Baixar livros de Ciência da Informação](#)

[Baixar livros de Ciência Política](#)

[Baixar livros de Ciências da Saúde](#)

[Baixar livros de Comunicação](#)

[Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE](#)

[Baixar livros de Defesa civil](#)

[Baixar livros de Direito](#)

[Baixar livros de Direitos humanos](#)

[Baixar livros de Economia](#)

[Baixar livros de Economia Doméstica](#)

[Baixar livros de Educação](#)

[Baixar livros de Educação - Trânsito](#)

[Baixar livros de Educação Física](#)

[Baixar livros de Engenharia Aeroespacial](#)

[Baixar livros de Farmácia](#)

[Baixar livros de Filosofia](#)

[Baixar livros de Física](#)

[Baixar livros de Geociências](#)

[Baixar livros de Geografia](#)

[Baixar livros de História](#)

[Baixar livros de Línguas](#)

[Baixar livros de Literatura](#)
[Baixar livros de Literatura de Cordel](#)
[Baixar livros de Literatura Infantil](#)
[Baixar livros de Matemática](#)
[Baixar livros de Medicina](#)
[Baixar livros de Medicina Veterinária](#)
[Baixar livros de Meio Ambiente](#)
[Baixar livros de Meteorologia](#)
[Baixar Monografias e TCC](#)
[Baixar livros Multidisciplinar](#)
[Baixar livros de Música](#)
[Baixar livros de Psicologia](#)
[Baixar livros de Química](#)
[Baixar livros de Saúde Coletiva](#)
[Baixar livros de Serviço Social](#)
[Baixar livros de Sociologia](#)
[Baixar livros de Teologia](#)
[Baixar livros de Trabalho](#)
[Baixar livros de Turismo](#)