



## Universidades Lusíada

Soares, Cláudio Jorge

### **Valores como preditores do bem-estar subjetivo de uma população adulta portuguesa durante a Pandemia COVID-19**

<http://hdl.handle.net/11067/6061>

#### **Metadados**

<b>Data de Publicação</b>	2021
<b>Resumo</b>	<p>Existe um extenso corpo de literatura científica que demonstra que os valores detidos pelos indivíduos são preditores do seu bem-estar subjetivo. No entanto, perante um contexto pandémico (COVID-19) que afetou o bem-estar subjetivo de várias populações a nível mundial, o papel dos valores como preditores do bem-estar subjetivo é desconhecido. Desta forma, o objetivo deste estudo é investigar em que medida os valores do modelo circunplexo de Schwartz são preditores significativos dos níveis de be...</p> <p>Abstract There is an extensive body of scientific literature which demonstrates that an individual's held values are predictive of their subjective well-being. However, the predictive role of an individual's values during a pandemic (COVID-19) that has affected the well-being of various populations across the world is unknown. Therefore, the objective of this present study is to research to what extent the are the values of Schwartz's circumplex model significant predictors of a population's le...</p>
<b>Palavras Chave</b>	Psicologia clínica, Pandemia COVID-19, Bem estar, Qualidade de vida
<b>Tipo</b>	masterThesis
<b>Revisão de Pares</b>	Não
<b>Coleções</b>	[ULP-IPCE] Dissertações

Esta página foi gerada automaticamente em 2024-09-21T10:28:26Z com informação proveniente do Repositório



Universidade Lusíada - Norte  
Porto

---

**Dissertação de Mestrado em **Psicologia Clínica****

Instituto de Psicologia e Ciências da Educação  
**Universidade Lusíada - Norte (Porto)**

PORTO,

---

---



**instituto de psicologia  
e Ciências da Educação**  
Universidade Lusíada - Norte (Porto)



Universidade Lusíada - Norte  
Porto

---

**Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica**  
Instituto de Psicologia e Ciências da Educação  
**Universidade Lusíada - Norte (Porto)**

PORTO,

---

---

Trabalho efectuado sob a orientação do/a



**instituto de psicologia  
e Ciências da Educação**  
Universidade Lusíada - Norte (Porto)



**instituto de psicologia  
e Ciências da Educação**  
Universidade Lusíada - Norte (Porto)



Dissertação de Mestrado  
**Psicologia Clínica**

Porto

## **Agradecimentos**

Agradeço, primeiramente, ao Senhor Reitor das Universidades Lusíada Porto e Lisboa, o Professor Doutor Afonso Filipe Pereira d'Oliveira Martins, por ter aceite a realização desta investigação pois é, antes de mais, um tema de especial interesse para a minha pessoa, e também pelo facto de ser uma etapa fulcral na realização do curso de Psicologia Clínica e de formação de um profissional desta área científica.

Agradeço agora ao Professor Doutor Paulo Moreira por me ter auxiliado no processo que se iniciou com a elaboração do projeto e se concretizou com a realização desta dissertação, respondendo às minhas questões sempre que necessitei de orientação.

Agradeço também às minhas colegas que partilharam comigo a sua experiência na realização das dissertações, algo que, sem dúvida, me permitiu antever potenciais contratemplos.

Agradeço aos meus amigos por me terem apoiado neste percurso, partilhando comigo as suas experiências e ouvido as minhas e, com isto, contribuírem para o meu avanço no desenvolvimento das competências exigidas por esta área científica.

Agradeço ainda aos meus pais por me terem apoiado constantemente neste processo que vim a desenvolver e por terem financiado a minha formação académica.

## Índice

Introdução.....	3
Bem-estar subjetivo.....	4
Definição e características.....	5
Componentes do bem-estar subjetivo, interação, e sua mensuração.....	6
Variáveis correlacionadas com bem-estar subjetivo e seus preditores.....	7
Processo de avaliação subjetivo de bem-estar.....	8
Valores.....	10
Definição e características.....	11
Organização dos valores.....	11
Hierarquia de valores.....	12
A estrutura dos valores.....	13
Valores como preditores do bem-estar subjetivo.....	16
Questão de investigação e hipóteses de investigação.....	25
Metodologia.....	27
Participantes.....	27
Instrumentos de avaliação.....	27
Questionário sociodemográfico.....	27
Inventário de Valores de Vinte Itens (IVVI).....	27
Escala de Afeto Positivo e Negativo (PANAS).....	28
World Health Organization Quality of Life (WHOQL-Brief).....	28
Autorização dos autores de uso do instrumento.....	29
Procedimentos.....	29
Procedimentos de recolha dos dados.....	29

Procedimento de análise de dados.....	31
Resultados.....	32
Caracterização da população.....	32
Análise de correlações.....	33
Valores como preditores do bem-estar subjetivo.....	35
Valores como preditores do bem-estar emocional.....	38
Valores como preditores do bem-estar cognitivo.....	41
Discussão dos resultados.....	44
Correlação entre valores e bem-estar subjetivo, bem-estar emocional e bem-estar cognitivo .....	44
Valores como preditores do bem-estar subjetivo.....	45
Valores como preditores do bem-estar emocional.....	46
Valores como preditores do bem-estar cognitivo.....	49
Reflexão sobre os resultados obtidos.....	50
Limitações.....	54
Implicações para o futuro.....	55
Conclusão.....	57
Créditos de conteúdos utilizados.....	58
Referências bibliográficas.....	59
Anexo.....	72

## Índice de figuras e tabelas

Figura 1.....	14
Tabela 2.....	34
Tabela 3.....	36
Tabela 4.....	36
Tabela 4.....	36
Tabela 5.....	37
Tabela 6.....	39
Tabela 7.....	39
Tabela 8.....	40
Tabela 9.....	42
Tabela 10.....	42
Tabela 11.....	43

## Resumo

Existe um extenso corpo de literatura científica que demonstra que os valores detidos pelos indivíduos são preditores do seu bem-estar subjetivo. No entanto, perante um contexto pandémico (COVID-19) que afetou o bem-estar subjetivo de várias populações a nível mundial, o papel dos valores como preditores do bem-estar subjetivo é desconhecido. Desta forma, o objetivo deste estudo é investigar em que medida os valores do modelo circumplexo de Schwartz são preditores significativos dos níveis de bem-estar subjetivo de uma população. A metodologia usada foi um *design* transversal com uma população normativa de adultos portugueses ( $N = 357$ ) e conduzindo análises de regressão linear hierárquica tendo como preditores do bem-estar subjetivo os 10 valores de Schwartz, controlando para o efeito de variáveis como a idade, o género e o rendimento económico do agregado familiar. Os resultados apontam para que os valores autodireção, hedonismo e realização sejam preditores significativos dos níveis de bem-estar subjetivo global, bem como o bem-estar cognitivo, e bem-estar emocional, quando controladas as variáveis idade, género e rendimento económico do agregado familiar. Os resultados apontam também para que, acrescentando aos valores já mencionados, os valores conformidade e tradição sejam preditores do bem-estar emocional, quando controladas as variáveis idade, género e rendimento económico do agregado familiar. Os resultados serão discutidos à luz da literatura existente sobre o tema e suas implicações para futuras análises.

Palavras-chave: COVID-19; bem-estar subjetivo; bem-estar emocional; bem-estar cognitivo; valores; modelo circumplexo de Schwartz.

## **Abstract**

There is an extensive body of scientific literature which demonstrates that an individual's held values are predictive of their subjective well-being. However, the predictive role of an individual's values during a pandemic (COVID-19) that has affected the well-being of various populations across the world is unknown. Therefore, the objective of this present study is to research to what extent the are the values of Schwartz's circumplex model significant predictors of a population's level of well-being. The selected methodology was a transversal design with a population of normative Portuguese adults ( $N = 357$ ) and by conducting hierarchical regression analysis that included the 10 values of Schwartz's circumplex model as predictors of subjective well-being, controlling for the effect of variables such as age, gender and the participants' family cluster income. Results show that self-direction, hedonism and achievement values are significant predictors of global subjective well-being, cognitive well-being and emotional well-being, when controlling for the effect of age, gender and the participants' family cluster income. The results also show that conformity and tradition values are, in addition to the ones previously mentioned, predictors of emotional well-being, when controlling for the effect of age, gender and the participants' family cluster income. Results will be discussed in light of the existing literature as well as their implications for future analysis.

**Keywords:** COVID-19; subjective well-being; emotional well-being; cognitive well-being; values; Schwartz's circumplex model.

## Introdução

A Organização Mundial da Saúde declarou a 11 de março de 2020 um estado pandémico provocado pelo novo coronavírus (COVID-19) (Cucionotta & Vanelli, 2020). Perante esta situação pandémica, diversos países tomaram medidas preventivas para combater a proliferação da COVID-19 que envolveram distanciamento social, isolamento social, uso de máscara facial, redução de atividades ao ar livre, e também o confinamento obrigatório e, no caso de indivíduos que contraíram o vírus, quarentena obrigatória (Ritchie et al., 2020). Estas medidas, mobilizadas com a intenção de prevenir a deterioração da saúde pública, provaram ser particularmente nefastas para a saúde mental das populações em geral que surgiram na forma da redução na experiência de afetos positivos (Fernandéz-Abascal & Martínez-Díaz, 2021), reduzida satisfação com a vida (Ammar et al., 2020; Duong, 2021), bem como sintomatologia ansiosa, pânico, sintomatologia depressiva, paranóia, e até mesmo sintomas de perturbação de stress pós-traumático (Dubey et al., 2020; Giallonardo et al., 2020; Liu et al., 2020). No caso específico da população portuguesa foi possível encontrar o mesmo padrão: o confinamento prejudicou a satisfação com a vida (Vieira & Meirinhos, 2021), a população portuguesa apresenta maiores níveis de sintomatologia ansiosa e depressiva (Passos et al., 2020), e a experiência de quarentena obrigatória leva a uma diminuição da qualidade de vida e a um aumento de sintomatologia ansiosa (Ferreira et al., 2021), sendo que o bem-estar mental subjetivo é também afetado pelo sentido de ameaça colocada pela COVID-19 e mediada pela ansiedade sobre o futuro e resiliência individual (Paredes et al., 2021).

Naturalmente, o bem-estar subjetivo de uma população influencia diversas áreas do funcionamento pessoal como, por exemplo, a produtividade e a performance no trabalho (Bohem & Lyubomirsky, 2008; DiMaria et al., 2020; Judge et al., 2001; Salgado et al., 2019),

bem como melhora a probabilidade de encontrar trabalho depois de uma situação de desemprego (Krause, 2013). Também influencia a saúde geral e longevidade (Diener & Chan, 2011), seja pela experiência de maior ou menor stress psicológico que aumenta ou diminui o estado de saúde, seja por levar o indivíduo a envolver-se em atividades promotoras de saúde. Ainda sobre a influência que o bem-estar subjetivo tem sobre os diversos aspetos do funcionamento individual temos também que esta variável prediz a qualidade das relações sociais e também a resiliência de um indivíduo perante situações adversas (Diener et al., 2018) – como é o caso da situação pandémica.

Dado a que a sociedade é um conjunto de indivíduos, influenciará também o funcionamento da sociedade em si. Perante tal situação, torna-se importante predizer o nível de bem-estar subjetivo de uma população que atravessa um período pandémico pois permitirá antecipar as consequências a nível psicológico e de outras áreas do seu funcionamento, abrindo oportunidade de implementar intervenções preventivas que minimizem as consequências. No entanto não existem ainda estudos que investiguem os valores pessoais como variáveis preditoras do bem-estar subjetivo durante o período abrangido pela prevalência da pandemia COVID-19, o que dá relevo a esta investigação.

### **Bem-estar subjetivo**

O estudo científico do bem-estar subjetivo remonta à década de 1920, tendo tido como pioneiros Hamilton, com a publicação “A research in marriage”, Terman publicando “Psychological factors in marital happiness”, Burgess e Cottrell com “Predicting success or failure in marriage” e Hart, com “Chart for happiness” (Angner, 2016). No entanto, foi Cantril que estabeleceu o primeiro marco histórico no estudo deste construto ao desenvolver a escala “Cantril Ladder”, publicada na obra “The pattern of human concerns” em 1965, que foi utilizada para medir o construto “bem-estar subjetivo” (Helliwell et al., 2017). Outros

marcos importantes no estudo científico deste construto foram Wilson (1967) que realizou a primeira revisão sistemática, reunindo todos os conhecimentos científicos sobre o bem-estar subjetivo até à data disponíveis, e Diener (1984) que realizou também uma revisão sistemática da literatura existente com maior detalhe e ainda mais atualizada (Maddux, 2018).

### ***Definição e características***

A definição de bem-estar subjetivo tem duas correntes: aqueles que defendem uma perspectiva de bem-estar eudemónico e aqueles que defendem uma conceção de bem-estar hedónico (Maddux, 2018). A concetualização da corrente eudemónica propõe que o bem-estar seja proporcional à concretização do potencial do ser humano – quanto mais o indivíduo consegue aproximar ao seu máximo potencial, maior o seu bem-estar; por outro lado a conceção hedónica defende que o bem-estar como é o produto do equilíbrio entre experiências positivas e negativas na vida do indivíduo – um indivíduo poderá experienciar quaisquer uma destas mas, sobrepondo-se as positivas às negativas, maior será o seu bem-estar (Haybron, 2008). Ainda assim, existe uma elevada correlação (.96) entre as medidas de ambas as perspectivas (Disabato et al., 2015). Perante estas duas conceções e ponderando o objetivo deste documento, foi escolhida uma definição que, pelo facto de ser aquela aceite e publicada no *APA Dictionary of Psychology* (2015), demonstra ser aquela com maior difusão e utilização, que é a conceção de bem-estar hedónico. Desta forma, segundo esta publicação da APA, este refere-se à avaliação individual e subjetiva da qualidade de vida e experiência de felicidade pelo sujeito através de critérios por ele estipulados (APA, 2015). Este construto difere do conceito de bem-estar (sem o prefixo “subjetivo”) pois a este está associado um conjunto de critérios objetivos (Diener et al., 2018).

Este construto tem três características (Diener, 1984): é de natureza subjetiva pois reflete uma experiência específica do indivíduo que faz a avaliação da sua própria situação;

implica não só a ausência de afetos negativos (ou experiência mínima destes) mas também inclui a presença ou prevalência de afetos positivos sobre os negativos; e envolve uma avaliação da satisfação com diversos aspectos da sua vida, sejam estes o trabalho, as relações sociais, ou outros que para o indivíduo sejam relevantes.

### ***Componentes do bem-estar subjetivo, interação, e sua mensuração***

Perante esta definição e características o construto de bem-estar subjetivo é compósito pois pode ser avaliado conforme o modelo tripartido de bem-estar subjetivo hedônico, que é o que até à atualidade tem sido o mais investigado (Busseri & Sadava, 2011), e que tem os seguintes componentes: o bem-estar emocional, pois tal como Diener (1984) refere, a presença de afetos positivos (1.º componente) e ausência de afetos negativos (2.º componente) ou a prevalência de um sobre o outro é uma das dimensões a considerar quando se avalia o construto geral; e o bem-estar cognitivo, pois esta reflete uma avaliação da satisfação com a vida (3.º componente) que a pessoa faz individualmente conforme critérios subjetivos, sendo assim um processo cognitivo que envolve critérios estabelecidos por essa pessoa.

Estes componentes podem interagir entre si (Maddux, 2018), e existem cinco modelos distintos sobre as suas relações (Busseri & Sadava, 2011): 1.º modelo – componentes separados, que considera que os componentes não têm qualquer relação entre si, mas todos contribuem para o bem-estar subjetivo; 2.º modelo – construtos hierárquicos, que dita que o bem-estar subjetivo é um construto de ordem superior que produz correlações entre os seus três componentes (construtos inferiores); 3.º modelo – sistema causal, que considera que as relações entre os componentes (afeto positivo e afeto negativo) exerce influência sobre a satisfação com a vida; 4.º modelo – compósito, que defende que a combinação dos três componentes é o melhor indicador de bem-estar subjetivo; 5.º modelo – múltiplas

configurações, que afirma que todos os indivíduos são diferentes e como consequência não existe uma configuração única na estrutura relacional entre os componentes que seja aplicável transversalmente.

Para captar esta variável – bem-estar subjetivo – a metodologia privilegiada é a de autorrelato devido à sua viabilidade e fiabilidade (Diener et al., 2018). Tanto escalas de um item como escalas de múltiplos itens podem ser usadas pois ambas mostram ser fiáveis (Diener et al., 2018), mas para que seja possível a captação dos componentes as medidas de múltiplos itens devem ser escolhidas.

### ***Variáveis correlacionadas com bem-estar subjetivo e seus preditores***

De entre as variáveis correlacionadas com o bem-estar subjetivo encontram-se as relações interpessoais (Diener et al., 2018). Exemplos destas correlações são encontradas no contexto de relações matrimoniais, em que o casamento se configura como protetor do bem-estar subjetivo, mantendo este em níveis superiores aos que estaria se a pessoa se encontrasse solteira com o avançar da idade, mas que a viuvez está correlacionada com um decréscimo dos níveis de bem-estar subjetivo, algo com o qual também o divórcio está correlacionado (Anusic et al., 2014; Grover & Helliwell, 2019; Yap et al. 2012). Outros exemplos são as relações sociais (para além das relações de maior proximidade como foi exemplificado anteriormente). Para além disto, o rendimento e estado socioeconómico são também variáveis que estão fortemente correlacionadas com o bem-estar subjetivo (Lucas & Schimmack, 2009). Também a religiosidade está associada a maior bem-estar subjetivo, sendo que indivíduos não religiosos, comparativamente aos religiosos, apresentam níveis de bem-estar subjetivo inferiores (Hackney & Sanders, 2003; Koenig & Larson, 2001). Outra variável importante, que já foi referida na introdução, é a saúde – sabe-se que melhor saúde está associada a níveis superiores de bem-estar subjetivo (Diener et al., 2018). Para além destes,

também os traços de personalidade (conforme o modelo Big5) estão correlacionados com o bem-estar subjetivo (Diener et al., 2018, Haslam et al., 2009). Por último, e mais relevante para o presente estudo, temos também os valores de Schwartz como estando correlacionados com o bem-estar subjetivo (Sagiv & Schwartz, 2000; Sortheix & Schwartz, 2017).

### ***Processo de avaliação subjetivo de bem-estar***

Existem diversas propostas sobre os mecanismos que estão na base da avaliação que um indivíduo faz do seu bem-estar subjetivo ou que condicionam esta avaliação. Segundo Maddux (2018), estas enquadram-se em duas correntes teóricas: as teorias circunstanciais (bottom-up) e as teorias disposicionais (top-down).

Segundo as teorias circunstanciais (bottom-up), o bem-estar subjetivo é resultado da ponderação efetuada pelo indivíduo sobre as circunstâncias positivas e negativas da sua experiência, sejam acontecimentos de vida, fatores demográficos, ou domínios do seu funcionamento (pessoal, social, etc.) (Lyubomirsky & Dickerhoof, 2010).

A teoria socioecológica, que se enquadra nestas circunstanciais, afirma que o bem-estar subjetivo é avaliado conforme a congruência entre os objetivos ou valores desse indivíduo com aquilo que o meio ambiente lhe permite alcançar (Diener et al., 2018), logo, as circunstâncias influenciam o indivíduo na sua capacidade de realizar as atividades que lhe trazem bem-estar. Outra proposta é baseada na hierarquia das necessidades de Maslow (Diener et al., 2018) sendo que os autores proponentes desta perspetiva afirmam que o bem-estar é proporcional ao nível de concretização dos desejos, necessidades e objetivos que o indivíduo tem (Tay & Diener, 2011).

Segundo as teorias disposicionais (top-down), o bem-estar subjetivo é resultado de fatores temperamentais que influenciam a análise que o indivíduo efetua sobre a sua situação (Lyubomirsky & Dickerhoof, 2010).

A teoria da personalidade (Big 5)(Diener et al., 2018) é uma destas, algo que já foi mencionado na secção anterior. Existe, segundo Diener et al. (2018), uma predisposição genética para experienciar maior ou menor nível de bem-estar subjetivo pois sendo os traços de personalidade hereditários e sendo estes mesmos preditores da variável em questão, também são um dos elementos condicionantes do processo de avaliação de bem-estar. Até 50% das diferenças entre indivíduos podem ser explicadas pela hereditariedade dos traços de personalidade (Steel et al., 2008). Na sequência desta perspetiva, Maddux (2018) propõe ainda que o bem-estar subjetivo seja influenciado pela congruência entre os comportamentos do indivíduo e a sua predisposição temperamental.

As teorias cognitivas, outras que se enquadram nas disposicionais, apontam para uma experiência de maior bem-estar subjetivo conforme a predisposição que o indivíduo tem para focar a sua atenção em estímulos mais ou menos positivos, o que também influencia a sua interpretação (com maior ou menor grau de positividade) e também a memória de experiências vividas (mais uma vez, um indivíduo com predisposição para recordar eventos mais positivamente irá recordá-los como sendo mais positivos)(Diener & Biswas-Diener, 2008).

As teorias da evolução são outras que se enquadram nas disposicionais (top-down) (Maddux, 2018). O ser humano evoluiu num contexto de escassez de recursos, logo, o bem-estar subjetivo dependeria da aquisição de recursos (Nettle, 2005), mas estar satisfeito com poucos recursos implicaria não procurar mais desses (Nettle, 2005), o que poderia resultar em

morte, daí a necessidade de procurar sempre mais recursos devido a um decréscimo no bem-estar subjetivo.

As teorias da adaptabilidade, que também se enquadra nas disposicionais, propõe que o ser humano tem um nível basal de bem-estar subjetivo, mas que perante acontecimentos de vida positivos ou negativos rapidamente se adapta e o bem-estar subjetivo, quer tenha sido inflacionado ou deflacionado, regressa ao nível basal (Brickman & Campbell, 1971; Buss, 2000; Diener et al., 2006).

Ainda que semelhante às teorias circunstanciais que propõem que são precisamente os acontecimentos de vida que ditam o bem-estar subjetivo, nessas a variação no bem-estar subjetivo é diretamente causada pelos acontecimentos. No entanto, nesta teoria disposicional, mesmo o bem-estar sendo influenciado pelos acontecimentos de vida, esta variação é meramente reativa e efémera. Isto é revelador de que as duas correntes teóricas – circunstanciais e disposicionais – possam ser compatíveis, algo que é também defendido por Feist et al. (1995). Schimmick (2008) defende que tanto os domínios contemplados pelas teorias bottom-up como pelas top-down têm uma relação dinâmica em loop, no sentido em que as vivências levam a uma conceção de maior ou menor bem-estar subjetivo (bottom-up) que é integrada na conceção geral do indivíduo, levando a que este leia experiências subsequentes conforme a sua conceção adquirida de bem-estar geral (top-down).

## **Valores**

O estudo dos valores como fatores orientadores da ação do ser humano não é recente pois é um conceito fulcral nas teorias sociais, tendo sido já estudado por académicos como Durkheim e Webber, entre o século XIX e o século XX (Schwartz, 2012). No entanto, um dos marcos de relevo para o estudo deste conceito dá-se em 1987 e 1990, sendo que foi aquando

destas datas que Schwartz e Bilsky, baseando-se nos trabalhos de Rokeach (Sandy et al., 2016), procuram dar uma definição concreta ao conceito de “valores” (Schwartz, 1992).

### ***Definição e características***

Os valores são definidos como objetivos motivacionais pelos quais uma pessoa lê a realidade que experiencia e se orienta (Schwartz, 1992). Estes valores partilham um conjunto de seis características (Schwartz, 2012): 1) os valores estão intrinsecamente ligados aos afetos; 2) os valores são objetivos desejáveis pelo indivíduo, pelo que estes comandam a sua ação; 3) os valores transcendem ações e situações específicas destacando-se assim das normas sociais; 4) os valores funcionam como critérios de avaliação do meio envolvente do indivíduo; 5) os valores são hierarquizados conforme uma ordem subjetiva criada pelo indivíduo de acordo com o seu grau de desejabilidade; 6) a ação do indivíduo é resultado da ponderação de importância relativa entre valores, pelo que estes interagem entre si.

### ***Organização dos valores***

Estes objetivos motivacionais organizam-se em 10 valores universais. Schwartz (2012) destaca os seguintes:

1. Autodireção. Este valor reflete uma necessidade de liberdade de pensamento e ação, buscando independência em relação ao meio envolvente, bem como tendo necessidade de controlo e mestria sobre as experiências vivenciadas.
2. Estimulação. Este evidencia a necessidade de novidade nas experiências vivenciadas, procurando um fluxo contínuo de experiências por fim a manter-se estimulado.
3. Hedonismo. Este valor relaciona-se com o anterior mas distingue-se por ser especificamente uma procura de experiências prazerosas e satisfação desta necessidade.

4. Realização. Este valor reflete a necessidade que o indivíduo tem de demonstrar a capacidade de alcançar objetivos socialmente desejáveis e ostentar o seu sucesso.
5. Poder. Este é semelhante ao anterior no aspeto de ser intrinsecamente social na sua natureza, mas este reflete a necessidade sentida pelo indivíduo de estabelecer um estatuto social superior ao daqueles que o rodeiam.
6. Segurança. Indivíduos que consideram importante este valor demonstram uma necessidade de estabilidade em diversos aspetos da sua vivência, seja na sociedade como um todo, seja nas suas relações interpessoais proximais, como também estabilidade intrapessoal.
7. Conformidade. Este valor implica uma tendência para inibição comportamental baseada numa ponderação das consequências das ações do próprio sobre outros.
8. Tradição. A manutenção e respeito pelas normas sociais e religiosas é a prioridade para quem dá primazia a este valor.
9. Benevolência. Este valor implica a promoção do bem-estar do grupo de pertença (in-group), sobrepondo-se ao bem-estar do próprio indivíduo que tem intenções altruísticas.
10. Universalismo. Por último, o valor universalismo relaciona-se com o anterior mas transcende o grupo de pertença. Indivíduos que dão prioridade a este valor demonstram preocupação com o bem-estar do grupo de pertença, de outros grupos e da sociedade como um todo.

### ***Hierarquia de valores***

Para além de estarem inscritos numa estrutura específica, também os valores têm uma hierarquia que Schwartz (2012) defende ser pancultural – não só transcultural, mas global –

que segue a seguinte sequência, do mais importante para o menos importante: 1.º – benevolência; 2.º – universalismo; 3.º – autodireção; 4.º segurança; 5.º – conformidade; 6.º – hedonismo; 7.º – realização; 8.º – tradição; 9.º – estimulação; 10.º – poder.

### ***A estrutura dos valores***

Schwartz (1992) agrupa estes valores num modelo circumplexo de 10 valores básicos: autodireção, estimulação e hedonismo, que se agregam sob o valor de ordem superior *abertura à mudança*; universalismo e benevolência, que se agregam no valor superior *autotranscendência*; tradição, conformidade e segurança, agrupando-se em *conservação*; realização e poder, que se agrupam em *promoção do self*. Este modelo circumplexo demonstra duas noções essenciais da teoria de Schwartz: a continuidade entre valores adjacentes e o conflito entre valores opostos (Schwartz, 2012).

Para além destes agrupamentos, encontram-se outros de uma ordem ainda superior. Os valores de *abertura à mudança* e *promoção do self* encontram-se agrupados nos valores de *foco pessoal*, ao passo que os de *autotranscendência* e *conservação* se agrupam em valores de *foco social*. A diferença entre estes é que a expressão daqueles que se enquadram no foco pessoal é principalmente efetuado através da manifestação de interesses e características pessoais, ao passo que aqueles que se enquadram no foco social são expressos em manifestações que têm previamente ponderadas as consequências dos atos individuais sobre os outros (Schwartz, 2012).

Outro nível de agrupamento é a *autoproteção e controlo de ansiedade* vs. *crescimento, expansão do self e livre de ansiedade*. Os primeiros implicam a minimização de conflito e manutenção do status quo, bem como a necessidade de controlar o ambiente, sendo que isto resulta em ansiedade caso seja impossível de concretizar (Schwartz, 2012). Os segundos traduzem motivações livres de ansiedade (Schwartz, 2012). No entanto, note-se que

o valor realização encontra-se entre os dois, sendo que consoante o contexto pode inserir-se num destes conjuntos (Schwartz, 2012). A figura 1 ilustra este modelo.

**Figura 1**

*Modelo circunplexo de Schwartz*



Nota. De “Values that underlie and undermine well-being: Variability across countries,” por F. L. Sorthex e S. H. Schwartz, 2017, *European Journal of Personality*, 31, p. 189 (<https://doi.org/10.1002/per.2096>). Copyright 2017 por Wiley Online Library.

Como é visível neste modelo, a autodireção opõe-se à segurança, de maneira que são incompatíveis e uma pessoa que valorize a sua independência de pensamento e ação não terá como prioridade a estabilidade nas relações interpessoais, o que ilustra o princípio do conflito entre valores. Ilustrando o princípio da continuidade entre valores podemos utilizar a segurança e a conformidade. Uma pessoa que queira manter a estabilidade nas suas relações

interpessoais terá em conta a forma como as suas ações irão influenciar as dinâmicas interpessoais. Esta consciência de como a ação do indivíduo tem consequências sobre os outros é característica do valor conformidade, que no modelo vemos ser adjacente à segurança.

No parágrafo que iniciou esta secção foi mencionado cada um dos valores como objetivo motivacional de forma individual. No entanto, no parágrafo anterior a este foi referido que os valores estão inter-relacionados. Desta forma, Schwartz (2012) explora também a forma como valores adjacentes caracterizam um indivíduo.

- A conjugação de valores poder e realização traduzem uma necessidade que o indivíduo tem de obter superioridade no estatuto social relativamente ao meio envolvente.
- Realização e hedonismo organizam-se e refletem a necessidade de satisfação autocentrada de prazeres e desejos do indivíduo.
- A combinação de hedonismo e estimulação evidencia a procura constante de prazer e estados de excitação.
- Os valores estimulação e autodireção combinados assemelham-se à combinação anterior no aspeto da procura de novas experiências mas adiciona a necessidade de exercer controlo sobre a forma como as busca e as experiencia.
- A combinação de autodireção e universalismo refletem uma forma de estar caracterizada por autoconfiança e tolerância perante diversidade social.
- Universalismo e benevolência traduzem uma atitude altruística do indivíduo perante o meio social onde se insere.
- A conjugação de benevolência com tradição é semelhante à anterior no sentido de existir uma atitude altruística, mas demarca-se dessa por o comportamento do

indivíduo ser caracterizado pela preferência pelo grupo de pertença (in-group) zelando pelo bem-estar e sobrevivência deste.

- Tradição e conformidade organizam-se de forma a que o indivíduo se subjeta às normas sociais impostas por gerações anteriores e seus costumes e lhes dá continuidade.
- Os valores conformidade e segurança traduzem uma necessidade que o indivíduo tem de manter o status-quo social. Distingue-se da anterior combinação pois, ao passo que essa é relativa ao respeito pela ordem social tradicional, esta é volátil às mudanças sociais.
- A segurança quando combinada com poder indica necessidade de controlar as dinâmicas das relações pessoais para evitar ameaças à estabilidade destas e de ultrapassar eventuais crises que desestabilizem as dinâmicas sociais.

### **Valores como preditores do bem-estar subjetivo**

Sagiv e Schwartz (2000) referem dois mecanismos através dos quais a relação causal entre valores e bem-estar subjetivo se processa. O primeiro implica que os indivíduos buscam valores saudáveis e como consequência dessa busca percebem o seu meio envolvente (uma vez que os valores servem como referência para leitura da realidade) de forma positiva, o que leva a maior bem-estar subjetivo, sendo que o inverso – a busca de valores não saudáveis – leva a uma percepção negativa e conseqüentemente a níveis de bem-estar subjetivo inferiores. O segundo mecanismo proposto implica que o próprio facto de o indivíduo orientar o seu comportamento pela busca desses valores lhe satisfaz a sua necessidade básica de autorrealização mas, por outro lado, a procura por valores não saudáveis não proporciona este sentido de satisfação.

Podemos observar o efeito que os valores detidos por um/a indivíduo têm sobre o seu bem-estar subjetivo em diversos estudos que até à data foram realizados. A primeira razão para tal efeito existir reside na própria estratégia de mensuração do bem-estar subjetivo – Diener (1995) propôs que os instrumentos de recolha de dados sobre a qualidade de vida fossem baseados em fatores universais que não variassem entre culturas, pois o problema dos que até então foram utilizados era a sua incapacidade de diferenciar níveis de qualidade de vida entre nações com um nível de desenvolvimento semelhante. Este autor, para fazer face a este problema, adotou o modelo circumplexo de 10 valores de Schwartz, uma vez que este demonstrou ser um modelo cujos conceitos teóricos apresentam a característica da universalidade que Diener sugeriu que fosse utilizada para desenvolver instrumentos de mensuração da qualidade de vida (Diener, 1995). Desta forma, uma medida que tenha sido baseada nos valores terá, necessariamente, correlação com a variável dependente.

Passemos agora à exposição de estudos que evidenciam a relação existente entre valores e bem-estar subjetivo. Sabe-se que estes valores se correlacionam com o bem-estar subjetivo: importância dada a valores de “abertura à mudança” – autodireção, estimulação e hedonismo – correlacionam-se positivamente com bem-estar subjetivo e, por outro lado, importância dada a valores do conjunto “conservação” – segurança, conformidade e tradição – correlacionam-se negativamente com o bem-estar subjetivo (Sagiv & Schwartz, 2000; Sortheix & Schwartz, 2017). É de notar que esta relação de oposição é refletida no próprio modelo circumplexo – os valores de “abertura à mudança” encontram-se em oposição direta aos de “conservação”. Também Leite et al. (2021), num estudo transversal que incluiu uma população de 34936 participantes de 20 países europeus, encontraram correlação positiva significativa entre os valores autotranscendência, estimulação, hedonismo e universalismo com a variável dependente – bem-estar subjetivo, e por outro lado, uma correlação negativa significativa entre os valores poder, segurança, conformidade e universalismo com a variável

dependente. Bobowik et al. (2011) também confirmaram a noção de que valores de abertura à mudança prediz positivamente o bem-estar subjetivo e os valores de conservação o inverso, sendo que encontraram que os valores universalismo, benevolência, hedonismo, estimulação e autodireção são preditores de melhor bem-estar e o oposto para os valores tradição, conformidade, segurança, poder e realização. Em aparente oposição aos resultados de Sagiv e Schwartz (2000) e Sortheix e Schwartz (2017) estão também os resultados de Fegg et al. (2005) que estudaram de que forma é que uma população de pacientes em cuidados paliativos hierarquizava os seus valores, tendo neste estudo encontrado que valores de conservação (tradição, segurança e conformidade) se associavam a melhor qualidade de vida individual. No entanto, é de realçar que esta se trata de uma população com patologia médica, ao passo que os anteriores estudos mencionados são populações saudáveis, evidenciando assim uma potencialidade para o estado de saúde física influenciar a hierarquia de valores e a própria influência destes sobre o bem-estar subjetivo de uma pessoa. Por outro lado, há também autores que encontraram resultados diferentes como Bojanowska e Urbańska (2021) que encontraram que numa população 1121 adultos polacos valores de abertura à mudança, autotranscendência são preditores de maior bem-estar subjetivo mas, em oposição aos resultados dos estudos de Sagiv e Schwartz (2000) e Sortheix e Schwartz (2017) mencionados anteriormente, os valores de conservação também são preditores de melhor bem-estar subjetivo. Outro resultado encontrado que entra em conflito com os já mencionado é o conjunto de valores de “proteção do self e evitamento de ansiedade” que, sendo considerado pelos primeiros autores como preditores de menor bem-estar subjetivo, no estudo de Bojanowska e Czrew (2020), numa população de 747 adultos polacos, são considerados como preditores de melhor bem-estar hedónico. Numa meta-análise, Bilbao et al. (2007) encontraram que os valores de autotranscendência e abertura à mudança eram preditores de melhor bem-estar, mas, também em oposição a Sagiv e Schwartz (2000) e Sortheix e

Schwartz (2017) encontraram que os valores de conservação, em menor medida, também eram preditores positivos de bem-estar. Já Joshanloo e Ghaedi (2009) encontraram que realização está positivamente correlacionado com bem-estar cognitivo e bem-estar emocional, e tradição negativamente com o primeiro, mas, num modelo preditor de bem-estar que incluiu todos os 10 valores, realização, hedonismo, e autodireção contribuem positivamente e tradição, bem como benevolência predizem negativamente a variável dependente. Estes resultados levanta um fator que é importante ser considerado: o contexto cultural.

Flurry et al. (2021), num estudo que envolvia adolescentes e seus pais, encontraram que a congruência entre os valores detidos pelos progenitores (neste estudo, o materialismo) e os detidos pelos adolescentes era promotora de maior bem-estar subjetivo nos adolescentes. Hanel et al. (2020), num estudo que incluiu uma população de 54673 participantes de 29 países encontraram que a congruência entre os valores detidos pela pessoa e aqueles prevalentes no país onde residem era um preditor do bem-estar subjetivo, sendo que autodireção, estimulação e hedonismo relacionam-se com menor bem-estar e realização, poder e segurança com maior bem-estar. Ye e Ng (2019) estudaram o efeito do “priming cultural” em 179 estudantes universitários de Hong Kong, sendo que um dos grupos tinha uma identidade “bicultural” (Chinesa e ocidental) e outro “monocultural” (um dos dois). Quando os biculturais foram colocados em contextos que exigiam a assimilação a uma das suas identidades, a resposta de ajuste de valores promovia um aumento do bem-estar através de um aumento de afetividade positiva (Ye & Ng, 2019). Por sua vez, os monoculturais, quando colocados em contextos que eram congruentes com o seu “priming cultural” alcançaram também melhores níveis de bem-estar subjetivo (Ye & Ng, 2019). Welsch e Kühling (2018) estudaram o efeito de uma autoimagem “verde” (no sentido de promoção de sustentabilidade ambiental) sobre o bem-estar subjetivo de um indivíduo usando dados recolhidos em 35

países europeus, sendo que encontraram que, efetivamente, existe um efeito promotor do bem-estar nas pessoas com esta identidade e, para além disto, descobriram que quando estas pessoas se encontravam inseridas num contexto que promovia atitudes próambientais (valores partilhados) o efeito era enaltecido. Skevington e Epton (2018) encontraram também que a promoção de objetivos de desenvolvimento sustentável são promotores de bem-estar subjetivo. Sortheix e Lönnqvist (2015), num estudo que abrangeu estudantes de cursos de Psicologia e do curso de Negócios (Business) da Argentina, Bulgária e Finlândia encontraram que os indicadores de bem-estar subjetivo (satisfação com a vida, afeto positivo e afeto negativo) eram preditos pela congruência entre os valores detidos pelos indivíduos e aqueles detidos pelos indivíduos com quem os primeiros interagem. Sagiv e Schwartz (2000) também já tinham observado esta tendência: no seu estudo testaram a hipótese da congruência de valores detidos pelo indivíduo e aqueles que prevalecem no ambiente onde este se encontra inserido, tendo acabado por tal se confirmar. No entanto, estes resultados que indicam potencial importância da congruência entre os valores individuais e os valores prevalentes no contexto é contrariada por um estudo de Buchanan e Bardi (2015) que num estudo longitudinal encontraram que, efetivamente, os valores são preditores do bem-estar subjetivo mas a congruência não o é.

Outro tópico ao qual a investigação atual atribui relevo, e que vem na sequência do tema anterior, são os valores no contexto de trabalho. Chao e Gu (2021) selecionaram uma população de 2691 estudantes chineses e estudaram de que forma os valores de trabalho (labor values) influenciavam o bem-estar subjetivo. A conclusão a que chegaram foi de que quanto mais positivos fossem os valores de trabalho, melhor o bem-estar subjetivo, traduzido por maior satisfação com a vida e afetos positivos e menos afetos negativos, sendo que esta relação é mediada pela variável “tendências altruísticas” (Chao & Gu, 2021). Ariza-Montes et al. (2018) estudaram uma população de profissionais de restauração (chefes) e encontraram

que o bem-estar subjetivo desta população era predito negativamente por uma prevalência de valores de promoção do self sobre valores de autotranscendência e, por outro lado, a prevalência de valores de abertura à mudança sobre valores de conservação era preditora de maior bem-estar subjetivo. Encontraram também que os valores específicos de benevolência e tradição têm, respetivamente, um efeito positivo e negativo sobre o bem-estar subjetivo desta população (Ariza-Montes et al., 2018). Cohen e Shamai (2010) estudaram o efeito dos valores individuais sobre o bem-estar psicológico e comprometimento à organização de oficiais da polícia israelita e, neste estudo, encontraram que o bem-estar psicológico era positivamente predito pelos valores benevolência, autodireção e realização, ao passo que poder e tradição eram preditores negativos da variável dependente. Encontraram ainda que o comprometimento à organização era preditor negativo de bem-estar psicológico (Cohen & Shamai, 2010).

Para além disto, um dos aspetos mais estudados é a valorização do materialismo. Villardefrancos e Otero-López (2016) descobriram que materialismo é preditor negativo de bem-estar subjetivo, sendo que os indicadores de tal foram sintomatologia ansiosa, depressiva, obsessivo-compulsiva, hostilidade, somatização e compra compulsiva. Estes resultados assemelham-se aos de Dittmar et al. (2014) que, numa meta-análise que incluiu 258 amostras independentes, encontraram que o materialismo era um preditor negativo do bem-estar subjetivo, acompanhado por maior risco de saúde, consumos, autoavaliação negativa e menor satisfação com a vida e afetos positivos. Karabati e Cemalcilar (2010) também encontraram numa população de 948 estudantes adultos que o materialismo está associado a valores de promoção do self, sendo preditor de menor bem-estar subjetivo, seguindo a tendência de literatura anterior. Por sua vez, estes estudos foram ao encontro de estudos mais antigos, como de Vansteenkiste et al. (2006), que encontraram que valores materialistas (extrínsecos) são preditores de menor bem-estar em estudantes universitários

belgas de negócios e de educação, mesmo quando controlando para o efeito da área de estudos, e Kasser e Ahuvia (2002) que encontraram que entre alunos de cursos de negócios em Singapura ( $N = 92$ ), materialismo previa menor sentido de autorrealização, vitalidade e felicidade, associado a mais ansiedade, somatizações e infelicidade.

Por outro lado, temos o rendimento económico, sendo que estudos como o Yu et al. (2020), num estudo que incluiu 5240 participantes, encontraram que este é um preditor positivo do bem-estar subjetivo. No entanto, este mesmo estudo incluiu também o “materialismo”, sendo que, quando presente, modera negativamente a relação entre rendimento e bem-estar, mais uma vez, evidenciando o papel negativo deste valor no bem-estar subjetivo de um indivíduo. Ng (2015) efetua um estudo nesta linha temática, incorporando também outros fatores – autonomia e personalidade – e descobriu nesse estudo que a autonomia e a satisfação financeira são os melhores preditores de bem-estar subjetivo, e personalidade de afetos positivos. Mais uma vez, quando o materialismo foi incorporado nos modelos de análise estatística, foi descoberto que este medeia a relação entre autonomia e bem-estar subjetivo e a relação entre personalidade e afetos positivos (Ng, 2015). Ainda assim, este efeito preditor do rendimento é descrito por Trung et al. (2013) como atingindo um “plateau”, sendo que posições de maior rendimento não são necessariamente associadas a maior bem-estar subjetivo. Hill e Howel (2014), estudaram também o gasto monetário e o bem-estar, mas o seu foco foi nos motivos dos gastos: se os gastos forem motivados por fins individualistas o bem-estar é negativamente influenciado, mas se estes forem motivados por motivos próssociais – revelando valores de autotranscendência mais proeminentes, leva a um efeito positivo no bem-estar do indivíduo.

O estudo de Ng (2015) realça um outro valor que mereceu a atenção de vários investigadores ao longo dos anos – autonomia (ou autodireção, como alguns autores referam). Yu et al. (2018), baseando o seu estudo na teoria da autodeterminação, efetuaram uma meta-

análise que englobou 12906 participantes incluídos em 36 populações independentes, sendo que desta se concluiu que o bem-estar subjetivo de um indivíduo pode ser predito pelo seu grau de autonomia. À semelhança deste estudo, Olesen et al. (2015), que procuraram investigar a relação entre personalidade e bem-estar subjetivo, encontraram que, para além dos traços neuroticismo e extroversão, a autonomia fortalece a relação entre estas e a variável dependente. Estes estudos vão ao encontro daquilo que já Fischer e Boer (2005) encontraram na sua meta-análise que incluiu 420599 indivíduos de 63 países: a autonomia desempenha um papel mais importante na predição de bem-estar subjetivo do que o materialismo.

A autonomia é um bom ponto de transição para o próximo grupo de estudos, este que é a persecução de objetivos. Olsen et al, (2015), já mencionados no parágrafo anterior, para além de terem descoberto que a autonomia era um promotor da relação entre os traços de personalidade e o bem-estar subjetivo, encontraram também que a motivação era outro dos fatores que influenciava a magnitude desta relação. Dentro desta linha temática temos também o estudo de Klug e Maier (2014) que, numa meta-análise de 85 estudos, concluíram que existe uma associação significativa entre a persecução de objetivos e o bem-estar subjetivo, sendo que esta se torna mais forte quando a persecução é entendida pelo indivíduo como o processo em vez do resultado efetivo (o alcançar determinado objetivo), quando o bem-estar subjetivo é mensurado com medidas positivas (em vez de medidas de presença de sintomatologia psicopatológica ou de afetos negativos), quando as medidas de bem-estar subjetivo vão ao encontro do conteúdo dos objetivos em vez de existirem diferenças a nível concetual entre as medidas e, finalmente, quando a cultura é predominantemente individualista. Dentro da persecução de objetivos pode-se enquadrar também o estudo de Sheldon e Krieger (2014) que investigaram se existiria diferença a nível de bem-estar subjetivo entre apenas deter valores ou agir sobre eles – efetivamente existem, sendo que agir sobre os valores é preditor de maior bem-estar do que apenas deter determinados valores.

Outro aspeto estudado dentro do tema dos valores como preditores de bem-estar subjetivo são, na sequência dos dois últimos parágrafos, o contexto em termos de desenvolvimento humano e desenvolvimento socioeconómico do meio envolvente. Sortheix e Lönnqvist (2014) estudaram 44106 participantes provenientes de 25 países europeus encontrando o índice de desenvolvimento humano modera oito dos 10 valores de Schwartz na sua capacidade preditora da satisfação com a vida dos participantes, tendo também dado relevo ao valores realização que prediz maior satisfação com a vida em países com um índice de desenvolvimento humano baixo mas o inverso em países com este índice elevado; já o valor universalismo prediz menor satisfação com a vida em países de baixo índice de desenvolvimento humano e maior em países com este índice elevado. Também Sortheix e Schwartz (2017), num estudo longitudinal que envolveu 121495 participantes em 32 e 25 países europeus (respetivamente no primeiro e segundo tempo de recolha de dados), tendo com este estudo descoberto que tanto o índice de desenvolvimento humano como igualdade cultural moderam a relação entre os valores de Schwartz e o bem-estar subjetivo – em países onde menor igualdade cultural é verificada, os valores de abertura à mudança relacionam-se mais positivamente com bem-estar cognitivo, os de promoção do self relacionam-se menos negativamente, os de conservação mais negativamente e os de autotranscendência menos positivamente; o índice de desenvolvimento humano modera estas relações mas com menor impacto. Encontraram também que estas variáveis moderam a relação entre valores e bem-estar emocional mas apenas para quatro dos 10 – em países onde menor igualdade cultural é verificada, autodireção e realização relacionam-se mais negativamente com bem-estar emocional (medido apenas como presença de afetos negativos) e conformidade e tradição mais positivamente; em países com baixo índice de desenvolvimento humano, autodireção, poder e realização relacionam-se mais negativamente ao passo que tradição e conformidade mais positivamente (Sortheix & Schwartz, 2017). Morrison e Weckroth (2018) adicionam

informação ao contexto – ao passo que os valores de benevolência e conformidade promovem o bem-estar subjetivo e poder e realização prejudicam este, quando contabilizado o efeito da residência em áreas metropolitanas, estas relações são invertidas.

Para além destes aspetos, estudos de mediação utilizando a teoria da personalidade Big 5 foram também realizados. Haslam et al. (2009) encontraram que o efeito dos valores estimulação, autodireção, universalismo e benevolência sobre o bem-estar subjetivo são mediados por traços de personalidade: o efeito do valor estimulação é mediado pelos traços extroversão, neuroticismo e abertura à experiência; autodeterminação por abertura à experiência e extroversão; universalismo por abertura à experiência; e benevolência por agradabilidade e conscienciosidade. Também Bojanowska e Ubrańska (2021), num estudo com 1161 adultos polacos, encontraram que a relação entre valores e o bem-estar subjetivo é moderada por traços de personalidade.

### **Questão de investigação e hipóteses de investigação**

Assim sendo, a questão de investigação central deste projeto é “serão os 10 valores do modelo circumplexo de Schwartz preditores do bem-estar subjetivo de uma população portuguesa adulta normativa durante a pandemia COVID-19?”. A partir desta questão as seguintes hipóteses se formulam: h0a) os valores não estão correlacionados com o bem-estar subjetivo e seus componentes; h1a) os valores estão correlacionados com o bem-estar subjetivo e seus componentes. Se confirmada a h1a temos as seguintes hipóteses: h0b) um modelo que inclua os 10 valores não é preditor do bem-estar subjetivo de uma população portuguesa adulta normativa durante a pandemia COVID-19; h1b) um modelo que inclua os 10 valores é preditor do bem-estar subjetivo de uma população portuguesa adulta normativa durante a pandemia COVID-19.

Tendo em conta a construção do construto “bem-estar subjetivo”, a próxima questão de investigação fará sentido ser “o mesmo modelo prediz o bem-estar emocional?”. Assim sendo, temos como hipóteses as seguintes: h0c) o mesmo modelo não prediz o bem-estar emocional de uma população portuguesa adulta normativa durante a pandemia COVID-19; h1c) o mesmo modelo prediz o bem-estar emocional de uma população portuguesa adulta normativa durante a pandemia COVID-19.

Para finalizar, temos a última questão de investigação que é “o mesmo modelo prediz o bem-estar cognitivo?”. Assim sendo, temos como hipóteses as seguintes: h0d) o mesmo modelo não prediz o bem-estar cognitivo de uma população portuguesa adulta normativa durante a pandemia COVID-19; h1d) o mesmo modelo prediz o bem-estar cognitivo de uma população portuguesa adulta normativa durante a pandemia COVID-19.

## **Metodologia**

### **Participantes**

Os participantes desta investigação seguiram os seguintes critérios de inclusão: ter 18 ou mais anos de idade; ter nacionalidade portuguesa. Seguiram ainda os seguintes critérios de exclusão: pertencer a uma população normativa. A dimensão da população deste estudo é de 357 indivíduos.

### **Instrumentos de avaliação**

#### ***Questionário sociodemográfico***

De forma a captar as características sociodemográficas dos indivíduos participantes neste estudo foi elaborado e administrado um questionário sociodemográfico que incluiu as variáveis idade, género, e rendimento mensal líquido do agregado familiar.

#### ***Inventário de Valores de Vinte Itens (IVVI)***

Para a recolha de dados referentes aos valores o instrumento selecionado foi o IVVI (Sandy et al., 2017) adaptado para português por Costa e Moreira (submetido). Baseado no Portrait Value Questionnaire (PVQ-40)(Schwartz, 2003; Schwartz et al., 2001)(Sandy et al., 2016), este instrumento é composto por 20 itens (dois itens para cada um dos 10 valores de Schwartz), pedindo ao respondente que se posicione em relação ao seu nível de concordância com cada um dos 20 enunciados, utilizando uma escala tipo Likert de seis pontos (1 – “Nada parecida”; 2 – “Não parecida”; 3 – “Pouco”; 4 – “Algo parecida”; 5 – “Parecida”; 6 – “Muito parecida”). Apresenta bons níveis de fiabilidade com valores do alfa de Cronbach a variar entre .33 e .91(Sandy et al., 2016). Também apresenta uma boa fiabilidade em situação de teste-reteste apresentando valores para correlação entre .51 e .81 ( $M = .67$ )(Sandy et al.,

2016). Para além disto, relativamente ao instrumento original (PVQ-40), apresenta um bom grau de convergência ( $r = .91$ )(Sandy et al., 2016). A hierarquia de valores que foi mencionada na introdução é também replicada (face ao instrumento original), tendo para esta uma correlação de .98 (Sandy et al., 2016).

### ***Escala de Afeto Positivo e Negativo (PANAS)***

Para avaliar o bem-estar afetivo foi utilizado o PANAS (Watson et al., 1988) adaptado para a população portuguesa por Galinha e Pais-Ribeiro (2005), que é um instrumento composto por 20 itens – sendo que são distribuídos por 10 itens medindo o afeto positivo e outros 10 medindo o afeto negativo – avaliados por uma escala tipo Likert de cinco pontos (1 – “Nada ou muito ligeiramente”; 2 – “Um pouco”; 3 – “Moderadamente”; 4 – “Bastante”; 5 – “Extremamente”). Este instrumento (versão portuguesa) apresenta uma boa consistência interna tal como é discriminado pelos valores do alfa de Cronbach que variam entre .86 e .89 para a escala de afeto positivo e negativo, respetivamente (Galinha & Pais-Ribeiro, 2005).

### ***World Health Organization Quality of Life (WHOQL-Brief)***

Para avaliar o bem-estar cognitivo foi utilizado o WHOQL-Brief (The Whoql Group, 1998) adaptado por Vaz-Serra et al. (2006), composto por quatro domínios – físico, psicológico, relações sociais, e ambiente (Vaz-Serra et al., 2006) – e 26 facetas (itens) medidos por escalas tipo Likert de cinco pontos – para as questões 1 e 15 são: 1 – “Muito má”; 2 – “Má”; 3 – “Nem boa nem má”; 4 – “Boa”; 5 – “Muito boa”; para as questões 2 e 16 a 25: 1 – “Muito insatisfeito”; 2 – “Insatisfeito”; 3 – “Nem satisfeito nem insatisfeito”; 4 – “Satisfeito”; 5 – “Muito satisfeito”; para as questões 3 a 9: 1 – “Nada”; 2 – “Pouco”; 3 – “Nem muito nem pouco”; 4 – “Muito”; 5 – “Muitíssimo”; para as questões 10 a 14: 1 – “Nada”; 2 – “Pouco”; 3 – “Moderadamente”; 4 – “Bastante”; 5 – “Completamente”]; e para a 26: 1 – “Nunca”; 2 – “Por vezes”; 3 – “Algumas vezes”; 4 – “Frequentemente”; 5 –

“Sempre” (Vaz-Serra et al., 2006). Este instrumento (versão portuguesa) apresenta uma boa consistência interna, algo que é comprovado pelos valores do alfa de Cronbach, que variam entre .64 e .92 (dos quatro domínios  $\alpha = .79$ ; dos 26 itens  $\alpha = .92$ ; do domínio físico  $\alpha = .87$ ; do domínio psicológico  $\alpha = .84$ ; do domínio relações sociais  $\alpha = .64$ ; do domínio ambiente  $\alpha = .78$  [Vaz-Serra et al., 2006]). Apresenta também boa fiabilidade no teste-reteste com coeficientes de correlação a variar entre .65 e .85 (do domínio físico  $r = .79$  ( $p < .001$ ); do domínio psicológico  $r = .85$  ( $p < .001$ ); do domínio relações sociais  $r = .65$  ( $p < .001$ ); do domínio ambiente  $r = .66$  ( $p < .001$ ) [Vaz-Serra et al., 2006]).

### **Autorização dos autores de uso do instrumento.**

Estando este estudo inserido no âmbito da investigação “Preditores psicobiológicos do funcionamento positivo em população normativa” em curso no Centro de Investigação em Psicologia para o Desenvolvimento (CIPD), o procedimento de obtenção da autorização dos autores para o uso dos instrumentos seguiu o seguinte processo: 1) contacto com os autores; 2) descrição do projeto em título, objetivos, e finalidade dada aos instrumentos solicitados; 3) receção de uma autorização oficial emitida pelo(s) autor(es) dos instrumentos.

### **Procedimentos**

#### ***Procedimentos de recolha dos dados.***

Sendo que este estudo se enquadra no âmbito de uma investigação maior a decorrer no CIPD que envolveu um *design* longitudinal, a recolha de dados foi um processo distribuído por dois momentos de recolha, sendo que o primeiro momento decorreu nos meses de novembro e dezembro de 2018, e janeiro e fevereiro de 2019, tendo a seguinte ordem de trabalhos: 1) procedeu-se à submissão do projeto do CIPD “Preditores psicobiológicos do funcionamento positivo em população normativa” à Comissão de Ética da Universidade

Lusíada Norte – Porto; 2) contacto com o/a Diretor/a da Faculdade de Direito, Faculdade de Arquitetura e Artes, Faculdade de Ciências da Economia e da Imprensa e Instituto de Psicologia e Ciências da Educação para solicitar permissão de administração dos instrumentos aos dos alunos inscritos; 3) confirmação da dimensão da amostra junto dos Regestes de cada unidade curricular inserida nos cursos participantes; 4) administração dos instrumentos às diversas turmas componentes das Faculdade de Direito, Faculdade de Arquitetura e Artes, Faculdade de Ciências da Economia e da Empresa e Instituto de Psicologia e Ciências da Educação; 5) confirmação da dimensão da amostra (cursos de Direito [quatro turmas do primeiro ano], Gestão de Empresa [duas turmas do primeiro ano e uma turma do terceiro ano], Relações Internacionais [uma turma de primeiro ano e uma turma do segundo], Marketing [uma turma do terceiro ano] e Psicologia [uma turma de cada ano da Licenciatura, uma turma de cada ano do Mestrado em Psicologia Clínica e uma turma de cada ano do Mestrado em Psicologia de Educação]; 6) solicitação aos estudantes de Psicologia da sua colaboração para inquirir familiares, amigos e pares.

O processo de recolha de dados realizado no segundo momento, que teve lugar no período que envolveu os meses de junho e julho do ano de 2020, envolveu a administração de questionários aos alunos que responderam no primeiro momento de recolha e, no caso dos alunos de Psicologia, aos respetivos familiares, amigos, e pares.

Os dados foram recolhidos pelos elementos integrantes do CIPD de forma presencial ou por estudantes do curso de Psicologia, de forma presencial, administrando a indivíduos com os quais tivessem contacto. Também neste processo de administração dos instrumentos de avaliação participaram, de forma presencial, os alunos de Psicologia, recolhendo informação junto dos seus amigos, famílias e pares. Todos os participantes contribuíram para

este estudo tendo assinado o consentimento informado que descreve claramente o objetivo do estudo, o teor confidencial e a possibilidade de desistência sem prejuízo para o respondente.

### ***Procedimento de análise de dados***

Utilizando as bases de dados construídas pelo CIPD com os dados obtidos nos dois momentos de recolha foi realizada uma análise estatística de forma a avaliar a existência de correlação entre as variáveis e, posteriormente, uma análise com recurso a modelos de regressão linear múltipla de forma a estabelecer relações de predição entre a variável independente (10 valores do modelo circumplexo) e a variável dependente (bem-estar subjetivo), repetindo a análise com cada uma das outras variáveis dependentes de forma isolada (com o bem-estar emocional e separadamente com o bem-estar cognitivo), controlando para o efeito das variáveis sociodemográficas “idade”, “sexo” e “rendimento do agregado familiar” pois literatura existente demonstra que estas variáveis estão correlacionadas com bem-estar subjetivo (Carstensen et al., 2011; Lucas & Schimmack, 2009, Inglehart, 2002) Para tal foi utilizado o programa IBM SPSS Statistics (Versão 27).

## Resultados

### Caracterização da população

A população participante nesta investigação totaliza 357 indivíduos. A totalidade destes tem nacionalidade portuguesa, estando as suas idades compreendidas entre os 18 e os 88 anos ( $M = 31.434$ ,  $DP = 15.686$ ). As percentagens relativas ao género da população estudada são 69.7% feminino ( $N = 249$ ) e 30% masculino ( $N = 107$ ). Os níveis de rendimento mensal líquido do agregado familiar variam entre menos de 500 euros e mais de 5000, sendo que rendimentos nas categorias entre 900 e 1200, 1300 e 1900, e 2000 e 2900 compõem a maior parte da população, correspondendo a 70,1% desta ( $N = 251$ ).

### Tabela 1

#### *Características sociodemográficas dos participantes*

Característica	<i>N</i>	%
Nacionalidade		
Portuguesa	357	100.0
Género		
Feminino	249	69.7
Masculino	107	30
Rendimento mensal líquido do agregado familiar		
<500€	5	1.4
500€ - 800€	34	9.5
900€ - 1200€	93	26.1
1300€ - 1900€	100	28
2000€ - 2900€	58	16
3000€ - 3900€	14	3.9
4000€ - 4900€	7	2
>5000€	7	2

## **Análise de correlações**

Depois da caracterização da população, procedeu-se à análise da correlação entre as variáveis selecionadas para este estudo. Assim sendo, a partir da tabela 2 podemos verificar que o índice de bem-estar subjetivo se correlaciona positivamente com as variáveis autodireção e hedonismo. A variável bem-estar emocional correlaciona-se positivamente com as variáveis autodireção e hedonismo. A variável bem-estar cognitivo está positivamente correlacionada com as variáveis universalismo, autodireção, estimulação, hedonismo e segurança. Estes resultados permitem concluir que a h1a se confirma.

**Tabela 2**

*Correlações de Pearson entre cada valor de Schwartz e o Índice de Bem-estar Subjetivo, Bem-estar emocional e Bem-estar Cognitivo*

Variável	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. Índice de Bem-estar	-												
2. Bem-estar Emocional	.976**	-											
3. Bem-estar Cognitivo	.732**	.565**	-										
4. Conformidade	.069	.072	.034	-									
5. Tradição	-.097	-.102	-.049	.313**	-								
6. Benevolência	.031	.005	.099	.320**	.054	-							
7. Universalismo	.090	.072	.114*	.259**	-.036	.617**	-						
8. Autodireção	.179**	.154**	.194**	.108*	-.096	.279**	.411**	-					
9. Estimulação	.084	.049	.162**	-.081	-.043	.223**	.207**	.433**	-				
10. Hedonismo	.157**	.121*	.218**	.039	-.150**	.348**	.390**	.475**	.607**	-			
11. Realização	-.025	-.041	.034	.264**	-.015	.210**	.175**	.452**	.350**	.448**	-		
12. Poder	-.067	-.091	.032	.044	.188**	-.007	-.055	.111*	.258**	.193**	.358**	-	
13. Segurança	.093	.061	.159**	.247**	.136*	.397**	.408**	.279**	.253**	.242**	.207**	.183**	-

\*\* . Correlação é significativa ao nível .01.

\* . Correlação é significativa ao nível .05.

## Valores como preditores do bem-estar subjetivo

Foi ainda realizada uma regressão linear múltipla incluindo no modelo 2 os 10 valores de Schwartz como preditores do bem-estar subjetivo, controlando para o efeito da variável idade, sexo e rendimento do agregado familiar. A partir da leitura da tabela 3 podemos considerar que o modelo 2 testado prediz 10.2% da variância da variável dependente – índice de bem-estar subjetivo. Este é um modelo significativo pois, tal como visível na tabela 4, o  $p = .002$ .

Observando os valores expostos na tabela 5 é possível verificar que as variáveis autodireção ( $p < .05$ ) e hedonismo ( $p < .05$ ) explicam significativamente a variância da variável dependente em sentido positivo, e a variável realização ( $p < .01$ ) explica significativamente a variância da variável dependente em sentido negativo. No entanto, repare-se que a variável realização, que não se verificou estar correlacionada com o índice de bem-estar subjetivo, neste modelo 2 explica a variância deste.

Estes resultados permitem confirmar a hipótese h1b – o modelo que engloba os 10 valores é um preditor do bem-estar subjetivo ( $F(13,303) = 2.652, p = .002$  com um  $R^2$  de .102).

**Tabela 3**

*Sumário do modelo de regressão hierárquica dos valores de Schwartz como preditores do Índice de Bem-estar Subjetivo, controlando para a idade, sexo e rendimento do agregado familiar*

Modelo	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Ajustado	EP	Mudança estatística				
					Mudança R <sup>2</sup>	Mudança de F	gl1	gl2	p
1	.119	.014	.005	.66446	.014	1.499	3	313	.215
2	.320	.102	.064	.64449	.088	2.969	10	303	.001**

\*\* . Significativo ao nível .01.

**Tabela 4**

*Análise de variância do modelo de regressão hierárquica dos valores de Schwartz como preditores do Índice de Bem-estar Subjetivo, controlando para a idade, sexo e rendimento do agregado familiar*

Modelo		SQ	gl	M <sup>2</sup>	F	p
1	Regressão	1.985	3	.662	1.499	.215
	Residual	138.190	313	.442		
	Total	140.175	316			
2	Regressão	14.318	13	1.101	2.652	.002**
	Residual	125.857	303	.415		
	Total	140.175	316			

\*\* . Significativo ao nível .01.

**Tabela 5***Regressão hierárquica dos valores de Schwartz como preditores do Índice de Bem-estar**Subjetivo, controlando para a idade, sexo e rendimento do agregado familiar*

Modelo	Variáveis	B	EP	$\beta$	IC 95%		t	p
					LI	LS		
1	Constante	2.341	.166		2.016	2.667	14.143	.000***
	Idade	.002	.003	.035	-.003	.006	.605	.546
	Sexo	-.133	.084	-.092	-.298	.032	-1.583	.114
	Rendimento	.023	.029	.046	-.033	.079	.805	.421
2	Constante	1.714	.369		.989	2.439	4.651	.000***
	Idade	.002	.003	.048	-.004	.008	.711	.478
	Sexo	-.164	.085	-.113	-.331	.003	-1.930	.055
	Rendimento	.018	.028	.035	-.038	.073	.626	.532
	Conformidade	.114	.047	.159	.170	2.449	.135	.055
	Tradição	-.055	.032	-.106	-.119	.008	-1.705	.089
	Benevolência	-.061	.062	-.073	-.183	.061	-.984	.326
	Universalismo	-.050	.067	-.057	-.182	.083	-.735	.463
	Autodireção	.135	.055	.170	.026	.243	2.449	.015*
	Estimulação	-.006	.045	-.010	-.095	.082	-.138	.891
	Hedonismo	.123	.051	.186	.022	.225	2.398	.017*
	Realização	-.124	.045	-.203	-.212	-.036	-2.777	.006**
	Poder	-.022	.037	-.036	-.094	.051	-.592	.554
Segurança	.061	.052	.076	-.042	.163	1.165	.245	

*Nota.* Variáveis introduzidas pelo método Enter.

\*\*\*. Correlação é significativa ao nível .001.

\*\*. Correlação é significativa ao nível .01.

\*. Correlação é significativa ao nível .05.

## Valores como preditores do bem-estar emocional

Após esta análise, foi feita ainda uma exploração dos preditores de cada componente do bem-estar subjetivo, controlando para o efeito das variáveis idade, sexo e rendimento do agregado familiar. A partir da leitura da tabela 6 podemos considerar que o modelo 2 prediz a variância em 9.8% da variável dependente – bem-estar emocional. Pela tabela 7 é possível constatar que este é um modelo significativo devido ao valor de  $p < .01$ . Observando a tabela 8 é possível verificar que neste modelo as variáveis conformidade ( $p < .01$ ), autodireção ( $p < .05$ ) e hedonismo ( $p < .05$ ) explicam significativamente a variância da variável dependente, ao passo que as variáveis realização ( $p < .01$ ) e tradição ( $p < .05$ ) explicam significativamente a variância da variável dependente em sentido negativo. Note-se que as variáveis conformidade, tradição e realização são consideradas por este modelo como explicando a variância da variável dependente mas não se encontram correlacionadas com o bem-estar emocional no teste de Pearson efetuado anteriormente.

Estes resultados permitem confirmar a hipótese h1c – o modelo que engloba os 10 valores é um preditor significativo do bem-estar emocional ( $F(13,303) = 2.523, p = .003$ ) com um  $R^2$  de .098).

**Tabela 6**

*Sumário do modelo de regressão hierárquica dos valores de Schwartz como preditores do do Bem-estar Emocional, controlando para a idade, sexo e rendimento do agregado familiar*

Modelo	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Ajustado	EP	Mudança estatística				
					Mudança R <sup>2</sup>	Mudança de F	gl1	gl2	p
1	.129	.017	.007	1.10116	.017	1.779	3	313	.151
2	.313	.098	.059	1.07215	.081	2.717	10	303	.003**

\*\**. Significativo ao nível .01.*

**Tabela 7**

*Análise de variância do modelo de regressão hierárquica dos valores de Schwartz como preditores do do Bem-estar Emocional, controlando para a idade, sexo e rendimento do agregado familiar*

Modelo		SQ	gl	M <sup>2</sup>	F	p
1	Regressão	6.472	3	2.157	1.779	.151
	Residual	379.529	313	1.213		
	Total	386.001	316			
2	Regressão	37.703	13	2.900	2.523	.003**
	Residual	348.297	303	1.149		
	Total	386.001	316			

\*\**. Significativo ao nível .01.*

**Tabela 8**

*Regressão hierárquica dos valores de Schwartz como preditores do do Bem-estar Emocional, controlando para a idade, sexo e rendimento do agregado familiar*

Modelo	Variáveis	B	EP	$\beta$	IC 95%		t	p
					LI	LS		
1	Constante	.903	.274		.363	1.442	3.290	.001**
	Idade	.005	.004	.062	-.004	.013	1.087	.278
	Sexo	-.198	.139	-.082	-.472	.076	-1.424	.155
	Rendimento	.044	.047	.053	-.049	.138	.939	.349
2	Constante	.108	.613		-1.099	1.314	.176	.861
	Idade	.006	.005	.081	-.004	.016	1.209	.227
	Sexo	-.241	.141	-.100	-.519	.037	-1.707	.089
	Rendimento	.034	.047	.041	-.058	.127	.734	.463
	Conformidade	.195	.078	.163	.041	.348	2.497	.013*
	Tradição	-.106	.054	-.124	-.212	.000	-1.973	.049*
	Benevolência	-.116	.103	-.084	-.319	.087	-1.127	.261
	Universalismo	-.067	.112	-.046	-.288	.154	-.598	.550
	Autodireção	.205	.092	.156	.025	.385	2.242	.026*
	Estimulação	-.015	.075	-.015	-.162	.132	-.202	.840
	Hedonismo	.187	.086	.170	.018	.355	2.184	.030*
	Realização	-.181	.074	-.178	-.327	-.034	-2.430	.016*
Poder	-.052	.061	-.052	-.172	.068	-.855	.393	
Segurança	.077	.087	.059	-.093	.248	.895	.371	

Nota. Variáveis introduzidas pelo método Enter.

\*\*\*. Correlação é significativa ao nível .001.

\*\*. Correlação é significativa ao nível .01.

\*. Correlação é significativa ao nível .05.

## Valores como preditores do bem-estar cognitivo

Após esta análise, foi feita ainda uma exploração dos preditores do componente bem-estar cognitivo, controlando para o efeito das variáveis idade, sexo e rendimento do agregado familiar. A partir da leitura da tabela 9 podemos considerar que o modelo 2 prediz 8.6% da variância da variável dependente. Pela leitura da tabela 10 é possível afirmar que este é um modelo significativo dado ao valor de  $p < .05$ . Observando a tabela 11 é possível constatar que o modelo preditor inclui as variáveis autodireção ( $p < .05$ ) e hedonismo ( $p < .05$ ) como dimensões explicativas da variância da variável dependente, e também a variável realização ( $p < .01$ ) é explicativa da variância da dependente, mas no sentido inverso. Realça-se que a variável realização, sendo neste modelo 2 explicativa, no teste de correlações não se encontrava correlacionada com a variável dependente. Inversamente, no teste de Pearson as variáveis universalismo, estimulação e segurança estão correlacionadas com o bem-estar cognitivo, mas não são explicativas da variância nesta variável, segundo este modelo preditor.

Estes resultados permitem confirmar a hipótese h1d – o modelo que engloba os 10 valores é um preditor significativo do bem-estar cognitivo ( $F (13,303) = 2.179, p = .01$ ) com um  $R^2$  de .086).

**Tabela 9**

*Sumário do modelo regressão hierárquica dos valores de Schwartz como preditores do do Bem-estar Cognitivo, controlando para a idade, sexo e rendimento do agregado familiar*

Modelo	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Ajustado	EP	Mudança estatística				
					Mudança R <sup>2</sup>	Mudança de F	gl1	gl2	p
1	.102	.010	.001	.34467	.010	1.088	3	313	.354
2	.292	.086	.046	.33675	.075	2.491	10	303	.007**

\*\* . Significativo ao nível .01.

**Tabela 10**

*Análise de variância do modelo de regressão hierárquica dos valores de Schwartz como preditores do do Bem-estar Cognitivo, controlando para a idade, sexo e rendimento do agregado familiar*

Modelo		SQ	gl	M <sup>2</sup>	F	p
1	Regressão	.388	3	.129	1.088	.354
	Residual	37.184	313	.119		
	Total	37.572	316			
2	Regressão	3.213	13	.247	2.179	.010*
	Residual	34.359	303	.113		
	Total	37.572	316			

\*\* . Significativo ao nível .01.

**Tabela 11**

*Regressão hierárquica dos valores de Schwartz como preditores do do Bem-estar Cognitivo, controlando para a idade, sexo e rendimento do agregado familiar*

Modelo	Variáveis	B	EP	$\beta$	IC 95%		t	p
					LI	LS		
1	Constante	3.780	.086		3.611	3.949	44.018	.000***
	Idade	-.001	.001	-.065	-.004	.001	-1.140	.255
	Sexo	-.068	.044	-.090	-.153	.018	-1.555	.121
	Rendimento	.002	.015	.006	-.028	.031	.105	.916
2	Constante	3.320	.193		2.941	3.699	17.243	.000***
	Idade	-.002	.002	-.077	-.005	.001	-1.130	.259
	Sexo	-.087	.044	-.115	-.174	.001	-1.952	.052
	Rendimento	.001	.015	.003	-.028	.030	.057	.954
	Conformidade	.034	.025	.091	-.014	.082	1.387	.166
	Tradição	-.004	.017	-.015	-.037	.029	-.245	.807
	Benevolência	-.006	.032	-.013	-.070	.058	-.178	.859
	Universalismo	-.032	.035	-.071	-.101	.037	-.907	.365
	Autodireção	.064	.029	.157	.008	.121	2.233	.026*
	Estimulação	.003	.023	.009	-.043	.049	.117	.907
	Hedonismo	.060	.027	.174	.007	.113	2.225	.027*
	Realização	-.068	.023	-.214	-.114	-.022	-2.894	.004**
	Poder	.009	.019	.028	-.029	.046	.455	.649
Segurança	.044	.027	.106	-.010	.097	1.608	.109	

Nota. Variáveis introduzidas pelo método Enter.

\*\*\*. Correlação é significativa ao nível .001.

\*\*. Correlação é significativa ao nível .01.

\*. Correlação é significativa ao nível .05.

## **Discussão dos resultados**

### **Correlação entre valores e bem-estar subjetivo, bem-estar emocional e bem-estar cognitivo**

Os resultados apresentados na tabela 2 permitem confirmar parcialmente a h1a que previa a existência de correlação entre os valores de Schwartz e o bem-estar subjetivo e seus componentes – nem todos os valores deste modelo se comprovaram correlacionados.

Sobre o componente bem-estar emocional encontrou-se que as variáveis autodireção e hedonismo se correlacionam positivamente com a variável em questão, algo que outros autores como Bobowik et al. (2011) também encontraram. No entanto, no presente estudo não foram encontradas correlações significativas para os restantes valores de Schwartz e bem-estar emocional, o que contrasta com o estudo de Bobowik et al. (2011) que demonstrou haver correlação significativa para todos os 10 valores de Schwartz e bem-estar emocional.

Relativamente ao componente bem-estar cognitivo, encontrou-se neste estudo que as variáveis universalismo, autodireção, estimulação, hedonismo e segurança se correlacionam positivamente com a variável em questão. Estas correlações seguem o sentido que outros estudos já comprovaram: Bilbao et al. (2007) também encontraram correlações significativas para estas variáveis; Bobowik et al. (2011) também encontraram correlações significativas para estas variáveis, mudando apenas o sentido da relação entre bem-estar cognitivo e segurança, que se correlacionam negativamente, ao contrário do presente estudo e de Bilbao. Mais uma vez, os estudos supracitados encontraram que as restantes variáveis estão correlacionadas com o bem-estar cognitivo, algo que não acontece no caso do presente estudo.

## **Valores como preditores do bem-estar subjetivo**

Os resultados da análise de regressão linear múltipla comprovam que o modelo 2 que inclui os 10 valores de Schwartz em conjunto é um preditor do bem-estar subjetivo, o que confirma a hipótese h1b, que previa que este conjunto de valores fosse preditor da variável dependente. Comparando estes resultados com estudos realizados por outros autores, como Haslam et al. (2009), é possível verificar que o presente estudo replica a existência da relação positiva entre as variáveis autodireção e a variável bem-estar subjetivo, mas não das restantes que estes autores encontraram, nomeadamente a estimulação, universalismo e benevolência. Inversamente, no presente estudo foi encontrado que as variáveis hedonismo e realização eram preditores significativos de bem-estar subjetivo, algo que Haslam et al. (2009) não encontraram. Já Cohen e Shamai (2010) encontraram que benevolência, autodireção e realização eram preditores de melhor bem-estar, ao passo que poder e tradição eram preditores negativos desta variável. Comparando os resultados destes últimos autores com os deste documento, é possível encontrar congruência no valor autodireção, mas não nos restantes, esses que neste estudo se provaram não ser preditores significativos ou, no caso do valor realização, ser até o oposto. Karabati e Cemalcilar (2010) encontraram que o bem-estar subjetivo é predito positivamente pelos valores tradição, conformidade e segurança e, negativamente, por estimulação, autodireção e universalismo. Perante estes resultados é possível verificar uma clara dissonância, estando apenas um dos 10 valores presente tanto no estudo destes autores como nos resultados do presente documento: autodireção, ainda que no sentido oposto. Morrison e Weckroth (2018) encontraram que os valores benevolência e conformidade predizem melhor bem-estar, ao passo que poder e realização o inverso. Comparando estes resultados com os deste documento apenas o valor realização apresenta congruência. Leite et al. (2021) encontraram que os valores autodireção, estimulação, hedonismo e benevolência estavam associados a melhor bem-estar subjetivo, ao passo que

poder, segurança, tradição conformidade e universalismo eram preditores negativos desta variável, mas realização nem sempre está associado a melhor ou pior bem-estar subjetivo, podendo prever ambos em situações contextuais (culturais) diferentes. Os resultados do presente estudo vão ao encontro de alguns resultados de Leite et al. (2021), nomeadamente o valor autodireção e hedonismo como preditores positivos e realização como negativo.

Numa visão mais abrangente, utilizando os valores de ordem superior, consegue-se verificar que os valores autodireção e hedonismo – pertencentes ao grupo de abertura à mudança – vão ao encontro dos resultados de Bilbao et al. (2007), que encontram também que os valores de abertura à mudança são preditores de melhor bem-estar subjetivo. No entanto, estes encontraram também que os valores de conservação são preditores negativos da variável mencionada, algo que não se verificou no presente estudo. Numa ordem de valores ainda mais superior é possível verificar que os valores de “crescimento, expansão do self e livres de ansiedade” são, com a exceção de Karabati e Cemalcilar (2010) – que se encontram em direta oposição aos restantes – preditores de melhor bem-estar (excetuando universalismo em Leite et al., [2021]) e os valores de “proteção do self e controlo de ansiedade” são preditores de pior bem-estar, algo que também neste presente estudo se confirma e vai ao encontro dos resultados de Sortheix e Schwartz (2017), que afirmam a existência desta relação.

### **Valores como preditores do bem-estar emocional**

Quando utilizado o mesmo modelo para predizer o bem-estar emocional encontrou-se que este modelo 2 é preditor da variável dependente, confirmando-se a hipótese h1c, e que as mesmas variáveis que eram significativas na predição do bem-estar subjetivo são também as que contribuem para a capacidade preditora do modelo face ao bem-estar emocional, acrescentando para o bem-estar emocional as variáveis tradição e conformidade, que não são

significativas para a predição de bem-estar subjetivo nem cognitivo. No presente estudo as variáveis autodireção, hedonismo e conformidade são preditores positivos da variável dependente, ao passo que tradição e realização são preditores negativos. Comparando com a literatura existente, como Sortheix e Schwartz (2017), encontra-se que os valores autodireção, hedonismo, e tradição se encontram em “aparente” oposição, pois no estudo destes autores o sentido da relação entre estes valores e o bem-estar emocional é simétrica ao dos resultados expostos neste documento. Por outro lado, deve-se considerar que estes autores equiparam “bem-estar emocional” a “ausência de afetos negativos”, logo, a sua presença implica pior bem-estar emocional. Para facilitar a exposição dos parágrafos seguintes pode-se considerar que autodireção e hedonismo são preditores negativos de mau-estar emocional e, por tanto, preditores positivos de bem-estar emocional.

Tendo em conta esta especificidade, pode-se considerar que os resultados obtidos por estes autores são, na realidade, congruentes com os resultados do presente estudo – autodireção e hedonismo como preditores positivos de bem-estar emocional, e tradição como preditor negativo de bem-estar emocional. Por esta lógica existe, no entanto, uma discrepância: se no estudo de Sortheix e Schwartz a variável conformidade é um preditor positivo de mau-estar emocional, ou seja, quanto mais conformista uma pessoa é, mais afetos negativos experiencia, logo menor bem-estar emocional. Isto significa que no presente estudo, em que a mesma variável prediz maior bem-estar emocional, está em oposição às conclusões dos autores mencionados. Outra discrepância que se pode encontrar é o papel do valor realização, sendo que para Sortheix e Schwartz (2017) este não é significativo, ao passo que no presente estudo o é. Joshanloo e Chaedi (2009) afirmam que apenas realização e tradição se apresentam como preditores significativos do bem-estar emocional – o primeiro de forma positiva e o segundo de forma negativa. Face a estes resultados apenas se encontrou no presente estudo congruência com o segundo valor – tradição – e realização estando em

oposição. Bobowik et al. (2011) encontraram que universalismo, benevolência, hedonismo, estimulação e autodireção são preditores positivos do bem-estar emocional, ao passo que tradição, conformidade, segurança, poder e realização são preditores negativos da mesma variável, algo que foi replicado parcialmente no presente estudo – efetivamente, autodireção e hedonismo são também aqui preditores positivos e tradição e realização preditores negativos. Ainda assim, existem algumas discrepâncias: nem todas as variáveis contribuem significativamente para a capacidade preditora do modelo 2, e também existe o facto de o valor conformidade ser um preditor positivo neste estudo mas não o ser no estudo dos autores supramencionados. Comparando com Sagiv e Schwartz (2000) vemos que os valores autodireção e tradição se encontram em conformidade com os resultados destes autores: o primeiro é um preditor positivo e o segundo um preditor negativo de bem-estar emocional. No entanto, conformidade, que segundo Sagiv e Schwartz (2000) é um preditor negativo, para a população deste estudo é o contrário, sendo que também realização segue esta simetria – no estudo destes autores é um preditor positivo, mas negativo no presente documento. Sagiv e Schwartz (2000) encontraram ainda relações significativas para segurança, e estimulação, algo que não se verifica no presente estudo. Para além disto, poder era um preditor negativo de bem-estar emocional de estudantes de psicologia israelitas e realização para estudantes de negócios.

Mais uma vez é possível encontrar congruência no que diz respeito aos valores de ordem superior: os valores de abertura à mudança encontram-se como sendo preditores de melhor bem-estar e o contrário se verifica para os valores de conservação (com a exceção de conformidade no presente estudo). Verifica-se ainda que realização continua a ser um valor volátil às circunstâncias, algo que o próprio modelo circumplexo faz transparecer, sendo que este valor pertence tanto aos valores de ordem superior *crescimento, expansão do self e livres de ansiedade* como aos de *proteção do self e controlo de ansiedade*.

## **Valores como preditores do bem-estar cognitivo**

Com os resultados obtidos foi possível confirmar a hipótese h1d, e, mais uma vez, quando utilizado o mesmo modelo foi possível encontrar semelhanças ao nível das variáveis preditoras quando comparado com as análises anteriores. No entanto, neste caso, a variável conformidade e tradição deixam de ser preditoras. Comparando estes resultados com literatura existente é possível encontrar que as variáveis hedonismo e autodireção são consideradas por Sortheix e Schwartz (2017) como preditores positivos do bem-estar cognitivo, algo que acontece também no presente estudo, mas também para a variável realização, que não é considerada significativa pelos autores mencionados. Também estes autores encontraram que estimulação, poder, segurança, conformidade e benevolência são preditores da variável dependente, mas isto não se verificou no presente estudo. Por outro lado, Karabati e Cemalcilar (2010) encontraram que a variável autodireção é preditora de bem-estar, mas no sentido negativo, algo que contrasta com os resultados do presente estudo. Karabati e Cemalcilar (2010) encontraram também que a variável realização é um preditor negativo do bem-estar cognitivo, algo que é replicado pelo presente estudo. Joshanloo e Ghaedi (2009) encontraram que a variável realização é um preditor positivo do bem-estar cognitivo, algo que entra em conflito com os resultados do presente estudo uma vez que esta é considerada uma variável que prediz negativamente o bem-estar cognitivo. Já Bobowik et al. (2011) encontraram que todos os 10 valores de Schwartz são preditores significativos do bem-estar cognitivo, sendo universalismo, benevolência, hedonismo, estimulação e autodireção preditores positivos e tradição, conformidade, segurança, poder e realização preditores negativos. Comparando estes resultados, o presente estudo vai ao encontro do valor preditivo dos valores autodireção, hedonismo e realização, mas não foi encontrada significância para os restantes valores, entrando em conflito com os resultados de Bobowik et al. (2011). Sortheix e Lönnqvist (2015) encontraram que benevolência e hedonismo predizem

melhor bem-estar cognitivo, sendo que poder e segurança fazem o inverso, algo que este estudo parcialmente replicou – hedonismo é, com efeito, um preditor positivo da variável dependente, mas no presente estudo não foram encontradas relações significativas para os restantes valores no modelo testado. Sagiv e Schwartz (2000) encontraram que numa subpopulação de adultos israelitas, bem como estudantes de psicologia da mesma nacionalidade, poder era um preditor negativo de bem-estar cognitivo, mas para estudantes de negócios era positivo; além disto, em adultos da Alemanha de Leste autodireção era um preditor positivo e estimulação um preditor negativo. Também no presente estudo se encontrou que autodireção era um preditor positivo, mas não se encontraram relações positivas para os restantes valores.

Repetindo-se o padrão refletido pelo modelo circumplexo de Schwartz, os valores de abertura à mudança são preditores de melhor bem-estar cognitivo, e os valores de conservação o contrário. Mais uma vez, o papel do valor realização é inconsistente entre os diversos estudos, mas tal é explicado pelo próprio modelo.

### **Reflexão sobre os resultados obtidos**

Colocando em perspetiva os resultados obtidos neste estudo com os resultados obtidos por outros autores foi já possível detetar discrepâncias ao nível das variáveis que permitem prever o bem-estar subjetivo de um indivíduo e, mesmo dentro deste próprio documento, foram encontrados resultados díspares que merecem uma reflexão. No entanto, estas podem ser explicadas fazendo recurso a algumas teorias e conceitos. Um destes conceitos é o de personalidade, mais precisamente, de traços de personalidade. Uma teoria que será também utilizada nesta secção para explicar este fenómeno será a do efeito do ambiente sobre a capacidade que um indivíduo tem de concretizar os seus valores. Outro conceito que será usado como explicação será o da resiliência.

Começando pela primeira explicação anunciada – a personalidade – pode-se explicar a diferença entre os resultados deste estudo e os de outros autores pelo efeito moderador dos traços de personalidade (Big 5). Bojanowska e Urbańska (2021) encontraram que scores mais elevados no traço agradabilidade é um moderador da contribuição dos valores de *abertura à mudança* para maior experiência de afetos positivos e, que este mesmo traço, quando em scores mais baixos, são moderadores do efeito dos valores de *promoção do self* no contributo para maior experiência de afetos negativos. Haslam et al. (2009) também encontraram que os traços de personalidade são mediadores do bem-estar subjetivo. Neste presente estudo foi possível refletir a tendência entre valores e bem-estar: foi possível verificar que valores do grupo abertura à mudança – autodireção e hedonismo são preditores de maiores níveis de bem-estar subjetivo, e também valores que se enquadram no grupo *promoção do self* são preditores negativos do bem-estar subjetivo. Isto significa que determinada proporção das diferenças entre este estudo e outros podem ser explicadas tendo em conta os traços de personalidade. Além destes, Ng (2015) revela nos seus resultados a mesma situação: os traços de personalidade influenciam os resultados relativos ao bem-estar, nomeadamente os traços extroversão e neuroticismo (positivamente e negativamente, respetivamente), algo que também foi verificado por Olsen et al. (2015).

A segunda perspetiva que permite uma explicação possível é o contexto onde os indivíduos se inserem que e o grau em que este possibilita ou impede o indivíduo alcançar os valores idealizados (Sagiv & Schwartz, 2018), e que dita que o bem-estar subjetivo de um indivíduo é proporcional à medida em que consegue alcançá-los. Esta teoria é de especial importância para o presente estudo pois o tema é “Valores como preditores do bem-estar subjetivo durante a pandemia COVID-19”, sendo que a pandemia acarretou consigo medidas do estado de emergência que colocam em causa a realização de atividades que visem o alcance de certos valores.

Relembrando os resultados deste presente estudo, nomeadamente os referentes ao valor conformidade, foi encontrado que este contraria a tendência de estudos de outros autores pois no presente estudo este é um preditor de melhor bem-estar subjetivo, bem como de melhor bem-estar emocional. Outros autores verificaram o contrário. No entanto, recorrendo à teoria que realça o papel do contexto, é possível avançar com uma explicação potencial para esta disparidade face a outros estudos. Considerando que o estado de emergência decretado pelo governo português acarretou consigo restrições à ação da população portuguesa, a valorização da conformidade (às imposições do estado de emergência e subsequentes restrições) e a existência da possibilidade da sua concretização levou à promoção do bem-estar. Esta asserção é ainda mais suportada por estudos como os de Welsch e Kühling (2018), que salientam o facto de que quando uma pessoa com autoimagem “verde” está inserida num contexto onde comportamentos próambientais são incentivados – aproximando a motivação para alcançar determinado objetivo com a capacidade de o fazer – o bem-estar subjetivo é promovido. Ainda além deste, relembrando os estudos que investigaram a persecução de objetivos, como de Klug e Maier (2014) que afirmam que quem efetivamente leva a cabo a persecução dos seus objetivos experiencia maior bem-estar do que quem apenas subscreve determinado objetivo. Este estudo é importante pois, como no início deste documento foi exposto, a definição de valores (Schwartz, 1992) é um conjunto de objetivos motivacionais pelos quais uma pessoa lê a realidade que experiencia e se orienta – assim sendo, quem orienta a sua ação pelos valores detidos experiencia maior bem-estar. No caso da conformidade, perante o contexto pandémico este valor é possível de ser concretizado e vivido. O oposto se aplica ao valor tradição, que surgiu no modelo aplicado à predição do bem-estar emocional como sendo um preditor negativo desta variável. Devido ao facto de que quem valoriza a tradição ser averso à mudança (pois é um valor de conservação em direta oposição aos de abertura à mudança), uma pandemia que altera a situação vivida de forma

drástica, levará a que a perseguição deste valor seja impossível, prevendo-se que este leve a menor bem-estar, algo que se confirmou com este estudo. No caso do valor realização a mesma lógica se aplica. Encontrou-se no presente estudo que este é um preditor negativo de bem-estar subjetivo (e seus componentes), o que pode ser explicado pelo facto de as medidas impostas pelo estado de emergência impossibilitarem a realização de atividades que se aproximem do valor idealizado – a socialização como forma de ostentação do sucesso, por exemplo. Como consequência de não ser possível a aproximação deste valor, o bem-estar diminui, o que se verifica nos modelos de regressão deste presente estudo. A suportar esta hipótese existem estudos sobre o materialismo e a sua relação com o bem-estar subjetivo. Karabati e Cemalcilar (2010) expõe os valores de Schwartz como precursores do materialismo, sendo que um dos valores que mais consistentemente se apresenta correlacionado com o materialismo é realização, que no presente estudo é, em todas as regressões, preditor negativo do bem-estar. Diversos estudos apontam para que o materialismo seja um preditor negativo do bem-estar subjetivo (e.g.: Villardefrancos & Otero-López, 2016; Dittmar et al., 2014; Vansteenkiste et al., 2006; Kasser & Ahuvia, 2002), inclusive o já mencionado, de Karabati e Cemalcilar (2010). Daqui se pode inferir que o materialismo poderá estar a influenciar os resultados obtidos no presente estudo sobre o bem-estar subjetivo dos participantes.

Por último temos os valores autodireção e hedonismo como preditores de melhor bem-estar subjetivo (e seus componentes). Este facto pode ser mais bem explicado com recurso ao conceito de resiliência, pois sabe-se que o bem-estar subjetivo tem como preditor o conceito mencionado (Chen, 2016; Yıldırım & Tanrıverdi, 2021). Considerando que o contexto pandémico trouxe consigo também consequências para o bem-estar subjetivo de uma população (Vieira & Meirinhos, 2021), surgiram estudos que descobriram que o bem-estar subjetivo de uma população é influenciado pelo contexto – pandemia COVID-19 – mas

moderado pela resiliência (Paredes et al., 2021; Yıldırım & Arslan, 2021). Desta forma, é possível também contemplar a resiliência como uma explicação para as diferenças encontradas neste estudo perante outros autores. A suportar esta asserção temos o estudo de Sagone e De Caroli (2016) no qual descobriram que os valores do grupo abertura à mudança estão correlacionados com maior resiliência, algo que pode indicar que estes valores – no contexto pandémico – sejam adaptativos no sentido de promover o bem-estar subjetivo face a adversidades. Vendo os resultados do presente estudo é possível verificar que, efetivamente, os valores autodireção e hedonismo – que são parte dos valores do grupo *abertura à mudança* – são preditores de melhor bem-estar subjetivo.

### **Limitações**

Este estudo padece de algumas limitações, nomeadamente ao nível do controlo de variáveis que possam estar a influenciar em proporção desconhecida a capacidade preditora dos modelos testados. As mais importantes são os traços de personalidade que, sendo característica genética, predispõem para a experiência de maior ou menor nível de bem-estar subjetivo (Bojanowska & Urbańska, 2021; Ng, 2015; Olsen et al., 2015; Haslam et al., 2009). Outra variável que não foi incorporada foi o grau de congruência entre os objetivos dos participantes e a sua efetiva concretização – uma teoria que não só está presente na concetualização das explicações para variações no bem-estar como também nas teorias dos valores. Também não foi controlado o grau em que o ambiente permite aos participantes levar a cabo os seus objetivos. A congruência entre os valores detidos pelos indivíduos e aqueles com quem interagem também não foi possível introduzir nas análises efetuadas.

## **Implicações para o futuro**

Perante as limitações deste estudo sugere-se que, na futura realização de estudos sobre estas variáveis com o mesmo tipo de relação, sejam incorporados controlos para fatores como a personalidade, de forma a possibilitar compreender qual a proporção da variância que é, efetivamente, explicada por determinados valores e, por outro lado, qual é que é explicada por via dos traços de personalidade que predis põem um indivíduo a experienciar diferentes níveis de bem-estar subjetivo. Outra sugestão é averiguar a relação entre a congruência dos valores detidos pelos participantes e a medida em que, realmente, coincidem com a sua concretização, bem como o grau de congruência entre estes e o seu meio envolvente. Ainda nesta linha de raciocínio, avaliar o grau em que o contexto permite levar a cabo os objetivos dos participantes é também de relevo.

No entanto, há também implicações positivas para futuros estudos: os resultados deste estudo demonstram que a autodireção é um valor que prediz positivamente o bem-estar subjetivo dos participantes; no entanto, este valor descreve uma necessidade que o indivíduo que o detém tem de agir de forma independente, sendo que o ênfase é no “agir” e em “independente” (Schwartz, 2012), algo que durante a pandemia é restrito, o que, teoricamente, deveria apontar para que este valor fosse um preditor negativo. Mesmo com a hipótese de se ter configurado como fator de proteção, reside a dúvida. Abre-se aqui uma linha de investigação que pode levar ao aprofundamento do conhecimento científico nesta área.

Para além disto, ao longo deste documento foi destacada a função ambígua do valor realização que aparenta ser volátil ao contexto. Sendo este um contexto pandémico no qual foi estudado a capacidade preditora dos 10 valores de Schwartz e que nas análises estatísticas

produziu consistentemente uma relação negativa com o bem-estar subjetivo e seus componentes, levanta-se aqui outra linha de investigação possível sobre o papel deste valor.

Acrescendo a estas, temos o facto de não se terem verificado significativos os modelos que incluem o rendimento do agregado familiar. Este resultado apresenta-se dissonante perante os resultados de outros estudos que foram realizados que demonstraram que o rendimento é um preditor eficaz do bem-estar subjetivo (e.g.: 2020 Lucas & Schimmack, 2009, Ng, 2015; Yu et al., 2020), mas que, por outro lado, não será sempre necessariamente, pois outros defendem que existe um limite para este efeito (Trung et al., 2013).

## Conclusão

Durante a pandemia COVID-19 é possível utilizar os valores de Schwartz como preditor do bem-estar subjetivo de uma população, não só no seu índice geral, como também nos seus componentes. No entanto, nem todos os valores do modelo circumplexo de Schwartz aparentam ser preditores significativos para os níveis de bem-estar subjetivo – dos 10, apenas quatro (três, no caso do bem-estar cognitivo) contribuem significativamente para a capacidade preditora dos respetivos modelos. Tal como noutros estudos (Sagiv & Schwartz, 2000; Sortheix & Schwartz, 2017), os valores de ordem superior de “abertura à mudança” – nomeadamente autodireção e hedonismo – predizem maiores níveis de bem-estar subjetivo durante a pandemia. Esses mesmos valores são preditores também da dimensão emocional do bem-estar (o bem-estar emocional). No entanto, conformidade demonstrou ser um preditor do bem-estar emocional, mas não do bem-estar cognitivo.

Foi também possível, ainda que não tenha sido este o objetivo deste estudo, encontrar indícios que sustentam a teoria de que a congruência entre os valores detidos pelos indivíduos e a sua efetiva concretização são fonte de maior ou menor bem-estar subjetivo, pelo que merece maior aprofundamento em outros estudos. Foi também possível verificar que os modelos de regressão linear que incluíram as variáveis idade, sexo e rendimento do agregado familiar não se provaram significativos como preditores do bem-estar subjetivo, o que leva a que se conclua que existem outros fatores de maior relevo que suplantaram o efeito destas variáveis, e que explicam a percentagem restante da variância no bem-estar subjetivo durante este período de pandemia COVID-19.

Resumindo, os resultados deste estudo contribuem para compreender a relação entre os valores e o bem-estar subjetivo, em momentos excepcionais de restrições e de crise pandémica global.

### **Créditos de conteúdos utilizados**

**Figura 1:** De “Values that underlie and undermine well-being: Variability across countries,”  
por F. L. Sorthaix e S. H. Schwartz, 2017, *European Journal of Personality*, 31, p. 189  
(<https://doi.org/10.1002/per.2096>). Copyright 2017 por Wiley Online Library.

## Referências bibliográficas

- American Psychological Association. (2015). *APA dictionary of psychology* (2nd ed.). Washington DC
- Ammar, A., Chtourou, H., Boukhris, O., Trabelsi, K., Masmoudi, L., Michael Brach 6 , Bassem Bouaziz, B., Bentlage, E., How, D., Ahmed, M., Mueller, P., Mueller N., Hsouna H., Aloui, A., Hammouda, O., Paineiras-Domingos, L. L., Braakman-Jansen, A., Wrede, C., Bastoni, S., ... Hoekelmann, A. (2020). COVID-19 Home Confinement Negatively Impacts Social Participation and Life Satisfaction: A Worldwide Multicenter Study. *International Journal Environmental Research and Public Health*, 17(6237), 1-17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176237>
- Angner, E. (2016). *A course in behavioral economics* (2nd ed.). Palgrave Macmillan.
- Anusic, I., Yap, S. C., & Lucas, R. E. (2014). Does personality moderate reaction and adaptation to major life events? Analysis of life satisfaction and affect in an Australian national sample. *Journal of research in personality*, 5, 69–77. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.04.009>
- Ariza-Montes, A., Arjona-Fuentes, J. M., Han, H., & Law, R. (2018). The price of success: A study on chefs' subjective well-being, job satisfaction, and human values. *International Journal of Hospitality Management*, 69, 84–93. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijhm.2017.10.006>
- Bilbao, M. A., Techio, E. M., & Páez, D. (2007). Felicidad, cultura y valores personales: Estado de la cuestión y síntesis meta-analítica. *Revista de Psicología* 25(2), 233–276.
- Bobowik, M., Basabe, N., Páez, D., Jiménez, A., & Bilbao, M. A. (2011). Personal values and well-being among europeans, spanish natives and immigrants to Spain: does the

culture matter?. *Journal of Happiness Studies* 12, 401–419. <https://10.1007/s10902-010-9202-1>

Boehm, J. K., & Lyubomirsky, S. (2008). Does happiness promote career success? *Journal of Career Assessment*, 16(1), 101–116. <https://doi.org/10.1177/1069072707308140>

Bojanowska, A., & Czrew, A. (2020). Values and well-being – how are individual values associated with subjective and eudaimonic well-being? *Polish Psychological Bulletin*, 51(2), 162–169. <https://doi.org/10.24425/ppb.2020.133773>

Bojanowska, A., & Urbańska, B. (2021). Individual values and well-being: The moderating role of personality traits. *International Journal of Psychology*, 1-12. <https://doi.org/10.1002/ijop.12751>

Brickman, P., & Campbell, D. T. (1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. Appley (Ed.), *Adaptation level theory: A symposium* (pp. 287–302). Academic Press.

Buchanan, K., & Bardi, A. (2015). The roles of values, behavior, and value-behavior fit in the relation of agency and communion to well-being. *Journal of Personality*, 83(3). <https://doi.org/10.1111/jopy.12106>

Buss, D. M. (2000). The evolution of happiness. *American Psychologist*, 55(1), 15–23.

Busseri M. A., & Sadava, S. W. (2011). A review of the tripartite structure of subjective well-being: Implications for conceptualization, operationalization, analysis, and synthesis. *Personality and Social Psychology Review*, 15(3), 290–314. <https://doi.org/10.1177/1088868310391271>

Carstensen, L. L., Turan, B., Scheibe, S., Ram, N., Ersner-Hershfield, H., Samanez-Larkin, G. R., Brooks, K. P., & Nesselroade, J. R. (2011). Emotional experience improves

- with age: Evidence based on over 10 years of experience sampling. *Psychology and Aging*, 26(1), 21–33. <https://doi.org/10.1037/a0021285>
- Chao, X., & Gu, Y. (2021). Effects of labor values on subjective well-being: the mediating role of altruistic tendencies. *Frontiers in Psychology*, 12(715179), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.715179>
- Chen, C. (2016). The role of resilience and coping styles in subjective well-being among chinese university students. *Asia-Pacific Education Research* 25(3), 377–387. <https://10.1007/s40299-016-0274-5>
- Cohen, A., & Shamai, O. (2010). The relationship between individual values, psychological well-being, and organizational commitment among Israeli police officers. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 33(1), 30-51. <https://doi.org/10.1108/13639511011020584>
- Costa, P. & Moreira, P. A. S. (submetido). Measuring the ten basic human values with the Twenty Item Values Inventory: First evidences from a confirmatory factor analysis approach. *Journal of Personality Assessment*.
- Cucinotta, D., & Vanelli, M. (2020). WHO Declares COVID-19 a pandemic. *Acta bio-medica: Atenei Parmensis*, 91(1), 157–160. <https://doi.org/10.23750/abm.v91i1.9397>
- Diener E. (1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin*, 95(3), 542–575.
- Diener, E. (1995). A value based index for measuring national quality of life. *Social indicators Research*, 36, 07-127.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Blackwell Publishing. <https://doi.org/10.1002/9781444305159>
- Diener, E. and Chan, M.Y. (2011), Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3,1-43. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x>

- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra. Psychology*, 4(1), 15.  
<https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61(4), 305–314.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.305>
- DiMaria, C. H., Peroni, C., & Sarracino, F. (2020). Happiness matters: Productivity gains from subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 21, 139-160.  
<https://doi.org/1007/s10902-019-00074-1>
- Disabato, D. J., Goodman, F. R., Kashdan, T. B., Short, J. L., & Jarden, A. (2016). Different types of well-being? A cross-cultural examination of hedonic and eudaimonic well-being. *Psychological Assessment*, 28(5), 471–482. <https://doi.org/10.1037/pas0000209>
- Dittmar, H., Bond, R., Hurst, M., & Tim Kasser, T. (2014). The relationship between materialism and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(5), 879–924. <http://dx.doi.org/10.1037/a0037409>
- Dubey, S., Biswas, P., Ghosh, R., Chatterjee, S., Dubey, M. J., Chatterjee, S., Lahiri, D., & Lavie, C. J. (2020). Psychosocial impact of COVID-19. *Diabetes & metabolic syndrome*, 14(5), 779–788. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.05.035>
- Duong, C. D. (2021). The impact of fear and anxiety of Covid-19 on life satisfaction: Psychological distress and sleep disturbance as mediators. *Personality and Individual Differences*, 178, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110869>
- Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M., & Tan, V. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural models of subjective well-being: A longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(1), 138–150.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.1.138>

- Fegg, M. J., Wasner, M., Neudert, C., & Borasio, G. D. (2005). Personal values and individual quality of life in palliative care patients. *Journal of Pain and Symptom Management, 30*(2), 154-159.
- Fernández-Abascal, E. G., & Martínez-Díaz, M. A. (2021). Longitudinal study on affect, psychological well-being, depression, mental and physical health, prior to and during the COVID-19 pandemic in Spain. *Personality and Individual Differences, 172*, 1-10.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110591>
- Ferreira, L. N., Pereira, L. N., Brás, M. F., & Ilchuk, K. (2021). Quality of life under the COVID-19 quarantine. *Quality of Life Research 30*,1389–1405.  
<https://doi.org/10.1007/s11136-020-02724-x>
- Fischer, R., & Boer, D. (2005). What is more important for national well-being: money or autonomy? A meta-analysis of well-being, burnout, and anxiety across 63 societies. *Journal of Personality and Social Psychology, 101*(1), 164 –184.  
<https://doi.org/10.1037/a0023663>
- Flurry, L. A., Swimberghe, K., & Allen, J. (2021). Exposing the moderating impact of parent-child value congruence on the relationship between adolescents' materialism and subjective well-being. *Journal of Business Research, 128*,290–302.  
<https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.02.005>
- Galinha, I., & Pais-Ribeiro, J. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II – Estudo Psicométrico. *Análise Psicológica, 2*(XXIII), 219-227
- Giallonardo, V., Sampogna, G., Del Vecchio, V., Luciano, M., Albert, U., Carmassi, C., Carrà, G., Cirulli, F., Dell'Osso, B., Nanni, M. G., Pompili, M., Sani, G., Tortorella, A., Volpe, U., & Fiorillo, A. (2020). The Impact of Quarantine and Physical Distancing Following COVID-19 on Mental Health: Study Protocol of a Multicentric Italian

- Population Trial. *Frontiers in psychiatry*, *11*, 533.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00533>
- Grover, S., & Helliwell, J.F. (2019). How's Life at Home? New Evidence on Marriage and the Set Point for Happiness. *Journal of Happiness Studies*, *20*, 373–390.  
<https://doi.org/10.1007/s10902-017-9941-3>
- Hackney, C. H., & Sanders, G. S. (2003). Religiosity and mental health: A meta-analysis of recent studies. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *42*(1), 43–55.  
<https://doi.org/10.1111/1468-5906.t01-1-00160>
- Hanel, P. H. P., Wolfardt, U., Wolf, L. J., Coelho, G. L., & Maio, G. R. (2020). Well-being as a function of person-country fit in human values. *Nature communications*, *11*(5150).  
<https://doi.org/10.1038/s41467-020-18831-9>
- Haslam, N., Whelan, J., & Bastian, B. (2009). Big Five Traits Mediate Associations between Values and Subjective Well-Being. *Personality and Individual Differences*, *46*, 40–42.  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2008.09.001>
- Haybron, D. M. (2008). Happiness, the self and human flourishing. *Utilitas*, *20*(1), 21–49.  
<https://doi.org/10.1017/S0953820807002889>
- Hill, G. & Howel, R. T. (2014). Moderators and mediators of pro-social spending and well-being: The influence of values and psychological need satisfaction. *Personality and Individual Differences*, *69*, 69–74. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.05.013>
- Helliwell, J., Layard, R., & Sachs, J. (2017). *World happiness report 2017*. The Earth Institute. <http://eprints.lse.ac.uk/47487/>
- IBM Corp. (2020). IBM SPSS Statistics for Linux (Versão 27.0. Armonk) [Software para Computador]. NY: IBM Corp. <https://www.ibm.com/analytics/spss-statistics-software?>

lnk=STW\_US\_STESCH&lnk2=trial\_SPSS&pexp=def&psrc=none&mhsrc=ibmsearch\_a&mhq=spss

Inglehart, R. (2002). Gender, aging, and subjective well-being. *International Journal of Comparative Sociology*, 43(3–5), 391–408.

<https://doi.org/10.1177/002071520204300309>

Joshanloo, M., & Ghaedi, G. (2009). Value priorities as predictors of hedonic and eudaimonic aspects of well-being. *Personality and Individual Differences* 47, 294–298.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.03.016>

Judge, T. A., Thoreson, C. J., Bono, J.E., & Patton, G. K. (2001). The job satisfaction – job performance relationship: A qualitative and quantitative review. *Psychological Bulletin*, 127, 376–407. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.127.3.376>

<http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.127.3.376>

Karabati, S., & Cemalcilar, Z. (2010). Values, materialism, and well-being: A study with Turkish university students. *Journal of Economic Psychology*, 31(4), 624-633.

<https://doi.org/10.1016/j.joep.2010.04.007>

Kasser, T., & Ahuvia, A. (2002). Materialistic values and well-being in business students.

*European Journal of Social Psychology*, 32, 137-146. <https://doi.org/10.1002/ejsp.85>

Klug, H. J. P., & Maier, G. W. (2014). Linking goal progress and subjective well-being: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies*. <https://10.1007/s10902-013-9493-0>

Krause A (2013). Don't worry, be happy? Happiness and reemployment. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 96, 1–20.

<https://doi.org/10.1016/j.jebo.2013.09.002>.

Koenig, H. G., & Larson, D. B. (2001). Religion and mental health: Evidence for an association. *International Review of Psychiatry*, 13(2), 67–78.

<https://doi.org/10.1080/09540260124661>

- Leite, A., Ramires, A., Vidal, D. G., Sousa, H. F. P., Dinis, M. A. P., & Fidalgo, A. (2021). Hierarchical cluster analysis of human value priorities and associations with subjective well-being, subjective general health, social life, and depression across Europe. *Social Sciences* 10(74). <https://doi.org/10.3390/socsci10020074>
- Liu, C. H., Zhang, E., Wong, G., Hyun, S., & Hahm, H. C. (2020). Factors associated with depression, anxiety, and PTSD symptomatology during the COVID-19 pandemic: Clinical implications for U.S. young adult mental health. *Psychiatry research*, 290, 113172. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113172>
- Lucas, R. E., & Schimmack, U. (2009). Income and well-being: How big is the gap between the rich and the poor? *Journal of Research in Personality*, 43(1), 75–78. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2008.09.004>
- Lyubomirsky, S., & Dickerhoof, R. (2010). A construal approach to increasing happiness. In J. E. Maddux, & J. Tangney (Eds.), *Social psychological foundations of clinical psychology* (pp. 229–244). Guilford Press.
- Maddux, J. E. (2018). *Subjective well-being and life satisfaction*. Psychology Press.
- Montero, I., & León, O. G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-862.
- Ng, W. (2015). Processes underlying links to subjective well-being: Material concerns, autonomy, and personality. *Journal of Happiness Studies*, 16, 1575–1591. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9580-x>
- Olesen, M. H., Thomsen, D. K., & O’Toole, M. S. (2015). Subjective well-being: Above neuroticism and extraversion, autonomy motivation matters. *Personality and Individual Differences* 77, 45–49. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.12.033>
- Paredes, M. R., Apaolaza, V., Fernandez-Robin, C., Hartmann, P., & Yañez-Martinez, D. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on subjective mental well-being: The

- interplay of perceived threat, future anxiety and resilience. *Personality and Individual Differences*, 170. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110455>
- Passos, L., Prazeres, F., Teixeira, A., & Martins, C. (2020). Impact on Mental Health Due to COVID-19 Pandemic: Cross-Sectional Study in Portugal and Brazil. *International Journal Environmental Research and Public Health*, 17(6794), 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186794>
- Regulamento (UE) 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho de 27 de abril de 2016 (2016). <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/PDF/?uri=CELEX:32016R0679>
- Ritchie, H., Ortiz-Ospina, E., Beltekian, D., Mathieu, E., Hasell, J., Macdonald, B., Giattino, C., Appel, C., Rodés-Guirao, L., & Roser, M. (2020). *Coronavirus Pandemic (COVID-19)*. <https://ourworldindata.org/coronavirus>
- Sagiv, L., & Schwartz, S. H. (2000). Value priorities and subjective well-being: Direct relations and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*, 30(2), 177–198. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0992\(200003/04\)30:2<177::AID-EJSP982>3.0.CO;2-Z](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0992(200003/04)30:2<177::AID-EJSP982>3.0.CO;2-Z)
- Salgado, J. F., Blanco, S., & Moscoso, S. (2019). Subjective well-being and job performance: Testing of a supressor effect. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 35(2), 93-102. <https://doi.org/10.5093/jwop2019a9>
- Sandy, C. J., Gosling, S. D., Schwartz, S. H., & Koelkebeck, T. (2017). The Development and Validation of Brief and Ultrabrief Measures of Values. *Journal of Personality Assessment*, 99(5), 545-555. <https://doi.org/10.1080/00223891.2016.1231115>
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in*

*experimental social psychology*, (vol. 25, pp. 1–65). Academic Press.

[https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60281-6](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60281-6)

Schwartz, S. H. (2003). A proposal for measuring value orientations across nations. In *Questionnaire development report of the European Social Survey* (pp. 259–319).

Schwartz, S. H. (2012). An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1). <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1116>

Schwartz, S. H., Melech, G., Lehmann, A., Burgess, S., Harris, M., & Owens, V. (2001). Extending the cross-cultural validity of the theory of basic human values with a different method of measurement. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32(5), 519–542. <https://doi.org/10.1177/0022022101032005001>

Sheldon, K. M., & Krieger, L. S. (2014). Walking the talk: Value importance, value enactment, and well-being. *Motiv Emot*, 38, 609–619. <https://doi.org/10.1007/s11031-014-9424-3>

Skevington, S. M., & Epton, T. (2018). How will the sustainable development goals deliver changes in well-being? A systematic review and meta-analysis to investigate whether WHOQOL-BREF scores respond to change. *BMJ Glob Health*, 3. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2017-000609>

Sortheix, F. M., & Lönnqvist, J. (2014). Personal value priorities and life satisfaction in Europe: The moderating role of socioeconomic development. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 45(2), 282-299. <https://doi.org/10.1177/0022022113504621>

Sortheix, F. M., & Lönnqvist, J. (2015). Person-group value congruence and subjective well-being in students from Argentina, Bulgaria and Finland: The role of interpersonal relationships. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 25, 34–48. <https://doi.org/10.1002/casp.2193>

- Sortheix, F. L., & Schwartz, S. H. (2017). Values that underlie and undermine well-being: Variability across countries. *European Journal of Personality, 31*, 187-201.  
<https://doi.org/10.1002/per.2096>
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological bulletin, 134*(1), 138–161.  
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.1.138>
- Tay, L., & Diener, E. (2011). Needs and subjective well-being around the world. *Journal of Personality and Social Psychology, 101*(2), 354–365.  
<https://doi.org/10.1037/a0023779>
- The Whoql Group (1998). Development of the World Health Organization WHOQL-Brief. Quality of Life Assessment 1998. *Psychological Medicine, 28*, 551-558.
- Trung, N. N., Cheong, K., Nghi, P. T., & Kim, W. J. (2013). Relationship between socio-economic values and wellbeing: An overview research in Asia. *Soc Indic Res (2013)* 111:453–472. DOI 10.1007/s11205-012-0014-z
- Vansteenkiste, M., Duriez, B., Simons, J., & Soenens, B. (2006). Materialistic values and well-being among business students: Further evidence of their detrimental effect. *Journal of Applied Social Psychology, 36*(12), 2892–2908.
- Vaz-Serra, A., Canavarro, M. C., Simões, M. R., Pereira, M., Gameiro, S., Quartilho, M., J., ... Paredes, T. (2006). Estudos psicométricos do instrumento de avaliação da qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (WHOQL-Brief) para a Português de Portugal. *Psiquiatria Clínica, 27*(1), 41-49.
- Vieira, D. A., & Meirinhos, V. (2021). COVID-19 Lockdown in Portugal: Challenges, Strategies and Effects on Mental Health
- Dittmar, H., Bond, R., Hurst, M., & Tim Kasser, T. (2014). The relationship between materialism and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 107*(5), 879 –924.

<http://dx.doi.org/10.1037/a0037409>. *Trends in Psychology*.

<https://doi.org/10.1007/s43076-021-00066-2>

Villardefrancos, E., & Otero-López, J. M. (2016). Compulsive buying in university students: its prevalence and relationships with materialism, psychological distress symptoms, and subjective well-being. *Comprehensive Psychiatry*, *65*, 128 – 135.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.comppsy.2015.11.007>

Watson, D., Clark, L., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*, 1063-1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>

Welsch, H., & Kühling, J. (2018). How green self image is related to subjective well-being: pro-environmental values as a social norm. *Ecological Economics*, *149*, 105–119.

<https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2018.03.002>

Wilson, W. R. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, *67*(4), 294–306. <https://doi.org/10.1037/h0024431>

Ye, S., & Ng, T. K. (2019). Value change in response to cultural priming: The role of cultural identity and the impact on subjective well-being. *International Journal of Intercultural Relations*, *70*, 89–103. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2019.03.003>

Yu, G. B., Lee, D., Sirgy, M. J., & Bosnjak, M. (2018). Household income, satisfaction with standard of living, and subjective well-being. The moderating role of happiness materialism. *Journal of Happiness Studies*, *21*, 2851–2872.

<https://doi.org/10.1007/s10902-019-00202-x>

Yu, S., Levesque-Bristol, C., & Maeda, K. (2020). General need for autonomy and subjective well-being: A meta-analysis of studies in the us and east Asia. *Journal of Happiness Studies*. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9898-2>

Yıldırım, M., & Arslan, G. (2020). Exploring the associations between resilience, dispositional hope, preventive behaviours, subjective well-being, and psychological health among adults during early stage of COVID-19. *Current psychology (New Brunswick, N.J.)*, 1–11. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01177-2>

Yıldırım, M., & Çelik Tanrıverdi, F. (2020). Social support, resilience and subjective well-being in college students. *Journal of Positive School Psychology*, 5(2), 127-135. <https://doi.org/10.47602/jpsp.v5i2.229>

## **Anexo**



### **Consentimento informado**

A presente investigação intitula-se “Valores como preditores do bem-estar durante a pandemia COVID-19”, inserida no projeto “Preditores psicobiológicos do funcionamento positivo em população normativa”, e decorre no âmbito da realização de uma Dissestração de Mestrado em Psicologia Clínica para obtenção do grau de Mestre pelo aluno Cláudio Jorge Soares, sob orientação do Professor Doutor Paulo Alexandre Soares Moreira. Esta investigação e tem como objetivo avaliar se os valores detidos pelos indivíduos de uma população adulta portuguesa normativa permitem antecipar o nível de bem-estar subjetivo destes indivíduos durante a pandemia COVID-19.

Ao participar nesta investigação irá responder a três questionários: 1) Inventário de Valores de Vinte Itens (IVVI)(Sandy et al., 2017), adaptado para português por Moreira (por publicar); 2) Afeto Positivo e Negativo (PANAS)(Watson et al., 1988), adaptado para português por Galinha e Pais-Ribeiro (2005); 3) World Health Organization Quality of Life – WHOQL-Brief (The Whoqol Group, 1998), adaptado para português por Vaz-Serra et al. (2006).

Ao participar nesta investigação fá-lo-á voluntariamente e de forma anónima, sendo que qualquer informação recolhida será mantida em confidencialidade e apenas utilizada para fins unicamente académicos e de investigação. Pode desistir da sua participação a qualquer altura sem qualquer prejuízo ou dano para a sua pessoa.

- Professor Doutor Paulo Moreira: [paulomoreira@por.ulusiada.pt](mailto:paulomoreira@por.ulusiada.pt)
- Cláudio Soares [21509216@por.ulusiada.pt](mailto:21509216@por.ulusiada.pt)



Eu, \_\_\_\_\_, dou o meu consentimento e aceito participar na presente investigação. Declaro que compreendi a informação que me foi transmitida e que tive a oportunidade de esclarecer todas as minhas dúvidas. Declaro ainda ter sido informado acerca da confidencialidade e anonimato referente aos dados e respostas por mim facultados nesta investigação.

Data

Assinatura

\_\_/\_\_/\_\_

\_\_\_\_\_