



Ano 4, Vol. VII, Número, 2, pág. 77- 87, Humaitá-AM, Jul.- Dez, 2011.

INDICADORES DO BEM ESTAR SUBJETIVO DE DISCENTES DO ENSINO SUPERIOR NO AMAZONAS

Suely A. do Nascimento Mascarenhas
Mayla Luzia Algayer Peluso

RESUMO: Este trabalho tem como objetivo geral determinar índices de satisfação e bem-estar em amostras de estudantes universitários do Amazonas, e sua relação com o rendimento acadêmico, considerando as atividades escolares, a conclusão de que níveis mais altos de felicidade e satisfação que estão relacionados a comportamentos mais positivos no trabalho. Os resultados verificados nesse estudo coincidem com conclusões de outras investigações realizadas nesse domínio acadêmico.

Palavras-chave: Saúde, Bem-estar subjetivo, Rendimento acadêmico,

INDICADORES DEL BIENESTAR SUBJETIVO DE ALUMNOS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR EN EL AMAZONAS (BRASIL)

RESUMEN: Este trabajo tiene como objetivo general determinar índices de satisfacción y bienestar en muestras de estudiantes universitarios del Amazonas, y su relación con el rendimiento académico, considerando las actividades escolares, la conclusión de que niveles más altos de felicidad y satisfacción están relacionados a comportamientos más positivos en el trabajo. Los resultados verificados en ese estudio coinciden con conclusiones de otras investigaciones realizadas en ese dominio académico.

Palabras-clave: Salud, Bienestar subjetivo, Rendimiento académico,

Introdução

A literatura sobre felicidade, bem-estar subjetivo e satisfação com a vida, em seus diferentes aspectos, experimentou significativo crescimento nas duas últimas décadas. Esse ramo da ciência está preocupado, principalmente, com a forma e as razões pelas quais as pessoas conduzem suas vidas de maneira positiva (SNYDER & LOPEZ, 2001; SWANBROW, 1989). Neste sentido, a satisfação com a vida é um indicador-chave de bem-estar, em geral baseada mais em critérios subjetivos do que em medidas objetivas definidas

por especialistas e afetada por fatores situacionais, humor e padrões de comparação (DIENER, 1984; DIENER & SUH, 2000).

O bem-estar subjetivo é uma área da psicologia que tem crescido muito ultimamente, cobrindo estudos que têm utilizado as mais diversas nomeações, tais como: felicidade, satisfação, estado de espírito e afeto positivo. De forma ampla, pode-se dizer que o tema foca como as pessoas avaliam suas vidas (DIENER, 1996). Mais especificamente, este construto diz respeito a como e por que as pessoas experiênciam suas vidas positivamente. Também é considerada a avaliação subjetiva da qualidade de vida. (GIACOMONI C. H. 2004)

Entendemos então que, o bem estar subjetivo está relacionado com o que cada pessoa pensa e acredita ser suficiente para sua vida. Dentro do contexto universitário o bem-estar subjetivo, como em qualquer outro contexto, influencia o rendimento do discente. Estudos realizados neste domínio concluem que a realização acadêmica faz parte dos fatores de felicidade, na opinião de sujeitos brasileiros, universitários ou não, sendo a educação considerada um preocupante problema social (DELA COLETA, DELA COLETA & DELA COLETA, 2005).

Nesse sentido são necessárias investigações que privilegiavam abordagens desenvolvimentistas na análise dos processos de transição do ensino secundário para o ensino superior, concretamente ao nível do estudo das implicações das tarefas desenvolvimentais no bem-estar psicológico e rendimento escolar do jovem adulto (DIAS & FONTAINE, 1996). De fato, as alterações que se fizeram sentir neste sistema nas últimas décadas do século XX, trouxeram maiores exigências de desenvolvimento psicossocial e autonomia aos estudantes. O alargamento do acesso ao ensino superior teve implicações, quer ao nível das pressões econômicas a que os estudantes de classes sociais mais baixas passaram a estarem sujeitos, ao contrário do que acontecia no sistema elitista; quer no que respeita à alteração para um ambiente no ensino superior mais autônomo, com menor interação individual entre docentes e discentes e maior competição entre alunos (RESAPES, 2002). Todos estes fatores contribuíram, assim, não só para um decréscimo do bem-estar e rendimento

acadêmico, como para um aumento de psicopatologias nesta população (PEREIRA ET AL., 2004).

Neste sentido, este trabalho procura determinar índices de satisfação e bem-estar subjetivo em amostras de estudantes universitários, e sua relação com o rendimento acadêmico, podendo contribuir para a elaboração de trabalhos de orientação para a saúde dentro do ambiente universitário.

Bem estar subjetivo, teorias e conceitos:

Desde os tempos antigos as pessoas procuram seu bem-estar com o mundo, as pessoas, o trabalho, ou seja, procuram ser felizes dando prazer não só a ela, mas também às pessoas à sua volta. O interessante é que a maioria dos seres humanos procura agradar e fazer os outros felizes, e quando isso não acontece elas acabam se tornando infelizes (GONÇALVES, 2008). Por muito tempo a Psicologia procurou estudar mais os problemas que atingem o bem-estar do ser humano do que as reações positivas como a potencialidade, motivação e capacidade que tem por finalidade promover a felicidade humana (GRAZIANO, 2005).

A Psicologia passa a se interessar não só apenas pelo estudo da fraqueza e do dano, mas também pelo estudo da qualidade e da virtude, pois, tratar não significa apenas consertar o que está com defeito, mas também cultivar o que temos de melhor. (SNYDER, C. R.; SHANE J. 2009).

Pesquisas têm sido desenvolvidas no sentido de compreender o processo do bem-estar subjetivo do ser humano. As bases do estudo do bem-estar subjetivo surgem no campo da filosofia com o objetivo de estudar a felicidade (GONÇALVES, 2008). Conforme Fiquer, (2006) os filósofos gregos Demócrito, Sócrates, Platão, Aristóteles e Epicuro foram os primeiros estudiosos a pensar e a compreender os significados da felicidade e sua relevância para a vida dos indivíduos. No entanto, na Idade Média percebe a falta de preocupação com este tema tão importante que é inerente a todos, porém começou a ser estudada novamente a partir do século XIX com o advento da Psicologia Científica.

O bem-estar subjetivo é composto de quatro subcomponentes: Satisfação com a vida (aspecto cognitivo), afeto positivo, afeto negativo (aspecto emocional) e felicidade (preponderância dos afetos positivos sobre os afetos negativos). A felicidade é estudada através autorrelatos da avaliação subjetiva da qualidade de vida, constituindo-se no modo como as pessoas percebem-se emocionalmente.

De acordo com Diener (1995), o afeto positivo é um contentamento hedônico puro experimentado em determinado momento com um estado de alerta, de entusiasmo e de criatividade. É um sentimento transitório de prazer ativo, mais uma descrição de um estado emocional do que um julgamento cognitivo. Já o afeto negativo refere-se a um estado de distração e engajamento desprazível que também é transitório, mas, que incluem emoções desagradáveis como ansiedade, depressão, agitação, aborrecimento, pessimismo e outros sintomas psicológicos afetivos e angustiantes.

A dimensão satisfação com a vida refere-se a um julgamento cognitivo de algum domínio específico na vida da pessoa, de forma geral um processo de juízo e avaliação geral da própria vida. (EMMONS, 1986). Ou ainda de acordo com (SHIN E JOHONSON, 1978) refere-se a uma avaliação sobre a vida de acordo com um critério próprio.

Sendo assim, o julgamento da satisfação depende de uma comparação entre as circunstâncias de vida do indivíduo e um padrão por ele escolhido. Quando uma pessoa apresenta um nível elevado de bem-estar subjetivo está experimentando satisfação com a vida, felicidade, emoções positivas frequentes e emoções negativas com pouca frequência. Do mesmo modo que alguém, com baixo nível de bem-estar subjetivo não está tendo satisfação com a vida nem felicidade, e está experimentando mais emoções negativas e poucas positivas. (DIENER, SUH E DISHI, 1997; DIENER E LUCAS, 1999)

O bem-estar subjetivo é uma área da psicologia que tem crescido muito ultimamente, cobrindo estudos que têm utilizado as mais diversas nomeações, tais como: felicidade, satisfação, estado de espírito e afeto positivo. De forma ampla, pode-se dizer que o tema foca como as pessoas avaliam suas vidas (DIENER, 1996). Mais especificamente, este construto diz respeito a como e

por que as pessoas experiênciam suas vidas positivamente. Também é considerada a avaliação subjetiva da qualidade de vida. (GIACOMONI C. H. 2004)

Neste sentido, o bem estar subjetivo está relacionado com o que cada pessoa pensa e acredita ser suficiente para sua vida. Dessa maneira, para alguns possuir bens materiais não significa alcançar a felicidade, pelo contrário, podendo ser feliz com o suficiente para sobreviver.

Diener e Seligman (2002) vão mais além quando afirmam que os estudos sobre pessoas felizes são raros na literatura científica, enquanto investigações sobre pessoas muito felizes não existem. Segundo Myers e Diener (1995), artigos psicológicos referentes a estados negativos excedem aqueles que estudam estados positivos em uma proporção de 17 artigos para um. A diferença observada entre o número de artigos é surpreendente

Verifica-se que a área da psicologia positiva tem crescido gradativamente a cada ano, sendo que os pesquisadores estão demonstrando interesse no lado positivo do ser humano, pois este é parte fundamental para entender o sucesso profissional e pessoal de cada indivíduo. Com a mudança de foco da investigação para a dimensão positiva da saúde mental, o bem-estar subjetivo assume-se como o conceito chave de um campo de investigação emergente desenganando Psicologia Positiva. (PAIS RIBEIRO, 2005)

A psicologia não deve se ater apenas ao estudo da doença, da fraqueza e das forças e virtudes humanas. O tratamento psicológico não envolve apenas um reparo de algo que está quebrado, mas o cultivo do que há de melhor em cada indivíduo. A psicologia não deve ser concedida apenas como uma filial da medicina preocupada com a doença ou a saúde, ela é muito mais abrangente, pois envolve o trabalho, a educação, a introspecção, o amor e o crescimento (SELIGMAN & CSIKSZENTMIHALYI, 2000).

Seligman (2004, p.287) afirmou que ambos os termos – felicidade e bem estar subjetivo -, podem ser utilizados de maneira intercambiável, descrevem “os objetivos de todos os esforços da “Psicologia Positiva”

incluindo “sentimentos positivos (êxtase e conforto, por exemplo) e atividade positivas (absorção e dedicação, por exemplo)”.

Portando, estudos do bem-estar subjetivo abrem as portas para novas contribuições que busquem o entendimento do ser humano a partir de suas potencialidades, e não apenas de suas fraquezas, como acontecia até pouco tempo no campo de estudos científicos da psicologia.

Orientação para Saúde:

Saúde não é somente uma palavra que caracteriza a ausência de doenças, uma vez que esse conceito envolve aspectos mais amplos, como o bem-estar físico, mental e social. Nos últimos anos a investigação em Psicologia, tem vindo a modificar-se, evidenciando uma tendência para abordar as variáveis positivas e preventivas (SIMONTON *et al.*, 2005) estudando assim, os aspectos positivos da experiência humana, entendendo e fortalecendo os fatores que permitem aos indivíduos prosperar, de uma forma geral, melhorar a qualidade de vida, (SELIGMAN *et al.*, 2000).

Tal perspectiva apóia-se na evidencia de que as atitudes de zelar pela promoção e manutenção da própria saúde ou o contrário, são comportamentos aprendidos podendo estar nas agendas das lideranças em educação para a saúde como forma de viabilizarem ações que favoreçam a prevenção e promoção da qualidade de vida e do bem-estar psicossocial em todos os contextos da convivência humana saudável (RIBEIRO, 2005, 2007). Levando também em consideração o que preconiza a Constituição Federal do Brasil de 1988, que estabelece como direito de todo cidadão e dever do Estado o acesso e a oferta de serviços sociais, tais como, saúde e educação, ou seja, condições primárias para o bem-estar psicossocial que caracteriza a qualidade de vida é direito de todos.

Diante desses aspectos, fica claro que a promoção da saúde depende de comportamentos individuais e também de aspectos de dimensão coletiva sendo, este último caso, uma questão intimamente relacionada às políticas públicas. Dentro do contexto acadêmico o conceito de orientação para saúde se encaixa

atendimento do serviço social da universidade ou ainda no serviço de orientação educativa, os problemas abordados nestes serviços são multifacetados e complexos, desde os mais pessoais e desenvolvimentais, tais como relacionados com saúde e bem-estar, passando pelos problemas de natureza acadêmica, tais como stress e ansiedade, competências de estudo e estratégias de gestão do tempo, relações interpessoais, inserção no mercado de trabalho até as de foro psicopatológico. De acordo com os problemas identificados nos alunos do ensino superior, bem como o tipo de instituição e estrutura de apoio, assim são diversificadas as abordagens de aconselhamento psicológico.

Rendimento acadêmico e Bem estar subjetivo:

A literatura nos domínios da Psicologia Educacional e da Psicopedagogia, fundada em estudos empíricos, sugere que existem relevantes associações na relação entre a relação entre bem-estar subjetivo e o sucesso, a realização, a produtividade funcional ou profissional. Se as pessoas sentem-se bem nos papéis profissionais que realizam em razão de um ambiente físico e não físico de promoção ao seu bem-estar sentem-se seguras para investir tempo e talento na realização do melhor trabalho possível.

No caso do estudante a busca da eficiência e eficácia na realização das atividades de estudo que conduzem à aprendizagem significativa e, por consequência, a uma boa formação profissional, uma vez que o ordenamento jurídico brasileiro estabelece que as atividades acadêmicas de ensino-pesquisa-extensão são indissociáveis e que ao referido serviço público deve ser ofertado com garantia de padrão de qualidade entendida como a eficiência estabelecida como princípio constitucional dos serviços públicos (BRASIL, 1988,1996).

Metodologia:

Considerando o interesse de que os resultados sirvam para prever os comportamentos que exercem efeitos sobre o rendimento acadêmico, neste caso a relação família-universidade. A opção metodológica é pelo enfoque quali-quantitativo transversal, com amostra representativa da população, pois todo fenômeno existe em alguma medida e qualidade.

Participantes:

Participaram da pesquisa n=300 sujeitos, sendo 175 (58,3%) do sexo feminino e 113 (37,7%) do sexo masculino e 12 (4,0%) não se identificaram quanto ao gênero, todos acadêmicos matriculados em diversos cursos da Universidade Federal do Amazonas — UFAM/Humaitá 82% e da Universidade do Estado do Amazonas – UEA em Humaitá 11,7% e UEA em Humaitá 6,3% (Quadros 1 e 2).

Quadro 1: Sexo dos participantes amostra n=300-Estudantes Universitários

	F	%	% válida	% acumulada
Válidos FEMININO	175	58,3	60,8	60,8
MASCULINO	113	37,7	39,2	100,0
Total	288	96,0	100,0	
Perdidos Sistema	12	4,0		
Total	300	100,0		

Quadro 2: Instituição universitários participantes da amostra n=300

	F	%	% válida	% acumulada
Válidos UFAM	246	82,0	82,0	82,0
UEA	35	11,7	11,7	93,7
UEA – APUÍ	19	6,3	6,3	100,0
Total	300	100,0	100,0	

Instrumento:

Os instrumentos utilizados para a coleta dos dados foram as *Escalas PANAS (Positive and Negative Affect Schedule)* – Afetividade positiva e afetividade negativa. Bem-estar subjetivo – 22 itens e *SWLS (Satisfaction with Life Scale)* avalia a satisfação com a vida uma dimensão do bem-estar subjetivo (BES) – 5 itens. Os dados foram analisados com o auxílio do programa SPSS, versão 15.0 de acordo com os objetivos da investigação.

Resultados e Discussão:

Da análise descritiva dos dados foram diagnosticados indicadores significativos nos itens: 5. *Forte* $F=5,757$ e $p=0,17$, 10. *Orgulhoso* $F=5,773$ e $p=0,17$, 14. *Inspirado* $F=6,381$ e $p=0,12$, 21. *Emocionado* $F=6,399$ e $p=0,12$, da Escala PANAS, apontando para um equilíbrio entre as afetividades positivas e negativas dos acadêmicos, o que resulta em demonstração de sentimentos positivos referentes a vida acadêmica.

Já na da Escala SWLS relativo à satisfação com a vida o item com maior significância foi o item 1. *A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu desejaria que ela fosse*, com $F=5,218$ e $p=0,23$. Os dados expostos mostram claramente que a concepção de bem-estar passa prioritariamente pela satisfação, esses resultados refletem ao analisarmos o rendimento desses universitários, quando observamos que 44,0% apresentam sua média de rendimento variando entre 5,1 e 7,0 (quadro 3).

Quadro 3: Rendimento acadêmico n=300 estudantes universitários Amazonas

Rendimento	F	%	% válida	% acumulada
Válidos 0 – 5	16	5,3	5,3	5,3
5,1 - 7,00	132	44,0	44,0	49,3
7,1 - 8,0	100	33,3	33,3	82,7
ACIMA DE 8,0	37	12,3	12,3	95,0
NÃO INFORMADO	15	5,0	5,0	100,0
Total	300	100,0	100,0	

Considerações finais:

O conjunto de estudantes que integram essa amostra apresenta indicadores de afetividade positiva e satisfação com a vida adequados o que exerce efeito favorável sobre o processo de estudo e aprendizagem e rendimento acadêmico.

Os resultados verificados nesse estudo coincidem com conclusões de outras investigações realizadas nesse domínio acadêmico e demonstram a importância de desenvolver trabalhos alicerçados na investigação e na interdisciplinaridade com outras ciências e outros profissionais, enriquecendo as teorias e práticas do apoio psicológico no ensino superior, através de políticas de orientação educativa no ensino superior que possam contribuir para apoiar e promover a saúde psicológica dos estudantes.

Referências:

BESSA, J. & TAVARES, J. (2000). Níveis de ajustamento e auto regulação académica em estudantes do 1.º ano de ciências e engenharia da Universidade de Aveiro. In J. Tavares & R. Santiago (Eds), *Ensino Superior, (in)sucesso académico*. Porto: Porto Editora.

CHIUZI, R. M. (2006). **As Dimensões das Organizações Positivas e seus Impactos sobre o Bem-Estar dos Trabalhadores**. 2006. 74 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde) – Faculdade de Psicologia, UMESP, São Bernardo do Campo.

DELA COLETA, A. S. M., DELA COLETA, M. F., & Dela Coleta, J. A. (2005). O que me falta para ser feliz? [Resumo]. Em Sociedade Brasileira de Psicologia (Org.), *Resumos de Comunicações Científicas. XXXV Reunião Anual de Psicologia* (CD-ROM). Ribeirão Preto: SBP.

DELA COLETA, M. F. & DELA COLETA, J. A. (1997). Satisfação com aspectos da vida: uma comparação entre 41 culturas. [Resumo]. Em Sociedade Interamericana de Psicologia (Org.), *Resumos. XXVI Congresso Interamericano de Psicologia* (pp.138-139). São Paulo: SIP.

DELA COLETA, M. F., DELA COLETA, J. A. & Diener, E. (1996). Estudo transcultural do sentimento de satisfação e de felicidade. [Resumo]. Em



Sociedade Brasileira de Psicologia (Org.), *Resumos de Comunicações Científicas. XXVI Reunião Anual de Psicologia* (p. 184). Ribeirão Preto: SBP.

DIAS, G. F., (2006). *Apoio Psicológico a jovens do ensino superior: métodos, técnicas e experiências*. Porto: Edições Asa.

DIENER, E. Subjective Well-being: The science of happiness, and a proposal a national index. *American Psychologist*. v. 55, n. 1, p. 34-43, Oct. 2000.

DIENER, E.; SCOLLON, C. N.; LUCAS, R. E. *The evolving concept of subjective well-being: the multifaceted nature of happiness*. *Advances in cell aging and gerontology*. v. 15, Set. 2003.

FIQUER, J. T. **Bem-estar subjetivo**: influência de variáveis pessoais e situacionais em auto-relatos de afetos positivos e negativos. 2006. 158 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, USP, São Paulo, 2006.

GONÇALVES, I. (1997). O serviço de apoio psicológico do Instituto Superior Técnico: Balanço do trabalho realizado durante o ano de 1995. *Actas da Conferência Internacional A Informação e a Orientação Escolar e Profissional no Ensino Superior: Um desafio da Europa*. Universidade de Coimbra.

GRAZIANO, L. D. **A Felicidade Revisitada**: um estudo sobre o bem-estar subjetivo na visão da psicologia positiva. 2005, 126 f. Tese (Doutorado em Psicologia) Instituto de Psicologia, USP, São Paulo, 2005. happiness and life satisfaction. In: SNYDER, C. R; LOPES, S. (Orgs.). *Handbook of Positive Psychology*. New Hork: Oxford, p. 63-73, Set. 2002.

NASCIMENTO, S. H. **As Relações entre Inteligência Emocional e Bem-Estar no Trabalho**. 2006. 101 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde) – Faculdade de Psicologia, UMESSP, São Bernardo do Campo, 2006.

Recebido em 3/2/2011. Aceito em 4/6/2011.