

Investigação da Qualidade de Vida e Felicidade na Perspectiva da Psicologia Positiva

Fátima Niemeyer da Rocha

Universidade Severino Sombra, CECS
fatimaniemeyer@uol.com.br

Maria Elisa Carvalho Bartholo

Universidade Severino Sombra, CELCSAH
elisacbar@yahoo.com.br

Cláudio da Silva Ribeiro

Universite de Moncton, U.M., Canadá
ribeiro2509@hotmail.com

Resumo: *Estudo qualitativo do imaginário do estado de felicidade e qualidade de vida desenvolvido no município de Vassouras-RJ, na perspectiva da Psicologia Positiva. Envolveu 40 participantes, sendo 20 jovens professoras e 20 pessoas acima de 50 anos. Os instrumentos utilizados para a coleta de dados foram: questionário de Dados Pessoais, Escala SWB, Escala PANAS, Escala SLS e Questionário de Auto-avaliação do Bem-estar Pessoal. Os resultados indicaram que: os participantes se perceberam felizes; a possibilidade de acesso aos bens materiais foi vista como condição primordial na obtenção de qualidade de vida e felicidade; os aspectos objetivos (recursos materiais) preponderaram sobre os aspectos subjetivos (aspectos psicológicos); a percepção da qualidade de vida ultrapassou o simples poder aquisitivo, abrangendo a compreensão de bem-estar; e os aspectos objetivos da qualidade dos serviços de que a população dispõe apareceram aliados aos aspectos subjetivos do seu bem-estar.*

Palavras-chave: *Psicologia positiva. Felicidade. Qualidade de vida.*

The Quality of Life and Happiness Research in the Perspective of Positive Psychology

Abstract: *Qualitative study of the imaginary state of happiness and quality of life developed in the Vassouras City -RJ, from the perspective of Positive Psychology. It involved 40 participants, 20 teachers and 20 young adults over 50 years. The instruments used for data collection were: questionnaire of personal data, SWB Scale, PANAS Scale, Scale SLS and Self-Assessment Questionnaire Welfare Personnel. The results indicate that: participants perceived themselves happy, the possibility of access to material goods was seen as a prerequisite in obtaining quality of life and happiness, the objective aspects (material*

resources) predominated on the subjective aspects (psychological aspects), the perception of quality of life goes beyond simple purchasing power, including the understanding of well-being, and the objective aspects in services quality that the population has allies appeared to subjective aspects of their well-being.

Keywords: *Quality of life. Happiness. Positive psychology.*

Introdução

A sociedade contemporânea tem estado envolvida, cada vez mais, nos processos de globalização e mundialização, instrumentalizados pela intensificação dos fluxos de informação e de pessoas através dos novos *mídia*, que abolem as distâncias e o tempo e colocam todos em contato com todos e com diferentes maneiras de viver, pensar e sentir a vida. O mundo atual vem se caracterizando pela diversidade e pela transformação dos seus espaços numa rede altamente complexa de relações sociais, num entrelaçar cada vez mais intenso de diferentes culturas. Os indivíduos encontram-se interligados pela penetração do mundo em seu cotidiano, que, além de modificar seus hábitos, comportamentos e valores, amplia as possibilidades de congregarem e compartilharem representações e identificações. E cada espaço da sociedade é marcado, ao mesmo tempo, por valores particulares e por uma mentalidade coletiva. Assim, embora mantendo sentidos pessoais em decorrência das experiências cognitivas e afetivas, as representações e interpretações da realidade que cada pessoa constrói são compartilhadas no discurso legitimado no contexto cultural de sua coletividade, nas atividades intelectuais da interação social cotidiana, na comunicação e nas práticas sociais.

Com o pressuposto de trazer benefícios à vida comum, os processos econômicos e tecnológicos, e com eles os produtos industriais de alta tecnologia, alteraram a concepção e a expectativa de qualidade de vida no ocidente. E construiu-se a idéia de que qualidade de vida é igual a ser feliz, ficando os conceitos de qualidade de vida e felicidade indelevelmente imbricados. Por um lado, a felicidade é experimentada pela pessoa de modo individual e intransferível e, por outro, a representação de qualidade de vida é definida tanto a partir da singularidade de suas vivências particulares, quanto nos horizontes do contexto sócio-histórico-cultural. Importante para o estudo da qualidade de vida, o conceito do estado de felicidade – e suas extensões: o bem-estar subjetivo e a satisfação – tornou-se, recentemente, objeto do interesse científico, circunscrevendo um campo de pesquisa em franca expansão no mundo pós-moderno. Na investigação da qualidade de vida, três fatores devem ser considerados, entre outros: o acesso à tecnologia; o conhecimento quanto ao seu uso; e o estado psicológico da pessoa ao usufruir os aparatos tecnológicos.

Partindo da premissa de que a percepção da qualidade de vida de uma pessoa ultrapassa o seu poder de compra e atinge sua compreensão do que é o bem-estar, o estudo interrogou a idéia de se os aspectos objetivos da qualidade dos serviços de que a população vassourense dispõe - como água, saúde, moradia, educação e emprego - se fundem aos aspectos subjetivos pertinentes ao seu bem-estar. Indagou a possibilidade de jovens

professoras e de pessoas idosas dessa comunidade sentirem felicidade apesar de não terem todas as suas necessidades atendidas em áreas como educação, moradia, alimentação, saúde e afetividade. Pretendeu avaliar de que forma as pessoas definem a qualidade de suas vidas na cidade de Vassouras, como também investigar se os aspectos subjetivos (características psicológicas pessoais) do vassourense preponderam sobre os aspectos objetivos (recursos técnicos e materiais de que dispõem) ao considerar sua qualidade de vida. E procurou verificar se os conceitos de qualidade de vida e de estado de felicidade se mostram equivalentes entre as duas faixas etárias investigadas - jovens professoras e pessoas acima de 50 anos -, como consequência do convívio intergeracional. Nessa perspectiva, o estudo buscou responder as hipóteses de que a possibilidade de acesso aos bens materiais, objetivos, proporcionados pelas condições tecnológicas atuais, seria vista como uma condição primordial para o vassourense na obtenção de qualidade de vida e estado de felicidade e de que o vassourense se percebe feliz.

Qualidade de Vida e Psicologia Positiva

Atualmente, conceitos como “qualidade de vida” e “padrão de vida” têm estado entre as preocupações tanto de cientistas sociais, quanto de filósofos e políticos. O conceito de “qualidade de vida”, na avaliação do bem-estar da população, vem desencadeando a movimentação de cientistas, das mais variadas áreas do conhecimento, em torno da criação de parâmetros bem mais amplos do que o simples controle de sintomas, a diminuição da mortalidade ou o aumento da expectativa de vida. Nesse sentido, alguns pesquisadores da psicologia têm se dedicado ao estudo do bem-estar subjetivo e da qualidade de vida, de um modo geral, com o intuito de descobrir quais são os fatores que determinam que uma pessoa se veja como satisfeita e “de bem com a vida”. O termo qualidade de vida, atualmente, abrange um conjunto de condições que podem afetar a percepção do indivíduo, os seus sentimentos e os seus comportamentos em relação ao cotidiano, não se referindo estritamente à questão da saúde (Whoqol, 1998). Além disso, no contexto geral, a qualidade de vida da população idosa passou a ocupar um lugar de destaque nas pesquisas, principalmente na área da saúde, devido ao aumento da expectativa de vida, em consequência do desenvolvimento tecnológico.

Autores como Fox-Rushby e Parquer (Whoqol, 1998) apontam para a possibilidade do conceito de qualidade de vida ser visto como dissociado da cultura, enquanto outros, como Bullinger (Whoqol, 1998), indicam a existência de um universal cultural de qualidade de vida, independentemente de época, nação ou cultura, importando mais o sentimento de bem-estar psicológico, onde contam as boas condições físicas, a integração social e a competência funcional. Embora não haja uma definição precisa do que constituiria qualidade de vida, enquanto objeto de conhecimento, em 1958 o Grupo de Qualidade de Vida da divisão de Saúde Mental da OMS definiu qualidade de vida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (Whoqol, 1998). E, a despeito da dificuldade de se estabelecer um consenso referente ao *constructo* de qualidade de vida, destacam-se três aspectos fundamentais: subjetividade; multidimensionalidade; presença de dimensões positivas (por exemplo: mobilidade) e

negativas (por exemplo: dor) (Whoqol, 1998).

Durante algum tempo, a idéia de qualidade de vida esteve relacionada à aquisição de bens materiais e ao seu impacto na vida das pessoas. (Qualidade de vida, 2002) Hoje, modelo de qualidade de vida preconizado pelo mundo ocidental, urbanizado e rico, é polarizado por um certo número de valores: conforto, prazer, boa mesa, moda, utilidades domésticas, viagens, carro, televisão, telefone, computador, uso de tecnologias que diminuam o trabalho manual, consumo de arte e cultura, entre outras comodidades e riquezas. A partir do crescimento do movimento ambientalista na década de 1970, agregou-se à noção de conforto, bem-estar e qualidade de vida, a perspectiva da ecologia humana (que trata do ambiente biogeoquímico, no qual vivem o indivíduo e a população; e o conjunto das relações que os seres humanos estabelecem entre si e com a própria natureza). (Minayo, Hartz e Buss, 2000) De acordo com Seidl e Zannon (2004), o termo qualidade de vida tem sido utilizado em duas vertentes: na linguagem cotidiana, pela população em geral, jornalistas, políticos, profissionais de diversas áreas e gestores em políticas públicas; e no contexto da pesquisa científica, em diferentes campos do saber, como na economia, na sociologia, na educação, na medicina, na enfermagem, na psicologia e nas demais especialidades da saúde.

Myers e Diener (1997) argumentam que as especulações sobre felicidade são antigas, encontradas, através dos séculos, nas obras dos mais diferentes filósofos. Alguns sugeriram que a felicidade está relacionada com a vida virtuosa, outros com os prazeres, com a verdade, as ilusões, a restrição e a eliminação da ira e da miséria, entre outras posições. No entanto, para descobrirmos a verdade sobre a felicidade, temos que nos perguntar como estas idéias se relacionam com a realidade - ou seja, temos que estudar a felicidade cientificamente. Por sua vez, Csikszentmihalyi (1999, p.26) afirma que, “até meados do século XX, os psicólogos relutavam em estudar a felicidade, porque o paradigma behaviorista reinante nas ciências sociais sustentava que emoções subjetivas eram vagas demais para que fossem objetos apropriados de pesquisa científica. Mas à medida que o ‘empirismo árido’ no meio acadêmico foi amainando nas últimas décadas, permitindo que a importância das experiências subjetivas pudesse ser novamente reconhecida, o estudo da felicidade foi retomado com um novo vigor.”

Sheldon e King (2001) definem a Psicologia Positiva como o estudo científico das forças e das virtudes e Seligman (2004) assentou seus três pilares: o estudo das emoções positivas; o estudo dos traços positivos (forças, virtudes e habilidades, como a inteligência e a capacidade atlética); e o estudo das instituições positivas, como a democracia, a família e a liberdade (um amplo círculo moral que dá suporte às virtudes que, por sua vez, apóiam as emoções positivas e levam a pensamentos positivos). De acordo com Seligman e Csikszentmihalyi (2000) o campo da Psicologia Positiva: a) no nível subjetivo, preocupa-se com a experiência subjetiva percebida sobre o bem-estar; as emoções positivas podem estar relacionadas ao passado, ao presente e ao futuro: satisfação, contentamento, realização, orgulho e serenidade são emoções ligadas ao passado; alegria, êxtase, entusiasmo, calma, prazer, fluir e felicidade, referem-se ao presente; e esperança, otimismo, fé e confiança estão ligadas ao futuro; b) no nível individual, interessa-se pelas características individuais positivas tais como: vocação e capacidade para amar, coragem, habilidade em relações

interpessoais, sensibilidade estética, perseverança, capacidade de perdoar, originalidade, espiritualidade, competências e sabedoria; e c) no nível grupal, reporta-se às virtudes cívicas e às instituições que orientam os indivíduos para serem cidadãos melhores, tais como: responsabilidade, educação, altruísmo, civilidade, moderação, tolerância e trabalho ético.

Seligman(2004)descreveapropostadaPsicologiaPositivacomovolvendoaconsolidação de um novo campo, criando uma rede de pesquisadores que estabeleçam uma ciência social positiva, unindo trabalhos de economia, sociologia, ciência política e de outros campos afins, para que se discuta o futuro econômico e social da humanidade. O escopo teórico inicial da psicologia Positiva, apresentado por Seligman e Csikszentmihalyi (2000), está dividido em três tópicos principais: a experiência positiva, visando a responder a questão “o que faz um momento ser melhor do que outro?”; a personalidade positiva, englobando abordagens que têm a característica comum de uma perspectiva dos seres humanos como auto-organizados, autogovernáveis e seres adaptáveis; e as comunidades positivas e as instituições positivas, visto que tanto as pessoas quanto as experiências estão inseridas em um contexto social.

Nesse contexto, Diener e Seligman (2004) argumentam que os resultados das pesquisas sobre felicidade apontam para algumas circunstâncias que propiciam uma vida feliz, como: viver em uma sociedade democrática e estável, na medida em que esta provê recursos materiais necessários para a satisfação das necessidades inerentes à vida; possuir amigos e família que apoiem e encorajem diante das adversidades; ter um trabalho recompensador e atrativo e que proporcione uma renda adequada; ser razoavelmente saudável e ter tratamento disponível no caso de problemas mentais; ter metas importantes relacionadas aos valores da pessoa; ter uma filosofia ou religião que proveja uma orientação a ser seguida e que proporcione significado à vida da pessoa.

Assim, a pesquisa sobre bem-estar subjetivo, qualidade de vida e felicidade vem ampliando nossa compreensão a respeito de como os diferentes níveis de sentimentos de prazer e desprazer, objetivos de vida, estilos cognitivos, características de temperamento e estados de humor influenciam na definição de uma vida satisfatória. Tal investigação tem levantado o modo como as pessoas avaliam suas vidas, pelo estudo de variáveis como vida satisfatória, satisfação no casamento, ausência de depressão e ansiedade e emoções e estados de humor positivos. O bem-estar subjetivo é definido a partir da referência interna da pessoa, com foco nos sentimentos relativamente duradouros (Diener, Suh & Oishi, 1997).

Tanto Diener, Suh e Oishi (1997) como Diener e Lucas (2000) indicam o fato da pessoa poder avaliar sua própria vida tanto em termos de cognição (ao julgar aspectos de sua satisfação em relação à vida) como em termos de afeto (ao experimentar emoções e estados de humor de prazer ou desprazer). Embora esses componentes possam ser considerados separadamente, eles freqüentemente se inter-relacionam, o que sugere a existência de um *constructo* de bem-estar subjetivo de ordem superior (Diener & Lucas, 2000). A pessoa sente um alto nível de felicidade se freqüentemente experimenta uma vida satisfatória e alegria e se, ao mesmo tempo, experimenta emoções desprazerosas com menor freqüência. Csikszentmihalyi (1999) aponta para a relevância dos estados emocionais que a pessoa

experimenta quando realiza suas atividades, pois a sensação física que sente quando está, por exemplo, apaixonada, envergonhada, assustada ou feliz pode ser mais real do que aquilo que observa no mundo exterior. No entanto, Diener e Lucas (2000) sugerem que as pessoas apresentam uma memória pouco acurada para experiências emocionais - o que nos remete à idéia de que sejam fugazes.

Diener, Suh e Oishi (1997) distinguem três componentes primários do bem-estar subjetivo e felicidade: satisfação, sentimento agradável e baixo nível de sentimento desagradável, formando um fator global de variáveis inter-relacionadas, apesar de cada um deles poder ser subdividido. Por exemplo, a satisfação global pode ser dividida em satisfação nos mais variados âmbitos da vida, como no lazer, no amor, na amizade e outros; o sentimento agradável, em emoções específicas, como alegria, carinho e amor-próprio; e o desprazer ou sentimento desagradável, em emoções e estados de humor específicos, tais como vergonha, culpa, tristeza, raiva e ansiedade. E propõem que, de modo geral, há uma tendência para as pessoas experimentarem níveis semelhantes de bem-estar em diferentes aspectos de suas vidas. Além disso, de acordo com Diener e Lucas (2000) parece haver alguma estabilidade em longo prazo no montante de emoções prazerosas e desprazerosas que as pessoas experimentam.

Campbell (1976) defende a idéia de que avaliar bem-estar subjetivo implica investigar quantitativamente a experiência de vida das pessoas em sua individualidade. A melhoria da qualidade da água e do ar, do nível da educação, do tratamento médico e da moradia não indica, necessariamente, uma mudança em suas situações de vida que lhes permita entender subjetivamente suas experiências. Em termos gerais, o autor faz um alerta no sentido de não se confundir qualidade de vida – conceito ordenado numa visão objetiva – com experiência de satisfação de vida – apreendida e compreendida de forma estritamente subjetiva. No entanto, tanto em Diener, Suh e Oishi (1997) quanto em Csikszentmihalyi (1999), observa-se que a qualidade real da vida de uma pessoa e seu bem-estar subjetivo – o que ela faz e como se sente quanto a isso – podem ser determinados tanto por seus pensamentos e emoções, assim como pelas interpretações que dá aos processos químicos, biológicos e sociais, isto é, pelo modo como percebe e concebe o mundo, agindo sobre ele.

Além disso, Diener, Suh e Oishi (1997) demonstram que: o grau de envolvimento psicológico de uma pessoa com seus objetivos e suas circunstâncias de vida pode influenciar a intensidade de suas reações; o bem-estar subjetivo parece ser maior quando a pessoa se concentra em objetivos tangíveis e é otimista acerca do futuro; e a pessoa feliz experimenta os eventos, com maior frequência, de maneira positiva – principalmente, os desejáveis em sua cultura. E indicam a possibilidade da pessoa poder: abrandar ou intensificar suas reações emocionais em função do que pensa e, dessa forma, experimentar emoções mais ou menos intensas; aumentar seu bem-estar subjetivo pelo controle do conteúdo de seus pensamentos; e apresentar uma propensão para interpretar os acontecimentos ambíguos como bons e perceber os acontecimentos neutros mais positivamente do que as pessoas com baixo nível de bem-estar subjetivo.

Embora Csikszentmihalyi (1999) afirme que o modo como uma pessoa vive dependa, em grande parte, de seu sexo, idade e posição social – pois a casualidade do seu nascimento

a coloca numa cultura que determina suas experiências –, estudos relativos aos fatores demográficos, expostos em Diener, Suh e Oishi (1997), sobre variáveis como idade, educação, sexo e etnia, apresentam uma fraca relação com o bem-estar subjetivo. Contudo, em relação a variável casamento, por exemplo, os estudos revelam que pessoas casadas, de ambos os sexos, sentem mais felicidade do que as que nunca se casaram e as que estão divorciadas ou separadas.

Quanto à questão do dinheiro fazer as pessoas felizes, tanto em Diener, Suh e Oishi (1997) como em Csikszentmihalyi (1999), encontra-se uma fraca relação entre a renda e a satisfação com a vida e um padrão misto de evidências relativo aos efeitos de um sobre o outro. Pessoas que aumentaram ou diminuíram suas rendas não mudaram em termos de bem-estar subjetivo, parecendo que a influência entre essas variáveis ocorre apenas quando as necessidades físicas estão em jogo e que o aumento da riqueza faz pequena diferença para a felicidade. Assim, os dados indicam que, ultrapassado o limite da pobreza, os recursos acrescentados não aumentam de modo significativo a probabilidade de uma pessoa ser feliz.

Encontramos em Diener, Suh e Oishi (1997) um contraste entre as teorias que sustentam o bem-estar subjetivo como resultado da satisfação das necessidades humanas universais básicas e aquelas que enfatizam o contexto ou as circunstâncias em que a pessoa vive, que é avaliado em termos de fatores mutáveis, em lugar de universais biológicos. O contexto pode ser considerado de diferentes maneiras: na teoria da adaptação, é a vida passada da pessoa; nos modelos de comparação social, são os outros sociais que conhecem o objetivo da pessoa; e na abordagem do objetivo, são as metas pessoais conscientes. Csikszentmihalyi (1999) diferencia três contextos sociais, nos quais a maioria das pessoas passa períodos de tempo mais ou menos iguais, em seu cotidiano: o contexto composto pelos estranhos, colegas de trabalho ou de estudo - nessa esfera pública de ação os atos do indivíduo são avaliados pelos outros, ele compete por recursos e é possível estabelecer relacionamentos de colaboração; este contexto é o mais importante para o desenvolvimento do potencial do indivíduo, pois apesar dos riscos serem maiores, ocorre um maior crescimento; o contexto formado pela família - com a qual cria laços especiais de proximidade, onde se sente seguro e com a qual estabelece um grau maior de responsabilidade; e o contexto definido pela ausência de outras pessoas – a solidão; quer goste dela ou não, várias obrigações da vida diária exigem que a pessoa fique sozinha e que aprenda a lidar adequadamente com a solidão ou a qualidade da sua vida será prejudicada.

Tanto Csikszentmihalyi (1999) como Diener, Suh e Oishi (1997) indicam que a qualidade de vida e o bem-estar subjetivo dependem também do que a pessoa faz efetivamente para ser feliz - se desenvolve metas que dão significado à sua existência e se usa plenamente a sua capacidade intelectual ou o seu potencial para atingir objetivos e satisfazer suas necessidades. Para Csikszentmihalyi (1999), se a qualidade da vida de uma pessoa é determinada pelo conteúdo da sua experiência de viver, e esta ocorre no tempo, são essenciais as suas decisões sobre o modo como o seu tempo será investido, pois apesar das limitações impostas pela cultura e sociedade, é possível fazer escolhas pessoais, controlando e administrando o seu tempo entre três tipos principais de atividades: atividades produtivas - como o que deve fazer para gerar energia para sua sobrevivência e conforto

(por exemplo: trabalhar e estudar); atividades de manutenção – como os cuidados com a casa e com a alimentação (por exemplo: cozinhar, limpar e fazer compras) e os cuidados pessoais (por exemplo: tomar banho e vestir-se); e atividades de lazer – como assistir TV, leitura, ocupar-se com hobbies, esportes, filmes, contato social e repouso.

Método

Trata-se de um estudo descritivo, de campo, no qual a análise qualitativa das informações levantadas permitiu estabelecer uma correlação entre o imaginário relativo ao estado de felicidade e qualidade de vida do vassourense e os conceitos instituídos na literatura. Da população vassourense, os participantes que constituíram a amostra da pesquisa foram selecionados aleatoriamente, tendo sido guardados os critérios éticos de disponibilidade e consentimento: 20 professoras do ensino fundamental do município de Vassouras, com idade variando entre 20 e 39 anos, consideradas como participantes das idéias que prevalecem no senso comum a respeito da felicidade e da qualidade de vida, repassando-as para seus alunos durante a ação pedagógica; e 20 pessoas com idade variando entre 50 e 89 anos, consideradas como referencial da idéia de qualidade de vida e felicidade tradicionalmente instituída na comunidade, pela experiência adquirida vivendo na cidade. Para a coleta dos dados foram utilizados os instrumentos: Questionário de Dados Pessoais; Escala SWB (*Subjective Well-Being*) que avalia o grau subjetivo de satisfação e felicidade, conforme o entendimento do entrevistado; Escala PANAS (*Positive Affect and Negative Affect Scale*) que avalia a presença de afetos positivos e negativos no momento; Escala SLS (*Satisfaction of Life Scale*) que avalia a percepção de satisfação com a vida; e Questionário de Auto-avaliação do Bem-estar Pessoal (QABP).

Para a análise dos dados recolhidos pelo Questionário de Auto-avaliação do Bem-estar Pessoal, foi utilizada a Análise de Conteúdo, por tratar-se de um

conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens (Bardin, 2000, p.42)

Resultados

Em relação aos dados sócio-demográficos da amostra, coletados através do Questionário de Dados Pessoais, as Tabelas 1. a 6. apresentam os resultados quanto a: faixa etária, nível de escolaridade, estado civil, vínculo de trabalho, sexo e renda.

Tabela 1. Faixa Etária		
Faixa Etária	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
20 - 29 anos	60%	-
30 - 39 anos	15%	-
50 - 59 anos	-	30%
60 - 69 anos	-	20%
70 - 79 anos	-	40%
80 - 89 anos	-	10%
Não respondeu	25%	-

Tabela 2. Nível de Escolaridade		
Nível de Escolaridade	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Ensino fundamental	-	10%
Ensino médio	5%	40%
Ensino superior incompleto	55%	-
Ensino superior completo	5%	50%
Pós-graduação incompleta	5%	-
Pós-graduação completa	5%	-
Não respondeu	25%	-

Tabela 3. Estado Civil		
Estado Civil	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Nunca casada(o)	45%	15%
Casada/ companheira	25%	55%
Separada/ divorciada	5%	-
Não respondeu	25%	30%

Tabela 4. Trabalho		
Trabalha	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Sim	70%	35%
Não	5%	65%
Não respondeu	25%	-

Tabela 5. Sexo		
Sexo	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Feminino	100%	75%
Masculino	-	25%

Tabela 6. Renda		
Salários Mínimos	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
1-3 salários mínimos	50%	-
4-6 salários mínimos	20%	30%
7-9 salários mínimos	-	10%
10 salários mínimos	-	25%
30 salários mínimos	-	5%
Sem renda	5%	-
Não respondeu	25%	30%

Para a avaliação da maneira como as pessoas definem a qualidade de suas vidas na cidade de Vassouras e levantar o seu grau de satisfação, felicidade e bem-estar pessoal, a utilização das escalas empregadas como instrumentos de coleta de dados visou apreender os sentimentos dos entrevistados no momento atual de suas vidas. As Tabelas 7. a 21. apresentam os resultados quanto aos dados colhidos através da Escala SWB (Subjective Well-Being).

Tabela 7. Escala SWB Questão 1: Quando olho para minha vida, eu me sinto muito satisfeito(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	25%
Concordo	25%	75%
Indecisa	5%	-
Discordo	40%	-
Discordo plenamente	-	-
Não respondeu	20%	-

Tabela 8. Escala SWB Questão 2: Não mudaria meu passado, mesmo se eu pudesse.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	20%	15%
Concordo	5%	50%
Indecisa	10%	5%
Discordo	25%	25%
Discordo plenamente	20%	5%
Não respondeu	20%	-

Tabela 9. Escala SWB Questão 3: Tenho conseguido tudo o que esperava da vida.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	15%	20%
Concordo	30%	40%
Indecisa	5%	15%
Discordo	25%	20%
Discordo plenamente	5%	-
Não respondeu	20%	5%

Tabela 10. Escala SWB Questão 4: Tenho aproveitado ao máximo as oportunidades da vida.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	25%
Concordo	50%	35%
Indecisa	10%	10%
Discordo	10%	30%
Discordo plenamente	-	-
Não respondeu	20%	-

Tabela 11. Escala SWB Questão 5: Sou tão feliz agora como quando era mais jovem.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	-	20%
Concordo	35%	30%
Indecisa	5%	10%
Discordo	30%	30%
Discordo plenamente	10%	5%
Não respondeu	20%	5%

Tabela 12. Escala SWB Questão 6: Minha vida poderia ser mais feliz.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	15%	-
Concordo	45%	45%
Indecisa	5%	10%
Discordo	10%	45%
Discordo plenamente	5%	-
Não respondeu	20%	-

Tabela 13. Escala SWB Questão 7: Esses são os melhores anos da minha vida.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	20%	15%
Concordo	15%	25%
Indecisa	30%	15%
Discordo	10%	40%
Discordo plenamente	5%	5%
Não respondeu	20%	-

Tabela 14. Escala SWB Questão 8: Sinto-me animado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	25%	40%
Concordo	25%	45%
Indecisa	5%	10%
Discordo	20%	5%
Discordo plenamente	5%	-
Não respondeu	20%	-

Tabela 15. Escala SWB Questão 9: Sinto-me contente.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	25%	30%
Concordo	40%	65%
Indecisa	-	5%
Discordo	10%	-
Discordo plenamente	5%	-
Não respondeu	20%	-

Tabela 16. Escala SWB Questão 10: Sinto-me no auge da vida.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	10%
Concordo	20%	20%
Indecisa	10%	20%
Discordo	25%	45%
Discordo plenamente	15%	-
Não respondeu	20%	5%

Tabela 17. Escala SWB Questão 11) Sinto-me “de bem com a vida”.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	35%	45%
Concordo	20%	45%
Indecisa	5%	-
Discordo	15%	10%
Discordo plenamente	5%	-
Não respondeu	20%	-

Tabela 18. Escala SWB Questão 12) Sinto-me impaciente.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	-
Concordo	50%	10%
Indecisa	5%	10%
Discordo	10%	75%
Discordo plenamente	5%	5%
Não respondeu	20%	-

Tabela 19. Escala SWB Questão 13: Sinto-me muito solitário(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	5%	-
Concordo	-	5%
Indecisa	5%	-
Discordo	40%	70%
Discordo plenamente	30%	20%
Não respondeu	20%	5%

Tabela 20. Escala SWB Questão 14: Sinto-me chateado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	-	5%
Concordo	15%	5%
Indecisa	10%	5%
Discordo	40%	60%
Discordo plenamente	15%	25%
Não respondeu	20%	-

Tabela 21. Escala SWB Questão 15: Sinto-me deprimido(a)

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	-	-
Concordo	15%	-
Indecisa	5%	-
Discordo	40%	70%
Discordo plenamente	20%	25%
Não respondeu	20%	5%

As Tabelas 22. a 41. apresentam os resultados quanto aos dados colhidos através da Escala PANAS (*Positive Affect and Negative Affect Scale*).

Tabela 22. Escala PANAS Questão 1: Sinto-me interessado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	30%	25%
Concordo	40%	60%
Indecisa	5%	5%
Discordo	5%	5%
Discordo plenamente	-	-
Não respondeu	20%	5%

Tabela 23. Escala PANAS Questão 2: Sinto-me irritado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	5%	-
Concordo	15%	15%
Indecisa	10%	15%
Discordo	35%	55%
Discordo plenamente	15%	10%
Não respondeu	20%	5%

Tabela 24. Escala PANAS Questão 3: Sinto-me angustiado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	5%	-
Concordo	20%	5%
Indecisa	-	5%
Discordo	30%	70%
Discordo plenamente	20%	15%
Não respondeu	25%	5%

Tabela 25. Escala PANAS Questão 4: Sinto-me em “estado de alerta”.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	5%	5%
Concordo	20%	60%
Indecisa	20%	-
Discordo	35%	25%
Discordo plenamente	-	5%
Não respondeu	20%	5%

Tabela 26. Escala PANAS Questão 5: Sinto-me animado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	20%	10%
Concordo	20%	80%
Indecisa	15%	-
Discordo	15%	5%
Discordo plenamente	5%	-
Não respondeu	25%	5%

Tabela 27. Escala PANAS Questão 6: Sinto-me envergonhado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	-	-
Concordo	10%	10%
Indecisa	-	-
Discordo	35%	60%
Discordo plenamente	25%	30%
Não respondeu	30%	-

Tabela 28. Escala PANAS Questão 7: Sinto-me transtornado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	5%	-
Concordo	15%	-
Indecisa	-	5%
Discordo	40%	60%
Discordo plenamente	20%	35%
Não respondeu	20%	-

Tabela 29. Escala PANAS Questão 8: Sinto-me inspirado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	-
Concordo	35%	70%
Indecisa	10%	20%
Discordo	25%	5%
Discordo plenamente	-	5%
Não respondeu	20%	-

Tabela 30. Escala PANAS Questão 9) Sinto-me seguro(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	5%
Concordo	20%	70%
Indecisa	30%	10%
Discordo	15%	15%
Discordo plenamente	5%	-
Não respondeu	20%	-

Tabela 31. Escala PANAS Questão 10) Sinto-me nervoso(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	0%
Concordo	25%	20%
Indecisa	5%	5%
Discordo	30%	50%
Discordo plenamente	10%	25%
Não respondeu	20%	0%

Tabela 32. Escala PANAS Questão 11: Sinto-me culpado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	-
Concordo	10%	-
Indecisa	10%	5%
Discordo	35%	55%
Discordo plenamente	15%	40%
Não respondeu	20%	-

Tabela 33. Escala PANAS Questão 12: Sinto-me determinado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	25%	10%
Concordo	45%	50%
Indecisa	5%	5%
Discordo	5%	15%
Discordo plenamente	-	10%
Não respondeu	20%	10%

Tabela 34. Escala PANAS Questão 13: Sinto-me assustado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	-	-
Concordo	20%	15%
Indecisa	5%	5%
Discordo	30%	65%
Discordo plenamente	25%	10%
Não respondeu	20%	5%

Tabela 35. Escala PANAS Questão 14: Sinto-me atento(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	15%
Concordo	55%	60%
Indecisa	10%	5%
Discordo	-	15%
Discordo plenamente	-	5%
Não respondeu	25%	-

Tabela 36. Escala PANAS Questão 15: Sinto-me hostil.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	5%	-
Concordo	5%	5%
Indecisa	15%	-
Discordo	35%	55%
Discordo plenamente	20%	40%
Não respondeu	20%	-

Tabela 37. Escala PANAS Questão 16: Sinto-me tenso(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	10%
Concordo	30%	35%
Indecisa	10%	5%
Discordo	25%	40%
Discordo plenamente	5%	10%
Não respondeu	20%	-

Tabela 38. Escala PANAS Questão 17: Sinto-me entusiasmado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	20%	10%
Concordo	35%	60%
Indecisa	25%	15%
Discordo	-	10%
Discordo plenamente	-	-
Não respondeu	20%	5%

Tabela 39. Escala PANAS Questão 18: Sinto-me dinâmico(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	15%	10%
Concordo	40%	55%
Indecisa	25%	25%
Discordo	-	10%
Discordo plenamente	-	-
Não respondeu	20%	-

Tabela 40. Escala PANAS Questão 19: Sinto-me orgulhoso(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	5%	5%
Concordo	35%	50%
Indecisa	10%	35%
Discordo	20%	5%
Discordo plenamente	10%	5%
Não respondeu	20%	-

Tabela 41. Escala PANAS Questão 20: Sinto-me amedrontado(a).

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	10%	-
Concordo	15%	5%
Indecisa	5%	15%
Discordo	35%	65%
Discordo plenamente	15%	15%
Não respondeu	20%	-

As Tabelas 42 a 46 apresentam os resultados quanto aos dados colhidos através da Escala SLS (*Satisfaction of Life Scale*).

Tabela 42. Escala SLS Questão 1: Sob quase todos os aspectos minha vida está próxima do meu ideal de vida.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	5%	25%
Concordo	30%	25%
Concordo parcialmente	25%	15%
Não concordo nem discordo	5%	5%
Discordo parcialmente	10%	10%
Discordo	5%	-
Discordo plenamente	5%	-
Não respondeu	15%	20%

Tabela 43. Escala SLS Questão 2: Minhas condições de vida são excelentes.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	5%	5%
Concordo	5%	5%
Concordo parcialmente	20%	35%
Não concordo nem discordo	5%	10%
Discordo parcialmente	20%	15%
Discordo	25%	5%
Discordo plenamente	5%	-
Não respondeu	15%	25%

Tabela 44. Escala SLS Questão 3: Eu estou satisfeito com minha vida.

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Concordo plenamente	25%	5%
Concordo	20%	40%
Concordo parcialmente	20%	35%
Não concordo nem discordo	-	-
Discordo parcialmente	10%	-
Discordo	5%	-
Discordo plenamente	5%	-
Não respondeu	15%	20%

E as Tabelas 47. a 56c. apresentam os resultados quanto aos dados colhidos através do Questionário de Auto-Avaliação do Bem-Estar Pessoal (QABP). Para melhor avaliar os aspectos que preponderaram e quais valores são mais significativos/presentes na vida das pessoas, as respostas foram separadas em duas categorias: as de cunho subjetivo (aspectos que dependem primordialmente da subjetividade do sujeito para que ele se sinta feliz no contexto em que se encontra) e as de perfil objetivo (aspectos que são externos ao sujeito da avaliação e dos quais este se torna, de certo modo, dependente para se sentir feliz).

Responder o Questionário de Auto-avaliação do Bem-estar Pessoal exigiu dos entrevistados um maior esforço de reflexão, tanto no que diz respeito a “o que responder”, como também a “como responder”, permitindo uma aproximação maior da ideia que os entrevistados com idade acima de 50 anos e as professoras que atuam no Ensino Fundamental de Vassouras fazem da felicidade, ao considerar sua qualidade de vida. Deve ser considerada, nesse contexto, a dificuldade de algumas pessoas para se expressarem por escrito. E também a dificuldade de natureza conceitual para pensar de modo diferenciado a respeito da felicidade, uma vez que se trata de uma vivência pessoal, uma experiência subjetiva.

Tabela 47a. QABP Questão 1: O que é (a) felicidade para você? – Categorias.

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Subjetiva	31%	53%
Objetiva	69%	47%

Tabela 47b. QABP Questão 1: O que é (a) felicidade para você? - Categoria Subjetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Estar de bem com a vida e consigo	78%	-
Viver momentos que fazem bem	11%	-
Ter experiências religiosas	11%	5%
Paz	-	15%
Estado de espírito	-	30%
Estar vivo	-	25%
Fazer bem a si próprio	-	5%
Ser positivo	-	5%
Transcendência	-	5%
Amor	-	10%

Tabela 47c. QABP Questão 1):O que é (a) felicidade para você? - Categoria Objetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Viver em família	20%	12%
Relacionar-se com outras pessoas	10%	-
Ter amigos	10%	12%
Fazer o que se gosta	10%	-
Ter paz e segurança	40%	-
Ter saúde	10%	17%
Fazer bem ao próximo	-	17%
Alcançar conquistas	-	17%
Ter trabalho	-	12%
Ter independência	-	5%
Alcançar seus objetivos	-	5%

Tabela 48. QABP Questão 2) Para você, a pessoa feliz já nasce feliz ou ela se torna feliz na sua vida do dia-a-dia?

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Nasce feliz	17%	23%
Torna-se feliz	83%	77%

Tabela 49a. QABP Questão 3) Quem não é feliz ou é pouco feliz: o que você acha que essa pessoa poderia fazer para ser feliz ou mais feliz? – Categorias.

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Subjetiva	30%	43%
Objetiva	70%	57%

Tabela 49b. QABP Questão 3) Quem não é feliz ou é pouco feliz: o que você acha que essa pessoa poderia fazer para ser feliz ou mais feliz? - Categoria Subjetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Compreender o que é a felicidade	33%	-
Ver a sua vida de modo positivo	33%	-
Acreditar em si	17%	-
Esquecer o que é desagradável	17%	-
Ter otimismo	-	8%
Buscar a felicidade dentro de si	-	23%
Ter coragem	-	8%
Amar	-	15%
Acreditar em Deus, ter fé	-	15%
Ter resignação	-	8%
Estar disposto a mudar	-	23%

Tabela 49c. QABP Questão 3) Quem não é feliz ou é pouco feliz: o que você acha que essa pessoa poderia fazer para ser feliz ou mais feliz? - Categoria Objetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Lutar/perseverar	51%	-
Fazer o que gosta	14%	12%
Fazer coisas boas	7%	-
Aproveitar mais oportunidades	7%	-
Buscar a felicidade	14%	-
Ficar ao lado de quem se gosta	7%	-
Viver no dia a dia	-	23%
Enfrentar as dificuldades	-	12%
Ter pequenas alegrias/coisas	-	12%
Representar-se de maneira positiva	-	6%
Manter relações interpessoais	-	29%
Alcançar conquistas	-	6%

Tabela 50a QABP Questão 4: Olhando para sua vida, quais foram aqueles melhores momentos? – Categorias.

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Subjetiva	-	9%
Objetiva	100%	91%

Tabela 50b. QABP Questão 4: Olhando para sua vida, quais foram aqueles melhores momentos? - Categoria Subjetiva.

Subcategoria	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
De amor	50%
De religiosidade	25%
Quando se sentiu importante	25%

Tabela 50c. QABP Questão 4: Olhando para sua vida, quais foram aqueles melhores momentos? - Categoria Objetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Do casamento	5%	20%
Do nascimento de crianças	13%	28%
Dos estudos	18%	12%
Das realizações no amor e no trabalho	18%	12%
De relações com amigos	8%	-
De estar com a família	13%	-
Da própria infância	11%	5%
Da própria adolescência/ juventude	3%	2%
Do namoro	5%	-
Do aniversário 15 anos	3%	-
Dos passeios	3%	-
De ajuda ao próximo	-	2%
De conquistas	-	10%
De relação com os pais	-	2%
Da aposentadoria	-	2%
De lazer	-	5%

Tabela 51d. QABP Questão 5: Pensando sobre sua vida: você tem ou não tem conseguido quase tudo o que esperava da vida? - Tenho conseguido - Categoria Objetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental
Saúde	6%
Trabalho	25%
Estudos	32%
Cantar	6%
Namorar	13%
Pregar	6%
Carro	6%
Conquistas	6%
Ser útil	-
Equilíbrio	-
Tranquilidade	-
Pensamento sadio	-
Situação financeira	-
Aproveitar bons momentos	-
Amigos	-
Religião	-
Família	-

Tabela 51a. QABP Questão 5: Pensando sobre sua vida: você tem ou não tem conseguido quase tudo o que esperava da vida?

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Tenho conseguido	67%	75%
Não tenho conseguido	33%	25%

Tabela 51b. QABP Questão 5: Pensando sobre sua vida: você tem ou não tem conseguido quase tudo o que esperava da vida? - Tenho conseguido – Categorias.

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Subjetiva	6%	45%
Objetiva	94%	55%

Tabela 51c. QABP Questão 5: Pensando sobre sua vida: você tem ou não tem conseguido quase tudo o que esperava da vida? - Tenho conseguido - Categoria Subjetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Paz em família	100%	-
Amor	-	100%

Tabela 51e. QABP Questão 5: Pensando sobre sua vida: você tem ou não tem conseguido quase tudo o que esperava da vida? Não tenho conseguido – Categorias.

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Subjetiva	14%	40%
Objetiva	86%	60%

Tabela 51f. QABP Questão 5) Pensando sobre sua vida: você tem ou não tem conseguido quase tudo o que esperava da vida? - Não tenho conseguido - Categoria Subjetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Paz em família	100%	-
Felicidade, alegria	-	100%

Tabela 52a. QABP Questão 6) É feliz quem: - Categorias.

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental
Subjetiva	75%
Objetiva	25%

Tabela 51g. QABP Questão 5: Pensando sobre sua vida: você tem ou não tem conseguido quase tudo o que esperava da vida? - Não tenho conseguido - Categoria Objetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Amigos	17%	-
Família	17%	-
Tempo	33%	-
Casa própria	17%	-
Emprego estável	16%	-
Tolerância	-	33%
Pensamento sadio	-	33%
Tranquilidade	-	33%

Tabela 52c. QABP Questão 6: É feliz quem - Categoria Objetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Tem saúde	20%	17%
Ajuda/ama o próximo	80%	-
Obtém conquistas	-	41%
Mantém relações pessoais	-	17%
Tem família	-	17%
Tem boa situação financeira	-	8%

Tabela 52b. QABP Questão 6: É feliz quem: - Categoria Subjetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Procura a felicidade	7%	-
Ama a si mesmo	13%	-
Sorri dos problemas	13%	-
Está/sente-se bem	20%	5%
Tem o amor de quem ama	13%	30%
Não tem medo	7%	-
Tem bondade/faz o bem	7%	10%
Tem fé, é religiosa(o)	7%	15%
Aproveita do que gosta	13%	-
Tem paz	-	15%
Se sente auto-suficiente	-	5%
Tem esperança	-	5%
Tem resignação	-	5%
É otimista	-	10%

Tabela 53a. QABP Questão 7: Na sua vida, em geral, do que você - Gosta mais - Categorias.

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Subjetiva	12%	20%
Objetiva	88%	80%

Tabela 53b. QABP Questão 7: Na sua vida, em geral, do que você: - Gosta mais: - Categoria Subjetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Honestidade, sinceridade	32%	-
Determinação	17%	-
Simplicidade	17%	-
Multiplicidade	17%	-
Expectativas	17%	-
Contemplação	-	20%
Religiosidade	-	30%
Tranquilidade	-	10%
Estar bem consigo mesmo	-	10%
Amor	-	10%
Busca de felicidade	-	10%
Reflexão	-	10%

Tabela 53c. QABP Questão 7: Na sua vida, em geral, do que você: - Gosta mais: - Categoria Objetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Fidelidade	2%	-
Companheirismo	5%	-
Amizade/amigos	14%	8%
Trabalhar/trabalho	10%	10%
Ler/Leitura	2%	8%
Lazer	17%	30%
Lar	2%	-
Família	24%	18%
Alfabetizar	2%	-
Estudar	10%	-
Namorar	10%	-
Comer e beber	2%	4%
Saúde	-	6%
Pintar	-	2%
Relações pessoais	-	8%
Natureza	-	4%
Conquistas	-	2%

Tabela 53d. QABP Questão 7: Na sua vida, em geral, do que você: - Gosta menos: - Categorias.

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Subjetiva	8%	4%
Objetiva	92%	96%

Tabela 53e. QABP Questão 7: Na sua vida, em geral, do que você: Gosta menos: - Categoria Subjetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Egoísmo	50%	-
Solidão	50%	100%

Tabela 53f. QABP Questão 7: Na sua vida, em geral, do que você: - Gosta menos: - Categoria Objetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Não ter tempo	4%	-
Falsidade, mentira	13%	4%
Inveja, orgulho	9%	4%
Estudar	4%	-
Ser derrotada(o)	4%	-
Dentista	4%	-
Estresse	4%	-
Grosseria	4%	-
Dormir	4%	-
Doença	4%	-
Excesso de cuidado	4%	-
Estar dependente	4%	-
Pagar aluguel	4%	-
Injustiça	4%	-
Trabalhar	9%	-
Esperar	9%	-
Escassez de dinheiro / pobreza	4%	18%
Inimigos	4%	-
Fanatismo	4%	-
Envelhecimento	-	4%
Tumulto, confusão	-	18%
Não solucionar problemas	-	4%
Egoísmo	-	8%
Falta de caráter	-	4%
Distância da família	-	4%
Queixas	-	4%
Dançar	-	4%
Cozinhar	-	4%
Medo do desconhecido	-	4%
Fofoca	-	4%
Levantar cedo	-	4%
Violência	-	4%
Chateação	-	4%

Tabela 56a. QABP Questão 10) Entre as pessoas que conheço, são felizes aquelas que: - Categorias.

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Subjetiva	38%	64%
Objetiva	62%	36%

Tabela 56c. QABP Questão 10: Entre as pessoas que conheço, são felizes aquelas que - Categoria Objetiva

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Tem amigos	8%	-
Não se estressam	8%	-
Tem saúde	16%	16,5%
Tem família	22%	-
Tem emprego	8%	-
São solidárias	-	16,5%
Constroem a felicidade	-	16,5%
Alcançam conquistas, atingem objetivos	22%	33%
Tem dinheiro, tem boa vida financeira	8%	16,5%
Cuidam de sua própria vida	8%	-

Tabela 54. QABP Questão 8: Para você, satisfação e felicidade são ou não são a mesma coisa?

Opção	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
São a mesma coisa	35%	15%
Não são a mesma coisa	65%	85%

Tabela 55a. QABP Questão 9: Sinto-me feliz quando: - Categorias.

Categoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Subjetiva	3%	10%
Objetiva	97%	90%

Tabela 55b. QABP Questão 9: Sinto-me feliz quando: - Categoria Subjetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Tenho satisfação	100%	-
Tenho tranquilidade interior	-	67%
Sinto entusiasmo	-	33%

Tabela 55c. QABP Questão 9: Sinto-me feliz quando: - Categoria Objetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Vivo em família	21%	31%
Relaciono-me/tenho amigos	13%	8%
Relaciono-me/tenho amigos	13%	8%
Tenho saúde	7%	7%
Estudo	7%	-
Trabalho	3%	-
Faço lazer, passeio, escuto música	17%	11%
Participo na congregação religiosa	3%	-
Ajudo, sou útil	7%	13%
Leio	-	4%
Pinto	-	4%
Aproveito a natureza	-	4%
Tenho dias tranquilos	-	7%

Tabela 56b. QABP Questão 10) Entre as pessoas que conheço, são felizes aquelas que: - Categoria Subjetiva.

Subcategoria	Professoras do Ensino Fundamental	Pessoas com Idade Acima de 50 anos
Têm paz	12%	-
Amam/tem amor	40%	9%
Sorriem	12%	-
São otimistas, tem alegria, otimismo	12%	64%
Tem resignação	-	9%
Acreditam em Deus/tem religiosidade	12%	18%
Estão de bem com a vida	12%	-

Discussão

As respostas às escalas dos entrevistados na faixa etária acima de 50 anos apresentam resultados convergentes, porquanto expressam uma atitude positiva geral diante da vida e do próprio envelhecimento, indicando se considerarem satisfeitos e otimistas. Muitos afirmam desenvolver atividades variadas, ainda esperando realizações futuras. Embora sua percepção de felicidade tenha sido expressa, predominantemente, por seus aspectos subjetivos, uma parcela significativa da amostra destacou a aspectos objetivos que complementam os subjetivos. Aspectos como família, ser útil, casamento, nascimento de crianças, amigos e relacionamentos aparecem como proporcionando os suportes e as condições que possibilitam a efetivação do que é mais valorizado para se viver feliz: amor, paz e estar bem consigo mesmo. É interessante ressaltar que em estudos realizados em países nórdicos Erikson e colaboradores (*apud* Néri, 2003) constatam que uma das aspirações dos idosos é a paz interior. No que tange aos relacionamentos com outras pessoas, Csikszentmihalyi (1999) salienta que determinam, em parte, a qualidade de vida, porque os atos e sentimentos de uma pessoa são sempre influenciados por outras. A importância da variável “casamento”, por sua vez, é demonstrada nos estudos de Diener, Suh e Oishi (1997), que revelam que as pessoas casadas sentem mais felicidade do que as que nunca se casaram e as que estão divorciadas ou separadas.

Embora manifestassem preocupação com a falta de tolerância e a falsidade e se declarassem afetados pela pobreza da população, os entrevistados com idade acima de 50 anos se consideram felizes e declaram-se satisfeitos, porque alcançaram objetivos, realizaram conquistas e encontraram amor e paz de espírito, tendo aproveitado a vida e se considerado saudáveis. Destacam-se, aqui, os “objetivos” e as “conquistas”, dado que a qualidade de vida e o bem-estar subjetivo, tanto em Csikszentmihalyi (1999) como Diener, Suh e Oishi (1997), dependem também do desenvolvimento de metas que dão significado à existência e do uso da capacidade intelectual para atingir os objetivos e satisfazer as necessidades.

No que diz respeito à amostra de professoras, de maneira geral, as respostas encontram-se mais marcadamente na categoria objetiva. Como se revelam entusiasmadas e entendem ter que conquistar coisas e pessoas para serem felizes, um ambiente mais propício às suas realizações, no campo profissional, poderia assegurar um padrão de qualidade de vida bastante satisfatório para elas. Mais uma vez a variável “conquistas” se revela preponderante, como encontramos em Diener, Suh e Oishi (1997), ao argumentarem que as causas do bem-estar subjetivo também dependem dos valores, dos desejos, do sucesso em atingir objetivos e da utilização de estratégias compatíveis tanto com a personalidade quanto com o ambiente em que a pessoa se encontra.

As dificuldades concretas parecem ser vistas com perseverança pelas professoras; mas isso não garante que determinadas ações, necessárias para alterar sua realidade cotidiana, se tornem efetivas, pois, no âmbito subjetivo, essas professoras se entendem de “bem com a vida”. Isso, de certo modo, fornece a perspectiva de que, apesar de acreditarem que certos aspectos de suas vidas poderiam ter sido melhores, as suas condições reais de vidas levam-nas a desenvolver um sistema de ação cotidiana dentro de um limite “confortável” para sua condição concreta-existencial. Para que ocorressem mudanças, as jovens

professoras careceriam de um estímulo objetivo bastante concreto, para que pudessem dispor de coisas (aspectos objetivos) que acreditam ser necessárias para alimentar sua motivação (aspecto subjetivo). Assim, depreende-se que essas jovens, de certo modo, estão resignadas a aceitar um certo grau de insatisfação, mas seguem seu caminho com confiança, apesar das dificuldades concretas a que estão sujeitas, mostrando um olhar otimista face ao devir de suas vidas.

No cruzamento das apreciações que os dois grupos estudados fizeram de sua qualidade de vida chama a atenção o fato de todos os entrevistados com idade acima de 50 anos se dizerem satisfeitos, enquanto uma parcela menos significativa de professoras tenha relatado se sentir da mesma forma. As professoras mudariam seu passado, se pudessem; já os entrevistados com idade acima de 50 anos não mudariam quase nada em suas vidas. Também foi o grupo de entrevistados com idade acima de 50 anos que afirmou, de modo mais enfático, ter conseguido o que desejava, apesar de ambos terem aproveitado ao máximo as oportunidades que a vida lhes ofereceu. Assim, tanto as professoras quanto os entrevistados com idade acima de 50 anos entendem que suas vidas estão próximas do ideal, sob quase todos os aspectos, que conseguiram as coisas importantes que queriam e que estão satisfeitos. Entretanto, para os entrevistados com idade acima de 50 anos suas condições de vida são excelentes, mas não para as professoras. É importante destacar a indicação das “condições de vida” pelos entrevistados com idade acima de 50 anos, porque para Diener e Lucas (2000) as influências situacionais exercem um efeito claro sobre o bem-estar emocional e, para Csikszentmihalyi (1999), o modo como uma pessoa vive depende, em grande parte, da posição que ocupa na cultura em que foi colocada a partir do seu nascimento, que determina suas experiências.

Por um lado, nos dois grupos, as coisas que esperavam e que conseguiram realizar estão relacionadas mais aos aspectos objetivos da vida, principalmente entre as professoras, que privilegiaram os estudos. O envolvimento na atividade de estudar, vista como interessante e prazerosa, proporciona bem-estar subjetivo, de acordo com Diener e Lucas (2000), por ser capaz de produzir uma experiência aprazível de “fluxo”, se o desafio da atividade for equivalente às habilidades da pessoa e se esta se concentra num conjunto claro de metas que exigem dela respostas compatíveis com suas habilidades, oferecendo-lhe um *feedback* imediato do seu desempenho. Por outro lado, o que não foi alcançado pelos participantes da pesquisa também se refere a categorias objetivas, como tempo e tolerância, destacado pelas professoras e pelos entrevistados com idade acima de 50 anos, respectivamente. No que concerne à influência da variável “tempo” sobre a determinação da qualidade da vida, Csikszentmihalyi (1999) destaca a relevância das decisões da pessoa sobre como investe o seu tempo, a partir de suas escolhas e do modo como o controla e o administra.

Ao destacarem o que mais gostavam, a preferência pela categoria objetiva também foi bastante significativa, aparecendo, em primeiro lugar, as atividades relativas ao lazer, nos entrevistados com idade acima de 50 anos, e as relações familiares, nas professoras. Nesse âmbito, Diener, Suh e Oishi (1997) distinguem, dentre os componentes do bem-estar subjetivo e felicidade, a satisfação, que pode se relacionar com os mais variados âmbitos da vida, como lazer, amor, amizade e outros. E também na mesma categoria objetiva, e com forte preponderância sobre a categoria subjetiva, recaíram as indicações

das coisas que menos gostavam, como tumulto e pobreza, dos entrevistados com idade acima de 50 anos, e falsidade e mentira, das professoras.

Enquanto os entrevistados com idade acima de 50 anos relataram ser tão felizes agora quanto na sua juventude, as professoras argumentaram que suas vidas poderiam ter sido mais felizes. De acordo com Diener e Lucas (2000), não somente a quantidade das emoções prazerosas e desprazerosas que a pessoa experimenta apresentam estabilidade em longo prazo, mas também as suas reações aos acontecimentos dependem do tempo de duração dos seus sentimentos, já que, em geral, não são intensos. Para as professoras estes últimos anos foram os melhores de suas vidas, mas não para os entrevistados com idade acima de 50 anos.

Ambos os grupos se perceberam animados, contentes, “de bem com a vida”, interessados, inspirados, seguros, atentos, entusiasmados, dinâmicos e orgulhosos, embora mais acentuadamente os entrevistados com idade acima de 50 anos; no entanto, as professoras se sentiram mais determinadas que os primeiros. Nesse sentido, essas emoções positivas se mostram relevantes, pois de acordo com Csikszentmihalyi (1999) produzem um estado em que a atenção e a energia psíquica fluem livremente para qualquer pensamento ou tarefa em que se escolhe investir. Nenhum dos dois grupos se percebeu no auge da vida, mas também não se notaram chateados, irritados, nervosos, angustiados, deprimidos, envergonhados, assustados, amedrontados, transtornados, solitários ou hostis, nem sentiam culpa. Ainda entre os componentes do bem-estar subjetivo e da felicidade, Diener, Suh e Oishi (1997) distinguem o baixo nível de sentimento desagradável ou desprazer, que pode se subdividir em emoções e estados de humor específicos, como vergonha, culpa, tristeza, raiva e ansiedade. Já os entrevistados com idade acima de 50 anos sentiram-se em ‘estado de alerta’ mais do que as professoras. E enquanto elas responderam estarem tensas e impacientes, os entrevistados com idade acima de 50 anos não se perceberam assim.

No que tange à compreensão da felicidade e da satisfação com a vida, as professoras utilizaram mais as categorias objetivas para conceituar felicidade, destacando “ter paz e segurança para atingir objetivos”, “realizar sonhos” e “superar obstáculos”. A esse respeito, o grau de envolvimento psicológico de uma pessoa com seus objetivos é importante porque podem influenciar o seu bem-estar subjetivo, que parece maior quando a pessoa se concentra em objetivos tangíveis (Diener, Suh e Oishi, 1997). Enquanto isso, os entrevistados com idade acima de 50 anos usaram mais as categorias subjetivas, enfatizando a idéia de felicidade como um “estado de espírito”, “ter paz” e “estar vivo”. Nessa perspectiva, Csikszentmihalyi (1999) aponta para a relevância dos estados emocionais que a pessoa experimenta quando realiza suas atividades.

Embora os dois grupos tenham definido qualidade de vida e felicidade de forma semelhante, é importante ressaltar alguns aspectos distintos quanto à qualidade de vida. Aponta-se para o fato das pessoas com idade acima de 50 anos apresentarem uma tendência à contração da vida, ou seja, se voltarem para dentro de si mesmas, numa busca de propósitos após o período produtivo. Neste caminho de busca de um sentido, os adultos maduros costumam fazer uma revisão do curso de vida, com uma conotação de avaliação, o que pode resultar em sentimentos de auto-realização ou de fracasso (Goldstein, 2003). Os resultados do presente estudo também indicam essa tendência, considerando que os entrevistados na faixa etária acima de 50 anos priorizaram os aspectos subjetivos na percepção de sua

qualidade de vida.

Além disso, ambos os grupos afirmaram que a felicidade e a satisfação não são a mesma coisa e que as pessoas se tornam felizes na sua vida do dia a dia. No grupo de professoras a possibilidade de serem mais felizes apareceu relacionada, principalmente, com a “luta pela vida”, a “perseverança”, “a compreensão do que é a felicidade” e “ver a vida de modo positivo”. Ter uma visão positiva da vida merece destaque, pois tanto em Diener, Suh e Oishi (1997) quanto em Csikszentmihalyi (1999) observamos que a qualidade real da vida de uma pessoa e seu bem-estar subjetivo podem ser determinados, em parte, pela maneira como ela percebe e interpreta o mundo, ao agir sobre ele.

Na percepção dos melhores momentos de vida a ênfase foi predominantemente colocada sobre os aspectos de cunho objetivo, relacionados ao “nascimento de crianças na família”, segundo os entrevistados com idade acima de 50 anos, e aos “estudos” e “realizações no amor e no trabalho”, na perspectiva das professoras. Do ponto de vista de Bullinger (1993 *apud* Whoqol, 1998), para a avaliação da qualidade de vida é importante o sentimento de bem-estar psicológico em relação às boas condições físicas, a integração social e a competência funcional. Em contrapartida, para indicar quem é feliz, ambos os grupos apontaram, principalmente, para respostas da categoria subjetiva, como “se sentir bem”, da parte das professoras, e “ter paz e religião”, dos entrevistados com idade acima de 50 anos, que enfatizaram categorias como espiritualidade, religiosidade e religião. A importância da variável “religião” na percepção de felicidade é corroborada por Diener, Suh e Oishi (1997), onde encontramos a indicação de que as pessoas religiosas são mais felizes do que as não religiosas, pelo vínculo com o pensamento construtivo, que parece direcionar os estados de humor e as emoções. Assim, a relação entre envelhecimento e religiosidade apontam para o fato da religiosidade aumentar com a idade. Práticas devocionais privadas ou institucionais, crenças, comportamentos religiosos e grupos religiosos organizados são mais comuns entre pessoas com idade acima de 50 anos do que em outras faixas etárias (Goldstein, 2003).

Ao identificarem as ocasiões nas quais se sentem felizes, as escolhas englobaram, quase exclusivamente, as respostas da categoria objetiva, como “quando se está em família” e “quando se conquista objetivos”, respectivamente dos entrevistados com idade acima de 50 anos e das professoras. Com relação à variável “família”, Diener, Suh e Oishi (1997) encontraram altos níveis de relatos de bem-estar subjetivo relacionados a aspectos como o casamento.

Finalmente, as respostas da categoria subjetiva preponderaram em ambos os grupos, ao argumentarem que, dentre as pessoas que conhecem, são felizes aquelas que têm “alegria” e “otimismo”, do ponto de vista dos entrevistados com idade acima de 50 anos, e “as que amam”, segundo as professoras. Diener, Suh e Oishi (1997) demonstram que, nos componentes do bem-estar subjetivo e felicidade também encontramos o sentimento agradável, que pode ser subdividido em emoções específicas, como alegria, carinho e amor-próprio; e sugerem que o otimismo, a auto-estima e a extroversão são características de personalidade de pessoas felizes. E Diener e Lucas (2000) indicam que a pessoa sente um alto nível de felicidade se, com frequência, experimenta uma vida satisfatória e alegre.

Considerações Finais

Diferentemente da abordagem de Campbell (1976), que considerava os aspectos externos do mundo objetivo como irrelevantes para a satisfação e o bem-estar, entendemos que os indivíduos estão integrados ao mundo no qual constituem suas subjetividades, particularidades, personalidades, emoções e razões, inseridos num contexto histórico específico onde atuam e se potencializam subjetivamente, não deixando de lado os aspectos objetivos da vida e sua constituição relativa aos interesses, ações e relações pessoais. O pessoal e o social se situam num conjunto de situações e circunstâncias de tempo e espaço, denotando uma integração de ambas as realidades, pois apartados não pode haver constituição de mundo, de uma dimensão em que o objetivo e o subjetivo estão integrados, possibilitando a formação do estado de bem-estar e a percepção de qualidade de vida de uma pessoa.

Entretanto, o nível de qualidade de vida depende dos aspectos do bem-estar e da felicidade, em parte pela possibilidade de obtenção e uso dos produtos gerados pela tecnologia. Mas a qualidade de vida só é possível se, além de ter acesso aos recursos objetivos, a pessoa se sente subjetivamente feliz. Ou, ainda, se além de sentir-se feliz, a pessoa desfruta dos recursos objetivos que acredita serem necessários ao seu bem-estar. As dificuldades financeiras, bem como as perdas decorrentes do processo de envelhecimento são, portanto, determinantes na qualidade de vida, principalmente numa época em que se vive numa lógica de mercado e em que, diante de todas as propagandas a que somos expostos, poder ter (adquirir) coisas significa ser feliz. Como, atualmente, apenas 10% da população mundial têm acesso ao consumo e às vantagens proporcionadas pela tecnologia, a percepção de qualidade de vida não deveria prescindir da obtenção e do uso da tecnologia de que hoje se dispõe.

A fruição de vida de cada pessoa é determinante para a obtenção da qualidade de vida, em que os aspectos subjetivos, em termos cognitivos e afetivos, são tão importantes quanto os aspectos objetivos. Por isso, o otimismo, a perseverança e o bom humor são aspectos da personalidade estudados pelos teóricos da felicidade. Muito embora sejam conceitos interdependentes, qualidade de vida não é equivalente a bem-estar; entretanto, os aspectos da felicidade e da satisfação, segundo os teóricos do bem-estar subjetivo, influenciam na fruição da qualidade de vida de uma pessoa. Constituem uma via de mão dupla: não há como fruir qualidade de vida se não se tem bem-estar – e vice-versa. Além disso, a felicidade e a satisfação, embora sejam estados subjetivos inter-relacionados – bem-estar de felicidade e bem-estar de satisfação – e envolvam a cognição frente às emoções por que passa um indivíduo nas circunstâncias de sua vida, ocorrem como eventos distintos. Distinguimos, assim, a satisfação – que se “alcança” pela conquista de um objetivo, através do uso e da ampliação de seus conhecimentos, realizando algo que, do seu ponto de vista, é uma “vitória” –, da felicidade – que decorre de uma compreensão de si mesmo que propicia movimentos no mundo de maneira a tentar fazer sua realidade ser diferente, mais prazerosa, através da ótica do humor, do otimismo e da esperança.

No presente estudo, a possibilidade de acesso aos bens materiais, objetivos, proporcionados pelas condições tecnológicas atuais, foi vista como condição primordial para o vassourense na obtenção de qualidade de vida e estado de felicidade; e o vassourense se percebe

feliz. Verificou-se que os conceitos de qualidade de vida e de estado de felicidade são praticamente idênticos nas duas faixas etárias investigadas: jovens professoras e pessoas acima de 50 anos de idade, como consequência do convívio transgeracional. Além disso, com relação aos entrevistados com idade acima de 50 anos, se sobressaiu a tendência à contração da vida, de busca do sentido da vida após o período produtivo, numa avaliação do curso de suas vidas.

Os grupos investigados demonstraram sentir felicidade e sua percepção da qualidade de suas vidas ultrapassou o simples poder aquisitivo, abrangendo a compreensão de bem-estar. Os aspectos objetivos da qualidade dos serviços de que a população vassourense dispõe apareceram aliados aos aspectos subjetivos do seu bem-estar; nesse âmbito, constatamos que os aspectos objetivos (recursos materiais) preponderaram sobre os aspectos subjetivos (características psicológicas pessoais) ao considerar sua qualidade de vida.

Para que se alcance um conhecimento cada vez mais pormenorizado da qualidade de vida no município de Vassouras é relevante a continuidade das pesquisas; por um lado, para que as condições concretas para a realização do trabalho das professoras (tanto na escola quanto em casa) sejam avaliadas, de modo que possam ser informadas ao poder público, no sentido de torná-lo ciente de aspectos objetivos necessários a uma política social que garanta melhor qualidade de vida para a população vassourense, dentro do que esta entende como primordial ao seu bem-estar; e por outro lado, porque existem várias realidades de velhice referenciadas a diferentes condições de qualidade de vida individual e social, sendo a velhice ou o processo de envelhecimento experienciado de forma heterogênea, assim como suas condições objetivas também apresentam alto grau de variabilidade. Portanto, da mesma maneira que não se pode generalizar e afirmar que existe um “idoso brasileiro”, também não se pode supor que exista um “idoso vassourense”. Entretanto, a promoção da boa qualidade de vida da população madura de Vassouras deve ser vista como um empreendimento que ultrapassa os limites da responsabilidade pessoal, pois este é primordialmente de caráter sociocultural.

Referências

- Bardin, L. (2000) *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Campbell, A. (1976) Subjective measures of well-being. *American Psychologist*, (Feb), p.117-124.
- Csikszentmihalyi, M. (1999) *A descoberta do fluxo. A psicologia do envolvimento com a vida cotidiana*. Rio de Janeiro: Rocco.
- Diener, E., Lucas, R. E. (2000) *Subjective emotional well-being*. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.) *Handbook of emotions*. (2.ed.). New York: Guilford.
- Diener, E.; Seligman, M. E. P. (2004) Beyond money: toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5, 1-31.
- Diener, E., Suh, E. & Oishi, S. (1997) Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, (24), p.25-41.
- Goldstein, L. (2003) Desenvolvimento do adulto e religiosidade: uma questão de fé. In A. Néri (Org.) *Qualidade de vida e idade madura*. Campinas: Papirus.
- Minayo, M. C. S.; Hartz, Z. M. A.; Buss, P. M. (2000) *Qualidade de vida e saúde: um debate necessário*. *Ciências e Saúde Coletiva*, v.5, n.1, p.7-18.
- Myers, D. G. & Diener, E. (1997) *The science of happiness*. *The Futurist*, (31), Sep/Oct, n.5, p.1-7.
- Neri, A. (2003) Qualidade de vida no adulto maduro: interpretações teóricas e evidências de pesquisa. In A. Néri (Org.) *Qualidade de vida e idade madura*. Campinas: Papirus.
- Qualidade de Vida. 2002. Disponível em: <http://www.saude.sc.gov.br/sala_de_leitura>. Acesso em: 14 set 2002.
- Seidl, E. M. F.; Zannon, C. M. L. C. (2004) Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. *Cadernos de Saúde Pública*, v.20, n.2, p.580-588.
- Seligman, M. E. P. (2004) *Felicidade autêntica: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Seligman, M. E. P.; Csikszentmihalyi, M. (2000) Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Sheldon, K. M.; King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56 (3), 216-217.
- Whoqol – *Instrumentos de avaliação de qualidade de vida*. Versão em português: 1998. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/psiq/whoqol>. Acesso em 14.jun.2008.