



## Universidades Lusíada

Gomes, Carolina Amaral

### **A relação entre o bem-estar subjectivo e reatividade psicológica**

<http://hdl.handle.net/11067/6931>

#### **Metadados**

<b>Data de Publicação</b>	2022
<b>Resumo</b>	<p>O Bem-Estar Subjetivo (BES) e a Reatividade Psicológica são, cada vez mais, uma preocupação para a sociedade e existem diversos estudos que se debruçam sobre este tema, no entanto poucos são aqueles que relacionam as duas variáveis, controlando fatores sociodemográficos. De forma a inovar e complementar a literatura existente, este estudo teve como objetivo analisar de que forma é que a Reatividade Psicológica e o bem-estar de um indivíduo se encontram associados, controlando o efeito do género,...</p> <p>Subjective Well-Being (SWB) and Psychological Reactivity are increasingly becoming a concern for society and there are several studies on this topic, but few are those which relate both variables, controlling for socio-demographic factors. In order to innovate and complement the existing literature, this study aimed to analyse how Psychological Reactivity and the well-being of an individual are associated, controlling for the effect of gender, age, education, marital status and socioeconomic inc...</p>
<b>Palavras Chave</b>	Psicologia, Psicologia clínica, Bem-estar - Aspectos psicológicos - Adultos, Teste psicológico - World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-Brief), Teste Psicológico - Positive and Negative Affect Schedule (PANAS), Teste psicológico - Questionário sociodemográfico, Teste Psicológico - Hong's Psychological Reactance Scale
<b>Tipo</b>	masterThesis
<b>Revisão de Pares</b>	Não
<b>Coleções</b>	[ULP-IPCE] Dissertações

Esta página foi gerada automaticamente em 2024-04-19T21:41:47Z com informação proveniente do Repositório



Universidade Lusíada  
Porto

# A relação entre o Bem-Estar Subjetivo e Reatividade Psicológica

---

Dissertação de Mestrado em **Psicologia Clínica**

Instituto de Psicologia e Ciências da Educação  
Universidade Lusíada

PORTO, 2022

---

Carolina Amaral Gomes

---



instituto de psicologia  
e Ciências da Educação  
Universidade Lusíada



Universidade Lusíada  
Porto

# A relação entre o Bem-Estar Subjetivo e Reatividade Psicológica

---

**Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica**  
Instituto de Psicologia e Ciências da Educação  
Universidade Lusíada

PORTO, 2022

---

**Carolina Amaral Gomes**

---

Trabalho efectuado sob a orientação do/a  
**Professor Doutor Paulo Moreira e Doutor Richard Inman**



instituto de psicologia  
e Ciências da Educação  
Universidade Lusíada

*“One day, in retrospect, the years of struggle will strike you as the most beautiful”*

*-Sigmund Freud*

## **Agradecimentos**

Uma das etapas mais importantes da minha vida está a terminar e não podia concluí-la sem deixar o meu profundo agradecimento a todas as pessoas que me apoiaram e incentivaram. Todo o esforço culminou no sentimento de dever cumprido e gratidão pelo caminho percorrido.

Em primeiro lugar, agradeço ao Professor Doutor Paulo Moreira, por todo o apoio, pela sua disponibilidade e partilha de conhecimentos ao longo do meu percurso académico, tanto no papel de professor como de orientador de dissertação. Foi um privilégio trabalhar ao seu lado e levarei todas as aprendizagens adquiridas, para o meu futuro profissional.

Obrigada a todos os professores da Universidade Lusíada Norte – Porto, com quem tive o prazer de aprender e crescer, ao longo da minha formação académica.

Agradeço à minha família, em especial aos meus pais e irmão, por todo o apoio e amor incondicional que me dão e por me darem a oportunidade e recursos para concretizar mais uma etapa da minha vida, sem vocês isto não seria possível.

Um especial obrigado ao meu avô pelo exemplo que sempre foi, que me inspira todos os dias a ser mais e melhor.

Quero agradecer ao meu Rafael, o meu parceiro de vida. Obrigada por todos os momentos em que, ao longo deste percurso repleto de desafios, acreditaste em mim e me deste a mão que me deu força para chegar ao destino. Obrigada por tudo, caminhamos juntos para a próxima etapa, “F.A.A.D.”.

Aos restantes familiares e amigos, agradeço os momentos de convívio, partilha e alegria, ao longo destes 5 anos e em todas as etapas da minha vida.

Por fim, mas não menos importante quero agradecer à minha Milu, pelas tantas vezes que me acalmou sem precisar de palavras e pelo colo que é amor.

**A todos, MUITO OBRIGADA!**

## Índice

Introdução .....	9
Bem-Estar Subjetivo .....	10
A dimensão cognitiva do BES: Satisfação com a vida .....	13
A dimensão emocional do BES: Afetos positivos e negativos .....	13
Reatividade Psicológica .....	15
Relação entre BES e Reatividade Psicológica .....	18
Tipo de estudo, objetivos e hipóteses de investigação.....	21
Método.....	23
Participantes.....	23
Instrumentos.....	25
Questionário sociodemográfico.....	25
World Health Organization Quality of Life – Bref .....	25
Positive and Negative Affect Schedule .....	26
Hong’s Psychological Reactance Scale.....	27
Procedimentos.....	28
Recolha dos dados .....	28
Análise dos dados.....	28
Resultados.....	31
Descritivas das variáveis do bem-estar subjetivo e da reatividade psicológica.....	31
Correlações de Pearson .....	31
Regressões Lineares.....	33

Discussão.....	40
Limitações do estudo e sugestões para estudos futuros.....	47
Implicações do estudo.....	48
Conclusão.....	48
Referências Bibliográficas.....	50

## Índice de Tabelas

Tabela 1. Caracterização da amostra .....	24
Tabela 2. Variáveis dependentes e independentes.....	31
Tabela 3. Matriz de correlações de Pearson entre as variáveis dependentes e independentes .....	32
Tabela 4. Associações não ajustadas e ajustadas para o BE subjetivo (modelo 1) .....	34
Tabela 5. Associações não ajustadas e ajustadas para o BE subjetivo (modelo 1.1) .....	35
Tabela 6. Associações não ajustadas e ajustadas para o BE emocional (modelo 2) .....	36
Tabela 7. Associações não ajustadas e ajustadas para o BE cognitivo (modelo 3).....	37
Tabela 8. Associações não ajustadas e ajustadas para o BE cognitivo (modelo 3.1).....	38
Tabela 9. Associações não ajustadas e ajustadas para o Afeto negativo (modelo 4) .....	39
Tabela 10. Associações não ajustadas e ajustadas para o Afeto negativo (modelo 4.1)	39



## Resumo

O Bem-Estar Subjetivo (BES) e a Reatividade Psicológica são, cada vez mais, uma preocupação para a sociedade e existem diversos estudos que se debruçam sobre este tema, no entanto poucos são aqueles que relacionam as duas variáveis, controlando fatores sociodemográficos. De forma a inovar e complementar a literatura existente, este estudo teve como objetivo analisar de que forma é que a Reatividade Psicológica e o bem-estar de um indivíduo se encontram associados, controlando o efeito do género, idade, escolaridade, estado civil e rendimento socioeconómico. Participaram neste estudo 850 indivíduos, com idades entre os 18 e os 88 anos, que responderam a um conjunto de instrumentos de autorrelato, designadamente o *World Health Organization Quality of Life – Bref*, o *Positive and Negative Affect Schedule* e o *Hong's Psychological Reactance Scale*. Os resultados revelaram a existência de associações negativas entre o BES e a Reatividade Psicológica. Os modelos de regressão revelaram que as dimensões de reatividade explicam uma variância significativa das dimensões do BES, mesmo controlando as variáveis sociodemográficas. Particularmente, o Afeto Negativo foi a dimensão que se associou com maior Reatividade Psicológica Total, quando ajustado para as variáveis sociodemográficas. Assim, foi possível corroborar o conceito de Reatividade Psicológica como sendo um conjunto de padrões de cognições e efeito negativo, que influencia a perceção subjetiva do bem-estar.

**Palavras-chave:** *Bem-Estar Subjetivo; Reatividade; Adultos; Género; Escala de Reatividade Psicológica de Hong's; Afeto.*

## Abstract

Subjective Well-Being (SWB) and Psychological Reactivity are increasingly becoming a concern for society and there are several studies on this topic, but few are those which relate both variables, controlling for socio-demographic factors. In order to innovate and complement the existing literature, this study aimed to analyse how Psychological Reactivity and the well-being of an individual are associated, controlling for the effect of gender, age, education, marital status and socioeconomic income. This study involved 850 individuals aged between 18 and 88 years, who answered a set of self-report instruments, namely the World Health Organization Quality of Life - Bref, the Positive and Negative Affect Schedule and the Hong's Psychological Reactance Scale. The results revealed the existence of negative associations between SWB and Psychological Reactance. Regression models revealed that reactance dimensions explain a significant variance of SWB dimensions, even controlling for sociodemographic variables. In particular, Negative Affect was the dimension that was associated with higher Total Psychological Reactivity, when adjusted for sociodemographic variables. Thus, it was possible to corroborate the concept of Psychological Reactivity as being a set of patterns of cognitions and negative affect that influence the subjective perception of well-being.

**Key-words:** *Subjective Well-being; Reactance; Adults; Gender; Hong's Psychological Reactance Scale; Affect.*

**Lista de Abreviaturas**

AN- Afeto negativo;

AP- Afeto positivo;

BEC- Bem-estar cognitivo;

BEE- Bem-estar emocional;

BES- Bem-estar subjetivo;

HPRS - *Hong's Psychological Reactance Scale*;

PANAS- *Escala de Afeto Positivo e Negativo*;

QV- Qualidade de Vida;

QVA-Domínio do Meio Ambiente da Qualidade de Vida;

QVF - Domínio Físico da Qualidade de Vida;

QVP - Domínio Psicológico da Qualidade de Vida;

QVR- Domínio das Relações Sociais da Qualidade de Vida;

SPSS- *Statistical Package for the Social Sciences*;

VD- Variável dependente;

VI- Variável independente;

WHOQOL- *Brief- World Health Organization Quality of Life*

## Introdução

Ao longo da nossa vida, é inevitável passarmos por experiências boas, que nos trazem felicidade e por experiências más, que nos trazem tristeza.

A teoria do bem-estar subjetivo foi desenvolvida por Diener (1984), que apontou que a felicidade é derivada do prazer e das emoções positivas. As experiências boas, como por exemplo ter boa nota num exame, arranjar um emprego, casar, etc., provocam em nós emoções positivas, no entanto o que acontece quando experienciamos uma situação negativa, como por exemplo ficar viúvo, ser despedido ou enfrentar um processo de divórcio? Lucas (2007) desenvolveu vários estudos longitudinais sobre experiências como a viuvez, o desemprego e o casamento ou divórcio e defendeu que estas podem provocar mudanças permanentes na satisfação com a vida dos indivíduos.

A felicidade é o principal objetivo a ser atingido pelo ser humano, sendo sinónimo de prazer (Laurenti, 2013) e é provável que as experiências negativas supramencionadas despoletem em nós emoções negativas e nos façam reagir negativamente consoante a situação em causa, pondo em risco o nosso bem-estar. Caso as experiências vivenciadas sejam maioritariamente positivas, o indivíduo experimentará Bem-Estar Subjetivo (BES). No entanto, isto não significa que este vivencie apenas emoções positivas, uma vez que o BES é variável e os afetos positivos e negativos podem alterar ao longo do tempo, de acordo com as experiências vivenciadas pelo indivíduo (Aparecida Rossi et al., 2020).

Atualmente, temos acesso a um vasto leque de evidências científicas que comprovam que existem indivíduos psicologicamente mais reativos do que outros. Para além disso, também há evidências de que o nível de reatividade pode influenciar o nível de bem-estar presenciado por um indivíduo (Matherne M., 2005), sendo que, nesse caso, há uma tendência para existir menos reatividade.

Neste estudo, irá ser abordado o BES como construto geral e segundo o modelo tripartido de BES hedónico, que engloba as suas dimensões e componentes e que é considerado como o mais investigado até à data (Brusseri & Sadava, 2011). O Bem-Estar Emocional (BEE) é definido por Diener (1984), como sendo a presença de Afetos Positivos (AP) e a ausência de Afetos Negativos (AN), ou a prevalência de um sobre o outro. O BEE é uma das dimensões que iremos considerar ao avaliar o constructo geral (BES), bem como os dois componentes – afetos positivos e negativos - que o compõem. O Bem-Estar Cognitivo (BEC) reflete a avaliação da satisfação com a vida feita pelo próprio indivíduo, conforme critérios subjetivos, sendo considerado um processo cognitivo que envolve critérios estabelecidos pelo indivíduo. Assim, o BEC constitui a segunda dimensão que iremos considerar neste estudo, bem como ao componente – satisfação com a vida - que a compõe.

No presente projeto, pretende-se estudar de que maneira é que o BES se relaciona com a ocorrência de reatividade psicológica, controlando a influência de fatores sociodemográficos. Posto isto, pretende-se contribuir para a construção de uma dimensão mais completa sobre reatividade psicológica e bem-estar, bem como verificar se existe uma relação entre a reatividade psicológica, o BES e as características sociodemográficas na população normativa.

### **Bem-Estar Subjetivo**

Ao procurarmos a definição de BES deparamo-nos com duas correntes: os autores que defendem uma perspetiva de bem-estar eudemónico e os que defendem uma conceção de bem-estar hedónico (Maddux, 2018; Mauss et. al. 2011; McMahan & Estes, 2011; Ryan & Deci, 2001).

A conceitualização da corrente eudemónica propõe que o bem-estar é correspondente à concretização do potencial do ser humano, ou seja, quanto mais o indivíduo se consegue aproximar do seu máximo potencial, maior o seu bem-estar. Por outro lado, a conceção hedónica defende que o bem-estar é o equilíbrio entre experiências positivas e experiências negativas, na vida do indivíduo, sendo que o seu bem-estar aumenta sempre que as experiências positivas se sobrepuserem às negativas (Haybron, 2008).

O conceito de bem-estar hedónico é o que mais se adequa ao objetivo de estudo deste projeto, pelo que a definição considerada foi a publicada no *APA Dictionary of Psychology* (APA, 2015), que se refere ao bem-estar como sendo a avaliação individual e subjetiva da qualidade de vida e experiência de felicidade do indivíduo, através de critérios por ele estipulados (APA, 2015).

Diener (1984) defende que existem três pontos que são significativos e que devem ser considerados ao estudar o BES: a subjetividade, uma vez que o bem-estar diz respeito à forma individual como o sujeito interpreta as suas vivências; ter a noção de que o BES não se trata da inexistência de elementos negativos, mas sim de uma maior existência de elementos positivos; e, por último, saber que o BES é uma medida que deve ser considerada como um todo.

Galinha e Ribeiro (2005) referiram que o crescente interesse pelo bem-estar surge a par das diferenças sociais, doenças e pobreza que se foram identificando, emergindo a necessidade de se desenvolver esforços para se criar uma sociedade com qualidade de vida, melhor para todos, e permitindo assim o progresso da sociedade. Segundo os mesmos autores, os acontecimentos de vida, tanto os negativos como os positivos, mas principalmente os mais marcantes, afetam o bem-estar (Galinha e Ribeiro, 2005).

É de extrema importância compreender conceitos subjetivos como a felicidade e a satisfação com a vida, não só para os indivíduos, mas também para um melhor

funcionamento das comunidades (Diener et al., 2018b). Assim sendo, o BES é composto por um conjunto de aspetos fundamentais para a sua ocorrência, devendo ser considerado como um conjunto de variáveis que se complementam e não como um todo determinante para a sua compreensão.

Várias pesquisas apontam para a possibilidade de uma interação entre personalidade, experiências de vida e meio ambiente, que influenciam o BES. Denota-se que, ao avaliar o BES, deve-se considerar que cada indivíduo avalia a sua própria experiência e vivencia as situações de forma única, aplicando conceções subjetivas que envolvem traços, expectativas, crenças, valores, emoções e experiências prévias (Woyciekoski et al., 2012).

É relevante para o presente estudo indicar algumas variáveis sociodemográficas que se encontram correlacionadas com o BES e sobre as quais o autor Diener et. al. (2018a) faz referência. Uma delas passa pelas relações interpessoais de um indivíduo, como por exemplo o casamento. Esta variável é considerada como protetora, uma vez que mantém o BES superior ao que estaria caso o indivíduo, à medida que vai envelhecendo, se mantivesse solteiro. Por outro lado, a viuvez e o divórcio, representam um decréscimo dos níveis de BES (Anusic et al., 2014; Grover & Helliwell, 2019). Para além disto, autores como Lucas & Schimmack (2009), apontam que as variáveis do rendimento e estado socioeconómico também estão fortemente correlacionadas com o BES.

Podemos então entender que o BES é percebido como sendo a evolução da avaliação que cada indivíduo faz das experiências pessoais da sua própria vida, podendo ser melhor compreendido através de duas dimensões: a dimensão cognitiva, onde é abordada uma componente de satisfação com a vida; e a dimensão emocional, onde é abordada uma componente relacionada com a experiência de afetos positivos e negativos (Diener, 1984; Guedea et al., 2006; Parente et al., 2008; Siqueira e Padovam, 2008).

### ***A dimensão cognitiva do BES: Satisfação com a vida***

No que diz respeito à componente cognitiva do BES, autores como Siqueira & Padovam (2008), escreveram que o conceito de satisfação com a vida teve origem nas concepções de Qualidade de Vida (QV), tendo sido apropriado e redefinido por estudiosos das ciências comportamentais para ser um dos elementos que integram a definição de BES. Por um lado, ao abordarmos a perspectiva objetiva da qualidade de vida, compreendemos que esta é aumentada pela saúde, os recursos, o ambiente físico e outros indicadores visíveis presentes na vida de cada indivíduo. Por outro lado, a sua perspectiva subjetiva integra a componente da satisfação com a vida, que é entendida como a probabilidade de incluir as diferenças culturais e as avaliações individuais na interpretação do padrão de vida.

Segundo os autores Diener e Scollon (2014) a dimensão do BEC pode ser dividida em duas partes: satisfação com a vida e satisfação com domínios específicos. A satisfação com a vida é então entendida como a representação mental subjetiva sobre a vida pessoal organizada e armazenada, ou seja, é o julgamento que o indivíduo faz da sua vida e reflete o quão distante ou próximo este se encontra das suas expectativas e desejos tendo em conta o seu estado atual. A satisfação com domínios específicos, integra áreas da vida do indivíduo que podem ser avaliadas de forma mais detalhada, como por exemplo, satisfação com o casamento, o trabalho ou a saúde.

### ***A dimensão emocional do BES: Afetos positivos e negativos***

Relativamente à dimensão emocional, esta caracteriza-se pelo balanço entre a experiência de emoções positivas (afetos positivos) ou negativas (afetos negativos), na maior parte da vida do indivíduo. É a avaliação que o indivíduo faz ao ponderar se vivenciou mais afetos positivos ou negativos, ao longo da vida (Pavot e Diener, 1993; Siqueira e Padovam, 2008; citado em Parente et al., 2008).



Galinha (2008), enuncia duas perspectivas relacionadas com a estrutura da componente do Afeto: a específica, representada por respostas fisiológicas emocionais próprias; e a dimensional, representada por uma dimensão positiva e negativa, onde os estados afetivos são semelhantes e relacionados entre eles.

Segundo a teoria do BES proposta por Diener (1984), o indivíduo avalia o nível de satisfação geral com a própria vida, que se traduz em ter experienciado mais afetos positivos do que negativos, ao longo da sua vida. Ademais, o afeto também pode ser avaliado pela frequência e intensidade com que os indivíduos vivenciam experiências emocionais positivas, com ênfase no nível de bem-estar e conseqüentemente na percepção de qualidade de vida (Diener & Lucas, 2000).

Os AP, quando experienciados com elevada intensidade são caracterizados por elevada energia, concentração e eficácia ao realizar atividades, que são consideradas prazerosas. Por outro lado, os AN experienciados com intensidade revelam-se em atividades que são realizadas sem prazer, níveis de energia caracterizados por letargia levando o indivíduo a sentir sensações negativas como raiva, desprezo, culpa e nervosismo (Siqueira e Padovam, 2008; citado em Parente et al., 2008).

O afeto positivo é entendido como sendo sinónimo de felicidade, satisfação e esperança, que são emoções positivas diretamente relacionadas com os processos cognitivos (Bennefield, 2018). Os autores Diener e Seligman (2002) indicaram que indivíduos que são mais felizes evidenciam poucos indicadores de psicopatologia, ou seja, os indivíduos com elevado AP têm menos probabilidade de vir a desenvolver quadros psicopatológicos (Lyubomirsky et al., 2005).

Relativamente a diferenças ao nível do género, existem estudos que indicaram que o sexo feminino apresenta níveis mais elevados de AN e que o sexo masculino apresenta

níveis mais baixos de AN e mais elevados de AP (Polleto & Koller, 2011; Segabinazi et al., 2012; Gil da Silva & Dell’Aglío, 2018).

### **Reatividade Psicológica**

Abordando agora a segunda variável deste estudo, a reatividade psicológica é descrita como sendo a força motivacional presente num indivíduo quando percebe que a sua liberdade comportamental foi ameaçada ou perdida (Brehm, 1966).

É de supra importância descrever a Teoria da Reatividade Psicológica, que defende a crença que o ser humano tem em possuir total liberdade comportamental e cognitiva (Brehm, 1966), que se expressa através da necessidade que as pessoas têm em diferir os seus comportamentos livremente, em qualquer momento temporal, considerando ameaçador quando essa liberdade lhes é restringida e despoletando a denominada Reatividade Psicológica (Moreira et al., 2021).

As pessoas resistem às tentativas persuasivas de forma a protegerem os seus pensamentos e comportamentos (Donnel, Thomas & Buboltz, 2001) e por isso respondem negativamente e sentem-se motivadas a recuperarem a sua liberdade (Laurin, Kay & Fitzsimons, 2012). Quanto mais importante for determinada liberdade comportamental para o indivíduo, maior o nível de reatividade (Brehm, 1966), uma vez que cada comportamento é único na medida em que nenhum outro pode satisfazer as suas necessidades (Matherne M., 2005).

A reatividade psicológica difere da resistência psicológica na medida em que, a resistência é comportamentalmente exibida nas interações interpessoais enquanto a reatividade é uma força motivacional para recuperar o controlo do comportamento condicionado. Além disso, a reatividade centra-se na recuperação da liberdade pessoal e

a resistência, de uma perspectiva cognitiva, centra-se no significado de estruturas ou esquemas (Dowd, 1999).

A teoria da reatividade psicológica defende que, para que a reatividade ocorra, o indivíduo tem de perceber que a sua liberdade está a ser ameaçada ou até mesmo restringida totalmente e conseqüentemente tenta recuperar essa liberdade. Quanto maior o grau de aprezibilidade da liberdade ameaçada maior poderá ser o despoletar da reatividade, isto é, a vontade da pessoa em ir contra o que lhe foi imposto (Quick & Considine, 2008).

Dillard & Shen (2005) enunciam que existem quatro elementos essenciais à teoria da reatividade psicológica: a liberdade (ex., escolha em fumar); a ameaça à liberdade (ex., ser persuadido por um colega a fumar); a reatividade (sentimentos de raiva e cognições negativas) e a recuperação da liberdade (ex., não fumar).

O indivíduo pode recuperar a liberdade ameaçada direta ou indiretamente. Diretamente ao se envolver com o comportamento proibido e indiretamente ao aumentar a ligação à escolha ameaçada, minimizando a sua origem, negando a sua existência ou vendo outras pessoas porem em risco a sua própria liberdade (Roubroeks, Midden & Ham, 2009; Quick & Stephenson, 2008).

A reatividade psicológica pode ser percebida como um “estado” ou como um “traço” da personalidade do indivíduo. A reatividade como “estado” foi definida como sendo “um estado motivacional despertado quando a liberdade pessoal percebida ou real é ameaçada, reduzida ou eliminada” (Woller, Buboltz & Loveland, 2007). Por outro lado, a reatividade como “traço” é algo mensurável, relacionado com emoções e cognições negativas e diferenças individuais, ou seja, é considerada como um traço específico da pessoa. Assim sendo, é uma característica da personalidade que é única para cada sujeito,

que pode sofrer alterações, mas que persiste ao longo de toda a vida (Burgoon, Alvaro, Grandpre & Voulodakis, 2002).

Na prática clínica, o conceito de reatividade enquanto traço tem sido usado como uma das chaves para um processo terapêutico ser bem-sucedido (Rosenberg and Siegel 2018). O indivíduo pode ver o terapeuta como sendo uma figura de autoridade que irá alterar o seu quotidiano, através da restrição de determinadas atividades (p.e. beber álcool ou fumar), ou alterar certos padrões comportamentais que podem ser percebidos como ameaçadores (Seibel and Dowd 1999).

Segundo os autores Jahn & Lichstein (1980), a reatividade enquanto traço pode ser vista como uma mistura dos componentes afetivos e cognitivos presentes na reatividade enquanto estado, quando o indivíduo percebe que a sua liberdade é ameaçada. Estudos demonstram que a reatividade como traço é preditiva da reatividade enquanto estado (Moreira et. al. 2021). Isto tem especial interesse para a prática clínica, pois a probabilidade do indivíduo reagir tem implicações diretas na intervenção utilizada, bem como na sua eficácia (Weeks & L'Abate, 1982). A literatura afirma que os indivíduos com elevado grau de reatividade traço experienciam mais frequentemente a reatividade estado, bem como os seus componentes de emoções e cognições negativas.

A bibliografia comprova que os indivíduos mais reativos são menos envolvidos no processo terapêutico e, por isso, correm o risco de obter piores prognósticos (Seibel and Dowd 1999; Beutler et al. 2002). A reatividade tem sido cada vez mais estudada, de modo a melhorar a eficácia da prática clínica ao adaptar o processo terapêutico aos pacientes com maior dificuldade de adaptação (Karno et al. 2010). Ademais, a reatividade como traço também tem sido associada a crenças e atitudes de antivacinação (Finkelstein et al. 2020; Hornsey et al. 2018). Não obstante, apesar de existir um grande leque de literatura que utiliza a reatividade psicológica medida como traço, alguns autores defendem que

são necessárias mais pesquisas para validar a reatividade como sendo traço da personalidade do indivíduo (Miron and Brehm 2006; Shoham et al. 2004).

### **Relação entre BES e Reatividade Psicológica**

Vários estudos realizados anteriormente na área, tais como os de Diener et al. (2015), demonstram que o bem-estar abrange a percepção de como as pessoas evoluem durante a vida, envolvendo o momento presente e também períodos mais longos (e.g, semanas, meses, anos) das suas reações emocionais e também dos seus julgamentos em dimensões afetivas (Silva Soares et al., 2020).

Segundo os autores Pavot e Diener (2013), as experiências emocionais tendem a influenciar a avaliação dos eventos e circunstâncias da vida de um indivíduo e esta avaliação tende, por vezes, a evocar reações emocionais. Quando um indivíduo se encontra num estado de bem-estar, é frequente que experiencie mais emoções positivas, tais como a felicidade e a alegria e que experiencie menos emoções negativas, tais como raiva, vergonha, depressão e ansiedade (Scorsolini-Comin et al., 2016).

Assim sendo, é expectável que, quando o indivíduo experiencie emoções de afetação negativa, estas provoquem uma maior probabilidade de ocorrer reatividade psicológica, uma vez que o indivíduo se encontra perante um confronto com a sua liberdade e com a sua zona de conforto, despoletando uma sensação de mal-estar e desconforto (Jourbert, 1990).

A relação entre a reatividade psicológica e as dimensões afetivas e cognitivas do bem-estar foram estudadas por Moreira et.al (2020). O autor pretendeu explorar a literatura existente que aborda a reatividade psicológica como sendo uma interação entre o afeto negativo e cognição negativa (Dillard & Shen, 2005; Kim et. al. 2013; Quick, 2012; Quick & Kim, 2009; Quick & Stephenson, 2007, 2008; Rains, 2013). Estudos anteriores

demonstraram que o bem-estar afetivo, que tem sido referido através do conceito de felicidade (Cloninger & Zohar, 2011), tem uma correlação negativa com a reatividade psicológica (Jourbert, 1990) e que o AN, neste caso a raiva, tem uma correlação positiva com a reatividade (Hong & Faedda, 1996). Matherne M. (2005) também realizou um estudo onde foi encontrada uma relação entre a reatividade psicológica e o bem-estar onde indicou que, à medida que os indivíduos se tornam mais reativos, o seu bem-estar diminui. Também nos estudos de Moreira et. al. (2020), os resultados demonstraram que a Reatividade Psicológica tende a diminuir o BES, suportando a ideia de a reatividade estar associada a afetos negativos e cognições negativas.

### ***O BES, a Reatividade Psicológica e a Personalidade***

Maddux (2018) propõe que o BES seja influenciado pela congruência entre os comportamentos do indivíduo e a sua predisposição temperamental. Assim sendo, é pertinente identificar as variáveis da personalidade que se destacam como sendo os dois principais fatores associados ao bem-estar de um indivíduo: a extroversão e o neuroticismo (Huppert, 2009). A extroversão representa um estilo emocional positivo que passa pela facilidade do indivíduo comunicar e expressar os seus sentimentos, a assertividade e as relações interpessoais estão relacionadas aos afetos positivos e a níveis mais elevados de BES. O neuroticismo representa um estilo emocional negativo, que envolve ansiedade, insegurança, depressão, instabilidade emocional e pensamentos negativos, que estão relacionados a níveis mais elevados de AN e menores índices de BES (e.g. Argyle & Lu, 1990; Diener et. al. 1999; Nunes et. al. 2009; Zanon & Hutz, 2014).

Seguindo a mesma linha, a literatura contém diversos estudos que relacionam a reatividade psicológica a características intrínsecas à personalidade de cada indivíduo.

Joubert (1990) apontou uma correlação positiva entre a reatividade psicológica e a solidão e uma correlação negativa da reatividade com a autoestima e a felicidade. Dowd e Wallbrown (1993) descobriram que os indivíduos com grau mais elevado de reatividade psicológica têm tendência a ser mais defensivos, controladores, agressivos e individualistas. Dowd, Wallbrown, Sanders e Yesenosky (1994) defenderam que os indivíduos reativos têm mais dificuldade em estabelecer relações interpessoais, devido a expressarem fortes emoções e preocupações e à tendência em serem mais impacientes e terem dificuldade em aderir a regras e normas sociais.

É possível ainda correlacionar o BES com os traços de personalidade, seguindo o modelo do Big5 (Diener et al., 2018a, Haslam et al., 2009). Este modelo defende que existe uma predisposição genética para experienciar maior ou menor nível de BES (Diener et. al. 2018a). Os autores Costa & McCrae (1992), exploram a associação entre a reatividade como traço e as dimensões de personalidade do Modelo dos Big5 e encontraram uma correlação negativa da reatividade com a agradabilidade ( $r=-.47$ ) e positiva com o neuroticismo ( $r=.14$ ) e abertura a experiência ( $r=.19$ ; Seemann et al. 2005; Yost e Finney 2018; citado por Moreira et. al. 2021). Não obstante, outros autores defenderam que o modelo do Big5 não fornece uma descrição completa da personalidade (Ashton e Lee 2007; Cloninger et al. 1993), pois baseia-se numa análise linear de fatores para se obter fatores de personalidade de termos lexicais (Veselka et. al. 2012). As dimensões da personalidade que são derivadas de fatores lineares não são suficientes para descrever a estrutura causal da personalidade uma vez que não integram influências genéticas, fisiológicas, psicológicas e ambientais (Cloninger et. al. 1993). As teorias que têm em conta estas influências permitem uma compreensão mais abrangente da estrutura da personalidade (Munanfò e Flint, 2011; Veselka et. al. 2012), havendo a necessidade

de as utilizar para aprofundar o conhecimento relativamente aos construtos de características psicológicas.

No estudo de Moreira et. al. (2021), os autores tiveram como objetivo analisar como as diferenças estruturais na personalidade (Zwir et al. 2019) estão relacionadas com os traços de reatividade psicológica, indicando quais os processos psicobiológicos que podem predispor os adolescentes a sentir emoções e cognições negativas quando a liberdade é ameaçada, ou seja, os traços de reatividade. Os autores estudaram a reatividade comportamental, a reatividade verbal e a reatividade total numa população adolescente, uma vez que as dimensões verbal e comportamental da reatividade são vistas como construtos distintos (Dowd et. al. 1991). Os autores verificaram diferenças significativas ao nível dos traços de personalidade nas três dimensões e verificaram que os adolescentes mais aventureiros tendem a ser mais reativos, bem como aqueles que são mais emocionais demonstraram ter pontuação mais alta na reatividade verbal (Moreira et. al. 2021).

### **Tipo de estudo, objetivos e hipóteses de investigação**

Este estudo insere-se nos estudos descritivos e correlacionais, se abordarmos a tipologia clássica, pois pretende-se descrever o grau de associação entre as variáveis independente (reatividade psicológica) e dependente (bem-estar subjetivo). No entanto, se focalizarmos a tipologia proposta por Montero e León (2007), insere-se nos estudos empíricos com metodologia quantitativa, mais especificamente nos estudos *ex post facto*.

Tendo em consideração toda a literatura explorada, o objetivo do presente projeto de investigação é compreender de que forma a reatividade psicológica de um indivíduo pode influenciar o seu bem-estar.



Para aprofundar o conhecimento neste domínio, foi elaborada a seguinte questão de investigação: “Qual a relação entre o bem-estar de cada indivíduo e a ocorrência de reatividade psicológica?”. Assim, tendo por base a bibliografia consultada, vão ser testadas as seguintes hipóteses: H0) O bem-estar do indivíduo não tem relação com a ocorrência de reatividade psicológica; H1) Existe relação significativa entre o bem-estar e a ocorrência de reatividade psicológica.

Atualmente, o corpo de conhecimento incide maioritariamente em estudos realizados junto de adolescentes e jovens adultos. Com este estudo, pretende-se estudar a relação entre as variáveis bem-estar e reatividade psicológica na comunidade adulta, controlando o efeito de fatores sociodemográficos, tais como género, idade, escolaridade, estado civil, emprego e rendimento, verificando se têm impacto significativo nas mesmas.

Através da questão central da investigação supramencionada, irão ser feitas correlações, de modo a obter uma primeira avaliação da associação entre todas as dimensões das variáveis dependentes e independentes e irão ser feitas regressões lineares hierárquicas sempre que uma hipótese for estatisticamente significativa. O resultado das hipóteses será avaliado pelos resultados obtidos depois dos modelos estarem ajustados às variáveis sociodemográficas.

## Método

### Participantes

Neste estudo, foram incluídos 850 indivíduos com idades entre os 18 e os 88 anos, com média de 31.83 anos ( $DP=15.31$ ), 586 (68.8%) do sexo feminino e 264 (31.0%) do sexo masculino. O nível escolar mais frequente foi o ensino secundário com 465 (54.6%) respostas. A proporção de indivíduos com ensino superior foi de 23.5%, com um total de 200 indivíduos. Já o primeiro ciclo foi observado em 173 (20.3%) indivíduos. A maior parte dos indivíduos não estava a estudar na Universidade Lusíada Norte – Porto (ULN-P). Os dois cursos mais presentes na amostra eram direito ( $n=120$ , 14.1%) e psicologia ( $n=105$ , 12.3%). Dos inquiridos, 347 (40.7%) estavam empregados, parte como trabalhadores-estudantes. O estado civil mais frequente foi o solteiro, com 511 (60.0%) indivíduos, que em conjunto com os divorciados(as) e viúvos(as) totalizaram 551 (64.7%) de indivíduos sem companheiro(a). O rendimento mensal do agregado concentrou-se nos níveis mais baixos, nomeadamente até ao intervalo entre 1300€ e 1900€ ( $n=198$ , 23.2%).

**Tabela 1.***Caracterização da amostra*

<i>Variável</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Sexo		
Masculino	264	31.0%
Feminino	586	68.8%
Não respondeu	2	0.2%
Escolaridade		
Primeiro ciclo	173	20.3%
Ensino secundário	465	54.6%
Ensino superior	200	23.5%
Não respondeu	14	1.6%
Curso que frequenta		
Direito	120	14.1%
Gestão de Empresas	63	7.4%
Relações Internacionais	42	4.9%
Marketing	9	1.1%
Psicologia	105	12.3%
Não estudante da ULN-P	513	60.2%
Estado da profissão do participante		
Empregado	347	40.7%
Empregado	305	35.8%
Trabalhador-estudante	42	4.9%
Não empregado		
Estudante	383	45.0%
Desempregado	32	3.8%
Reformado	56	6.6%
Não respondeu	34	4.0%
Estado civil		
Sem companheiro(a)	551	64.7%
Solteiro	511	60.0%
Divorciado	28	3.3%
Viúvo	12	1.4%
Com companheiro(a)	285	33.5%
União de facto	44	5.2%
Casado	241	28.3%
Não respondeu	16	1.9%
Rendimento mensal do agregado		
<500€	13	1.5%
500€ - 800€	94	11.0%
900€ - 1200€	197	23.1%
1300€ - 1900€	198	23.2%
2000€ - 2900€	123	14.4%
3000€ - 3900€	54	6.3%
4000€ - 4900€	15	1.8%
>5000€	24	2.8%
Não respondeu	134	15.7%

## **Instrumentos**

### ***Questionário sociodemográfico***

Em primeiro lugar, para a caracterização sociodemográfica dos participantes em estudo, foi aplicado um questionário de autorrelato redigido para o efeito. Este questionário contém perguntas que remetem para a recolha das seguintes informações: idade, género, nacionalidade, habilitações literárias, profissão, estado civil, agregado familiar e rendimento mensal líquido do agregado familiar.

### ***World Health Organization Quality of Life – Bref***

Com o objetivo de avaliar o nível de BEC dos participantes do estudo, mais especificamente o nível da sua qualidade de vida, o questionário escolhido para aplicar foi o *World Health Organization Quality of Life – Bref* (WHOQOL-Bref), nomeadamente a adaptação da versão portuguesa feita pelos autores Adriano Vaz Serra, Maria Cristina Canavarro, Mário R. Simões, Marco Pereira, Sofia Gameiro, Manuel João Quartilho, Daniel Rijo, Carlos Carona e Tiago Paredes, em 2006.

Este questionário constitui uma versão abreviada da avaliação da qualidade de vida WHOQOL-100, contendo um total de 26 perguntas. A criação de uma versão abreviada deste instrumento surgiu da necessidade de os participantes demorarem menos tempo no seu preenchimento e que ainda assim, este revelasse igualmente características psicométricas satisfatórias (Vaz Serra et al., 2006). Está dividido em quatro domínios: saúde física, saúde psicológica, relações sociais e ambiente e inclui duas perguntas mais gerais relativas à qualidade de vida global e à saúde em geral (The WHOQOL group, 1998).

As perguntas a que os participantes responderam estão organizadas em escalas de tipo Likert de 5 pontos, que correspondem a quatro dimensões de avaliação: intensidade,

frequência, capacidade e avaliação. Os participantes devem ter em conta as últimas duas semanas das suas vidas.

Relativamente à consistência interna deste instrumento, os valores Alfa de Cronbach para cada um dos quatro domínios variaram de .64 (para o domínio relações sociais) a .87 (para o domínio saúde física), demonstrando uma boa consistência interna, semelhante aos valores encontrados na versão original (Vaz Serra et al., 2006).

### ***Positive and Negative Affect Schedule***

Para avaliar o bem-estar emocional foi administrado o *Positive and Negative Affect Schedule*, nomeadamente a versão adaptada para a população adulta portuguesa feita pelos autores Iolanda Costa Galinha e José Luís Pais-Ribeiro, em 2005.

Este questionário pretende avaliar a vertente afetiva do bem-estar e foi aplicado com o objetivo de avaliar o AP e o AN através de medidas simples, fáceis de administrar e válidas (Watson, Clark & Tellegen 1988).

Esta escala é constituída por 20 itens descritores das emoções positivas e negativas de cada indivíduo, que foram adaptados pelos autores de modo a que fossem o mais representativos possível do léxico emocional dos portugueses e que se mantivessem fiéis aos utilizados na escala original, culminando assim em duas novas subescalas com 10 itens cada que incluem os afetos positivos (entusiasmado; encantado; inspirado; excitado; determinado; agradavelmente surpreendido; caloroso; ativo; interessado; e orgulhoso) e negativos (perturbado; atormentado; amedrontado; assustado; irritado; nervoso; trémulo; culpado; repulsa; e remorsos), que formam o PANAS (Galinha & Pais-Ribeiro, 2005).

Os participantes responderam a cada item consoante uma escala de Likert que vai de 1 – Nada ou Muito Ligeiramente, até 5 – Extremamente, indicando em que medida experienciaram cada uma das emoções descritas, durante as últimas semanas.

Em relação às qualidades psicométricas da escala do PANAS, a escala apresenta uma boa consistência interna em ambas as dimensões, dado que o valor do coeficiente de Alfa de Cronbach obtido foi de  $\alpha = .86$  na escala de AP e de  $\alpha = 0,89$  na escala de AN, que são valores de magnitude semelhante aos encontrados na escala original americana (Galinha & Pais-Ribeiro, 2005).

### ***Hong's Psychological Reactance Scale***

Para avaliar a reatividade psicológica utilizou-se a versão portuguesa da Hong Psychological Reactance Scale (Sung Mook Hong & Sandra Page, 1989).

Os instrumentos de medição da reatividade psicológica, medem a resistência individual a tentativas de persuasão, raiva quando a liberdade é restringida e a propensão a resistir à oposição. (Pavey & Sparks, 2009).

Esta escala foi originalmente construída por Sung Mook Hong & Sandra Page (1989), que criaram um instrumento, composto por 14 itens, capaz de medir a reatividade psicológica de um indivíduo, baseados na sua crença de que esta é um traço da personalidade duradouro. É composto por quatro fatores: Liberdade de Escolha; Reação de Conformidade; Liberdade Comportamental (que reflete a necessidade do indivíduo em ter os seus comportamentos pessoais livres do controlo de terceiros); e Reação ao Aconselhamento e Recomendações (Hong, 1992).

As afirmações que são relativas às atitudes de cada indivíduo no geral e que estão presentes no instrumento devem ser respondidas pelos participantes do estudo através de uma escala de Likert de 5 pontos, sendo o 1 Discordo Completamente, o 5 Concordo Completamente e o 3 Não Concordo Nem Discordo, não existindo tempo limite para o fazerem.

Esta escala foi adaptada e validada para a população portuguesa por Moreira e colaboradores (2020). Nesse estudo, os autores demonstraram que a versão portuguesa apresenta bons indicadores de validade de construto (estrutura fatorial como esperada teoricamente) (Moreira et al., 2020). Num outro estudo, a escala demonstrou boa consistência interna, com um valor de Omega de McDonald superior a .8 ( $\omega=.82$ ).

## **Procedimentos**

### ***Recolha dos dados***

Este estudo utilizou os dados do projeto Personalidade e Funcionamento Positivo (referência CIPD/2122/PERS/3), desenvolvido no âmbito do Centro de Investigação em Psicologia para o Desenvolvimento (CIPD), Universidade Lusíada Norte – Porto.

A recolha de dados deste estudo realizou-se entre novembro de 2018 e fevereiro de 2019. Os questionários foram recolhidos presencialmente pelos investigadores do CIPD, em formato papel. De ressaltar que, apenas os participantes que preencheram o consentimento informado foram admitidos na participação do estudo e no preenchimento dos questionários.

### ***Análise dos dados***

A análise de dados foi realizada com o programa SPSS, versão 27.0 (IBM Corporation, 2020). Foram consideradas cinco variáveis dependentes: bem-estar subjetivo, bem-estar emocional, bem-estar cognitivo, afeto positivo e afeto negativo; e cinco variáveis independentes da escala de reatividade psicológica: escolha restrita, reatividade á conformidade, resistência à influência dos outros, resistência aos conselhos e reatividade psicológica total. O cálculo de cada uma das variáveis mencionadas descreve-se de seguida. As dimensões da reatividade psicológica foram calculadas pela média dos itens

que as compunham. O bem-estar emocional foi calculado pela diferença entre o afeto positivo e negativo. O bem-estar cognitivo foi calculado pela média das dimensões da WHOQOL: Domínio Físico da Qualidade de Vida (QVF), Domínio Psicológico da Qualidade de Vida (QVP), Domínio das Relações Sociais da Qualidade de Vida (QVR) e Domínio do Meio Ambiente da Qualidade de Vida (QVA).

O bem-estar subjetivo foi calculado pela média do bem-estar emocional e cognitivo. O afeto positivo e negativo foram dimensões calculadas pela média dos itens que as compunham.

Na descrição das variáveis foram utilizadas médias (M) e desvios padrão (DP) nas variáveis contínuas, frequências absolutas (n) e relativas (%) nas variáveis categóricas. A normalidade das variáveis contínuas foi avaliada pelo teste Kolmogorov-Smirnov, complementada pela observação do histograma.

As correlações entre as variáveis dependentes e independentes foram avaliadas com os coeficientes de correlação de Pearson, considerando a normalidade das distribuições das variáveis envolvidas.

De seguida foram identificadas todas as associações estatisticamente significativas entre as variáveis dependentes e independentes e preparadas as regressões lineares hierárquicas de acordo com o observado. No primeiro bloco destas regressões entraram todas as dimensões da reatividade psicológica com associação significativa com cada variável dependente. Exceção fez-se a reatividade psicológica total, uma vez que é uma combinação linear das dimensões de reatividade psicológica, o que faria aumentar a multicolineariedade e diminuir a capacidade explicativa do modelo. No segundo bloco foram incluídas as variáveis sócio-demográficas, de modo a controlar e estimar o efeito das variáveis da reatividade psicológica, controlado para as variáveis género, idade, escolaridade, estado civil (com companheiro), empregado e rendimento mensal do



agregado. O efeito controlado foi avaliado pela estimação dos coeficientes não padronizados, antes e depois da inclusão das variáveis sócio-demográficas.

Foram avaliados e confirmados os pressupostos da normalidade e independência dos resíduos com os testes Shapiro-Wilks ( $p > .05$ ) e Durbin-Watson ( $\approx 2$ ; não inferior a 1), respectivamente. A existência de *outliers* foi avaliada pelo cálculo dos resíduos padronizados. Não foram encontrados *outliers*, considerando a condição ( $r_i > |3|$ ). Foi ainda verificada a homocedasticidade pela análise do gráfico de resíduos padronizados vs. valores preditos. A multicolineariedade foi avaliada com os valores de tolerância ( $> .10$ ) e VIF ( $< 4$ ) seguindo os critérios de O'Brien (2007). O cálculo das estimativas obedeceu ao método dos mínimos quadrados. O ajustamento dos modelos foi medido com o teste F e o valor de  $R^2$ , utilizado para avaliar a contribuição das variáveis independentes para explicar a variável dependente (Jaqman & Danuser, 2006). A avaliação do tamanho do efeito das variáveis independentes em cada variável dependente foi medida pelos coeficientes não padronizados ( $\beta$ ) e a significância estatística por intervalos de confiança a 95%. O nível de significância considerado foi de 5%.

## Resultados

### Descritivas das variáveis do Bem-estar Subjetivo e da Reatividade Psicológica

Na Tabela 2 apresentam-se as estatísticas descritivas das variáveis dependentes e independentes incluídas no estudo. De entre as variáveis dependentes, a pontuação mais elevada foi no bem-estar cognitivo ( $M=3.64$ ,  $DP=0.37$ ) e afeto positivo ( $M=3.28$ ,  $DP=0.69$ ). Nas variáveis independentes, nomeadamente na reatividade psicológica, as dimensões da escolha restrita ( $M=3.42$ ,  $DP=0.45$ ) e resistência à influência dos outros ( $M=3.32$ ,  $DP=0.48$ ) obtiveram as pontuações mais elevadas.

**Tabela 2.**

*Variáveis dependentes e independentes*

	M	DP
<b>Variáveis dependentes</b>		
Bem-estar Subjetivo	2.47	0.61
Bem-estar emocional	1.30	0.97
Bem-estar Cognitivo	3.64	0.37
Afeto positivo	3.28	0.69
Afeto negativo	1.97	0.71
<b>Variáveis independentes</b>		
Reatividade psicológica		
Escolha Restrita	3.42	0.45
Reatividade à Conformidade	2.45	0.48
Resistência à influência dos outros	3.23	0.48
Resistência aos Conselhos	2.65	0.44
Reatividade Psicológica – Total	2.99	0.34

BE, Bem-estar; QVF, Domínio Físico da Qualidade de Vida; QVP, Domínio Psicológico da Qualidade de Vida; QVR, Domínio das Relações Sociais da Qualidade de Vida; QVA, Domínio do Meio Ambiente da Qualidade de Vida

### Correlações de Pearson

#### *Correlações entre as dimensões do Bem-Estar Subjetivo e da Reatividade Psicológica*

Na Tabela 3 são apresentadas as correlações de Pearson entre as variáveis independentes relativas à reatividade psicológica e as variáveis dependentes, relativas ao bem-estar.

O índice de bem-estar subjetivo correlacionou-se de forma estatisticamente significativa com a resistência aos conselhos ( $r=-.088$ ,  $p=.010$ ) e reatividade psicológica total ( $r=-.073$ ,  $p=.032$ ). O bem-estar emocional correlacionou-se de forma estatisticamente significativa com a resistência aos conselhos ( $r=-.073$ ,  $p=.033$ ). O bem-estar cognitivo associou-se de forma estatisticamente significativa com a escolha restrita ( $r=-.085$ ,  $p=.013$ ), resistência aos conselhos ( $r=-.098$ ,  $p=.004$ ) e reatividade psicológica total ( $r=-.078$ ,  $p=.022$ ). O afeto positivo não se associou com qualquer dimensão da reatividade psicológica. Pelo contrário, o afeto negativo correlacionou-se de forma estatisticamente significativa com todas as dimensões da reatividade psicológica, nomeadamente, escolha restrita ( $r=.082$ ,  $p=.025$ ), reatividade à conformidade ( $r=.098$ ,  $p=.008$ ), resistência à influência dos outros ( $r=.087$ ,  $p=.018$ ), resistência aos conselhos ( $r=.088$ ,  $p=.018$ ) e reatividade psicológica total ( $r=.119$ ,  $p=.001$ ).

### Tabela 3.

*Matriz de correlações de Pearson entre as variáveis dependentes e independentes*

Variáveis independentes →	Reatividade Psicológica				
	Escolha Restrita	Reatividade à Conformidade	Resistência à influência dos outros	Resistência aos Conselhos	Reatividade Psicológica - Total
Variáveis dependentes ↓					
BE Subjetivo	$r=-.063$	$r=-.031$	$r=-.041$	<b><math>r=-.088^*</math></b>	<b><math>r=-.073^*</math></b>
BE emocional	$r=-.047$	$r=-.025$	$r=-.044$	<b><math>r=-.073^*</math></b>	$r=-.062$
BE Cognitivo	<b><math>r=-.085^*</math></b>	$r=-.039$	$r=-.021$	<b><math>r=-.098^{**}</math></b>	<b><math>r=-.078^*</math></b>
Afeto positivo	$r=.019$	$r=.057$	$r=.031$	$r=-.023$	$r=.030$
Afeto negativo	<b><math>r=.08^*</math></b>	<b><math>r=.098^{**}</math></b>	<b><math>r=.087^*</math></b>	<b><math>r=.088^*</math></b>	<b><math>r=.119^{**}</math></b>

BE, Bem-estar; \* $p<.05$ ; \*\* $p<.01$

## **Regressões Lineares**

A matriz de correlações norteou a construção dos modelos de regressão linear. Foram construídos modelos lineares sempre que pelo menos uma dimensão da reatividade psicológica se correlacionou de forma estatisticamente significativa com qualquer uma das variáveis dependentes consideradas (bem-estar e afeto). Foram utilizadas regressões lineares hierárquicas para testar a robustez da associação das dimensões de reatividade psicológica quando ajustadas para variáveis sócio-demográficas como género, idade, escolaridade, estado civil (com companheiro), empregado e rendimento mensal do agregado.

Sempre que mais do que uma das dimensões da reatividade psicológica se associou com cada uma das variáveis dependentes, as dimensões da reatividade psicológica foram incluídas no respetivo modelo em simultâneo, exceto quando se tratou a reatividade psicológica total. Tratando-se de uma combinação linear das quatro dimensões da reatividade psicológica era expectável que a sua inclusão conjunta com qualquer das dimensões que lhe dão origem aumentasse o grau de multicolinearidade nos modelos lineares. Assim, foram criados modelos separados para esta variável.

### ***Modelo não ajustado e ajustado da dimensão Resistência aos Conselhos e Reatividade Psicológica total como preditoras do Bem-estar subjetivo***

Nas Tabelas 4 e 5 são apresentadas as associações com o bem-estar subjetivo. A resistência aos conselhos associou-se de forma estatisticamente significativa com o bem-estar subjetivo no modelo não ajustado ( $\beta=-0.14$ ,  $p=.016$ ), com qualidade do ajustamento baixa,  $F_{(1,684)}=5.84$  ( $p=.016$ ),  $R^2=.008$ .

Após ajustamento às variáveis sócio-demográficas, a resistência aos conselhos manteve o significado estatístico, ( $\beta=-.14$ ,  $p=.014$ ), sugerindo uma associação negativa

com o bem-estar subjetivo. Este resultado sugere que cada ponto a mais na dimensão da resistência aos conselhos reduz a pontuação do bem-estar subjetivo em 0.14. O sexo feminino também se associou de forma negativa com o bem-estar subjetivo ( $\beta=-.18$ ,  $p=.001$ ). Níveis escolares mais elevados associaram-se de forma positiva com o bem-estar subjetivo ( $\beta=.16$ ,  $p<.001$ ). A qualidade deste modelo foi moderada,  $F_{(7,678)}=4.86$  ( $p<.001$ ),  $R^2=0.048$ , representando um aumento de 4% de variância explicada face ao modelo que contém apenas resistência aos conselhos.

#### Tabela 4.

*Associações não ajustadas e ajustadas para o BE subjetivo (modelo 1)*

VD: BE subjetivo (modelo não ajustado)	$\beta$	IC 95%	p-valor	Qualidade do modelo
Resistência aos conselhos	-.14	[-.25; -.03]	.016*	$F_{(1,684)}=5.84$ ( $p=.016^*$ ) $R^2=.008$
VD: BE subjetivo (modelo ajustado)				
Resistência aos conselhos	-.14	[-.25; -.03]	.014*	$F_{(7,678)}=4.83$ ( $p<.001^*$ ) $R^2=.048$
Sexo (feminino)	-.18	[-.29; -.08]	.001*	
Idade	.00	[.00; .01]	.512	
Escolaridade	.16	[.08; .23]	$p<.001^*$	
Estado civil (com companheiro)	.06	[-.09; .20]	.433	
Empregado (sim)	-.01	[-.06; .04]	.650	
Rendimento mensal do agregado	.00	[-.03; .04]	.943	

VD, Variável dependente; BE, Bem-estar; Nas variáveis dicotômicas é apresentado o fator de interesse entre parênteses; \* $p<.05$

Quando foi considerada a reatividade psicológica total (Tabela 5) os resultados mostram uma associação estatisticamente significativa negativa com o bem-estar subjetivo ( $\beta=-.16$ ,  $p=.001$ ), no modelo não ajustado, com qualidade do ajustamento do modelo baixa,  $F_{(1,684)}=4.61$  ( $p=.032$ ),  $R^2=.007$ . Ao ajustar para as variáveis sócio-demográficas, a significância estatística manteve-se ( $\beta=-.15$ ,  $p=.037$ ), registando-se uma redução de 0.15 pontos na escala de bem-estar subjetivo, por cada ponto a mais na escala de reatividade psicológica total. O sexo feminino também se associou de forma negativa com o bem-estar subjetivo ( $\beta=-.18$ ,  $p=.001$ ). A escolaridade associou-se de forma positiva

com o bem-estar subjetivo ( $\beta=.16$ ,  $p<.001$ ). A qualidade deste modelo foi moderada,  $F_{(6,678)}=4.59$  ( $p<.001$ ),  $R^2=.045$ , representando um aumento de 3.8% de variância explicada face ao modelo que contém apenas reatividade psicológica total.

**Tabela 5.**

*Associações não ajustadas e ajustadas para o BE subjetivo (modelo 1.1)*

	$\beta$	IC 95%	p-valor	Qualidade do modelo
VD: BE subjetivo (modelo não ajustado)				
Reatividade psicológica total	-.16	[-0.30; -0.01]	.032	$F_{(1,684)}=4.61$ ( $p=.032^*$ ) $R^2=.007$
VD: BE subjetivo (modelo ajustado)				
Reatividade psicológica total	-.15	[-.30; -.01]	.037*	
Sexo (feminino)	-.18	[-.29; -.08]	.001*	
Idade	.00	[.00; .01]	.564	$F_{(6,678)}=4.59$
Escolaridade	.16	[.08; .24]	$p<.001^*$	( $p<.001^*$ )
Estado civil (com companheiro)	.06	[-.09; .20]	.451	$R^2=.045$
Empregado (sim)	-.01	[-.06; .04]	.688	
Rendimento mensal do agregado	.00	[-.03; .03]	.956	

VD, Variável dependente; BE, Bem-estar; Nas variáveis dicotômicas é apresentado o fator de interesse entre parênteses; \* $p<.05$

***Modelo não ajustado e ajustado da dimensão Resistência aos Conselhos como preditora do Bem-estar emocional***

Na Tabela 6 são apresentados os resultados para as associações com o bem-estar emocional. No modelo não ajustado, a resistência aos conselhos associou-se de forma estatisticamente significativa negativa com o bem-estar emocional ( $\beta=-.19$ ,  $p=.039$ ), com qualidade de ajustamento do modelo baixa,  $F_{(1,684)}=4.26$  ( $p=.039$ ),  $R^2=0.006$ . Após ajustar para as variáveis sócio-demográficas, o resultado manteve-se ( $\beta=-.19$ ,  $p=.039$ ), sugerindo uma redução na pontuação do bem-estar emocional, por cada ponto a mais na escala de resistência aos conselhos, sugerindo uma redução de 0.19 pontos na pontuação do bem-estar emocional. Foram ainda detetados resultados estatisticamente significativos no sexo (feminino), com associação negativa com o bem-estar emocional ( $\beta=-.32$ ,  $p<.001$ ) e na

escolaridade, com associação positiva com o bem-estar emocional ( $\beta=.26$ ,  $p<.001$ ). A qualidade de ajustamento deste modelo foi considerada moderada,  $F_{(6,678)}=4.87$  ( $p<.001$ ),  $R^2=.048$ , representando um aumento de 4.2% de variância explicada face ao modelo que contém apenas resistência aos conselhos.

### Tabela 6.

*Associações não ajustadas e ajustadas para o BE emocional (modelo 2)*

	$\beta$	IC 95%	p-valor	Qualidade do modelo
VD: BE emocional (modelo não ajustado)				
Resistência aos conselhos	-.19	[-.37; -.01]	.039*	$F_{(1,684)}=4.26$ ( $p=.039^*$ ) $R^2=.006$
VD: BE emocional (modelo ajustado)				
Resistência aos conselhos	-.19	[-.37; -.01]	.034*	
Sexo (feminino)	-.32	[-.49; -.15]	$p<.001^*$	
Idade	.00	[.00; .01]	.229	
Escolaridade	.26	[.13; .38]	$p<.001^*$	$F_{(6,678)}=4.87$ ( $p<.001$ ) $R^2=.048$
Estado civil (com companheiro)	.03	[-.20; .26]	.793	
Empregado (sim)	-.02	[-.10; .06]	.607	
Rendimento mensal do agregado	-.02	[-.07; .03]	.460	

VD, Variável dependente; BE, Bem-estar; Nas variáveis dicotômicas é apresentado o fator de interesse entre parênteses; \* $p<.05$

### *Modelo não ajustado e ajustado das dimensões Escolha Restrita, Resistência aos Conselhos e Reatividade Psicológica total como predictoras do Bem-estar cognitivo*

Seguem-se as associações com o bem-estar cognitivo (Tabela 7), onde no modelo não ajustado foram incluídas simultaneamente as dimensões da reatividade psicológica da escolha restrita ( $\beta=-.08$ ,  $p=.028$ ), com associação estatisticamente significativa e da resistência aos conselhos, sem associação estatisticamente significativa ( $p=.137$ ). A qualidade de ajustamento deste modelo foi considerada como baixa,  $F_{(2,683)}=5.72$  ( $p=.003$ ),  $R^2=0.014$ .

Após ajustamento às variáveis sócio-demográficas a dimensão da escolha restrita manteve o significado estatístico, com redução de 0.09 na pontuação do bem-estar

cognitivo, por cada ponto a mais na escala da escolha restrita ( $\beta=-.09$ ,  $p=.016$ ). Níveis escolares mais elevados ( $\beta=.06$ ,  $p=.019$ ) e rendimento mensal do agregado mais alto ( $\beta=.02$ ,  $p=.026$ ) associaram-se de forma estatisticamente significativa com o bem-estar cognitivo. A qualidade de ajustamento do modelo ajustado foi moderada,  $F_{(6,677)}=4.03$  ( $p<.001$ ),  $R^2=0.034$ , representando um aumento de 2% de variância explicada face ao modelo que contém apenas a escolha restrita e resistência aos conselhos.

**Tabela 7.**

*Associações não ajustadas e ajustadas para o BE cognitivo (modelo 3)*

	$\beta$	IC 95%	p-valor	Qualidade do modelo
VD: BE cognitivo (modelo não ajustado)				
Escolha restrita	-.08	[-.16; -.01]	.028*	$F_{(2,683)}=5.72$ ( $p=.003^*$ ) $R^2=.014$
Resistência aos conselhos	-.06	[-.13; .02]	.137	
VD: BE cognitivo (modelo ajustado)				
Escolha restrita	-.09	[-.17; -.02]	.016*	$F_{(6,677)}=4.03$ ( $p<.001$ ) $R^2=.034$
Resistência aos conselhos	-.05	[-.13; .02]	.155	
Sexo (feminino)	-.05	[-.11; .01]	.133	
Idade	.00	[.00; .00]	.287	
Escolaridade	.06	[.01; .10]	.019*	
Estado civil (com companheiro)	.09	[.00; .17]	.056	
Empregado (sim)	.00	[-.03; .03]	.775	
Rendimento mensal do agregado	.02	[.00; .04]	.026*	

VD, Variável dependente; BE, Bem-estar; Nas variáveis dicotômicas é apresentado o fator de interesse entre parênteses; \* $p<.05$

Ainda relativamente ao bem-estar cognitivo (Tabela 8), a reatividade psicológica total associou-se de forma estatisticamente significativa com o bem-estar cognitivo ( $\beta=-.11$ ,  $p=.020$ ), no modelo não ajustado, com qualidade de ajustamento baixa,  $F_{(1,684)}=5.45$  ( $p=.020$ ),  $R^2=.008$ . No modelo ajustado às variáveis sócio-demográficas, para além da associação estatisticamente significativa da reatividade psicológica total, em que se detetou uma redução de 0.10 pontos na escala de bem-estar cognitivo por cada ponto a mais na escala de reatividade psicológica total ( $\beta=-.10$ ,  $p=.023$ ), foram identificadas associações significativas positivas com a escolaridade ( $\beta=.05$ ,  $p=.028$ ) e rendimento



mensal do agregado ( $\beta=.02$ ,  $p=.033$ ). Neste modelo, a variância explicada subiu 2.7%, de 0.8% para 3.5%, quando foram incluídas as variáveis de controlo.

### Tabela 8.

*Associações não ajustadas e ajustadas para o BE cognitivo (modelo 3.1)*

	$\beta$	IC 95%	p-valor	Qualidade do modelo
VD: BE cognitivo (modelo não ajustado)				
Reatividade psicológica total	-.11	[-.19; -.02]	.020*	$F_{(1,684)}=5.45$ ( $p=.020^*$ ) $R^2=.008$
VD: BE cognitivo (modelo ajustado)				
Reatividade psicológica total	-.10	[-.19; -.01]	.023*	$F_{(6,678)}=3.54$ ( $p<.001^*$ ) $R^2=.035$
Sexo (feminino)	-.05	[-.12; .01]	.125	
Idade	.00	[-.01; .00]	.272	
Escolaridade	.05	[.01; .10]	.028*	
Estado civil (com companheiro)	.08	[-.01; .17]	.061	
Empregado (sim)	.00	[-.03; .03]	.933	
Rendimento mensal do agregado	.02	[.01; .04]	.033*	

VD, Variável dependente; BE, Bem-estar; Nas variáveis dicotómicas é apresentado o fator de interesse entre parênteses; \* $p<.05$

### *Modelo não ajustado e ajustado das dimensões Escolha Restrita, Reatividade à Conformidade, Resistência à Influência dos Outros, Resistência aos Conselhos e Reatividade Psicológica Total como predictoras do Afeto Negativo*

Nas Tabelas 9 e 10 são apresentados os resultados das associações com o afeto negativo. Ao incluir em simultâneo as dimensões da reatividade psicológica no modelo não ajustado para variáveis sócio-demográficas, não foram identificadas associações estatisticamente significativas. A qualidade de ajustamento deste modelo foi baixa,  $F_{(4,631)}=2.54$  ( $p=.039$ ),  $R^2=.016$ . O ajustamento para as variáveis sócio-demográficas manteve os resultados do modelo não ajustado no que toca às dimensões da reatividade psicológica. A inclusão das variáveis sócio-demográficas permitiu identificar associações estatisticamente significativas com o sexo feminino ( $\beta=.14$ ,  $p=.023$ ), registando-se uma associação positiva, com a idade ( $\beta=-.01$ ,  $p<.001$ ) e com a escolaridade ( $\beta=-.13$ ,  $p=.006$ ) registando-se uma associação negativa com ambas. Indivíduos com idade e escolaridade

mais elevadas tendem a apresentar pontuações mais baixas na escala de afeto negativo. Neste modelo, a variância explicada subiu 5.9%, de 1.5% para 7.4%, quando foram incluídas as variáveis de controlo.

**Tabela 9.**

*Associações não ajustadas e ajustadas para o Afeto negativo (modelo 4)*

	$\beta$	IC 95%	p-valor	Qualidade do modelo
VD: Af. negativo (modelo não ajustado)				
Escolha restrita	.09	[-.06; .24]	.229	$F_{(4,631)}=2.54$ (p=.039*) $R^2=.016$
Reatividade à conformidade	.08	[-.06; .22]	.278	
Resistência à influência dos outros	.04	[-.10; .18]	.562	
Resistência aos conselhos	.05	[-.10; .21]	.504	
VD: Afeto negativo (modelo ajustado)				
Escolha restrita	.08	[-.07; .22]	.317	$F_{(10,625)}=5.08$ (p<.001*) $R^2=.075$
Reatividade à conformidade	.07	[-.07; .21]	.344	
Resistência à influência dos outros	.02	[-.11; .16]	.750	
Resistência aos conselhos	.08	[-.08; .23]	.321	
Sexo (feminino)	.14	[.02; .26]	.023*	
Idade	-.01	[-.02; .00]	p<.001*	
Escolaridade	-.13	[-.22; -.04]	.006*	
Estado civil (com companheiro)	-.02	[-.19; .14]	.771	
Empregado (sim)	.02	[-.04; .08]	.477	
Rendimento mensal do agregado	.03	[.00; .07]	.075	

VD, Variável dependente; Af, Afeto; BE, Bem-estar; Nas variáveis dicotómicas é apresentado o fator de interesse entre parênteses; \*p<.05

**Tabela 10.**

*Associações não ajustadas e ajustadas para o Afeto negativo (modelo 4.1)*

	$\beta$	IC 95%	p-valor	Qualidade do modelo
VD: Afeto negativo (modelo não ajustado)				
Reatividade psicológica total	.26	[.10; .42]	.002*	$F_{(1,634)}=9.90$ (p=.002*) $R^2=.015$
VD: Afeto negativo (modelo ajustado)				
Reatividade psicológica total	.24	[.08; .40]	.004*	$F_{(7,628)}=7.20$ (p<.001*) $R^2=.074$
Sexo (feminino)	.14	[.02; .25]	.026*	
Idade	-.01	[-.02; .00]	p<.001*	
Escolaridade	-.13	[-.21; -.04]	.006*	
Estado civil (com companheiro)	-.03	[-.19; .14]	.757	
Empregado (sim)	.02	[-.04; .07]	.515	
Rendimento mensal do agregado	.03	[.00; .07]	.076	

VD, Variável dependente; Af, Afeto; BE, Bem-estar; Nas variáveis dicotómicas é apresentado o fator de interesse entre parênteses; \*p<.05

## Discussão

O objetivo do presente estudo era determinar a potencial relação entre o BES e Reatividade Psicológica. Existiram 25 hipóteses a serem testadas, onde se correlacionaram todas as dimensões da VD (Bem-Estar Subjetivo) com todas as dimensões da VI (Reatividade Psicológica) e das quais 11 foram estatisticamente significativas. A partir das 11 hipóteses encontradas, foram feitas regressões lineares hierárquicas, onde se controlou os resultados das hipóteses através de modelos ajustados às variáveis sociodemográficas. Não foram rejeitadas 6 hipóteses estatisticamente significativas: (1) foram encontradas diferenças estatisticamente significativas ao nível da dimensão Resistência aos Conselhos e do BES; (2) ao nível da Reatividade Psicológica Total e do BES; (3) entre a dimensão Resistência aos Conselhos e a dimensão do BEE; (4) diferenças ao nível da dimensão Escolha Restrita e da dimensão do BEC; (5) entre a Reatividade Psicológica Total e a dimensão do BEC; e (6) entre a Reatividade Psicológica Total e a dimensão dos Afetos Negativos.

Os resultados obtidos neste estudo demonstraram uma associação negativa entre a reatividade psicológica e o bem-estar, o que nos permite afirmar que indivíduos com maior nível de reatividade psicológica tendem a ter menos bem-estar.

É pertinente o estudo sistemático do BES e das suas dimensões, uma vez que conseguimos obter novas informações acerca da qualidade de vida de uma comunidade e sobre os fatores que permitem aumentar ou diminuir a experiência do mesmo (Diener et. al. 2015).

O BES diz respeito a como o indivíduo se sente e avalia a sua própria vida (Woyciekoski et. al., 2012), ao nível das cognições e afetos positivos e negativos experienciados (Diener et. al., 2000; Diener & Lucas, 2000).

Relativamente à dimensão do BES, os resultados obtidos na primeira hipótese demonstraram que a dimensão da Resistência aos Conselhos se associou com menor nível de BES. Vários estudos demonstraram que a tendência para resistir a influências externas é maior quando a magnitude da ameaça ou a importância da liberdade comportamental é elevada (Brehm e Brehm, 1981), o que pode justificar uma consequente diminuição do nível de bem-estar.

A nossa questão de investigação central foi validada através dos resultados obtidos na segunda hipótese, que sugerem que a Reatividade Psicológica Total se associou com menor nível de BES. O conceito de BES tem um fundo amplo e multifacetado, que abrange tanto processos afetivos como cognitivos, e está sujeito à interpretação perceptiva do indivíduo sobre os seus acontecimentos e experiências de vida. Como tal, não pode ser inferido diretamente a partir de circunstâncias objetivas, e sim entendido da perspetiva do indivíduo (Pavot, W., & Diener, E., 2013). Estes resultados vêm corroborar os estudos de Moreira et. al. (2020), onde a Reatividade Psicológica também apresentou uma correlação negativa com o BES.

O autor Parente et al. (2008) diz-nos que o bem-estar é composto por duas grandes dimensões: a dimensão cognitiva e a dimensão emocional. Na literatura, Diener (1984) refere-se ao BEE mesmo como sendo a dimensão que contém a presença de afetos positivos e ausência de afetos negativos, ou a prevalência de um sobre o outro. Na terceira hipótese encontramos diferenças estatisticamente significativas em relação ao BEE e à dimensão Resistência aos Conselhos e concluímos que, indivíduos com mais Resistência aos Conselhos tendem a sentir menor BEE. Nos estudos feitos por Sortheix e Schwartz (2017), os autores relacionaram o BEE à ausência de AN, concluindo que a presença destes afetos significa um menor BEE.

O mesmo autor descreve o BEC como sendo uma avaliação da satisfação com a vida, conforme critérios subjetivos, sendo considerado um processo cognitivo que envolve critérios estabelecidos pelo próprio indivíduo (Diener, 1984). Sendo este um elemento cognitivo crucial do bem-estar (Diener, 1994), os nossos resultados vão de encontro aos encontrados por Hong e Faedda (1996), que mostraram correlações negativas significativas entre a reatividade e satisfação com vida. Na quarta hipótese constatámos que a dimensão da Escolha Restrita se associou de forma negativa com o BEC, o que sugere que indivíduos com maior nível na dimensão da Escolha Restrita tendem a sentir um menor BEC. Ademais, na quinta hipótese os resultados demonstram que a Reatividade Psicológica Total se associou de forma negativa ao BEC, o que sugere que um maior nível de reatividade tende a significar menos BEC. Estes resultados corroboram ainda os estudos de Moreira et. al. (2020), onde a Reatividade Psicológica também apresentou uma correlação negativa com os indicadores do BEC.

Por fim, na sexta hipótese os resultados apontam para uma correlação positiva entre a dimensão da Reatividade Psicológica Total e do Afeto Negativo, o que sugere que maiores níveis de reatividade tendem a significar maiores níveis de Afeto Negativo. Estes resultados podem corroborar os estudos feitos por Moreira et. al. (2020) em que a Reatividade Psicológica teve uma correlação positiva com o AN e negativa com o AP. Ademais, nos estudos de Moreira et. al. (2015) a dimensão dos AN também apresentou uma correlação negativa com a dimensão da Felicidade. As pessoas que são mais felizes tendem a ser mais saudáveis e a viver mais tempo do que as que aparentam experienciar mais emoções negativas. Está também comprovado que os AP auxiliam o indivíduo a ter mais saúde, mesmo sob alguma influência dos AN (Diener & Chan, 2011).

Neste estudo, para além das associações feitas entre a Reatividade Psicológica e o Bem-Estar Subjetivo, foi possível observar que o sexo feminino tende a apresentar menos

índices de BES e de BEE e maiores níveis de AN. Estes resultados vão de encontro aos que foram encontrados nos estudos de Silva e colaboradores (2010), onde foram encontradas diferenças estatisticamente significativas quanto ao género nas variáveis do BES. Existe evidência empírica de que, o BES no sexo masculino é mais elevado do que o do sexo feminino, na mesma idade. Afirma-se que as mulheres vivem de forma mais intensa os afetos positivos e negativos e que interiorizam as experiências afetivas negativas, procurando encontrar em si uma explicação para as mesmas, o que resulta numa auto percepção de um menor nível de bem-estar (Roothman et al., 2003).

Relativamente à escolaridade dos indivíduos, os resultados sugerem que uma maior escolaridade está associada a maiores níveis de BES, BEE e BEC e a menores níveis de AN. Nos estudos realizados por Moreira et. al. (2015) os alunos do ensino médio apresentaram maior nível de Afeto Negativo em comparação com alunos do ensino secundário. É possível perceber que, à medida que a escolaridade aumenta, os indivíduos tendem a demonstrar uma maior preocupação com o seu BES. Estudos indicaram que estudantes universitários aparentam preocupar-se mais com o seu próprio BES, do que com outros valores tais como ter saúde e boas relações interpessoais (Diener, 2000; Diener, Sapyta, & Suh, 1998). Para além disso, alunos que frequentam as aulas regularmente apresentaram maiores níveis de Satisfação com a Vida, Qualidade de Vida e AP (Moreira et. al. 2015).

A variável sociodemográfica do rendimento mensal do agregado apenas se associou a um maior nível de BEC, ou seja, quanto maior for o rendimento mensal maior será o BEC. No passado, o bem-estar era principalmente associado a bens e rendimentos económicos, visto pensar-se que apenas estes indicadores eram o suficiente para melhorar o bem-estar dos indivíduos (Galinha & Ribeiro, 2005). O facto de o rendimento socioeconómico do agregado ter sido significativo no BEC, pode corroborar o estudo em

que os autores Baum, Fleming & Reddy (1986) relacionaram a reatividade psicológica com o emprego, afirmando que está relacionada com a falta de ajuda e o stress extremo, bem como a queixas sobre os chefes e supervisores (Sachau, Houlihan & Gilbertson, 1999), revelando ser um fator de preocupação para os indivíduos. É possível afirmar que os rendimentos socioeconómicos são uma variável que está fortemente correlacionada com o BES (Lucas & Schimmack, 2009). O desenvolvimento económico é uma preocupação mundial, nos dias de hoje, sendo o dinheiro parte fundamental e integrante do dia a dia da população. Existem estudos a ser desenvolvidos devido à preocupação com os efeitos do rendimento sobre o BES e em como isso afetará a nossa comunidade no futuro (Diener & Biswas-Diener, 2001). Os resultados desta investigação demonstram-se semelhantes aos resultados de outros estudos que foram realizados, que indicaram que o rendimento económico é um preditor eficaz do BES (e.g.: 2020 Lucas & Schimmack, 2009, Ng, 2015; Yu et al., 2020), apesar de existirem também estudos que defendem a existência de um limite para o efeito desta variável (Trung et al., 2013).

Por último, podemos verificar que a idade dos indivíduos está associada a um maior nível de AN, ou seja, quanto mais novo o indivíduo é tende a ter maiores níveis de AN. A literatura contém estudos que encontraram diferenças na idade dos indivíduos, sendo que, à medida que o nível de maturidade aumentava, também aumentava a capacidade de controlo e o modo de lidar com as diferentes situações. O desenvolvimento é visto como uma melhoria no controlo das emoções e estratégias de *coping* na resolução de situações que ameaçam a liberdade individual, reduzindo consequentemente o nível de reatividade psicológica (Labouvie-Vief et. al., 1989). Os estudos realizados por Hong et. al. (1994) indicaram que à medida que a idade do indivíduo aumentava, o nível de reatividade psicológica tendia a diminuir. Por sua vez, também os estudos feitos por Erikson (1968) apontaram que os adolescentes são mais propensos a experienciar reatividade psicológica,

devido a estarem a viver uma fase desenvolvimental de formação da identidade. Em contrapartida, os estudos de Phillips e Ferguson (2013) defenderam que a idade de pessoas mais idosas se encontrava correlacionada negativamente com os afetos positivos, podendo este decréscimo das emoções positivas dever-se aos múltiplos desafios inerentes ao processo de envelhecimento.

É oportuno comparar os resultados deste estudo com os que foram encontrados no estudo de Moreira et. al. (2020), junto da população adolescente. Os autores encontraram uma correlação positiva entre a Reatividade Psicológica e o AN, uma correlação negativa com o AP, e uma correlação negativa significativa com um indicador composto de bem-estar afetivo. Assim, foi possível para os autores apoiar a conceptualização da reatividade em termos de afeto negativo e cognição negativa (Dillard & Shen, 2005; Kim, Levine, & Allen, 2013; Quick, 2012; Quick & Kim, 2009; Quick & Stephenson, 2007, 2008; Rains, 2013), com impacto nos adolescentes. Estes resultados vão de encontro aos que foram encontrados neste estudo, junto da população adulta, no entanto é importante ter em atenção que, tal como foi referido anteriormente, os participantes mais jovens têm tendência a ter uma reatividade mais elevada do que os participantes mais velhos (Hong et. al., 1994), que só começam a demonstrar um aumento de reatividade a partir dos 55 anos, embora esta relação não seja linear (Woller, Buboltz, & Loveland, 2007). Existem mais estudos que comparam adolescentes de várias idades e que comprovaram que a adolescência é um período marcado por elevada impulsividade e instabilidade emocional (Moreira et al. 2012, 2015). Não obstante, urge a necessidade de um instrumento que meça o nível de reatividade tanto em amostras de adultos como de adolescentes, de modo a facilitar a compreensão das especificidades da reatividade psicológica de cada indivíduo nas diferentes fases desenvolvimentais (Moreira et. al. 2020).



Marques e colaboradores (2011) verificaram que, na população portuguesa, os fatores que fazem com que uma pessoa seja feliz são as relações interpessoais, a experiência de emoções positivas, o dinheiro e os recursos económicos. Os estudos têm demonstrado que as pessoas mais ricas financeiramente são deste modo mais felizes do que as pessoas mais pobres (Howell & Howell, 2008). De facto, os nossos resultados demonstraram que estes fatores têm influência no BES de um indivíduo. Uma pessoa feliz seria, hipoteticamente, uma pessoa jovem, saudável, com escolaridade elevada, um casamento sólido, um bom rendimento, satisfeita com o seu trabalho e ausência de acontecimentos traumáticos na sua vida (Wilson, 1967). Adicionalmente, apesar de as circunstâncias externas afetarem o nosso bem-estar, pode-se também concluir que as nossas ações e atitudes podem ter uma influência maior. Isto leva-nos a assumir que os terapeutas que realizem intervenções que encorajem ações e atitudes positivas têm grande probabilidade de ser um reforço no bem-estar do indivíduo. Assim sendo, os contributos deste estudo podem beneficiar também a prática clínica, caso o terapeuta esteja ciente da ponte existente entre a reatividade psicológica e o bem-estar e modificar o seu tratamento de modo a adequar-se ao indivíduo, considerando fatores como a capacidade de reação, qualidade de vida e bem-estar. Ademais, o terapeuta deve abordar o comportamento problemático utilizando o conhecimento fundamentado neste estudo e fornecer ao paciente estratégias que podem fazer com que o indivíduo aprenda um novo comportamento e passe a influenciar positivamente os níveis de BES (Diener E., 2016; Matherne M. 2005).

### **Limitações do estudo e sugestões para estudos futuros**

Na parte final desta dissertação, pretende-se delinear algumas limitações encontradas ao longo deste estudo, assim como, realizar algumas recomendações e sugestões para futuras investigações.

É possível apontar uma limitação ao nível do controlo de variáveis que possam ter influenciado a capacidade preditora dos modelos testados, nomeadamente os traços de personalidade, que se verificou na literatura que têm influência tanto no BES, como numa maior ou menor ocorrência de reatividade psicológica. Uma vez que são uma característica genética, predisõem para a experiência de um maior ou menor nível de BES (Bojanowska & Urbańska, 2021; Ng, 2015; Olsen et al., 2015; Haslam et al., 2009). Para investigações futuras sugere-se que sejam aplicados controlos para fatores de personalidade, de modo a verificar se estes têm implicações nos resultados obtidos.

Ademais, uma vez que se comprovou com literatura que a personalidade é um fenómeno psicológico que influencia quer as dimensões do bem-estar quer as da reatividade psicológica, sugere-se que os resultados encontrados neste estudo sejam utilizados para relacionar as variáveis do BES e da Reatividade Psicológica, com as diferentes dimensões da personalidade, de modo a aprofundar o conhecimento existente que relaciona as 3 variáveis.

É ainda de ressaltar que, os participantes apresentaram uma média de idades de 31.83 anos, evidenciando que os participantes neste estudo foram tendencialmente jovens adultos, pelo que a interpretação destes resultados em adultos mais velhos deve ser feita com cautela.

Para futuras investigações e uma vez que estes resultados não permitem estabelecer relações de causa-efeito, sugere-se a elaboração de novos estudos longitudinais que

avaliam o impacto de ambas as variáveis ao longo do tempo, com a finalidade de colmatar as limitações deste estudo.

### **Implicações do estudo**

O presente estudo contribuiu para o contínuo estudo da relação entre o BES e a Reatividade Psicológica, através da validação de que o BES dos indivíduos depende de estes serem mais ou menos reativos. Os resultados deste estudo têm implicações para a intervenção psicológica sobre as quais importa refletir. Com efeito, os resultados obtidos enfatizam a complexidade desta temática e a relevância da promoção de estratégias mais adequadas e eficazes para ajudar o indivíduo a promover uma melhor qualidade de vida, nomeadamente ao ajudar aqueles que são tendencialmente mais reativos a que o seu BES não seja tão comprometido.

### **Conclusão**

Os resultados obtidos neste estudo, revelam que a Reatividade Psicológica tem um impacto significativo no BES experienciado por um indivíduo, não só ao nível do *score total*, mas também das suas dimensões. Deste modo, este estudo contribuiu para o aprofundar o corpo de conhecimento sobre ambas as variáveis – BES e Reatividade Psicológica - uma vez que validam a associação entre as dimensões constituintes de cada uma, sendo um bom ponto de partida para a realização de pesquisa mais detalhada, que poderá ajudar a desenvolver novas investigações.

Foi também possível verificar que os modelos de regressão linear que incluem as variáveis sociodemográficas - idade, género, escolaridade e rendimento do agregado - provaram ser de variância estatisticamente significativas e fonte de maior ou menor BES, pelo que se concluiu que a capacidade explicativa destas variáveis era superior à das

variáveis da Reatividade Psicológica. É necessária mais investigação para aprofundar o impacto destes fatores.

Uma vez que este estudo se debruçou sobre o estudo da Reatividade Psicológica, um processo comum a todos os indivíduos, e a sua relação com as diferentes dimensões do BES, permitiu, assim melhor compreender a relação entre ambas as variáveis, preenchendo a uma lacuna existente na literatura. Não obstante, é fundamental que as questões ligadas ao BES continuem a ser apresentadas e discutidas, para que de forma informada e consciente as sociedades evoluam e se consiga melhorar, de forma significativa, a sua qualidade de vida.

### Referências Bibliográficas

- American Psychological Association. (2015). *APA dictionary of psychology* (2nd ed.). Washington DC
- Anusic, I., Yap, S. C., & Lucas, R. E. (2014). Does personality moderate reaction and adaptation to major life events? Analysis of life satisfaction and affect in an Australian national sample. *Journal of research in personality, 5*, 69–77. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.04.009>
- Aparecida Rossi, V., Fernandes Martins, M., Tashima-Cid, D., & Dias, M. (2020). Reflexões sobre bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Organizações Em Contexto*, 1982-8756. <https://doi.org/10.15603/1982-8756/roc.v16n31p151-175>
- Argyle, M., & Lu, L. (1990). The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences, 11*(10), 1011–1017. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(90\)90128-E](https://doi.org/10.1016/0191-8869(90)90128-E)
- Ashton, M. C., & Lee, K. (2007). Advantages of the HEXACO model of personality structure. *Personality and Social Psychology Review, 11*(2), 150–166. <https://doi.org/10.1177/1088868306294907>
- Baum, A., Fleming, R., & Reddy, D.M. (1986). Unemployment stress: Locus of control, reactance and learned helplessness. *Social Science Medicine, 22*(5), 509-516. [doi: 10.1016/0277-9536\(86\)90016-x](https://doi.org/10.1016/0277-9536(86)90016-x).
- Bennefield, Z. (2018). School and Family Correlates of Positive Affect in a Nationally Representative Sample of US Adolescents. *Child and Adolescent Social Work Journal, 35*(5), 541–548. <https://doi.org/10.1007/s10560-018-0539-3>
- Beutler, L. E., Moleiro, C., & Talebi, H. (2002). Resistance in psychotherapy: What conclusions are supported by research. *Journal of Clinical Psychology, 58*(2), 207–217. <https://doi.org/10.1002/jclp.1144>.

- Bojanowska, A., & Urbańska, B. (2021). Individual values and well-being: The moderating role of personality traits. *International Journal of Psychology, 56*(5), 1-12. <https://doi.org/10.1002/ijop.12751>
- Brehm, J. W. (1966). *A theory of psychological reactance*. New York: Academic Press.
- Brehm, J. W., & Brehm, S. S. (1981). *Psychological reactance: A theory of freedom and control*. New York: Academic Press.
- Busseri M. A., & Sadava, S. W. (2011). A review of the tripartite structure of subjective wellbeing: Implications for conceptualization, operationalization, analysis, and synthesis. *Personality and Social Psychology Review, 15*(3), 290–314. <https://doi.org/10.1177/1088868310391271>
- Burgoon, M., Alvaro, E., Grandpre, J., & Voulodakis, M. (2002). Revisiting the theory of psychological reactance: Communicating threats to attitudinal freedom. In J. Dillard, & M. Pfau (Eds.), *The persuasion handbook: Developments in theory and practice*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, 213-232.
- Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry, 50*(12), 975–990. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1993.01820240059008>
- Cloninger, C. R., & Zohar, A. H. (2011). Personality and the perception of health and happiness. *Journal of Affective Disorders, 128*(1-2), 24–32. [doi: 10.1016/j.jad.2010.06.012](https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.06.012)
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Diener, E. (1984) Subjective well-being. *Psychological Bulletin. 95* (3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

- Diener, E. (2016). Happiness is a virtue - Good for you and good for the world! In R. J. Sternberg, S. /t, Fiske, & D. J. Foss (Eds.), *Scientists making a difference: One-hundred eminent behavioral and brain scientists talk about their most important contributions*. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 345-348.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E. & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1–43. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x>
- Diener, E., & Lucas, R. F. (2000). Subjective emotional well-being. *Handbook of emotions*. New York: Guilford.
- Diener, E., & Scollon, C. N. (2014). The What, Why, When, and How of Teaching the Science of Subjective Well-Being. *Teaching of Psychology*, 41(2), 175–183. <https://doi.org/10.1177/0098628314530346>
- Diener, E., & Seligman, M. E. (2002). Very happy people. *Psychological science*, 13(1), 81-84. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00415>
- Diener, E., Gohm, C. L., Suh, E., & Oishi, S. (2000). Similarity of the Relations between Marital Status and Subjective Well-Being Across Cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31(4), 419–436. <https://doi.org/10.1177/0022022100031004001>

- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018a). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra. Psychology*, 4(1), 15. <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Diener, E., Oishi, S. & Tay, L. (2018b). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behavior*, 2(4), 253-260. [doi: 10.1038/s41562-018-0307-6](https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6).
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*, 70(3), 234-242. <https://doi.org/10.1037/a0038899>
- Diener, E., Sapyta, J., & Suh, E. (1998). Subjective well-being is essential to well-being. *Psychological Inquiry*, 9(1), 33–37. [http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli0901\\_3](http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli0901_3)
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Dillard, J. P., & Shen, L. (2005). On the nature of reactance and its role in persuasive health communication. *Communication Monographs*, 72(2), 144-168. <https://doi.org/10.1080/03637750500111815>
- Donnell, A., Thomas, A., & JR., Wlaler. (2001). Psychological reactance: Factor structure and internal consistency of the questionnaire for the measurement of psychological reactance. *The Journal of Social Psychology*, 141(5), 679-687. [doi: 10.1080/00224540109600581](https://doi.org/10.1080/00224540109600581).
- Dowd, E. T. (1999). Toward a briefer therapy: Resistance and reactance in the therapeutic process. In W. J. Mathews & J. H. Edgerts (Eds.), *Current thinking and research in brief therapy*, 100-118.



- Dowd, E. T., & Wallbrown, F. (1993). Motivational components of client reactance. *Journal of Counseling & Development*, 71(5), 533–538. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1993.tb02237.x>
- Dowd, E. T., Wallbrown, F., Sanders, D., & Yesenosky, J. M. (1994). Psychological reactance and its relationship to normal personality variables. *Cognitive Therapy and Research*, 18(6), 601–612. <https://doi.org/10.1007/BF02355671>
- Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and crisis. New York: W.W. Norton & Company.
- 14(2), 154-159. <https://doi.org/10.1002/bs.3830140209>
- Field, A. (2005), *Discovering Statistics Using SPSS* (2<sup>nd</sup> Ed.). London: Sage.
- Finkelstein, S. R., Boland, W. A., Vallen, B., Connell, P.M., Sherman, G. D., & Feemster, K. A. (2020). Psychological reactance impacts ratings of pediatrician vaccine-related communication quality, perceived vaccine safety, and vaccination priority among U.S. parents. *Human Vaccines and Immunotherapeutics*, 16(5), 1024–1029. <https://doi.org/10.1080/21645515.2019.1694815>.
- Galinha, I. (2008). *Bem-estar subjetivo –Fatores cognitivos, afetivos e contextuais*. Coimbra: Quarteto.
- Galinha, I. C., & Ribeiro, J. P. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II – Estudo psicométrico. *Análise Psicológica*, 23(2), 219-227. <https://doi.org/10.14417/ap.84>
- Galinha, I & Ribeiro, J.L. (2005). História e evolução do conceito de bem-estar subjetivo. *Psicologia, Saúde e Doenças*, 6(2), 203-214.
- Gil da Silva, D. & Dell’Aglia, D. (2018). Avaliação do bem-estar subjetivo em adolescentes: Relações com sexo e faixa etária. *Análise Psicológica*, 36(2), 133-143. <https://doi.org/10.14417/ap.1218>

- Grover, S., & Helliwell, J. F. (2019). How's life at home? New evidence on marriage and the set point for happiness. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 20(2), 373–390. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9941-3>
- Guedea, M. T. D., Albuquerque, F. J. B., Tróccoli, B. T., Noriega, J. A. V., Seabra, M. A. B. e Guedea, R. L. D. (2006). Relação do bem-estar subjetivo, estratégias de enfrentamento e apoio social em idosos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19(2), 301-308. [doi:10.1590/S0102-79722006000200017](https://doi.org/10.1590/S0102-79722006000200017)
- Haslam, N., Whelan, J., & Bastian, B. (2009). Big Five Traits Mediate Associations between Values and Subjective Well-Being. *Personality and Individual Differences*, 46, 40-42. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2008.09.001>
- Haybron, D. M. (2008). Happiness, the self and human flourishing. *Utilitas*, 20(1), 21–49. <https://doi.org/10.1017/S0953820807002889>
- Hong, S.-M. (1992). Hong's Psychological Reactance Scale: A Further Factor Analytic Validation. *Psychological Reports*, 70(2), 512–514. [doi:10.2466/pr0.1992.70.2.512](https://doi.org/10.2466/pr0.1992.70.2.512)
- Hong, S.-M., & Faedda, S. (1996). Refinement of the Hong Psychological Reactance Scale. *Educational and Psychological Measurement*, 56(1), 173–182. [doi:10.1177/0013164496056001014](https://doi.org/10.1177/0013164496056001014)
- Hong, S.-M., Giannakopoulos, E., Laing, D., & Williams, N. (1994). Psychological Reactance: Effects of Age and Gender. *The Journal Of Social Psychology*, 134(2), 223-228. <https://doi.org/10.1080/00224545.1994.9711385>
- Hong, S.-M., & Page, S. (1989). A Psychological Reactance Scale: Development, Factor Structure and Reliability. *Psychological Reports*, 64(3), 1323–1326. <https://doi.org/10.2466/pr0.1989.64.3c.1323>

- Hornsey, M. J., Harris, E. A., & Fielding, K. S. (2018). The psychological roots of anti-vaccination attitudes: A 24-nation investigation. *Health Psychology, 37*(4), 307–315. <https://doi.org/10.1037/hea0000586>
- Howell, R. & Howell, C. (2008). The relation of economic status so subjective well being in developing countries: A meta analysis. *Psychological Bulletin, 134*, (4) 536-560. [doi: 10.1037/0033-2909.134.4.536](https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.4.536).
- Huppert, F.A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 1*(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>.
- IBM Corp. Released 2020. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 27.0. *Armonk, NY: IBM Corp*
- Jahn, D. L., & Lichstein, K. L. (1980). The resistive client: A neglected phenomenon in. *Behavior Modification, 4*(3), 303–320. [doi:10.1177/ 014544558043002](https://doi.org/10.1177/014544558043002)
- Jaqaman, K., & Danuser, G. (2006). Linking data to models: data regression. *Nature Reviews Molecular Cell Biology, 7*(11), 813-819. [doi: 10.1038/nrm2030](https://doi.org/10.1038/nrm2030).
- Jourbert, C.E. (1990). Relationship among self-esteem, psychological reactance, and other personality variables. *Psychological Reports, 66*(3), 1147–1151. [doi: 10.2466/pr0.1990.66.3c.1147](https://doi.org/10.2466/pr0.1990.66.3c.1147)
- Karno, M. P., Longabaugh, R., & Herbeck, D. (2010). What explains the relationship between the therapist structure × patient reactance interaction and drinking outcome? An examination of potential mediators. *Psychology of Addictive Behaviors, 24*(4), 600–607. <https://doi.org/10.1037/a0020526>.
- Kim, S. Y., Levine, T., & Allen, M. (2013). Comparing Separate Process and Intertwined Models for Reactance. *Communication Studies, 64*(3), 273–295. [doi:10.1080/10510974.2012.755639](https://doi.org/10.1080/10510974.2012.755639)

- Labouvie-Vief G., Hakim-Larson J., DeVoe M. & Schoeberlein S. (1989). Emotions and self-regulation: A life span view. *Human Development*, 32(5), 278-299.
- Laurenti, C. (2013). Sobre pesquisadores felizes e infelizes. *Psicologia em Estudo*. 18 (4), 583-86.
- Laurin, K., Kay, A., & Fitzsimons, G. (2012). Reactance versus rationalization: divergent responses to policies that constrain freedom. *Psychological Science*, 23 (2), 205-209. [doi: 10.1177/0956797611429468](https://doi.org/10.1177/0956797611429468).
- Lucas, R. E. (2007) Adaptation and the set-point model of subjective well-being: Does happiness change after major life events? *Current Directions in Psychological Science*, 16 (2), 75-79. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00479.x>
- Lucas, R. E., & Schimmack, U. (2009). Income and well-being: How big is the gap between the rich and the poor? *Journal of Research in Personality*, 43(1), 75–78. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2008.09.004>
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803- 855. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>
- Maddux, J. E. (2018). *Subjective well-being and life satisfaction*. Psychology Press.
- Mauss, I. B., Tamir, M., Anderson, C. L., & Savino, N. S. (2011). Can seeking happiness make people happy? Paradoxical effects of valuing happiness. *Emotion*, 11(4), 807-815. [doi: 10.1037/a0022010](https://doi.org/10.1037/a0022010)
- Marques, S., Pais-Ribeiro, J. L., & Lopez, S. J. (2011). The role of positive psychology constructs in predicting mental health and academic achievement. *Journal of Happiness Studies*, 6, 1063-1082. [doi: 10.1007/s10902-010-9244-4](https://doi.org/10.1007/s10902-010-9244-4)
- Matherne, M. (2005). An investigation of reactance, coping, quality of life, and well-being. *Louisiana Tech University*.

- McMahan, E. A., & Estes, D. (2011). Measuring lay conceptions of well-being: the beliefs about well-being scale. *Journal of Happiness Studies*, *12*(2), 267-287.  
[doi: 10.1007/s10902-010-9194-x](https://doi.org/10.1007/s10902-010-9194-x)
- Miron, A. M., & Brehm, J. W. (2006). Reactance theory - 40 years later. *Zeitschrift Fur Sozialpsychologie*, *37*(1), 9–18. <https://doi.org/10.1024/0044-3514.37.1.9>.
- Moreira, P. A. S., Oliveira, J. T., Cloninger, K. M., Azevedo, C., Sousa, A., Castro, J., & Cloninger, C. R. (2012). The psychometrics and validity of the junior temperament and character inventory in Portuguese adolescents. *Comprehensive Psychiatry*, *53*(8), 1227–1236. [doi: 10.1016/j.comppsy.2012.04.014](https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2012.04.014)
- Moreira, P. A. S., Cloninger, C. R., Dinis, L., Sá, L., Oliveira, J. T., Dias, A., & Oliveira, J. (2015). Personality and well-being in adolescents. *Frontiers in Psychology*, *5*, 1494. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01494>.
- Moreira, P. A. S., Cunha, D., & Inman, R. A. (2020). Addressing a need for valid measures of trait reactance in adolescents: A further test of the Hong psychological reactance scale. *Journal of Personality Assessment*, *102*(3), 357–369. <https://doi.org/10.1080/00223891.2019.1585360>.
- Moreira, P., Inman, R., & Cloninger, C. (2021). Reactance and personality: assessing psychological reactance using a biopsychosocial and person-centered approach. *Current Psychology*, *41*(2) <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01310-1>
- Montero, Ignacio & León, Orfelio G. (2007). *Jornal Internacional de Psicologia Clínica e da Saúde*, *7*(3), 847-862
- Munafò, M. R., & Flint, J. (2011). Dissecting the genetic architecture of human personality. *Trends in Cognitive Sciences*, *15*(9), 395–400.  
<https://doi.org/10.1016/j.tics.2011.07.007>.

- Ng, W. (2015). Processes underlying links to subjective well-being: Material concerns, autonomy, and personality. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 16(6), 1575–1591. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9580-x>
- Nunes, C. H. S., Hutz, C. S., & Giacomoni, C. H. (2009). Associação entre bem-estar subjetivo e personalidade no modelo dos cinco grandes fatores. *Avaliação Psicológica*, 8(1), 99-108.
- O'Brien, R. M. (2007). A Caution Regarding Rules of Thumb for Variance Inflation Factors. *Quality & Quantity*, 41(5), 673-690. <https://doi.org/10.1007/s11135-006-9018-6>
- Olesen, M. H., Thomsen, D. K., & O'Toole, M. S. (2015). Subjective well-being: Above neuroticism and extraversion, autonomy motivation matters. *Personality and Individual Differences* 77,45–49. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.12.033>
- Parente, L., Cunha, M., Galhardo, A., & Couto, M. (2008). Autocompaixão, bem-estar subjetivo e estado de saúde na idade avançada. *Revista Portuguesa De Investigação Comportamental E Social*, 4(1), 3-13. [doi:10.31211/rpics.2018.4.1.57](https://doi.org/10.31211/rpics.2018.4.1.57)
- Pavey, L., & Sparks, P. (2009). Reactance, autonomy and paths to persuasion: Examining perceptions of threats to freedom and informational value. *Motivation and Emotion*, 33(3), 277–290. <https://doi.org/10.1007/s11031-009-9137-1>
- Pavot, W. e Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172. [doi:10.1037/1040-3590.5.2.164](https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164)
- Pavot, W., & Diener, E. (2013) Happiness experienced: The science of subjective well-being. In S. David, I. Boniwell; A. C. Ayers (Eds.), *The Oxford handbook of happiness*. Oxford, UK: Oxford University Press, 134-51.

- Phillips, W. J. e Ferguson, S. J. (2013). Self-compassion: A resource for positive aging. *Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 68(4), 529-539. [doi:10.1093/geronb/gbs091](https://doi.org/10.1093/geronb/gbs091)
- Polleto, M. & Koller, S. (2011). Subjective Well-Being in Socially Vulnerable Children and Adolescents. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 24(3), 476-484. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722011000300008>
- Quick, B. L. (2012). What is the Best Measure of Psychological Reactance? An Empirical Test of Two Measures. *Health Communication*, 27(1), 1–9. [doi:10.1080/10410236.2011.567446](https://doi.org/10.1080/10410236.2011.567446)
- Quick, B. L., & Kim, D. K. (2009). Examining reactance and reactance restoration with Korean adolescents: A test of psychological reactance within a collectivist culture. *Communication Research*, 36(6), 765–782. [doi:10.1177/0093650290346797](https://doi.org/10.1177/0093650290346797)
- Quick, B. L., & Stephenson, M. T. (2007). Further evidence that psychological reactance can be modeled as a combination of anger and negative cognitions. *Communication Research*, 34(3), 255–276. [doi: 10.1177/0093650207300427](https://doi.org/10.1177/0093650207300427)
- Quick, B. L., & Stephenson, M. (2008). Examining the role of trait reactance and sensation seeking on perceived threat, state reactance and reactance restoration. *Human Communication Research*, 34(3), 448-476. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2008.00328.x>
- Rains, S. A. (2013). The Nature of Psychological Reactance Revisited: A Meta-Analytic Review. *Human Communication Research*, 39(1), 47–73. [doi:10.1111/j.1468-2958.2012.01443.x](https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2012.01443.x)
- Roothman, B., Kirsten, D. & Wissing, M. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 33(4), 212-218. <https://doi.org/10.1177/008124630303300403>

- Rosenberg, B. D., & Siegel, J. T. (2018). A 50-year review of psychological reactance theory: Do not read this article. *Motivation Science*, 4(4), 281–300. <https://doi.org/10.1037/mot0000091>.
- Roubroeks, M., Midden, C., & Ham, J. (2009). Does it make a difference who tells you what to do? Exploring the effect of social agency on psychological. *In Proceedings of the 4th International Conference on Persuasive Technology, Claremont, USA*. 15, 1–6. <https://doi.org/10.1145/1541948.1541970>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. [doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141](https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141)
- Sachau, D. A., Houlihan, D., & Gilbertson, T. (1999). Predictors of employee resistance to supervisors' requests. *The Journal of Social Psychology*, 139(5), 611–621. <https://doi.org/10.1080/00224549909598421>
- Seemann, E. A., Buboltz, W. C. J., Thomas, A., Soper, B., & Wilkinson, L. (2005). Normal personality variables and their relationship to psychological reactance. *Individual Differences Research*, 3(2), 88–98.
- Segabinazi, J., Zortea, M., Zanon, C., Bandeira, D., Giacomoni, C., & Hutz, C. (2012). Escala dos Afetos Positivos e Negativos para Adolescentes: Adaptação, Normatização e Evidências de Validade. *Avaliação Psicológica*, 11(1), 1-12.
- Scorsolini-Comin, F., Fontaine, A. M. G. V., Barroso, S. M., & Santos, M. A. (2016). Fatores associados ao bem-estar subjetivo em pessoas casadas e solteiras. *Estudos de Psicologia*, 33(2), 313-324. [doi:10.1590/1982-02752016000200013](https://doi.org/10.1590/1982-02752016000200013)
- Shoham, V., Trost, S. E., & Rohrbaugh, M. J. (2004). From state to trait and back again: Reactance theory goes clinical. In R. A. Wright, J. Greenberg, & S. S. Brehm (Eds.), *Motivational analyses of social behavior. Building on Jack Brehm's*



- contribution to psychology* (pp.167–186). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Silva, A., Matos, M. & Diniz, J. (2010). Idade, Género e Bem-estar Subjetivo nos adolescentes. *Revista portuguesa de pedagogia*, 44(2), 39-61.  
[doi: https://doi.org/10.14195/1647-8614\\_44-2\\_3](https://doi.org/10.14195/1647-8614_44-2_3)
- Silva Soares, A., Lechuga de Andrade Filho, J., Costa Ribeiro, M., & Teixeira Rezende, A. (2020). Avaliando o papel da procrastinação académica e bem-estar subjetivo na predição da satisfação com o programa de pós-graduação.  
<https://doi.org/10.22235/cp.v14i1.2078>
- Siqueira, M. e Padovam, V. (2008). Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 24(2), 201-209. [doi:10.1590/S0102-37722008000200010](https://doi.org/10.1590/S0102-37722008000200010)
- Sortheix, F. L., & Schwartz, S. H. (2017). Values that underlie and undermine well-being: Variability across countries. *European Journal of Personality*, 31(2), 187-201. <https://doi.org/10.1002/per.2096>
- The WHOQOL group. (1998). Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF Quality of Life Assessment. *In Psychological Medicine*, 28(3), 551-8. [doi: 10.1017/s0033291798006667](https://doi.org/10.1017/s0033291798006667).
- Trung, N. N., Cheong, K., Nghi, P. T., & Kim, W. J. (2013). Relationship between socioeconomic values and wellbeing: An overview research in Asia. *Soc Indic Res* (2013) 111, 453–472. [doi 10.1007/s11205-012-0014-z](https://doi.org/10.1007/s11205-012-0014-z)
- van de Mortel, T. F. (2008). Faking it: Social desirability response bias in self-report research report research. *Australian Journal of Advanced Nursing*, 25(4), 40–48.

- Veselka, L., Schermer, J. A., & Vernon, P. A. (2012). The dark triad and an expanded framework of personality. *Personality and Individual Differences*, 53(4), 417–425. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.01.002>.
- Vaz Serra, A., Canavarro, M. C., Simões, M., Pereira, M., Gameiro, S., Quartilho, M. J., Rijo, D., Carona, C. & Paredes, T. (2006). Estudos psicométricos do instrumento de avaliação da qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (WHOQOL-Bref) para Português de Portugal. *Psiquiatria clínica*, 27(1), 41-49.
- Watson, D., Clark, L., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070. [doi:10.1037/0022-3514.54.6.1063](https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063)
- Weeks, G. R., & L'Abate, L. (1982). *Paradoxical psychotherapy: Theory and practice with individuals, couples, and families*. New York, NY: Brunner/Mazel. <https://doi.org/10.4324/9780203776124>
- Wilson, W. R. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4), 294–306. <https://doi.org/10.1037/h0024431>
- Woller, K. M. P., Buboltz, W. C., & Loveland, J. M. (2007). Psychological reactance: Examination across age, ethnicity, and gender. *American Journal of Psychology*, 120(1), 15-24.
- Woyciekoski, C., Stenert, F. & Hutz, C. (2012). Determinantes do Bem-Estar Subjetivo. *PSICO*, 43(3), 280- 288.
- Yost, A. B., & Finney, S. J. (2018). Assessing the Unidimensionality of trait reactance using a multifaceted model assessment approach. *Journal of Personality Assessment*, 100(2), 186–196. <https://doi.org/10.1080/00223891.2017.1280044>.

- Yu, S., Levesque-Bristol, C., & Maeda, K. (2020). General need for autonomy and subjective well-being: A meta-analysis of studies in the us and east Asia. *Journal of Happiness Studies*, 19(1), 1-20. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9898-2>
- Zanon, C., & Hutz, C. S. (2014). Escala de afetos positivos e negativos (PANAS). In C. S. Hutz (Org.), *Avaliação em Psicologia positiva* (pp.63-67). Porto Alegre: Artmed.
- Zwir, I., Del-Val, C., Arnedo, J., Pulkki-Råback, L., Konte, B., Yang, S. S., et al. (2019). Three genetic-environmental networks for human personality. *Molecular Psychiatry*, 26, 3858–3875 .<https://doi.org/10.1038/s41380-019-0579-x>.