

INTRODUÇÃO

A satisfação com a vida refere-se a um julgamento global do indivíduo sobre suas condições de vida (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Muitos estudos avaliaram possíveis fatores que impactariam na satisfação com a vida do indivíduo, entretanto, as contribuições do otimismo (Scheier, Carver, & Bridges, 1994), iniciativa ao crescimento pessoal (Robitschek et al., 2012) e estilo de vida (Rodriguez et al. 2008) à satisfação com a vida não tem sido investigada conjuntamente.

Objetivo: Em razão disso, o presente estudo investigou as relações do otimismo, iniciativa ao crescimento pessoal e estilo de vida com os índices de satisfação com a vida.

MÉTODO

Participantes: A amostra foi composta por 1.739 participantes (63% mulheres), com idade média 38,4 ($DP = 16,0$), variando entre 18 a 88 anos.

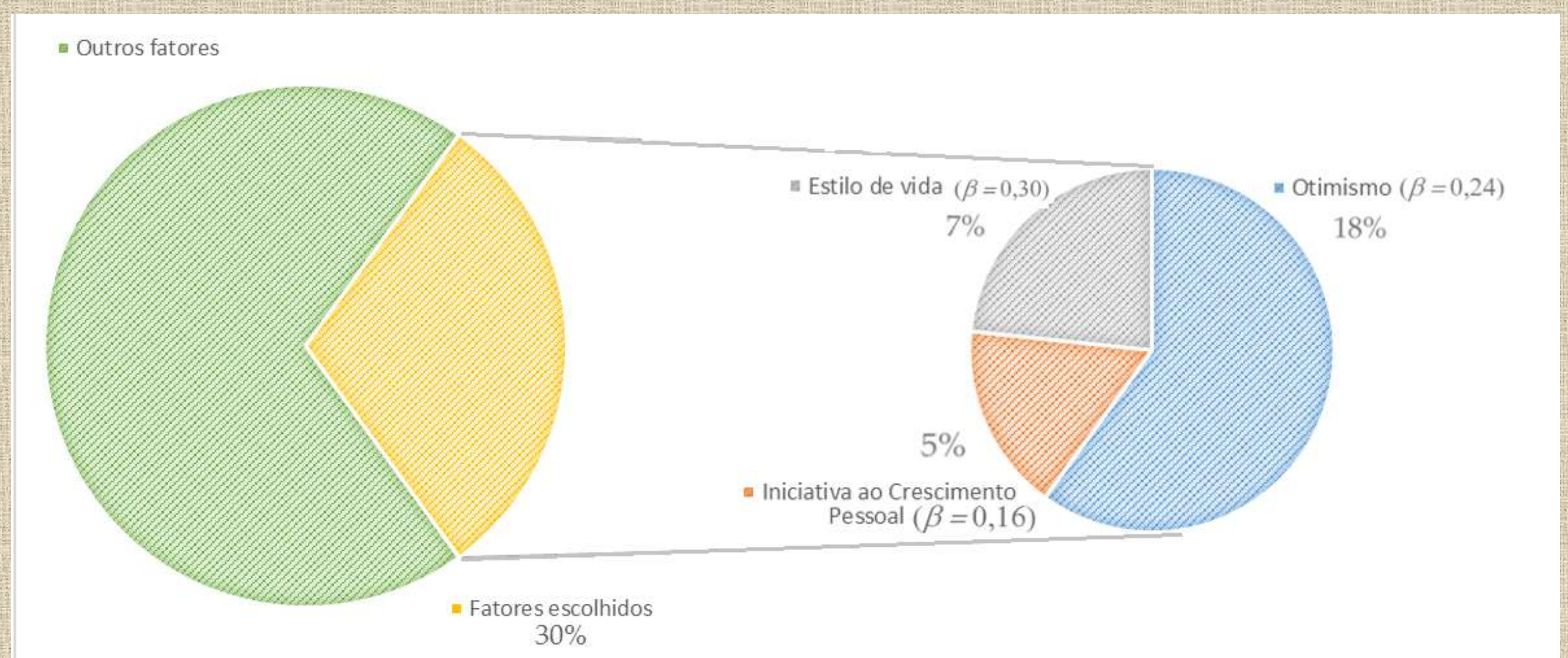
Instrumentos:

- Teste de Orientação da Vida Revisado (Scheier et al., 1994, adaptada por Bastianello, 2011);
- Escala de Iniciativa ao Crescimento Pessoal (Robitschek et al., 2012 adaptada por Freitas, Damásio, Koller, Tobo, & Kamei, *in prep*)
- Questionário de Estilo de Vida Fantástico (Wilson & Ciliska, 1984, adaptado por Añez, Reis, & Petroski, 2008);
- Escala de Satisfação com a Vida (Diener et al. 1985, adaptada por Gouveia, Milfont, Fonseca, & Coelho, 2009).

Análise dos dados: Foi realizada uma análise de regressão linear múltipla com método de análise *stepwise* estabelecendo a satisfação com a vida como variável de desfecho.

RESULTADOS

As variáveis analisadas contribuíram em 30% de variância dos índices de satisfação com a vida (otimismo, $\Delta R^2 = 0,18$; $\beta = 0,24$; iniciativa ao crescimento pessoal, $\Delta R^2 = 0,05$; $\beta = 0,16$; e estilo de vida, $\Delta R^2 = 0,07$; $\beta = 0,30$).



CONCLUSÃO:

A relação positiva com o fator otimismo pode resultar de avaliações positivas dos participantes com escore alto nesse fator sobre suas vivências, classificando sua vida de forma mais positiva (Scheier et al., 1994). No caso da iniciativa ao crescimento pessoal, a relação positiva pode estar relacionada com o potencial de pessoas com alto escore neste fator em reconhecerem recursos e colocarem em prática estratégias de mudanças pessoais em sua vida (Stevic & Ward, 2008). A relação positiva da satisfação com a vida com estilo de vida pode estar relacionada às melhores condições de saúde que caracterizam os sujeitos com hábitos avaliados como saudáveis (Rodriguez et al. 2008), tais como relações positivas com outras pessoas e práticas de atividades físicas.

Referências

- Añez, C. R. R., Reis, R. S., & Petroski, E. L. (2008). Versão Brasileira do Questionário "Estilo de Vida Fantástico": tradução e validação para adultos jovens. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, 91(2), 102-109.
- Bastianello, M. R. (2011). *Adaptação e Validação do Teste LOT-R e as relações entre otimismo, traços de personalidade e autoestima*. Dissertação de Mestrado não-publicada. Curso de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13
- Gouveia, V. V., Milfont, T., Fonseca, P. N., & Coelho, J. A., P. M. (2009). Life satisfaction in Brazil: Testing the psychometric properties of the Satisfaction With Life Scale (SWLS) in five Brazilian samples. *Social Indicators Research*, 90(2), 267-277. doi:10.1007/s11205-008-9257-0
- Rodriguez Añez, Ciro Romélio, Reis, Rodrigo Siqueira, & Petroski, Edio Luiz. (2008). Versão brasileira do questionário "estilo de vida fantástico": tradução e validação para adultos jovens. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, 91(2), 102-109. Retrieved October 03, 2014, from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2008001400006&lng=en&lng=pt. 10.1590/S0066-782X2008001400006
- Robitschek, C., Ashton, M. W., Spering, C. C., Geiger, N., Byers, D., Schotts, G. C., & Thoen, M. A. (2012). Development and psychometric evaluation of the Personal Growth Initiative Scale-II. *Journal of Counseling Psychology*, 59(2), 274-287. doi:10.1037/a0027310
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem) — a reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063-1078.
- Wilson D. M., & Ciliska, D. (1984). Lifestyle assessment: Testing the FANTASTIC instrument. *Canadian Family Physician*. 30(1), 1863-66.