

ESTUDO DA SOCIEDADE PORTUGUESA- JULHO 2016

FELICIDADE E SATISFAÇÃO



O Observatório da Sociedade Portuguesa da Católica Lisbon- School of Business and Economics (CATÓLICA-LISBON) realizou um estudo de modo a caracterizar os níveis de felicidade e satisfação com a vida das pessoas que pertencem à Sociedade Portuguesa, aquando da vitória de Portugal no Campeonato Europeu de Futebol (Euro 2016). Os dados foram recolhidos em julho de 2016, entre 5 a 7 dias após a final do euro 2016, utilizando o Painel de Estudos Online (PEO).

Objetivo: O principal objetivo deste estudo é aferir indicadores gerais de felicidade e satisfação com a vida nos membros da Sociedade Portuguesa, até 7 dias após a vitória de Portugal no campeonato Europeu de Futebol (Euro 2016). A importância da vitória da seleção nacional de futebol no Euro 2016 e aspetos de patriotismo, otimismo e felicidade relacionados com essa vitória foram também aferidos.

Metodologia: Entre 15 e 17 de julho de 2016, 857 participantes do Painel de Estudos Online da CATÓLICA-LISBON responderam a um questionário de resposta online onde variados constructos foram aferidos.

Felicidade e Satisfação

Nesta secção apresentamos os resultados relativos à felicidade global, satisfação com a vida em geral e satisfação com atividades diárias.

Grau de Felicidade

A felicidade consiste no estado de ser feliz, um estado de contentamento e bem-estar que depende de vários fatores biopsicossociais e ambientais. Trata-se de um estado de satisfação no qual uma pessoa se sente feliz, realizada e, geralmente, sem sofrimento. A felicidade está, portanto, associada a um vasto leque de emoções e sentimentos.

Quando questionados acerca dos **níveis de felicidade experienciada**, 71% dos participantes indicou sentir-se feliz a extremamente feliz (entre 6 a 10 pontos na escala) enquanto que 15% dos respondentes reporta sentir-se infeliz (0 a 4 pontos na escala) ([Figura 7](#))^b.

Felicidade e Satisfação- Sumário

- 71% dos participantes indica sentir-se feliz a extremamente feliz e apenas 15% reporta sentir-se infeliz a extremamente infeliz;
- 69% dos participantes refere estar satisfeito a extremamente satisfeito com a vida em geral e apenas 16% indica estar insatisfeito a extremamente insatisfeito;
- 75% dos participantes revela que as coisas que fazem na vida valem a pena e apenas 14% reporta que as coisas que fazem na vida valem pouco ou nada a pena;

NOTAS

^a O grau de satisfação com a vida em geral foi medido através da questão "Qual é o seu grau de satisfação com a vida em geral?" e utilizando uma escala de 11 pontos em que 0 corresponde a "Extremamente insatisfeito(a)" e 10 a "Extremamente satisfeito(a)". Neste estudo, uma pontuação de 5 na escala corresponde a "Satisfação moderada", pontuações entre 0 e 4 correspondem a "Insatisfeito(a)" e pontuações entre 6 e 10 correspondem a "Satisfeito(a)".

^b O nível de felicidade global foi medido através da pergunta "Considerando todos os aspetos da sua vida, qual o grau de felicidade que sente?" e utilizando uma escala de 11 pontos em que 0 corresponde a "Extremamente infeliz" e 10 a "Extremamente feliz". Neste estudo, uma pontuação de 5 na escala corresponde a "Felicidade moderada", pontuações entre 0 e 4 correspondem a "Infeliz" e pontuações entre 6 e 10 correspondem a "Feliz".

^c O grau de satisfação com atividades diárias foi avaliado através da questão "No geral, até que ponto sente que as coisas que faz na sua vida valem a pena?" e utilizando uma escala de 11 pontos em que 0 indica "Não valem nada a pena" e 10 significa "Valem bastante a pena". Neste estudo, uma pontuação de 5 na escala corresponde a "Valem moderadamente a pena", pontuações entre 0 e 4 correspondem a "Valem pouco e/ou nada a pena" e pontuações entre 6 e 10 correspondem a "Valem a pena e/ou valem muito a pena".

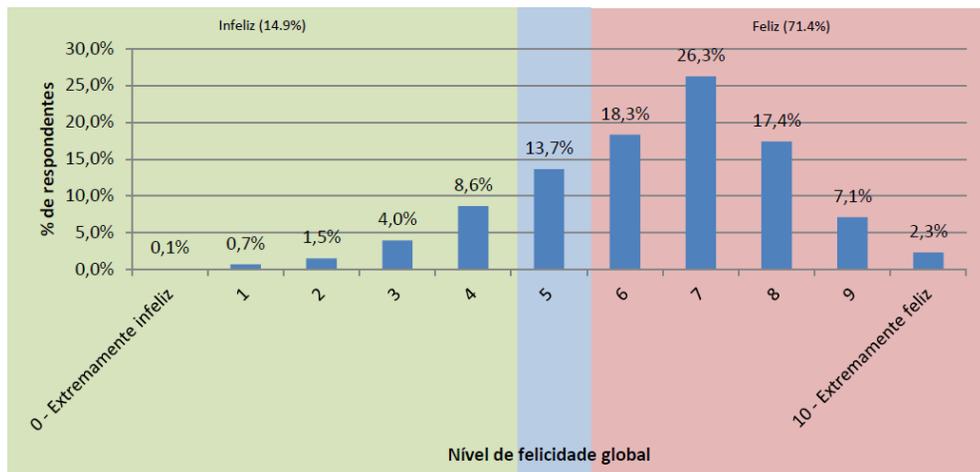


Figura 7. Nível de felicidade global

Grau de Satisfação com a Vida em Geral

A satisfação com a vida é caracterizada como uma avaliação subjetiva e global que cada pessoa faz às circunstâncias em que vive, num determinado momento, considerando-as como negativas ou positivas. A satisfação com a vida é um dos principais indicadores globais de bem-estar em que a felicidade surge como motivação para que a pessoa se sinta satisfeita com a vida².

Em relação à **satisfação com a vida em geral**, 69% dos respondentes indica estar satisfeito a extremamente satisfeito com a vida em geral (entre 6 a 10 pontos na escala) e apenas 16% refere estar insatisfeito a extremamente insatisfeito com a vida (0 a 4 pontos na escala) (Figura 8)^a.

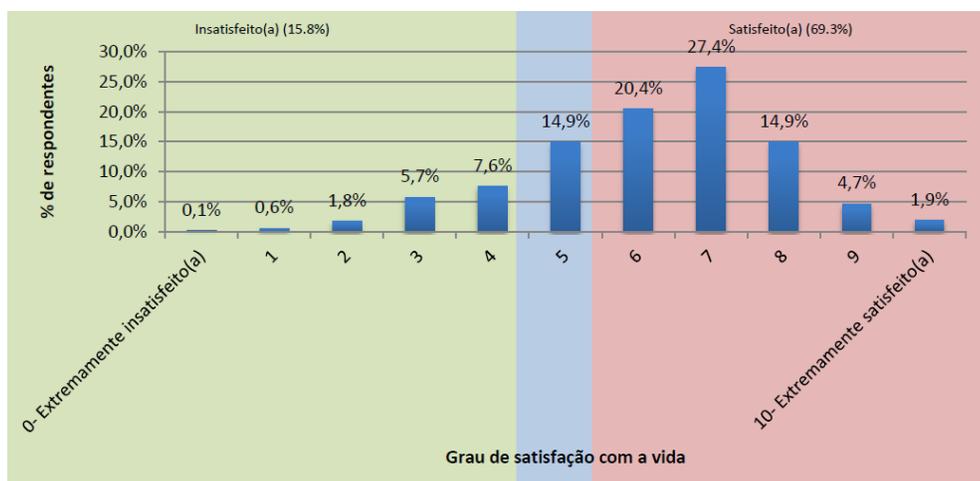


Figura 8. Grau de satisfação com a vida em geral

Grau de Satisfação com Atividades Diárias

A maioria dos participantes (75%) revela que as coisas que fazem na vida valem em geral a pena (entre 6 a 10 pontos na escala) e apenas 14% reportam que as coisas que fazem na vida valem pouco e/ou nada a pena (0 a 4 pontos na escala) (Figura 9)^c.



Figura 9. Grau de satisfação com atividades diárias

Tal como verificado em estudos anteriores, o nível de felicidade global e o nível de satisfação com a vida no geral variam no mesmo sentido, pelo que à medida que o grau de felicidade dos participantes aumenta também aumenta o grau de satisfação com a vida (Figura 10).

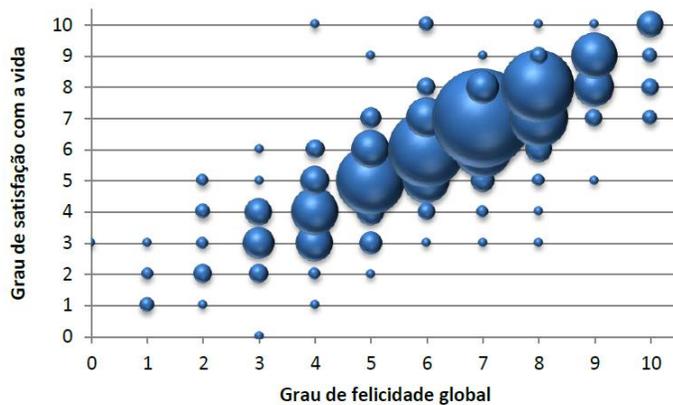


Figura 10. Grau de satisfação com a vida por grau de felicidade global.

REFERÊNCIAS

² Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

Autores: Rita Coelho do Vale⁽²⁾ & Isabel Moreira⁽³⁾, Observatório da Sociedade Portuguesa- CATÓLICA-LISBON

⁽¹⁾Estudo do Observatório da Sociedade Portuguesa da CATÓLICA-LISBON, apoiado pelo CEA- Centro de Estudos Aplicados e pelo CUBE- Católica Lisbon Research Unit in Business and Economics da Católica Lisbon- School of Business and Economics.

⁽²⁾Rita Coelho do Vale é Professora da Católica Lisbon- School of Business and Economics, sendo coordenadora do PEO- Painel de Estudos Online e do LERNE- Laboratory of Experimental Research in Economics and Management.

⁽³⁾Isabel Moreira é assistente do CUBE- Católica Lisbon Research Unit in Business and Economics, e assistente de gestão do PEO- Painel de Estudos Online e do LERNE- Laboratory of Experimental Research in Economics and Management.

Contactos: Observatório da Sociedade Portuguesa- CATÓLICA-LISBON | tel: (+351) 21-721-4270 | fax: (351) 21-727-0252 | osp.cea@ucp.pt

Como referenciar: Coelho do Vale, R. & Moreira, I. (2016), "Estudo da Sociedade Portuguesa- Euro 2016 e patriotismo, otimismo, felicidade e satisfação com a vida (Julho 2016)", Observatório da Sociedade Portuguesa- CATÓLICA-LISBON.

How to cite: Coelho do Vale, R. & Moreira, I. (2016), "Estudo da Sociedade Portuguesa- Euro 2016 e patriotismo, otimismo, felicidade e satisfação com a vida (Julho 2016)", Observatório da Sociedade Portuguesa- CATÓLICA-LISBON.