



Universidade do Minho

Escola de Psicologia

Daniela Faria Vilas Boas

**Escala de Felicidade Subjetiva:
Validação em Adolescentes Portugueses**

Dissertação de Mestrado
Mestrado em Psicologia Aplicada

Trabalho Efetuado sob a orientação do
Professora Doutora Teresa Freire

DECLARAÇÃO

Nome: Daniela Faria Vilas Boas

Endereço eletrónico: danielavboas@hotmail.com Telefone: 914116992

Número do Bilhete de Identidade: 13987514

Título dissertação: Escala de Felicidade Subjetiva: Validação em Adolescentes Portugueses

Orientador: Professora Doutora Teresa Freire

Ano de conclusão: 2016

Designação do Mestrado: Mestrado em Psicologia Aplicada

É AUTORIZADA A REPRODUÇÃO INTEGRAL DESTA TESE/TRABALHO APENAS PARA EFEITOS DE INVESTIGAÇÃO, MEDIANTE DECLARAÇÃO ESCRITA DO INTERESSADO, QUE A TAL SE COMPROMETE;

Universidade do Minho, 13 / 06 / 2016

Assinatura: _____

Índice

Agradecimentos	iii
Resumo.....	iv
Abstract	v
Introdução	6
Método	9
Participantes.....	9
Instrumentos	9
Procedimento	12
Análises Estatísticas	13
Resultados.....	14
Análises de Correlação	14
Análise Fatorial Confirmatória.....	15
Análise da Invariância	16
Discussão	19
Conclusão e Considerações Finais	20
Referências Bibliográficas.....	21

Índice de Tabelas e Figuras

Escala original.....	10
Tabela 1: Estatística Descritiva e Consistência Interna das Escalas	14
Tabela 2: Correlações entre a Escala de Felicidade (EF); Satisfação com a Vida (ESCV); Autoestima (EAER); Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-C)	15
Figura 1: Modelo inicial de Felicidade	15
Tabela 3: Qualidade do Ajuste dos Índices da Análise Confirmatória	16
Figura 2: Modelo final da Escala de Felicidade	16
Tabela 4: Análise da Invariância (sexo).....	17
Tabela 5: Análise da Invariância (Grupo Etário)	18

Agradecimentos

Reservo aqui estas pequenas linhas para agradecer a todas as pessoas que, de alguma forma, contribuíram para a realização desta dissertação.

Em primeiro lugar, à Professora Teresa Freire pela confiança, apoio, excelente orientação, e por ter aceite imediatamente ser minha orientadora.

Agradeço também à Dr.^a Ana Teixeira, pela ajuda incansável no tratamento estatístico dos dados como também na sua interpretação, tendo sempre uma palavra amiga a transmitir. Agradeço igualmente às colegas do GIFOp, especialmente à Andreia, à Joana e à Ana Isabel, pela colaboração na recolha de dados. A todos os jovens que massivamente responderam aos questionários e à direção da escola sempre tão disponível, um sincero obrigada.

A toda a minha família, pelos sacrifícios que me permitiram chegar até aqui e por nunca duvidarem que seria capaz, sendo muitas vezes a minha grande motivação. Em especial, à minha mãe, por me inspirar todos os dias a lutar por aquilo que quero e nunca baixar os braços. Obrigada por tudo!

À Patrícia, à Luísa e à Daniela, amigas de todas as horas, incansáveis no apoio e nas palavras encorajadoras que me fizeram ter mais força nos momentos mais difíceis.

Às amigas de infância, Cláudia e Ângela, por todas as conversas, conselhos, partilhas de vida e experiências, que acompanharam este percurso e sempre me encorajaram a fazer mais e melhor.

Ao Ricardo, obrigada pelo apoio e compreensão, pelo carinho e interesse que demonstrou ao longo de toda a minha vida académica. Esta vitória é, certamente, dos dois!

A todos, sem exceção, um profundo OBRIGADA!

Escala de Felicidade Subjetiva: Validação em Adolescentes Portugueses

Resumo

Nos últimos anos tem havido um aumento crescente no interesse pelo estudo da felicidade e o do bem-estar subjetivo em diferentes áreas e sobre várias perspetivas. Lyubomirsky e Lepper (1999) focam a importância da subjetividade no estudo do processo da felicidade. Destacando o conceito de felicidade nesta investigação e considerando como suporte quer variáveis positivas como a autoestima e a satisfação com a vida, quer variáveis negativas, como a depressão, a ansiedade e o *stress*, o objetivo primordial deste estudo centra-se na validação da escala de Felicidade Subjetiva para adolescentes portugueses. Participaram neste estudo 884 alunos do 7º ao 12º ano, de uma escola da zona norte. Os resultados mostram que esta escala apresenta uma confiabilidade adequada e a análise fatorial confirmatória apresentou um bom ajuste dos dados ao modelo. Além disso, verificaram-se associações positivas entre as escalas de funcionamento psicológico positivo (autoestima e satisfação com a vida) e associações negativas entre estas e a escala de funcionamento psicológico negativo (ansiedade, depressão e stress). Os resultados sugerem, assim, que a escala de felicidade subjetiva (EF) é uma medida válida e confiável para avaliar a felicidade subjetiva em jovens portugueses.

Palavras-chave: Funcionamento positivo, Felicidade subjetiva, Adolescentes, Validação.

Subjective Happiness Scale: A Portuguese Adolescent Validation

Abstract

In recent years there has been an increasing interest in the study of happiness and the subjective well-being in different areas and on different perspectives. Lyubomirsky and Lepper (1999) focus on the importance of subjectivity in the study of the process of happiness. Highlighting the concept of happiness in this research and considering how support both positive variables such as self-esteem and satisfaction with life, whether negative variables such as depression, anxiety and stress, the primary objective of this study focuses on validation of the Subjective Happiness Scale for Portuguese adolescents. The sample consisted of 884 students from 7th to 12th grade, from a school in the north of the country. The results show that this scale has adequate reliability and the confirmatory factor analysis showed a good fit of the data to the model. In addition, there were positive associations between positive psychological functioning scales (self-esteem and life satisfaction) and negative associations between these and the negative psychological functioning scale (anxiety, depression and stress). The results, therefore, suggest that the subjective happiness scale (SHS) is a valid and reliable measure to assess the subjective happiness in Portuguese adolescents.

Keywords: Positive functioning, Subjective happiness, Adolescents, Validation.

Introdução

A investigação na área da psicologia recai, sobretudo, nas emoções negativas em detrimento das emoções positivas. Em modo de curiosidade, Myers, David e Diner (1997) apontaram que em 5 mil resumos na área da investigação em psicologia entre 1967 e 1995, a palavra *ansiedade* aparecia cerca de 38 mil vezes e a palavra *depressão* foi mencionada 48 mil vezes. Em contrapartida, a *satisfação com a vida* foi apenas citada cerca de 2 mil vezes e, com menos ainda, apenas 1710 vezes a palavra *felicidade* foi referida.

No entanto, a Psicologia Positiva tem emergido nas últimas décadas como uma área de estudo científico própria que vai para além de uma abordagem que apenas foca os problemas e as patologias. A psicologia positiva debruça-se sobre as experiências positivas (como emoções positivas, felicidade, esperança, alegria), características positivas individuais (como carácter, forças e virtudes), e instituições positivas (como organizações baseadas no sucesso e potencial humano, sejam locais de trabalho, escolas, famílias) (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Sumariamente, a Psicologia Positiva procura estudar as “condições e processos que contribuem para o florescimento ou funcionamento ótimo das pessoas, grupos e instituições” (Gable & Haidt, 2005, p. 104).

Nos últimos anos tem havido um aumento crescente no interesse pelo estudo sobre a felicidade e bem-estar subjetivo em diferentes áreas e sobre várias perspetivas (Spagnoli, Caetano & Silva, 2012). Desde a antiguidade que a questão da felicidade é refletida por filósofos e sábios, defendendo que a felicidade consistia numa vida feliz, prazerosa, mas não apenas devido ao que o homem possuía, mas sim à forma como reagia às circunstâncias da vida. Se por um lado a perspetiva eudaimónica sustentava que a felicidade era o objetivo da vida humana, procurando uma felicidade racionalizada por um longo período de tempo, por outro havia a filosofia hedónica que se apoiava nos prazeres momentâneos e na busca de satisfazer todos os desejos. Já Aristóteles afirmava e defendia que a felicidade está relacionada com a realização pessoal (Pais-Ribeiro, 2012).

A grande maioria das pessoas considera a felicidade como sendo a base de uma vida com significado e, para a maioria das sociedades é vista como uma meta a alcançar. Diener e colaboradores (2003) optaram por usar o termo bem-estar subjetivo ao invés de felicidade e consideram que este surge da combinação de três fatores, sendo estes, reduzida constância de afeto negativo, elevada frequência de afeto positivo e um alto nível de satisfação com a vida. Portanto, maior satisfação com a vida poderá estar relacionada com alguns indicadores do

funcionamento positivo e níveis mais baixos de satisfação com a vida associados a sintomas depressivos e a rejeição interpessoal. Assim, o afeto positivo e negativo e a satisfação com a vida são considerados como indicadores de um mesmo constructo subjacente, altamente correlacionados e, normalmente criam uma única dimensão intimamente relacionada com a felicidade, uma vez que envolvem juízos de valor com base nas experiências de vida dos indivíduos (Extremera & Berrocal, 2013).

De acordo com esta perspectiva, a felicidade pode ser definida como um estado subjetivo, com a consequência de que os instrumentos de autoavaliação determinam de que forma um indivíduo é feliz. Operacionalmente, a felicidade é definida como um estado persistente e crónico e não baseada em humores momentâneos ou diários, no entanto é perceptível ao longo do tempo, o que permite um estudo significativo e fidedigno. Extremera e Berrocal (2013) afirmam que os indivíduos com níveis similares de felicidade crónica podem diferir nos níveis relativamente aos padrões hedónicos, uma vez que este julgamento não é equivalente a uma simples soma das reações afetivas mais recentes ou da satisfação com a vida.

De forma a sustentar o estudo acerca da felicidade, é crucial a avaliação de outros componentes integradores e basilares. Já em 1958, Jahoda, citado por Pais-Ribeiro (2012) afirmava que é necessário avaliar outras dimensões complementares para fomentar o estudo sobre a saúde mental positiva. Neste sentido, são várias as variáveis encontradas na literatura associadas aos níveis de felicidade sendo que, a autoestima foi identificada como uma das características mais associadas aos indivíduos mais felizes. A evidência empírica revela, ainda, que esta característica individual poderá estar associada, quer a resultados negativos como a ansiedade, a depressão e a agressão, quer a indicadores de funcionamento positivo. Apesar de alguma controvérsia no estudo da autoestima, a sua definição é mais ou menos consensual. A autoestima é definida como a avaliação afetiva do valor, apreço ou importância que cada um faz de si próprio. Alguns autores mostraram que a autoestima está relacionada de forma significativa com o bem-estar, mas que essa relação é mais forte em países caracterizados pelo individualismo do que pelo coletivismo (Freire & Tavares, 2011). Outra variável e medida frequentemente associada com o bem-estar e a felicidade subjetiva é a satisfação com a vida. Segundo Diner (1984) citado por Pavot e Diner (2007), este conceito tem sido definido como uma avaliação cognitiva da vida, ou seja, a satisfação com a vida é assim um juízo de valor. Por comparação a variáveis de funcionamento psicológico positivo, torna-se também fulcral relacionar variáveis de funcionamento psicológico negativo principalmente na adolescência pois há mudanças de desenvolvimento e desafios significativos associados com estas fases que

podem ser especialmente difíceis para alguns indivíduos. A incidência de comportamentos de risco é mais elevada para esta população comparando com qualquer outra fase do desenvolvimento. Além disso, o surgimento de distúrbios psicológicos ao longo da vida tende a começar na adolescência e início da idade adulta (Yonker et al., 2012). Segundo um estudo, a prevalência de transtornos depressivos unipolares em adolescentes é de 5,6%, em comparação com 2,8% em crianças com menos de 13 anos (Costello et al., 2006 cit por Allen & Sheeber, 2009). Segundo Allen e Sheeber (2009), o aumento desta prevalência justifica o impacto negativo dos episódios depressivos no desenvolvimento neurobiológico e cognitivo, assim como afeta os indivíduos quer a nível emocional, social e ocupacional.

Lyubomirsky e Lepper (1999) focam a importância da subjetividade no estudo do processo da felicidade. Estes autores defendem esta ideia pois só assim é possível encontrar pessoas que se consideram felizes mesmo com adversidades e obstáculos na vida e, outras pessoas que se veem como infelizes mesmo não passando por adversidades e contratempos. A questão para criar a Escala da Felicidade Subjetiva assentou no propósito de como se poderia medir os níveis individuais de felicidade. Assim, em 1999, Lyubomirsky e Lepper desenvolveram quatro itens para medir de uma forma global a felicidade subjetiva. Desta forma, foram criadas quatro questões, das quais duas perguntas são classificações e avaliações por comparação com os seus pares, enquanto que os outros dois itens oferecem breves descrições de pessoas felizes e infelizes e pede-se aos entrevistados em que medida cada afirmação se relaciona com eles. Assim, a Escala da Felicidade Subjetiva é composta por um número suficiente de itens para permitir uma avaliação da consistência interna, no entanto, esta escala foi concebida para não sobrecarregar os participantes ou ameaçar a sua estrutura unidimensional (Lyubomirsky & Lepper, 1999). No seu formato original, a validade e confiabilidade deste instrumento foi obtida através de 14 amostras recolhida em diferentes tempos e lugares. Para sustentar o estudo da escala original foram também utilizados os seguintes instrumentos: *The Affect Balance Scale*, *The Delighted-Terrible Scale*, *The Global Happiness Item*, *The Recent Happiness Item* e, *The Satisfaction With Life Scale* (Lyubomirsky & Lepper, 1999), indo assim ao encontro da presente investigação que é também suportada por outras escalas.

Embora esta escala esteja validade para vários países e culturas, (versão inglesa e russa (Lyubomirsky & Lepper 1999); versão em alemão (Swami et al. 2009), uma tradução para o japonês (Shimai et al., 2004), uma adaptação árabe (Moghnieh & Kazarian 2012), uma versão em Português (Spagnoli et al., 2012), e uma adaptação da Malásia (Swami 2008; Extremera & Berrocal, 2014), há ainda a necessidade de uma validação para uma população mais jovem, pois

todas as validações desta escala estão voltadas para a população adulta. É de realçar que em Portugal existem duas validações desta escala, sendo uma validada para a população entre os 25 e os 50 anos (Spagnoli, Caetano, & Silva, 2012), e outra feita por Pais-Ribeiro (2012) com participantes entre os 18 e os 98 anos.

Prende-se, aqui, a necessidade e importância deste estudo pois sabe-se que as fases de vida da adolescência podem ser vivenciadas quer de uma forma positiva mas também de uma forma negativa. Focando o conceito de felicidade nesta investigação e considerando como suporte quer variáveis positivas como a auto estima e a satisfação com a vida, quer variáveis negativas, como a depressão, a ansiedade e o *stress*, o objetivo primordial deste estudo centra-se na validação da escala de Felicidade Subjetiva para adolescentes portugueses, com idades compreendidas entre os 11 e os 18 anos.

Método

Participantes

Relativamente à distribuição e constituição da amostra, esta é composta por um total de 884 estudantes, de ambos os sexos (Feminino: 451 indivíduos; Masculino: 433 indivíduos). As idades variam entre os 11 e os 18 anos, sendo que a média é de 13.91, com um desvio padrão de 1.69. Quanto à escolaridade, esta varia da seguinte forma: 7º ano - 207 indivíduos (23.4%), 8º ano - 210 indivíduos (23.8%), 9º ano - 158 indivíduos (17.9%), 10º ano - 113 indivíduos (12.8%), 11º ano - 108 indivíduos (12.2%), 12º ano - 86 indivíduos (9.7%). Outras análises relativas a dados sociodemográficos apontam que apenas 7.2% dos participantes reprovou pelo menos um ano escolar e cerca de 80% dos alunos tem ambos os pais em situação de emprego.

Instrumentos

Questionário Sociodemográfico.

Todos os participantes responderam a um breve questionário que incluía questões descritivas relativamente à idade, sexo, ano de escolaridade e o número de reprovações escolares.

Escala de Felicidade Subjetiva – (SHS, Lyubomirsky & Lepper, 1999; Versão Portuguesa para adultos de Pais-Ribeiro, 2012).

Esta escala avalia a felicidade geral subjetiva e inclui quatro itens. Pede-se aos indivíduos, em dois itens, para se caracterizarem por comparação absoluta e relativa com os

ESCALA DE FELICIDADE SUBJETIVA: VALIDAÇÃO EM ADOLESCENTES PORTUGUESES

seus pares; enquanto nos outros dois itens, pede-se aos indivíduos para indicar a extensão em que eles se identificam com a caracterização de felicidade e infelicidade. A resposta para cada item é dada numa escala visual analógica com 7 posições, em que 1 é representado como uma declaração correspondente ao menor nível de felicidade e 7 como uma declaração que indica o maior nível de felicidade. É de realçar que há variância de respostas nas duas primeiras questões, sendo que a primeira pergunta varia entre “Uma pessoa não muito feliz” (1) a “Uma pessoa muito feliz” (7) e a segunda pergunta é pontuada entre “Menos feliz” (1) a “Mais feliz” (7). As questões 3 e 4 variam entre “De modo nenhum” (1) a “Em grande parte” (7). A pontuação total é obtida através da média das respostas nos quatro itens (a quarta foi revertida). Pontuações mais altas correspondem a uma maior felicidade subjetiva.

Em estudos da versão original (Lyubomirsky & Lepper, 1999), os alfas variaram entre 0,79 e 0,94. A versão portuguesa (Pais-Ribeiro, 2012), validada com uma amostra de indivíduos com idade entre 18 e 98 anos ($M = 35,18$), obteve um alfa de Cronbach de 0,76.

Para a validação da Escala de Felicidade Subjetiva em adolescentes portugueses, realizou-se, num primeiro momento a tradução da escala original na equipa de investigação (GIFOp), coordenada pela Professora Doutora Teresa Freire. Na tabela abaixo, segue-se a escala original e a versão traduzida para português.

Escala original	Tradução
1. In general, I consider myself:	1. Em geral, acho que sou:
2. Compared to most of my peers, I consider myself	2. Em comparação com a maioria das pessoas da minha idade, acho que sou:
3. Some people are generally very happy. They enjoy life regardless of what is going on, getting the most out of everything. To what extent does this characterization describe you?	3. Algumas pessoas geralmente são muito felizes. Elas aproveitam ao máximo a vida apesar do que se passa à volta delas. Achas que és como estas pessoas?
4. Some people are generally not very happy. Although they are not depressed, they never seem as happy as they might be. To what extent does this characterization describe you?	4. Algumas pessoas geralmente são pouco felizes. Elas nunca parecem tão felizes quanto poderiam ser. Achas que és como estas pessoas?

Escala de Ansiedade, Depressão e Stress – (DASS, Lovibond & Lovibond, 1995; EADS-C, Versão Portuguesa para crianças de Leal, Antunes, Passos, Pais-Ribeiro, & Maroco, 2009).

Essa escala é composta por 21 itens, como na versão para adultos, divididos em três dimensões - ansiedade, depressão e stresse. Os itens foram submetidos a interrogatório cognitivo, sendo reformulado para se tornar mais facilmente compreensível para as crianças. Neste sentido, acrescentou-se exemplos à frente de alguns itens, e essas pequenas mudanças não afetaram a validade do conteúdo do instrumento. Foi perguntado às crianças para responderem a itens com base em como elas se sentiram durante a semana passada, numa escala de *Likert* de 4 pontos, variando de 0 (não se aplica a mim em tudo) a 3 (aplica-se a mim maior parte do tempo). Cada subescala é composta por sete itens: Depressão - itens 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21; ansiedade – itens 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20; e stresse - itens 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18. As pontuações podem variar de 0 a 21 pontos em cada dimensão, e os resultados mais altos indicam estados afetivos mais negativos na respetiva dimensão.

Na versão original para adultos com 42 itens, os alfas de Cronbach obtidos foram de 0,91 para a depressão, 0,84 para a ansiedade e 0,90 para o Stress (Lovibond & Lovibond, 1995). A versão em Português para adultos (Pais-Ribeiro, Honrado, & Leal, 2004) obteve alfa de Cronbach de 0,85 para a escala de depressão, 0,74 para a ansiedade e 0,81 para o stress. A EADS-C foi validada numa amostra de crianças e adolescentes, com idades entre 8 a 15 anos, apresentando alfa de Cronbach de 0,74 para a escala de stresse, 0,75 para a ansiedade e 0,78 para a depressão (Leal, Antunes, Passos, Pais- Ribeiro, & Maroco, 2009).

Escala de Autoestima de Rosenber – (SERS, Rosenberg, 1965; EAER, Versão Portuguesa de Santos & Maia, 2003).

Esta escala, composta por 10 itens, avalia a autoestima. Cinco itens são no sentido positivo e os restantes cinco têm uma direção negativa. A resposta para cada item é dada numa escala de *Likert* variando entre 1 (discordo totalmente) e 4 (concordo), e os itens de orientação negativos são invertidos. Neste sentido, os resultados podem variar entre 10 e 40, em que os níveis mais elevados correspondem a uma maior autoestima.

Esta escala foi validada para a população portuguesa numa amostra de adolescentes com idades entre 15 a 20 anos ($M = 16,8$) e verificou-se um fator unidimensional, cujo alfa de Cronbach foi 0,86.

Escala de Satisfação com a Vida – (SLSS, Huebner, 1991; ESCV – Versão Portuguesa de Marques, Pais-Ribeiro, & Lopez, 2007).

A Escala de Satisfação de Vida dos Estudantes foi desenhada para avaliar a satisfação com a vida em geral em crianças e adolescentes com idade entre 8 e 18 anos. É composta por sete itens cuja resposta varia de 1 (discordo totalmente) a 6 (concordo). As pontuações variam entre 7 e 42, onde pontuações mais elevadas correspondem a níveis mais elevados de satisfação com a vida.

Na versão original em inglês, obteve-se um alfa de Cronbach de 0,80 (Huebner, 1991). No estudo de validação desta escala para a população portuguesa, realizado com uma amostra de crianças e adolescentes com idades entre 10 a 15 anos ($M = 11,78$), obteve-se um alfa de Cronbach de 0,89 para a escala total (Marques, Pais-Ribeiro, & Lopez, 2007).

Procedimento

A amostra seguiu os critérios de uma amostragem não probabilística, na qual foi seleccionada o tipo de amostra por conveniência, uma vez que se pretende uma amostra abrangente da adolescência (7º, 8º, 9º, 10º, 11º e 12º anos) para o presente estudo. Assim, contactou-se uma escola da zona norte de Portugal, na qual integra alunos de várias regiões e com grande diversidade de estratos sociais e económicos. Primeiramente, pediu-se autorização à direção da escola para efetuar a recolha dos dados e, de seguida, explicou-se aos diretores de turma os procedimentos da recolha e os objetivos do estudo, uma vez que foram estes que se responsabilizaram por passar os questionários às turmas. Assegura-se que foi dada, pelo investigador, toda a orientação necessária de forma a que não houvesse qualquer tipo de dúvidas e enviesamentos. Referiu-se, também, a pertinência de respostas verdadeiras e sinceras, a participação como voluntária e a garantia quanto à confidencialidade das respostas. O momento da recolha dos dados foi feito numa só aplicação, começando pelo Questionário Sociodemográfico, seguindo-se as restantes quatro escalas. Os alunos responderam aos questionários em horário curricular, na disciplina de Formação Cívica, num tempo médio de 20 minutos.

Análises Estatísticas

As informações recolhidas junto da amostra foram codificadas e introduzidas numa base de dados. Os procedimentos e análises estatísticas foram efetuadas através do programa informático *IBM-SPSS Statistics*®, versão 23.0 e do *software* informático *Rstudio* tendo sido utilizado um intervalo de confiança de 95%. Numa primeira fase, foram realizados procedimentos para atender ao controlo rigoroso de todas as medidas obtidas, através do estudo dos coeficientes de consistência interna de todas as escalas e subescalas, através do resultado do *alpha* de *Cronbach* e foram realizadas análises de estatística descritiva (médias, desvios padrão e frequências). O programa *Rstudio* foi utilizado especificamente para realizar a análise fatorial confirmatória (AFC) da escala a ser validada, assim como as análises de invariância para o sexo e grupo de escolaridade (3º ciclo e secundário). Para tal foram utilizados os pacotes *Lavaan* e *SEM*. Quando necessário recorreu-se aos índices de modificação para avaliar o melhor ajustamento dos dados ao modelo analisado. A análise fatorial foi realizada, recorrendo-se ao algoritmo da Máxima Verossimilhança (ML). Os *missings* foram resolvidos, usando o método *Full Information Maximum Likelihood* (FIML). A adequação do modelo foi avaliada pelos seguintes critérios: o valor de BIC (Bayesian Information Criterion) que é utilizado para fazer comparações entre os modelos, sendo que o modelo com o valor mais baixo é considerado o melhor; a razão entre qui-quadrado e graus de liberdade (X^2/df); *Goodness of Fit Index* (GFI), que mede a quantidade relativa de variância e covariância conjuntamente do modelo; *Adjusted Goodness of Fit Index* (AGFI), que avalia a parcimónia do modelo (Byrne, 2001); *Comparative Fit Index* (CFI), que avalia a adequação do modelo em relação ao modelo de independência; e, por fim, o *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA), que avalia a discrepância entre o valor estimado e as matrizes obtidas (Byrne, 2001). Em relação ao primeiro índice, Byrne (1989) considera valores entre 2.00 e 5.00 como ajustamento adequado. Valores acima de .90 indicam um ajustamento adequado para GFI, AGFI e CFI. Em relação ao RMSEA, valores inferiores a 0,08 são considerados aceitáveis, sendo que valores iguais ou inferiores a .05 são indicativos de um ajustamento ideal (Bentler & Bonnet, 1980; Byrne, 2001).

Resultados

De acordo com as médias obtidas nas dimensões positivas (EF, EAER e ESCV), os participantes apresentam, no geral, resultados positivos de felicidade, autoestima e satisfação com a vida. Na escala total de dimensão negativa EADS e nas subescalas, verifica-se que os participantes apresentam médias mais elevadas de stress e valores mais baixos na subescala de ansiedade. No que diz respeito aos níveis de confiabilidade das escalas, verificam-se coeficientes elevados de alfa, o que indica uma consistência interna elevada. Salienta-se, ainda, que todas as escalas usadas neste estudo apresentam alfas de *cronbach* semelhantes aos alfas das escalas originais.

Tabela 1:

Estatística Descritiva e Consistência Interna das Escalas

Escalas	Nº de itens	Média	DP	Min./Max.	Alpha
EF	4	5.65	1.05	1-7	.89
EAER	10	30.59	5.54	12-40	.90
ESCV	7	29.24	6.58	7-42	.88
EADS-C (total)	21	12.26	10.19	2.86-4.91	.84
Ansiedade	7	2.84	3.21	0-18	.83
Depressão	7	4.50	4.37	0-20	.90
Stress	7	4.94	4.08	0-21	.86

EF: Escala de Felicidade; EAER: Escala de Autoestima; ESCV: Escala de Satisfação com a Vida; EADS-C: Escala de Ansiedade, Depressão e Stress.

Análises de Correlação

Foram realizadas análises de correlação de *Pearson* para analisar as associações entre a Escala da Felicidade, Escala de Satisfação com a Vida, Escala de Autoestima e a Escala de Ansiedade, Depressão e Stress. Tal como pode ser visto na tabela 2, todas as escalas estão significativamente correlacionadas, sendo que, as escalas de dimensão positiva (EF; ESCV;EAER) estão positivamente correlacionadas entre si, mas negativamente correlacionadas com as dimensões negativas (EADS-C), isto é, verifica-se que quanto mais elevados são os níveis de felicidade, autoestima e satisfação com a vida, menores são os níveis de ansiedade, depressão e stress. Quanto à escala de dimensão negativa (EADS-C), esta apresenta uma correlação negativa com as restantes escalas, ou seja, quando os níveis de

ansiedade, depressão e stress aumentam, verifica-se uma diminuição nos níveis de felicidade, autoestima e satisfação com a vida. Também se observa que todos valores de *P* são estatisticamente significativos e apresentam valores moderados.

Tabela 2:

Correlações entre a Escala de Felicidade (EF); Satisfação com a Vida (ESCV); Autoestima (EAER); Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-C)

	1	2	3	4	5	6
1. Felicidade	----					
2. Satisfação com a vida	.574*	----				
3. Autoestima	.544*	.575*	----			
4. Ansiedade	-.300*	-.308*	-.400*	----		
5. Depressão	-.473*	-.501*	-.641*	.547*	----	
6. Stress	-.325*	-.372*	-.439*	.625*	.640*	----

* $p < 0.05$

Análise Fatorial Confirmatória

A fim de testar a estrutura fatorial e a validade da Escala de Felicidade Subjetiva, realizou-se a análise fatorial confirmatória (AFC). Em primeiro lugar, foi testado o modelo A, no qual a felicidade é a variável latente, e os restantes itens são as variáveis observáveis.

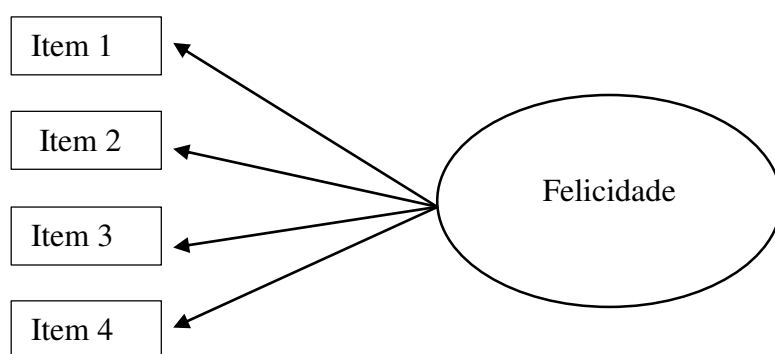


Figura 1: Modelo inicial de Felicidade

Os resultados do modelo A mostraram valores satisfatórios em todos os índices de ajustamento exceto no índice de RMSEA, que apresentou um valor acima do que é considerado um ajustamento aceitável. Neste sentido, recorreu-se aos índices modificação com o objetivo de analisar formas de alcançar um modelo mais ajustado aos dados da amostra. De acordo com

estes índices, é importante ter em consideração que os itens 1 e 2 da escala estão correlacionados. Assim, testou-se um segundo modelo (modelo B), semelhante ao primeiro, mas que inclui a correlação entre estes dois itens. Como se pode verificar na tabela seguinte, os resultados do modelo B indicam um melhor ajustamento dos dados ao modelo para todos os índices, principalmente no valor do BIC, pois o modelo que apresenta este valor mais baixo é considerado o melhor (Teixeira et al, 2015).

Tabela 3:

Qualidade do Ajuste dos Índices da Análise Confirmatória

	X ² _{SB}	df	X ² _{SB} /df	RMSEA	CFI	TLI	BIC
Modelo A	9.423*	2	4.71	0.65	0.99	0.98	10589.611
Modelo B	1.903	1	1.90	0.03	0.99	0.99	10585.692

X²_{SB} - rescaled chi-square statistic; df - degrees of freedom; X²_{SB}/df - ratio between rescale chi-square and degrees of freedom; RMSEA, root mean square error of approximation; CFI, comparative fit index; TLI, Tucker Lewis Index; BIC, Bayesian information criterion

* p<0.05

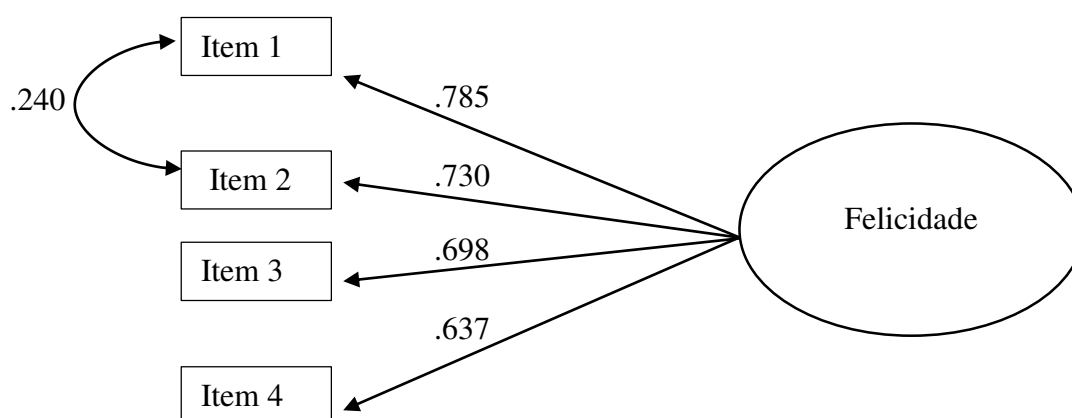


Figura 2: Modelo final da Escala de Felicidade

Análise da Invariância

Foram realizadas análises de invariância para múltiplos grupos para explorar a invariância em diferentes subgrupos dos participantes (sexo e grupos de escolaridade). Este tipo de teste inclui uma série de análises sequenciais com modelos que, progressivamente, vão ficando mais restritos (Jovanovic, 2013 cit por Teixeira et al., 2015). Primeiramente, foi elaborada uma análise fatorial confirmatória em separado para cada grupo de ano de

escolaridade e sexo. Em seguida, apresentamos quatro modelos diferentes para realizar testes de comparação de modelo: modelo 1, onde a mesma estrutura fatorial é imposta aos grupos (invariância configural/ configural invariance); modelo 2, no qual se impõe que as cargas fatoriais sejam iguais em todos os grupos (invariância métrica/ metric invariance); modelo 3, onde as cargas fatoriais e os *intercepts* são forçados a serem iguais em todos os grupos (invariância escalar/ scalar invariance); e modelo 4, em que as cargas fatoriais, os *intercepts* e as médias são restringidas a fim de serem iguais em todos os grupos (invariância do fator média/ factor mean invariance) (Milfont & Fischer 2010 cit por Teixeira et al., 2015). O Modelo 1 é considerado o modelo de linha de base, a partir do qual se fazem as comparações com os modelos mais restritivos, apresentando uma ausência total de invariância. Os restantes modelos estão apresentados numa ordem hierárquica em que as restrições vão sendo adicionadas de forma sequencial. A invariância entre os grupos sugere que os diferentes grupos concetualizam um mesmo conceito (felicidade neste estudo) de igual forma (Teixeira et al., 2015).

Cada modelo foi comparado com o modelo anterior, utilizando vários índices de ajustamento. O teste de diferença do qui-quadrado ($\Delta\chi^2$) é usado, frequentemente, para testar o grau de invariância e, alterações não significativas neste valor sugerem invariância intergrupos. No entanto, este teste depende também do tamanho da amostra, especialmente se esta tiver mais do que 500 participantes. Assim, é recomendável o uso de outras medidas de ajustamento (CFI, RMSEA e BCI), sendo que o ponto de corte sugerido na literatura para que a hipótese da invariância seja aceite é de $\leq -0,01$ para CFI (Cheung & Rensvold, 2002; Hortensius, 2012 cit por Teixeira et al., 2015).

Tabela 4:
Análise da Invariância (sexo)

	X ² SB	df	CFI	RMSEA	BIC	$\Delta\chi^2$ SB	Δ df	Δ CFI
Grupos								
Rapazes	.306	1	1.00	.000	5133.699			
Raparigas	5.187*	1	.993	.096	5538.558			
Análise da Invariância								
Modelo 1	5.578	2	.994	.064	10701.308			
Modelo 2	7.353	5	.996	.033	10682.344	1.291	3	-.002
Modelo 3	16.170*	8	.987	.044	10671.140	9.222*	3	.010
Modelo 4	16.308	9	.988	.043	10664.364	.001	1	-.001

X²SB - rescaled chi-square statistic; df - degrees of freedom; CFI, comparative fit index; RMSEA, root mean square error of approximation; BIC, Bayesian information criterion; $\Delta\chi^2$ SB, difference between two rescalde SB statistics calculated by Satorra and Bentler (1994) procedures; Δ df, difference in degrees of freedom; Δ CFI, difference in CFI* p<0.05

Relativamente ao sexo, podemos ver na tabela 4 que o sexo masculino apresenta melhores índices de ajustamento do que o sexo feminino (AFC para cada grupo em separado). Em geral, todos os quatro modelos apresentam um ajustamento adequado no CFI (acima de 0,90) e no RMSEA (menos de 0,08). No que respeita às diferenças do qui-quadrado, estas não foram significativas entre os modelos 1 e 2 e entre os modelos 3 e 4, no entanto, encontraram-se diferenças no qui-quadrado estatisticamente significativas nos modelos 2 e 3. Apesar disso, as diferenças ao nível do CFI foram mínimas ($\Delta\text{CFI}=.010$). Assim, estes resultados demonstram uma evidência satisfatória de invariância ao nível do sexo.

Quanto à tabela 5, onde se apresenta os resultados da medição da invariância nos diferentes grupos etários (3º ciclo e secundário), verifica-se que ambos os grupos apresentam um bom ajustamento dos dados (CFI acima de 0,95), destacando-se o 3º ciclo com melhores índices de ajustamento. Todos os modelos apresentaram bons índices de ajustamento, exceto o modelo 4. Além disso, todos os modelos apresentaram diferenças mínimas no CFI, exceto entre o modelo 3 e 4 ($\Delta\text{CFI}=.052$). Este resultado demonstra que existe invariância ao nível das cargas fatoriais, dos *intercepts*, mas não ao nível das médias, ou seja, as médias do fator latente (felicidade) diferem entre o 3º Ciclo e o Secundário.

Tabela 5:

Análise da Invariância (Grupo Etário)

	X ² SB	df	CFI	RMSEA	BIC	$\Delta\chi^2$ SB	Δ df	Δ CFI
Grupos								
3º Ciclo	.476	1	1	.000	6847.692			
Secundário	1.865	1	.99	.053	3692.812			
Análise da Invariância								
Modelo 1	2.396	2	.99	.021	10610.666			
Modelo 2	2.982	5	1	.000	10590.973	.574	3	-.001
Modelo 3	11.013	8	.995	.029	10579.154	8.345*	3	.003
Modelo 4	43.279*	9	.943	.093	10605.461	43.058*	1	.052

X²SB - rescaled chi-square statistic; df - degrees of freedom; CFI, comparative fit index; RMSEA, root mean square error of approximation; BIC, Bayesian information criterion; $\Delta\chi^2$ SB, difference between two rescaled SB statistics calculated by Satorra and Bentler (1994) procedures; Δ df, difference in degrees of freedom; Δ CFI, difference in CFI.

* $p < 0.05$

Discussão

O objetivo do presente estudo consistiu na validação da Escala de Felicidade Subjetiva em adolescentes portugueses. Os resultados sugerem que esta escala pode ser aplicada a esta população. Observando as análises de correlação realizadas, verifica-se que a Escala de Felicidade Subjetiva apresenta correlações positivas significativas com as escalas de funcionamento psicológico positivo (Escala de satisfação com a vida e Escala de autoestima), podendo-se, assim, afirmar que a percepção individual acerca da felicidade está intimamente relacionada com a forma como nos sentimos com a vida e connosco próprios. Num estudo realizado por Park (2004), verifica-se que os adolescentes com níveis mais baixos de satisfação com a vida apresentam um risco mais elevado de desenvolver problemas psicológicos e sociais, como também, estão mais suscetíveis a desenvolver depressões e relacionamentos sociais pouco adaptativos. Ainda nesta linha de pensamento, Neve e colaboradores (2013) afirmam que a felicidade leva a um estilo de vida mais positivo e relações sociais gratificantes, influenciando assim a saúde física dos indivíduos. Também se verificam correlações negativas com a escala de ansiedade, depressão e *stress*, o que indica que a felicidade é uma variável altamente correlacionada com o funcionamento psicológico negativo. As correlações que se estabeleceram nesta investigação vão, desta forma, ao encontro de outros estudos já realizados que sugerem que o estudo da felicidade deve estar sempre correlacionado com outras variáveis (Pais-Ribeiro, 2012).

No que se refere à estrutura original da escala, os resultados da análise confirmatória revelam um bom ajustamento de todos os índices para a amostra total e subgrupos compostos (rapazes e raparigas; 3º ciclo e secundário). Verifica-se ainda, num primeiro momento, a análise ao modelo base da escala (modelo A), onde todos os itens apresentam coeficientes estandardizados elevados. Após a análise de todos os valores dos índices, é testado o modelo B onde se correlaciona o item 1 com o item 2, o que é justificado conceptualmente pela semelhança entre os dois itens. Este modelo é considerado o mais ajustado, uma vez que apresenta valores mais adequados, especialmente no valor do RMSEA e do BIC, em que o modelo que apresenta o valor mais baixo é considerado o melhor. Verifica-se, assim, que o modelo final deste instrumento apresenta coeficientes estandardizados elevados e estatisticamente significativos entre as variáveis observáveis (itens) e a variável latente (felicidade).

Relativamente à análise de invariância, esta permite testar uma série de modelos que ao longo da análise vão-se tornando cada vez mais restritos, como já foi explicado acima. Assim sendo, através desta análise pode-se concluir que quanto ao sexo, encontram-se índices de ajustamento mais satisfatórios nos rapazes do que nas raparigas, no entanto, as diferenças são mínimas, o que leva a concluir que a escala apresenta boa validade de constructo em ambos os sexos. Além disso, está assegurada a invariância entre os sexos, ou seja, quer o sexo masculino como o sexo feminino concebem a interpretação do constructo desta escala de igual forma. Na interpretação dos resultados dos grupos referentes ao 3º ciclo e ao secundário, constata-se que ambos apresentam índices de ajustamento aceitáveis, com melhores resultados no 3º ciclo. Além disso, há invariância nestes grupos a todos os níveis, exceto quando se impõe que a média seja igual em ambos os grupos. Este facto é indicador de que estes grupos apresentam uma conceção diferente do constructo de felicidade medido por este instrumento.

Quanto às limitações, recomenda-se a replicação desta investigação a mais adolescentes de várias escolas e regiões do país para analisar e confirmar se os resultados se mantêm, uma vez que a amostra poderá ser tendencialmente homogénea. Aconselha-se também, em estudos futuros, estabelecer relações entre outros construtos e escalas, de forma a potenciar o estudo da felicidade subjetiva e perceber o impacto desta variável na população mais jovem. Torna-se, também, pertinente aprofundar as diferenças entre as idades, uma vez que a perceção do conceito de *felicidade* pode flutuar ao longo do tempo e das experiências dos adolescentes.

Conclusão e Considerações Finais

A relevância desta investigação incide, sobretudo, na validação de um instrumento de avaliação da felicidade subjetiva. É de realçar este ganho para a psicologia, uma vez que é uma variável que tem vindo a ganhar grande importância na ciência, e para a restante investigação em Portugal. É útil também destacar que esta escala apresenta a potencialidade de ser utilizada em várias áreas, como a sociologia, a medicina, o direito e a educação. O facto de ser um instrumento com um reduzido número de itens é igualmente relevante pois o acesso ao seu preenchimento torna-se mais eficaz e abrangente, contribuindo para a aceitação da participação nos estudos e para uma ciência mais fidedigna.

Referências Bibliográficas

- Allen, N., & Sheeber, L. (2009). The importance of affective development for the emergence of depressive disorders during adolescence. In N. Allen, L. Sheeber (Ed), *Adolescent Emotional Development and the Emerging of Depressive Disorders* (pp. 1-10). New York: Cambridge University Press.
- Bentler, P., & Bonnet, D. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88, 588–606.
- Byrne, B. M. (1989). *A primer of LISREL: Basic applications programming for confirmatory factor analytic models*. New York: Springer.
- Byrne, B. M. (2001). Structural equation modeling with AMOS, EQS, and LISREL: Comparative approaches to testing for the factorial validity of a measuring instrument. *International Journal of Testing*, 1(1), 55-86. Doi: 10.1207/S15327574IJT0101_4.
- Cheung, G. W., & Rensvold, R. B. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling*, 9(2), 233–255. doi:10.1207/S15328007SEM0902_5.
- De Neve, J.E., Diener, E., Tay, L., & Xuereb, C. (2013) The objective benefits of subjective well-being. In Helliwell, J., Layard, R., & Sachs, J., eds. *World Happiness Report 2013*. New York: UN Sustainable Development Solutions Network.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425.
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2014). The subjective happiness scale: translation and preliminary evaluation of a spanish version. *Social Indicators Research*, 119, 473-481. Doi: 10.1007/s11205-013-0497-2.

- Freire, T. & Tavares, D. (2011). Influência da autoestima, da regulação emocional e do género no bem-estar subjectivo e psicológico de adolescentes. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 38(5), 184-188;
- Gable, S., & Haidt, J. (2005). Positive psychology. *Review of General Psychology*, 9, 1089-2680.
- Huebner, E. S. (1991). Initial development of the Student' Life Satisfaction Scale. *School Psychology International*, 12, 231–240.
- Leal, I. P., Antunes, R., Passos, T., Pais-Ribeiro, J., & Maroco, J. (2009). Estudo da escala de depressão, ansiedade e stresse para crianças (EADS-C). *Psicologia, Saúde & Doenças*, 10(2), 277-284.
- Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137–155.
- Marques, S. C., Pais-Ribeiro, J. L., & Lopez, S. J. (2007). Validation of a portuguese version of the students' life satisfaction scale. *Applied Research in Quality of Life*, 2, 83–94. doi:10.1007/s11482-007-9031-5
- Moghnie, L., & Kazarian, S. S. (2012). Subjective happiness of Lebanese college youth in Lebanon: Factorial structure and invariance of the Arabic Subjective Happiness Scale. *Social Indicators Research*, 109, 203–210.
- Myers, David, G., & Diner, Ed. (1997). The science of happiness. *Science Purgues Happiness*, 31 (5), 1-7.

- Pais-Ribeiro, J. L. (2012). Validação transcultural da Escala de Felicidade Subjectiva de Lyubomirsky e Lepper. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 13(2), 157-168.
- Pais-Ribeiro, J. L., Honrado, A., & Leal, I. (2004). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de ansiedade, depressão e stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 5(2), 229-239.
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, 591 (25). Doi: 10.1177/0002716203260078.
- Pavot, W., & Diener, Ed. (2008) The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152. DOI: 10.1080/17439760701756946.
- Santos, P. J., & Maia, J. (2003). Análise factorial confirmatória e validação preliminar de uma versão Portuguesa da Escala de Auto-estima de Rosenberg. *Teoria, Investigação e Prática*, 2, 253-268.
- Satorra, A., & Bentler, P. M. (1994). Corrections to test statistics and standard errors in covariance structure analysis. In A. Von Eye & C. C. Clogg (Eds.), *Latent variables analysis: Applications for developmental research* (pp. 399–419). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Spagnoli, P., Caetano, A., & Silva, A. (2012). Psychometric Properties of a Portuguese Version of the Subjective Happiness Scale. *Social Indicators Research*, 105-137. Doi: 10.1007/s11205-010-9769-2.

- Shimai, S., Otake, K., Utsuki, N., Ikemi, A., & Lyubomirsky, S. (2004). Development of a Japanese version of the Subjective Happiness Scale (SHS), and examination of its validity and reliability. *Nippon Koshu Eisei Zasshi*, 51, 845–853.
- Swami, V. (2008). Translation and validation of the Malay Subjective Happiness Scale. *Social Indicators Research*, 88, 347–353.
- Swami, V., Stieger, S., Voracek, M., Dressler, S. G., Eisma, L., & Furnham, A. (2009). Psychometric evaluation of the Tagalog and German Subjective Happiness Scale and a cross-cultural comparison. *Social Indicators Research*, 93, 393–406.
- Teixeira, A., Silva, E., Tavares, D., & Freire, T. (2015). Portuguese validation of the Emotional Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA): relations with self-esteem and life satisfaction. *Child Indicators Research*, 8, 605–621. Doi: 10.1007/s12187-014-9266-2.
- Yonker, J., Schnabelrauch, C., & DeHann, L. (2012). The relationship between spirituality and religiosity on psychological outcomes in adolescents and emerging adults: A meta-analytic review. *Journal of Adolescence*, 35, 299–314.