

Ano 9, Vol XVII, Número 2, Jul-Dez, 2016, Pág. 286-311.

## BEM-ESTAR PSICOLÓGICO E CIDADANIA NO AMAZONAS

Suely Aparecida Nascimento Mascarenhas

Denise Machado Duran Gutierrez

**Resumo:** O bem estar psicológico é um fenômeno que tem sido objeto de estudo da psicologia considerando sua importância para a saúde mental, o bem estar pessoal e familiar impactando na qualidade de vida em sociedade. O objetivo do artigo é analisar indicadores de bem estar psicológico de habitantes do Amazonas associando o sentimento a expectativas de melhores condições para o exercício da cidadania e a inclusão socioeconômica. A pesquisa apoiada pela FAPEAM, Decisão 172/2012 foi realizada entre 2012 e 2016 em diversos municípios do Amazonas e contou com a participação de 1716 participantes de ambos os sexos que responderam instrumento próprio para levantamento de variáveis associadas ao tema. Os resultados sugerem a ocorrência de indicadores positivos de bem estar psicológico com relação ao enfrentamento dos desafios impostos pela realidade amazônica que ainda configuram-se como desfavoráveis em comparação com os indicadores de acesso a serviços públicos como saúde, saneamento, educação formal, trabalho e renda de outras regiões do Brasil.

**Palavras chave:** Bem estar psicológico, Cidadania, Inclusão sócio econômica, Amazonas.

**Abstract:** Psychological well-being is a phenomenon that has been the object of study of psychology considering its importance for mental health, personal and family well-being impacting on the quality of life in society. The objective of the article is to analyze indicators of psychological well-being of inhabitants of Amazonas, associating the feeling with expectations of better conditions for the exercise of citizenship and socioeconomic inclusion. The research supported by FAPEAM, Decision 172/2012 was carried out between 2012 and 2016 in several municipalities of Amazonas and counted on the participation of 1716 participants of both sexes who answered adequate instrument for survey of variables associated to the theme. The results suggest the occurrence of positive indicators of psychological well-being in relation to the challenges posed by the Amazonian reality, which are still unfavorable in comparison to the indicators of access to public services such as health, sanitation, formal education, work and income of other regions of Brazil.

**Keywords:** Psychological well-being, Citizenship, Socioeconomic inclusion, Amazonas.

**Resumen:** El bienestar psicológico es un fenómeno que ha sido el objeto de estudio de la psicología teniendo en cuenta su importancia para la salud mental, el bienestar personal y familiar, bien como el impacto en la calidad de vida en la sociedad. El objetivo de este texto es analizar indicadores de bienestar psicológico en habitantes de la Amazonía asociando sentimientos con las expectativas de mejores condiciones para el ejercicio de la ciudadanía y la inclusión social y económica. La investigación apoyada por Fapeam, en la Decisión 172/2012 se llevó a cabo entre 2012 y 2016 en varios municipios de Amazonas y con la participación de 1716 participantes de ambos sexos que respondieron a la encuesta a través de instrumento propio para levantamiento de variables asociadas con el tema. Los resultados sugieren la ocurrencia de indicadores positivos del bienestar psicológico, con relación a la solución de los problemas planteados por realidad en la Amazonía, que todavía ponerse en forma tan desfavorable en comparación con los indicadores de acceso a los servicios públicos, como la salud, el saneamiento, la educación formal, el empleo y los ingresos de otras regiones de Brasil.

**Palabras clave:** Bienestar, Ciudadanía, Inclusión socio económico, Amazonas

Dentro do grande campo dos estudos da psicologia temos identificado nas últimas décadas uma inflexão importante, redirecionando o foco das investigações dos

distúrbios e sofrimentos mentais para os aspectos positivos do psiquismo, que ajudam a entender *como e porque* a saúde se desenvolve e se mantém mesmo em contextos adversos.

O bem estar psicológico (BEP) aparece aí como um construto que se insere no quadro teórico da chamada psicologia positiva (Passareli & Silva, 2007; Galinha & Pais-Ribeiro, 2005), para responder a algumas indagações persistentes: Quais os fatores que determinam a experiência de bem estar das pessoas? Qual a importância relativa das condições materiais de existências e do papel da cultura e das representações simbólicas existentes na sociedade? Como atuam os diversos contextos de vida, as diferentes biografias e características sociodemográficas sobre os estados de bem estar psicológico?

Essa perspectiva, centrada nos aspectos positivos da experiência psicológica dos sujeitos, vem complementar, sem desprezar, os estudos da psicopatologia e do sofrimento humano na área de saúde mental. Ela amplia o leque de compreensão para entender não somente quais seriam as emoções e traços de personalidade ligados ao bem estar, mas também as instituições positivas, como a democracia a família, a liberdade (Seligman, 2004). Aqui incluímos em nosso estudo, a cidadania, compreendida como a condição do sujeito pertencer a um dado grupo, com participação política, e exercer direitos com consciência e liberdade plenas (Carvalho, 2002).

Como se pode ver estamos diante de indagações profundas que têm demandado muito estudo em diversos campos, em especial destacamos aqui, os interesses da psicologia social, clínica e da saúde. Por ser fenômeno de altíssima complexidade, o bem estar psicológico precisa ser visto de forma multidimensional e contextual. Nele vemos integrados diversos conceitos derivados da teoria psicológica no campo do

desenvolvimento humano, estudos de personalidade e saúde mental. As dimensões de: Autoaceitação, Autonomia, Controle sobre o meio, Relações positivas, Propósito na vida e Desenvolvimento pessoal; compõem o conceito de bem estar psicológico dando-lhe densidade e envergadura para explorar uma vasta gama de experiências psicológicas dos sujeitos (Novo, 2003).

Ao partir do relato dos sujeitos colocando-os como verdadeiros protagonistas e autênticos narradores de suas impressões, sentimentos e ideias, se pode observar que as formas de interpretação da realidade e apropriação subjetiva de experiências são tão importantes quanto as condições concretas de vida.

Como resultado do pouco tempo de existência do conceito (Galinha, 2010), temos pouquíssima informação sobre a qualidade de vida e o sentido de bem estar de diversos grupos no cenário nacional e ainda menos em região amazônica, o que nos inspira o desenvolvimento de novos estudos.

## **Participantes**

Participaram da pesquisa 1716 pessoas sendo 1016 (59,8%) do sexo feminino e 684 (40,2%) do sexo masculino. Os participantes da pesquisa tinham idades entre 18 e 87 anos.  $M=26,02$ ;  $DP=10,13$ . Sendo 59,6% na faixa etária entre 18 e 24 anos. 24,6% na faixa etária entre 25 e 49 anos. O que representa que 96,3% dos participantes estão na faixa de idade produtiva de plena atuação no mercado de trabalho. 3,7% dos participantes encontravam-se na faixa etária entre 50 e 87 anos.

**Tabela 1. Frequência, Municípios que participaram da pesquisa, Amazonas, 2012-2016.**

Municípios	Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulada
Humaitá	352	20,5	21,9	21,9
Manicoré	295	17,2	18,3	40,2
Lábrea	233	13,6	14,5	54,7
Manaus	317	18,5	19,7	74,4
Benjamin Constant	240	14,0	14,9	89,3
Tabatinga	128	7,5	8,0	97,3
Novo Aripuanã	24	1,4	1,5	98,8
Tapauá	1	,1	,1	98,8
Canutama	18	1,0	1,1	99,9
Apuí	1	,1	,1	100,0
Total	1609	93,8	100,0	
Perdidos pelo Sistema	107	6,2		
Total	1716	100,0		

Fonte: Base de dados pesquisa de campo, LAPESAM/UFAM, 2012-2016.

A pesquisa foi realizada em 10 dentre os 62 municípios do estado do Amazonas escolhidos aleatoriamente e por conveniência. Dentre os 1716 participantes, 21,9% são de Humaitá, 19,7% de Manaus, 18,3% de Manicoré, 14,9% de Benjamin Constant, 14,5% de Lábrea, 8,0% de Tabatinga, 0,1% de Tapauá, 0,1% de Apuí e 1,1% de Canutama. Cerca de 6,2% dos participantes não informaram o nome do município (Tabela 1).

**Tabela 2. Frequência, Locais abrangidos pela pesquisa, Amazonas, 2012-2016.**

Localidades	Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulada
Bom futuro	1	,1	,2	41,1
Santa Rosa	6	,3	1,2	42,3
Ilha do Tambaqui	6	,3	1,2	43,6
Barreira do Tambaqui	2	,1	,4	44,0
Mirari	5	,3	1,0	45,0
Flexal	8	,5	1,7	46,7
Escola Est. Pedro Aguirre	121	7,1	25,1	71,8
G-M-Amazonas	1	,1	,2	72,0
Escola Maria Sá Mota	18	1,0	3,7	75,7
Paraizinho	12	,7	2,5	78,2
Dom Pedro	2	,1	,4	78,6
Beco Fabio Lucena	7	,4	1,5	80,1
Vila Paraíso	2	,1	,4	80,5
São Miguel	8	,5	1,7	82,2
Aldeia Taboca	16	,9	3,3	85,5
Aldeia Igarapé Preto	2	,1	,4	85,9
Aldeia Marmelo	2	,1	,4	86,3
Aldeia Vila Nova	22	1,3	4,6	90,9
Aldeia Trakwá	6	,3	1,2	92,1
Aldeia Bela Vista	9	,5	1,9	94,0
Aldeia Mafuí	10	,6	2,1	96,1
Aldeia Kampinho	17	1,0	3,5	99,6
São Jorge	1	,1	,2	99,8
Auxiliadora	1	,1	,2	100,0
Total	482	28,1	100,0	
Perdidos pelo Sistema	1234	71,9		
Total	1716	100,0		

Fonte: Base de dados pesquisa de campo, LAPESAM/UFAM, 2012-2016.

Dos 24 locais onde foram coletados dados, além das sedes de municípios que integram a pesquisa, destacam-se comunidades ribeirinhas tradicionais como: Mirari, onde a sociedade de Humaitá, no passado habitou e mudou para o local atual por causa dos ataques de índios e alagação na época das cheias: São Miguel, Bom futuro, Ilha do Tambaqui, Barreira do Tambaqui, Flexal, Vila paraíso, Auxiliadora, Paraizinho, São Jorge, Beco Fabio Lucena e Santa Rosa. Também contribuíram com a pesquisa integrantes de comunidades indígenas de Taboca, Igarapé preto, Marmelo, Vila Nova, Trakwá, Bela vista, Mafuí e Kampinho (Tabela 2).

## Resultados e Discussão

TABELA BEP3. Frequência de resposta ao item: “Nas reuniões de grupo não tenho medo de falar as minhas opiniões mesmo quando são contrárias às opiniões da maioria das pessoas”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	114	6,6	7,3	7,3
	Discordo em grande parte	138	8,0	8,8	16,1
	Discordo parcialmente	189	11,0	12,1	28,2
	Concordo parcialmente	326	19,0	20,8	49,0
	Concordo em grande parte	339	19,8	21,7	70,7
	Concordo completamente	458	26,7	29,3	100,0
	Total	1564	91,1	100,0	
Perdidos	Sistema	152	8,9		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP1: ”nas reuniões de grupo não tenho medo de falar as minhas opiniões mesmo quando são contrárias às opiniões da maioria das pessoas”, foram: 7,3% “Discordo totalmente”, 8,8% que “Discordo em grande parte”, 12,1% que “Discordo parcialmente”, 20,8% “Concordo parcialmente”, 21,7% que “Concordo em grande parte”, 29,3% “Concordo completamente” (TABELA BEP3).

Mais que 60% dos sujeitos se sentem completa ou parcialmente seguros em expressar suas opiniões, mesmo em ambientes de dissenso grupal. Esse dado parece indicar um amadurecimento em termos de participação cidadã, implicando na capacidade de analisar e se posicionar mesmo quando outros se opõem com opiniões discordantes. Implica ainda numa capacidade de conter a ansiedade e não ceder diante da pressão do grupo. Mesmo nesse cenário predominantemente positivo verificamos uma quantidade expressiva de sujeitos (28,2%) que não consegue fazê-lo, o que sugere que em termo de

grupo e participação cidadã ainda precisamos caminhar para dar espaço e incluir a participação de todos, oferecendo ambientes participativos mais receptivos ao debate e consideração das diferenças.

TABELA BEP4. Frequência de resposta ao item: “Sinto-me, frequentemente, ‘atarefado/a’ pelo peso das responsabilidades”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	107	6,2	6,8	6,8
	Discordo em grande parte	153	8,9	9,8	16,6
	Discordo parcialmente	206	12,0	13,1	29,7
	Concordo parcialmente	331	19,3	21,1	50,8
	Concordo em grande parte	356	20,7	22,7	73,5
	Concordo completamente	416	24,2	26,5	100,0
	Total	1569	91,4	100,0	
Perdidos	Sistema	147	8,6		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP2: “Sinto-me, frequentemente, ‘atarefado/a’ pelo peso das responsabilidades” foram: 6,8% que “Discordo totalmente”, 9,8% que “Discordo em grande parte”, 13,1% que “Discordo parcialmente”, 21,1% que “Concordo parcialmente”, 22,7% que “Concordo em grande parte”, 26,5% que “Concordo completamente” (TABELA BEP4).

As responsabilidades de diversas naturezas parecem gerar nos sujeitos um sentimento de pressão e peso que incide fortemente em mais de 70% dos sujeitos. Nesse sentido

vemos que, mesmo sujeitos de ambientes rurais e/ou pertencentes a grupos tradicionais, são oprimidos pelos estilos de vida que parecem demandar esforços de todos indistintamente.

TABELA BEP5. Frequência de resposta ao item: “Penso que é importante ter novas experiências que mostrem a forma como pensamos sobre nós mesmos e o mundo”.

População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	45	2,6	2,9	2,9
	Discordo em grande parte	69	4,0	4,4	7,3
	Discordo parcialmente	116	6,8	7,4	14,7
	Concordo parcialmente	264	15,4	16,8	31,5
	Concordo em grande parte	383	22,3	24,4	55,9
	Concordo completamente	691	40,3	44,1	100,0
	Total	1568	91,4	100,0	
Perdidos	Sistema	148	8,6		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP3: “Penso que é importante ter novas experiências que mostrem a forma como pensamos sobre nós mesmos e o mundo”, foram: 2,9% que “Discordo totalmente”, 4,4% que “Discordo em grande parte”, 7,4% que “Discordo parcialmente”, 16,8% que “Concordo parcialmente”,

24,4% que “Concordo em grande parte”, 44,1% que “Concordo completamente” (TABELA BEP5).

A abertura para novas experiências aparece como um valor para mais de 80% dos sujeitos que, em diferentes graus, a entendem como importante a para compreensão de si mesmos e do mundo em que vivem. Aqui relacionamos a possibilidade de mudança em termos de transformação pessoal e de influência no meio social, que se apresenta quando sujeitos se abrem para novas experiências. Para que haja desenvolvimento pessoal e de competências é fundamental a abertura para novas experiências e reciclagem das antigas, num processo cognitivo e emocional que abra espaço para a resignificação de vivências.

TABELA BEP6. Frequência de resposta ao item: “Manter relações estreitas com os outros tem sido para mim difícil e frustrante”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	447	26,0	28,5	28,5
	Discordo em grande parte	241	14,0	15,4	43,9
	Discordo parcialmente	264	15,4	16,8	60,8
	Concordo parcialmente	248	14,5	15,8	76,6
	Concordo em grande parte	215	12,5	13,7	90,3
	Concordo completamente	152	8,9	9,7	100,0
	Total	1567	91,3	100,0	
Perdidos	Sistema	149	8,7		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP4: “Manter relações estreitas com os outros tem sido para mim difícil e frustrante”, foram: 28,5% que “Discordo totalmente”, 15,4% que “Discordo em grande parte”, 16,8% que “Discordo parcialmente”, 15,8% que “Concordo parcialmente”, 13,7% que “Concordo em grande parte”, 9,7% que “Concordo completamente” (TABELA BEP6).

Nesse item os sujeitos se mostram mais divididos. Identificamos cerca de 55% de sujeitos que discordam que tem dificuldades em lidar com relações estreitas com outros; e, cerca de 37% de sujeitos que concordam que tais relações podem ser frustrantes e difíceis em diversos graus. Aqui podem estar operando algumas tendências sociais ligadas à defesa do valor que as relações estreitas com outros têm no meio social. Afinal não é de *bom tom* dizer que relações, e isso implica pessoas com as quais mantemos relacionamentos estreitos, nos frustram e as consideramos difíceis. Pode, a depender do grupo específico, significar fraqueza ou dificuldade pessoal em lidar com outros, o que, no mais das vezes, não é bem visto.

O campo das relações interpessoais, com destaque ao ambiente familiar, costuma aparecer na literatura como oferecendo, paradoxalmente, grande fonte de gratificação e grande fonte de sofrimento ao mesmo tempo (Silva, 2001). Assim sendo as ambiguidades e contradições são inerentes a esse campo de relações.

TABELA BEP7. Frequência de resposta ao item: “Quando revejo a minha vida fico contente com o que vivi”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	129	7,5	8,2	8,2
	Discordo em grande parte	154	9,0	9,8	18,0
	Discordo parcialmente	204	11,9	13,0	31,0
	Concordo parcialmente	304	17,7	19,4	50,4
	Concordo em grande parte	346	20,2	22,0	72,4
	Concordo completamente	434	25,3	27,6	100,0
	Total	1571	91,6	100,0	
Perdidos	Sistema	145	8,4		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP6: “Quando revejo a minha vida fico contente com o que vivi”, foram: 8,2% que “Discordo totalmente”, 9,8% que “Discordo em grande parte”, 13,0% que “Discordo parcialmente”, 19,4% que “Concordo parcialmente”, 22,0% que “Concordo em grande parte”, 27,6% “Concordo completamente” (TABELA BEP7).

Parece haver aqui um alto grau de satisfação com a vida pregressa. Cerca de 70% dos sujeitos apontaram estar total ou parcialmente satisfeitos, mas também um número não desprezível (cerca de 30%) mostrou ter vários graus de insatisfação. Por se tratar de uma medida geral, que não especifica em quais domínios a insatisfação se apresenta, não é possível apreciar quais os eventos ou circunstâncias de vida respondem por tal insatisfação; nem mesmo saber quais elementos positivos fundamentam a valoração positiva atribuída pelos sujeitos.

TABELA BEP8. Frequência de resposta ao item: “Sou capaz de utilizar bem o meu tempo de forma a fazer tudo o que preciso fazer”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	90	5,2	5,7	5,7
	Discordo em grande parte	157	9,1	10,0	15,8
	Discordo parcialmente	274	16,0	17,5	33,2
	Concordo parcialmente	310	18,1	19,8	53,0
	Concordo em grande parte	325	18,9	20,7	73,8
	Concordo completamente	411	24,0	26,2	100,0
	Total	1567	91,3	100,0	
Perdidos	Sistema	149	8,7		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP8: “Sou capaz de utilizar bem o meu tempo de forma a fazer tudo o que preciso fazer”, foram: 5,7% que “Discordo totalmente”, 10,0% que “Discordo em grande parte”, 17,5% que “Discordo parcialmente”, 19,8% que “Concordo parcialmente”, 20,7% que “Concordo em grande parte”, 26,2% que “Concordo completamente” (TABELA BEP8).

A maior parte dos sujeitos (cerca de 67%) sente-se no controle do tempo para dar conta das tarefas sob sua responsabilidade. O que significa possuir um sentimento de controle e competência no uso do tempo para a realização de coisas importantes. O bom uso do tempo relaciona-se aos sentidos de competência e efetividade no desempenho de tarefas e resolução dos problemas do cotidiano, o que pode implicar em sentimentos de sucesso e realização pessoal.

TABELA BEP9. Frequência de resposta ao item: “Sinto que, ao longo do tempo, tenho me desenvolvido bastante como pessoa”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	39	2,3	2,5	2,5
	Discordo em grande parte	73	4,3	4,7	7,2
	Discordo parcialmente	138	8,0	8,8	16,0
	Concordo parcialmente	270	15,7	17,3	33,2
	Concordo em grande parte	380	22,1	24,3	57,5
	Concordo completamente	664	38,7	42,5	100,0
Total		1564	91,1	100,0	
Perdidos	Sistema	152	8,9		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP9: “Sinto que, ao longo do tempo, tenho me desenvolvido bastante como pessoa” foram: 2,5% que “Discordo totalmente”, 4,7% que “Discordo em grande parte”, 8,8% que “Discordo parcialmente”, 17,3% que “Concordo parcialmente”, 24,3% que “Concordo em grande parte”, 42,5% que “Concordo completamente” (TABELA BEP9).

Os sujeitos, quase massivamente (cerca de 84%), indicaram diversos graus de sensação de desenvolvimento pessoal através do tempo. Esse dado corrobora o que vemos na literatura quanto ao fato de sujeitos jovens e adultos em fase de vida produtiva, diferentemente dos idosos, avaliarem positivamente suas experiências progressas de desenvolvimento pessoal e isso lhes proporcionar forte sentido de bem estar (Silva, Farias, Oliveira & Rabelo, 2012).

TABELA BEP10. Frequência de resposta ao item: “Sinto que posso contar com minhas amizades”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	127	7,4	8,1	8,1
	Discordo em grande parte	161	9,4	10,3	18,4
	Discordo parcialmente	211	12,3	13,5	31,9
	Concordo parcialmente	280	16,3	17,9	49,8
	Concordo em grande parte	353	20,6	22,6	72,4
	Concordo completamente	432	25,1	27,7	100,0
	Total	1564	91,1	100,0	
Perdidos	Sistema	152	8,9		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP10: “Sinto que posso contar com minhas amizades”, foram: 8,1% que “Discordo totalmente”, 10,3% que “Discordo em grande parte”, 13,5% que “Discordo parcialmente”, 17,9% que “Concordo parcialmente”, 22,6% que “Concordo em grande parte”, 27,7% que “Concordo completamente” (TABELA BEP10).

Agrupados os resultados nos mostram que cerca de 68% dos sujeitos sente que pode contar com o apoio social de pessoas amigas; e 32% não pode fazê-lo. Para além do ambiente da família, os amigos seguem sendo fonte de grande sentido de apoio social, propiciando sentimentos de segurança, de “*ter com quem contar*”, de não estar sozinho, uma rede que pode sustentar (afetiva e relacionalmente) o sujeito em tempos difíceis.

TABELA BEP11. Frequência de resposta ao item: “Tenho prazer em fazer planos para o futuro e trabalhar para torná-los realidade”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	38	2,2	2,4	2,4
	Discordo em grande parte	47	2,7	3,0	5,4
	Discordo parcialmente	147	8,6	9,4	14,8
	Concordo parcialmente	200	11,7	12,8	27,6
	Concordo em grande parte	333	19,4	21,3	48,9
	Concordo completamente	799	46,5	51,1	100,0
Total		1564	91,1	100,0	
Perdidos	Sistema	152	8,9		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP11; “Tenho prazer em fazer planos para o futuro e trabalhar para torná-los realidade”, foram: 2,4% que “Discordo totalmente”, 3,0% que “Discordo em grande parte”, 9,4% “Discordo parcialmente”, 12,8% que “Concordo parcialmente”, 21,3% que “Concordo em grande parte”, 51,1% “Concordo completamente” (TABELA BEP11).

As disposições dos sujeitos quanto aos projetos de futuro aparecem muito positivas: cerca de 77% dos sujeitos indicou ter prazer em planejar para o futuro e esforçar-se para realizá-los. Apenas cerca de 13% dos sujeitos não vê a situação assim. A capacidade de projetar-se no futuro de uma forma positiva e otimista está bastante relacionada ao sentido de bem estar presente. Afinal, é importante sentir e entender o futuro como cheio de esperança e possibilidades positivas para evitar sentimentos de angústia e ansiedade no presente.

TABELA BEP12. Frequência de resposta ao item: “Gosto da maior parte dos aspectos da minha personalidade”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	62	3,6	4,0	4,0
	Discordo em grande parte	69	4,0	4,4	8,4
	Discordo parcialmente	150	8,7	9,6	18,0
	Concordo parcialmente	269	15,7	17,2	35,1
	Concordo em grande parte	427	24,9	27,3	62,4
	Concordo completamente	588	34,3	37,6	100,0
	Total	1565	91,2	100,0	
Perdidos	Sistema	151	8,8		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP12: “Gosto da maior parte dos aspectos da minha personalidade”, foram: 4,0% que “Discordo totalmente”, 4,4% que “Discordo em grande parte”, 9,6% que “Discordo parcialmente”, 17,2% que “Concordo parcialmente”, 27,3% que “Concordo em grande parte”, 37,6% que “Concordo completamente” (TABELA BEP12).

A autoaceitação é aspecto essencial do complexo compósito denominado bem estar psicológico. Aqui os sujeitos se mostraram bastante satisfeitos (cerca de 75%, em variados graus) com aspectos de sua personalidade. Isso significa uma base bastante sólida de percepções que sustentam um sentido de ser alguém de valor e possuir características apreciáveis. Sabemos da extensa literatura na área da psicologia como a autoaceitação relaciona-se à capacidade de relacionar-se com outros e de se sentir aceito por eles (Queiroz & Neri, 2005), o que tem implicações profundas para toda a vida social do sujeito.

TABELA BEP13. Frequência de resposta ao item: “Tenho tendência a ser influenciado/a por pessoas com opiniões firmes”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	396	23,1	25,3	25,3
	Discordo em grande parte	210	12,2	13,4	38,6
	Discordo parcialmente	258	15,0	16,5	55,1
	Concordo parcialmente	215	12,5	13,7	68,8
	Concordo em grande parte	243	14,2	15,5	84,3
	Concordo completamente	246	14,3	15,7	100,0
	Total	1568	91,4	100,0	
Perdidos	Sistema	148	8,6		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP13: “Tenho tendência a ser influenciado/a por pessoas com opiniões firmes”, foram: 25,3% que “Discordo totalmente”, 13,4% que “Discordo em grande parte”, 16,5% “Discordo parcialmente”, 13,7% que “Discordo em grande parte”, 16,5% que “Discordo parcialmente”, 15,5% que “Concordo em grande parte”, 15,7% que “Concordo completamente” (TABELA BEP13).

As influências sociais no processo de formação de opiniões pessoais têm ação variada entre os sujeitos. Uma leve maioria (cerca de 55%) dos sujeitos sente que não se deixa influenciar, em diversos graus, quando se deparam com pessoas com fortes convicções.

Já um número bastante significativo de sujeitos (cerca de 45%) sente-se pressionado e tende a ceder diante da opinião firme de outros. Isso significa dizer que parte expressiva dos sujeitos sente-se inseguro sobre as próprias convicções e que, provavelmente, evidencia ser pouco amadurecido quanto à tomada de decisões. Essa dimensão tem implicações importantes quanto ao exercício da cidadania que requer, necessariamente, um campo de debate e disputa democrática de opiniões. Podemos imaginar que para esses sujeitos tal exercício não seja tão fácil nem prazeroso.

A autonomia pessoal configura o *locus* interno de avaliação das situações vividas, o uso de padrões internos de autoavaliação, a resistência à aculturação e a independência diante de provações externas (Siqueria & Padovam, 2008). Não é absurdo pensar que as experiências históricas de autoritarismo e dominação que caracterizaram as formas de ocupação e exercício do poder sobre as populações locais tenham deixado seus efeitos na conformação de subjetividades pouco autônomas e dependentes.

TABELA BEP14. Frequência de resposta ao item: “Tenho dificuldade em organizar a minha vida de forma que me satisfaça”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	425	24,8	27,2	27,2
	Discordo em grande parte	215	12,5	13,7	40,9
	Discordo parcialmente	272	15,9	17,4	58,3
	Concordo parcialmente	254	14,8	16,2	74,5
	Concordo em grande parte	213	12,4	13,6	88,1
	Concordo completamente	186	10,8	11,9	100,0
	Total	1565	91,2	100,0	
Perdidos	Sistema	151	8,8		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP14: “Tenho dificuldade em organizar a minha vida de forma que me satisfaça”, foram: 27,2% que

“Discordo totalmente”, 13,7% que “Discordo em grande parte”, 17,4% que “Discordo parcialmente”, 16,2% que “Concordo parcialmente”, 13,6% que “Concordo em grande parte”, 11,9% que “Concordo completamente”. (TABELA BEP14)

Aqui os dados indicam que a maioria dos sujeitos (cerca de 60%) sente que consegue organizar a vida de forma satisfatória, com senso de competência e controle sobre o ambiente. Já os demais 40% enfrentam vários graus de dificuldade em fazê-lo. Podemos inferir que essa insatisfação derive de um sentimento de falta de controle sobre aspectos da condução da vida dos sujeitos ou, talvez remotamente, uma expectativa elevada quanto ao que é necessário para “organizar a vida de forma satisfatória”.

O contexto amazônico fortemente marcado por desigualdades sociais (Souza, Reis & Mascarenhas, 2015) que tem se acumulado historicamente precisa ser tomado em conta para entendermos parte dessa sensação de falta de controle quanto à organização da vida. Num espaço em que predominam o isolamento geográfico, a escassez de insumos para a vida, a falta de informação e acesso a serviços básicos de saúde e educação; a sensação de controle e organização sobre a própria vida, fica, sem dúvida comprometida.

TABELA BEP15. Frequência de resposta ao item: “Há muito tempo que desisti de fazer grandes alterações ou melhoramentos na minha vida”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	687	40,0	43,9	43,9
	Discordo em grande parte	231	13,5	14,8	58,6
	Discordo parcialmente	191	11,1	12,2	70,8
	Concordo parcialmente	160	9,3	10,2	81,0
	Concordo em grande parte	166	9,7	10,6	91,6
	Concordo completamente	131	7,6	8,4	100,0
Total		1566	91,3	100,0	
Perdidos	Sistema	150	8,7		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP15: “Há muito tempo que desisti de fazer grandes alterações ou melhoramentos na minha vida” foram: 43,9% que “Discordo totalmente”, 14,8% que “Discordo em grande parte”, 12,2% que “Discordo parcialmente”, 10,2% que “Concordo em grande parte”, 10,6% que “Concordo em grande parte”, 8,4% que “Concordo completamente” (TABELA BEP15).

A busca de desenvolvimento e aperfeiçoamento pessoal e de vida permanece uma busca constante dos sujeitos: cerca de 70% afirma não ter desistido (em vários graus) de fazer mudanças ou melhorias em suas vidas. Os demais sujeitos (quase 30%) capitularam em diversos graus, e 20% deles de fato dizem ter desistido de empreender mudanças. Isso pode significar uma satisfação já posta quanto ao como a vida está; ou, mais provavelmente, refletir um sentimento de impotência e desesperança.

TABELA BEP16. Frequência de resposta ao item: “Não tive a experiência de ter muitas relações calorosas e baseadas na confiança”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	432	25,2	27,6	27,6
	Discordo em grande parte	229	13,3	14,6	42,2
	Discordo parcialmente	276	16,1	17,6	59,8
	Concordo parcialmente	214	12,5	13,6	73,4
	Concordo em grande parte	192	11,2	12,2	85,7
	Concordo completamente	225	13,1	14,3	100,0
Total		1568	91,4	100,0	
Perdidos	Sistema	148	8,6		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP16: “Não tive a experiência de ter muitas relações calorosa e baseadas na confiança” foram: 27,6% que “Discordo totalmente”, 14,6% que “Discordo em grande parte”, 17,6% que “Discordo parcialmente”, 13,6% que “Concordo parcialmente”, 12,2% que “Concordo em grande parte”, 14,3% que “Concordo completamente” (TABELA BEP16).

Para um aprofundamento quanto aos relacionamentos afetivos mantidos pelos sujeitos os dados revelam que a maioria dos sujeitos (cerca de 60%) teve sim, e em vários graus, relações calorosas e de confiança, tendo sido nutridos emocionalmente por elas. Os demais (cerca de 40%) relatam diversos graus de falta de relações afetivas calorosas e de confiança. Sabemos que as relações positivas são elemento integrante e fundamental do bem estar psicológico das pessoas. E assim sendo esses sujeitos parecem demonstrar um nível não desprezível de sofrimento pela falta de relações com essa característica (confiança e amorosidade). As carências emocionais derivadas da falta de relacionamentos positivos, sentimentos de empatia e identificação podem comprometer fortemente os modos como a vida é apreciada e enfrentada.

TABELA BEP17. Frequência de resposta ao item: “Em última análise, olhando para trás, não tenho certeza de que minha vida tenha valido muito a pena”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	768	44,8	49,0	49,0
	Discordo em grande parte	175	10,2	11,2	60,2
	Discordo parcialmente	164	9,6	10,5	70,6
	Concordo parcialmente	128	7,5	8,2	78,8
	Concordo em grande parte	155	9,0	9,9	88,7
	Concordo completamente	177	10,3	11,3	100,0
	Total				
Perdidos	Sistema	1567	91,3	100,0	
Total		149	8,7		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP17: “Em última análise, olhando para trás, não tenho certeza de que minha vida tenha valido muito a pena”, foram: 49,0% que “Discordo totalmente”, 11,2% que “Discordo em grande parte”, 10,5% que “Discordo parcialmente”, 8,2% que “Concordo parcialmente”, 9,9% que “Concordo em grande parte”, 11,3% que “Concordo completamente”. (TABELA BEP17)

Aqui identificamos que cerca de 70% dos sujeitos consegue ver sentido em suas vidas quando tomam retrospectivamente suas trajetórias. É preciso notar que pelo fato de nossa amostra ser constituída especialmente de jovens e adultos jovens esse balanço ainda é parcial e os sujeitos tem a sensação de que até agora valeu a pena. Mesmo assim cerca de 30% dos sujeitos faz um balanço com vários graus de negatividade, tendo desse modo um sentido de vida bastante comprometido.

TABELA BEP18. Frequência de resposta ao item: “Em muitos aspectos sinto-me desiludido/a com o que alcancei na vida”. População do Amazonas, 2012-2016.

Opções de respostas		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulado
Válidos	Discordo totalmente	752	43,8	48,0	48,0
	Discordo em grande parte	196	11,4	12,5	60,5
	Discordo parcialmente	215	12,5	13,7	74,3
	Concordo parcialmente	138	8,0	8,8	83,1
	Concordo em grande parte	140	8,2	8,9	92,0
	Concordo completamente	125	7,2	8,0	100,0
Total		1566	91,3	100,0	
Perdidos	Sistema	150	8,7		
Total		1716	100,0		

Fonte: base de dados pesquisa, LAPESAM/ UFAM, 2012-2016.

As respostas dos participantes da pesquisa sobre a afirmativa do item BEP18: “Em muitos aspectos sinto-me desiludido/a com o que alcancei na vida”, foram: 48,0% que “Discordo totalmente”, 12,5% que “Discordo em grande parte”, 13,7% que “Discordo parcialmente”, 8,8% “Concordo parcialmente”, 8,9% que “Concordo em grande parte”, 8,0% que “Concordo completamente” (TABELA BEP18).

Cerca de 76% dos sujeitos não se sente desiludido com o resultado de sua vida, demonstrando diversos graus de satisfação. Porém, cerca de 26% dos sujeitos sente-se sim frustrados e desiludidos, embora em sua maioria sejam jovens ou jovens adultos.

## Conclusão

Num balanço geral identificamos diversas características positivas quanto ao bem estar psicológico dos sujeitos desse estudo. Trata-se de sujeitos que, em sua maioria: empenham-se para dar conta das tarefas da vida, estão abertos para novas experiências e querem renovar-se, estão satisfeitos com a vida até agora e controlam bem o tempo; sentem que têm se desenvolvido e melhorado, contam com o apoio dos amigos e constroem planos para o futuro com trabalho e otimismo, perseveram na busca de

mudanças e aperfeiçoamento pessoal, sentem que conseguem organizar suas vidas e apreciam o modo como são (personalidade).

No entanto identificamos também alguns aspectos que merecem atenção e aprofundamento nas investigações. Parte significativa dos sujeitos tem dificuldades em expressar com confiança opiniões e resistir às pressões sociais, dificuldades em lidar com relações estreitas e sentem que se deixam influenciar demasiadamente pelo meio em que vivem.

A investigação do bem estar psicológico se mostra objeto de alta complexidade que demanda a ampliação das investigações científicas. Em especial em meio amazônico, onde a literatura da área demonstra uma falta absoluta de informações, é fundamental a realização de investigações empíricas que aprofundem o conhecimento das bases de construção do bem estar psicológico de grupos socialmente e culturalmente específicos. Ao assim fazê-lo muito se poderá contribuir para o avanço do conhecimento em domínios da psicologia, antropologia cultural e construção de políticas públicas em saúde.

## Referências

- Carvalho, José Murilo de. **Cidadania no Brasil. O longo Caminho.** 3<sup>a</sup> ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2002.
- Galinha, I.C. **Bem estar subjetivo: fatores cognitivos, afetivos e contextuais.** Lisboa: Placebo, Editora LDA, 2<sup>a</sup> edição, outubro de 2010 (Coleção Psicologia Geral).
- Galinha, I.C. & Pais-Ribeiro, J.L. História e evolução do conceito de bem estar subjetivo. **Psicologia, Saúde & Doenças**, 2005, 6(2), 203-214.

Mascarenhas, S. A do N. (Coord.). Base de dados Projeto de Pesquisa: **mapeamento do contexto sócio-educativo e avaliação do bem-estar subjetivo, bem-estar psicossocial, resiliência, otimismo e esperança de povos e “comunidades” tradicionais do Amazonas, analisando seus efeitos sobre o exercício da cidadania e inserção socioeconômica** (CNPq Processo 484218/2011-5 – Edital Universal 14/2011 e PRONEM-FAPEAM-2011-2016, DECISÃO 172/2012), LAPESAM/UFAM/CNPq, Humaitá, Não publicada, 2016.

Novo, R. **Para além da eudaimonia – o bem estar psicológico em mulheres na idade adulta avançada**. Textos universitários de ciências sociais e humanas. Coimbra: Fundação Calouste Gulbenkian e Fundação para a Ciência e a Tecnologia, 2003.

Passareli, P.M. & Silva, J.A. Psicologia positiva e o estudo do bem estar subjetivo. **Estudos de psicologia/Campinas**, 24(4)513-517. out-dez, 2007.

Queroz, N.C.; Neri, A.L. Bem-estar Psicológico e Inteligência Emocional entre Homens e Mulheres na Meia-idade e na Velhice. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, 2005, 18(2), pp.292-299.

Seligman, M.E.P. **Felicidade autêntica: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2004.

Silva, I.L. **Família: fonte de alegria e sofrimento**. Disponível em <<http://www.ultimato.com.br/revista/artigos/270/familia-fonte-de-alegria-e-sofrimento>>. Acesso em 29 de maio de 2016.

Silva, L.C.C.; Farias, L.M.B.; Oliveira, T.S. & Rabelo, D.F. Atitude de idosos em relação à velhice e ao bem-estar psicológico. **Revista Kairós Gerontologia**, 15(3). Online ISSN 2176-901X - Print ISSN 1516-2567. São Paulo (SP), Brasil, 2012, jun.: 119-140.

Siqueira, M.M.M.; Padovam, V.A.R. Bases teóricas do bem estar subjetivo, bem estar psicológico e bem estar no trabalho. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, 2008, vol 24, n.2, PP. 201-209.

Souza, C.M.; Reis, K.M. & Mascarenhas, S.A.N. Amazônia Brasileira: Reflexões sobre processos histórico-culturais na gênese do cenário de desigualdade nacional. Em: Mascarenhas (coord.). **Em busca de justiça social, cidadania, democracia, sustentabilidade e qualidade de vida em contextos amazônicos**. São Paulo: Loyola, 2015.

**Recebido em 6/4/2016. Aceito 6/9/2016.**

**Sobre as autoras e contato:**

Suely A. do N. Mascarenhas - Docente da UFAM, doutora em  
Psicopedagogia/Psicologia, coordenadora da pesquisa

Contato: [suelyanm@ufam.edu.br](mailto:suelyanm@ufam.edu.br)

Denise Machado D. Gutierrez – Docente da UFAM, Doutora em Psicologia, Saúde  
Pública, Colaboradora da pesquisa.

Contato: [dmdguti@uol.com.br](mailto:dmdguti@uol.com.br)