



UC/FPCE — 2016

Universidade de Coimbra  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**Qualidade de Vida Espiritual, Bem-Estar Subjetivo e  
(In)decisão Vocacional de Alunos no Ensino Secundário**

Isabel Sofia Simões Azevedo  
(e-mail: [isabel\\_sofia\\_simoes\\_11@hotmail.com](mailto:isabel_sofia_simoes_11@hotmail.com))

Dissertação de Mestrado na área de especialização de Psicologia da Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento, apresentada à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, sob a orientação do Professor Doutor Joaquim Armando Gomes Alves Ferreira

Diria a Sabedoria Ameríndia: *“Na solidão, o homem virtuoso não treme, não sente nenhum medo. Mantém-se na paz de espírito reconciliado consigo mesmo”* (Bourre, 2002, p.134)

## **Qualidade de Vida Espiritual, Bem-Estar subjectivo e (In)decisão Vocacional de Alunos do Ensino Secundário**

### **Resumo**

O homem faz as suas escolhas, orientado pelas crenças que possui. Diz o filósofo, ao referir a força da crença numa escolha: “as crenças são o que verdadeiramente constitui o estado do homem...” (Ortega & Gasset, p. 14).

Vários autores abordam o fenómeno da emergência da espiritualidade no desenvolvimento psicológico, concretamente na dimensão vocacional, afirmando que a dimensão do espiritual pode assumir uma multiplicidade de realidades diferenciadas e/ou até contraditórias geradoras de fortes ambiguidades. Sabemos que em algum momento da nossa vida, todos nos deparamos, com a difícil tarefa de tomar decisões.

Para os adultos esta tarefa é enfrentada com dificuldade e um elevado grau de incerteza, tornando-se ainda mais complicada para os jovens adolescentes, quando o assunto é decidir qual vocação pretendem seguir. Nesta linha de pensamento, surge uma questão importante e pertinente: terá a espiritualidade influência na tomada de decisão vocacional nos jovens adolescentes? Este estudo pretende ser uma reflexão sobre o vasto conceito de espiritualidade e no tão estudado tema da (in)decisão vocacional.

A presente investigação tem como principal objectivo compreender de que forma a Espiritualidade contribui para a tomada de decisão vocacional, contribuindo assim para a Qualidade de Vida e Bem-estar subjectivo.

No presente estudo foram questionados 283 sujeitos de 6 turmas do Ensino Profissional e de 6 turmas do Ensino Científico-Humanístico com idades compreendidas entre os 15 e os 21 anos de idade.

Para respondermos aos objectivos referidos, recorreremos ao método do inquérito através de uma bateria de instrumentos que engloba um conjunto de escalas, sendo elas: PANAS (Escala de Afetividade Positiva e Negativa), SWLS (Escala de Satisfação com a Vida), WHOQOL-SRPB (Avalia as Crenças Espirituais), WHOQOL-BREF (Escala abreviada de avaliação da Qualidade de Vida), ECV (Escala de Certeza Vocacional) e IS (Escala de Indecisividade).

As principais conclusões deste estudo indicam que as variáveis que são melhores preditoras do bem-estar subjectivo são as variáveis de (in)decisão vocacional; as variáveis que são melhores preditoras da Afetividade Positiva são as variáveis de (in)decisão (Indecisividade e Certeza Vocacional) e as variáveis de Qualidade de Vida espiritual revelaram-se boas preditoras da Afetividade Positiva e Negativa (PANAS) e da Satisfação com a Vida (SWLS). As principais conclusões do presente estudo permitirão retirar implicações para a intervenção, delineando programas de promoção da qualidade de vida e do bem-estar psicológico de jovens em contexto escolar.

**Palavras-chave:** Espiritualidade, Qualidade de vida, Bem-estar e (In)decisão Vocacional.

## **Quality of Spiritual Life, Subjective well-being and Vocational (In)decision of Secondary School Students**

### **Abstract**

Man makes his choices, guided by the beliefs he has. The philosopher says, referring to the strength of the belief in a choice "beliefs are what truly constitute a man state..." (Ortega & Gasset, p. 14).

Several authors address the phenomenon of the spirituality emergence in the psychological development, specifically in the vocational dimension, stating that the size of the spirit can take on a multitude of different realities and/or even strong ambiguities generating contradictory.

We know that at some point in our lives, we all face the difficult task of making decisions.

For adults this task is faced with difficulty and a high degree of uncertainty, making it even more complicated for young teenagers when it comes to deciding which vocation intend to follow.

In this line of thought, an important and relevant question arises: does spirituality has influence on making vocational decision in young adolescents?

This study is a reflection on the broad concept of spirituality and so studied theme of vocational (in)decision.

The main goal is to understand how the Spirituality contributes to making vocational decision, thereby contributing to the Quality of Life and Subjective well-being.

The sample consisted of 283 subjects from 6 classes of the Vocational Education and from 6 classes of Scientific-humanistic education, aged between 15 and 21 years old.

The instruments used were: PANAS (Positive and Negative Affection Scale), SWLS (Satisfaction with Life Scale), WHOQOL- SRPB (Evaluates Spiritual Beliefs), WHOQOL-BREF (Abbreviated Scale of Quality of Life Evaluation), ECV (Vocational Certainty Scale) and IS (Indecisiveness Scale).

Results indicate that the variables that are better predictors of subjective well-being are the variables of vocational (in)decision; the better predictors of positive affect are the variables of (in)decision (Indecisiveness and vocational sure) and quality variables of spiritual life proved to be good predictors of positive and negative affect (PANAS) and life satisfaction (SWLS).

Implications for practice will be discussed.

**Key Words:** Spirituality, Life Quality, Well-being and Vocacional (In)decision.

## **Agradecimentos**

Aos meus pais, por serem a base da minha vida, a transmissão do amor e apoio incondicional. Obrigado por serem o meu Tudo e por me terem dado a oportunidade de trilhar este caminho maravilhoso.

À minha avó, pelos seus sábios ensinamentos e por toda a magia que trás à minha vida. Por ser a minha luz, a minha guia e a minha mãe de sempre.

Ao meu irmão e cunhada, obrigado por todas as oportunidades que me proporcionaram e por me terem ajudado a crescer.

Ao meu namorado, meu refúgio e minha paz. Obrigado pela compreensão e paciência, e acima de tudo obrigado por me ajudares a ser mais forte e a acreditar em mim mesma.

Aos meus Padrinhos e Primos, obrigado por me terem acompanhado nesta descoberta e por estarem sempre presentes e serem incansáveis em todos os momentos.

Ao Prof. Dr. Joaquim Armando pelo apoio e por ser um modelo de simplicidade e de visão. Obrigado pela partilha da sua sabedoria e por me acrescentar enquanto pessoa humana e profissional.

À Dra. Natércia, por todas as oportunidades e por todos os votos de confiança. Obrigado por me ter visto como uma igual e pela sua exigência em tudo. Será sem dúvida o meu modelo enquanto profissional e mulher, por me ter mostrado que nada é impossível.

À Dra. Irene, ao prof. Lopes e aos Directores de turma e alunos, por toda a ajuda e colaboração e pelo tempo que despenderam para que o meu projecto se tornasse uma realidade.

À Ana Teresa, minha companheira de viagem. Obrigado por teres sido a minha alma gémea, por estares sempre presente e por me teres dado as melhores memórias desta etapa.

Às minhas amigas de curso, por todos os momentos e por todas as aulas, em que os laços se fortaleceram e as memórias se materializaram.

À Dra. Maria do Carmo, por me ter dado força e incentivado na escolha deste tema e pela sua predisposição em ajudar no que fosse preciso.

À D. Alice, por todas as horas que me aturou a mim e à Ana nestes 5 anos, pelas conversas, pelos favores e por todas as fotocópias que nos tirou, mesmo fora de horas.

Ao Professor Sílvio Alexandre, por ter sido a raiz da minha paixão pela psicologia e por me ter encorajado a seguir a mesma, sem nunca ter medo do que pudesse surgir. Obrigado por tudo o que me ensinou.

Ao Zé, pela força e acima de tudo por acreditar que nos momentos de incerteza, que eu era capaz de alcançar os objectivos.

## Índice

Introdução	1
I - Enquadramento Conceptual	2
1.1 A Religiosidade enquanto tema principal da Espiritualidade?	3
1.2 Espiritualidade e Inteligência Espiritual	3
1.3 Espiritualidade, Qualidade de Vida e Bem-Estar Subjectivo	4
1.4 (In)decisão Vocacional, Qualidade de Vida e Bem-Estar	6
II - Objectivos e Hipóteses de Investigação	7
III – Metodologia	8
3.1 Amostra	8
3.2 Instrumentos	8
3.2.1 PANAS	8
3.2.2 SWLS	9
3.2.3 WHOQOL-SRPB	9
3.2.4 WHOQOL-BREF	9
3.2.5 ECV	9
3.2.6 IS	10
3.3 Procedimentos	10
IV – Resultados	11
V – Discussão	27
VI – Conclusões	28
VII – Bibliografia	29

## Introdução

Na segunda metade do século XIX, a Psicologia, ao demarcar-se da Teologia, assume preferencialmente, como forma de diferenciação e afirmação, as metodologias das Ciências Naturais; ou seja, os métodos experimentais e estatísticos, contestando as metodologias especulativas e introspeccionistas da filosofia e da teologia por considerá-las anti-científicas.

Nos anos 80 e 90 os media começam a divulgar um retorno ao homem religioso, expresso no rejuvenescimento das grandes religiões, formação de novos movimentos religiosos, a simpatia pelas práticas de meditação oriental pela espiritualidade budista (fenómeno do Dalai Lama), após um processo de secularização que atingiu o seu limite com a crise da modernidade na tentativa falhada de silenciar a experiência religiosa pela apologia das capacidades ilimitadas de erudição do homem e da tentação do humano primordial de “serem como deuses” (Gén, 3, 5).

Ao longo dos anos, algo tem vindo a mudar. Progressivamente, a espiritualidade tem sido integrada nos currículos e tem-se notado uma crescente preocupação em realizar investigações despreconceituosas sobre o impacto da dimensão espiritual no desenvolvimento psicológico. A Psicologia pode proporcionar ao discurso teológico “ferramentas” ou instrumentos conceptuais e metodológicos que permitam compreender de forma mais global a experiência espiritual.

Hoje fala-se do espiritual nos vários domínios do desenvolvimento psicológico, entre outros, no vocacional (Savickas, 1996), na educação (Best, 1996, 2001) e como uma dimensão do desenvolvimento psicológico geral (Fowler, 1981).

Também no desenvolvimento vocacional se vem aludindo à dimensão do espiritual como ingrediente importante da realização plena do *self* (Savickas, 1996).

Sendo o trabalho um contexto privilegiado do desenvolvimento humano, através do qual temos oportunidade para expressarmos todo o nosso potencial e nos desenvolvermos espontaneamente na relação que estabelecemos com os outros, é nele (trabalho) que a dimensão do espiritual se torna mais relevante.

O conceito espiritual, etimologicamente, provém do latim “*spiritus*” que, por sua vez, é tradução do termo original hebraico “*ruach*” que significa “sopro de vida”, “alento”, “energia”, “dinamismo”, ou seja, Aquele que dá vida e sentido pleno aos limites do humano e compreensão do universo.

Shafranke e Gorsuch (1984) definem como espiritual “a coragem para olhar ao seu interior e confiar, emergindo uma sensação de pertença, totalidade, holismo e abertura para o infinito (p. 231-241)”.

“O espírito que mobiliza o trabalho contribui para perceber que a vida é uma grande celebração da solidariedade, do amor, da fraternidade e da admiração do outro, mediado pelo trabalho” (Savickas, 1996, p. 31-66).

## I – Enquadramento conceptual

Em pleno século XXI, encontramos-nos várias vezes perante uma crise de valores. Valores estes, que nos levam a questionar aquilo em que realmente acreditamos. Todos os dias surgem novas ideologias, novas crenças, que de uma maneira ou de outra, acabam por influenciar a forma como vemos e interpretamos o mundo à nossa volta. Estas crenças são influenciadas pelos acontecimentos que mudam a nossa vida e que nos dão uma perspectiva alternativa das situações. É em função destas ideologias que tomamos determinadas decisões.

Mas é então que surge a necessidade de se abordar um tema que por vezes se mostra controverso, devido às diferentes perspectivas que o Ser humano adopta: o da Espiritualidade.

Quando falamos em Espiritualidade, associamos o tema à religião. Contudo, ela é muito mais abrangente do que isso. A Espiritualidade está também ligada às nossas crenças morais/científicas, aos valores, filosofias de vida, e esta contribui para a qualidade, sentido de vida e satisfação com a mesma.

Isto leva-nos a reflectir que se a Espiritualidade possui um peso importante nas nossas vidas, é provável que tenha influência nas decisões que tomamos.

Como tal, neste presente estudo propomo-nos a investigar se as crenças têm impacto na tomada de decisão vocacional dos jovens que frequentam o ensino secundário e se estas contribuem para a qualidade de vida e bem-estar dos mesmos. Ou seja, até que ponto é que as nossas crenças espirituais estão relacionadas com as nossas escolhas de vida?

Esta é a questão que aqui iremos abordar, mas para conseguirmos chegar à questão da (in)decisão vocacional, temos que clarificar o construto que aqui está a ser trabalhado.

É então aqui que surge a grande questão: o que é a Espiritualidade?

Em pleno século XXI, sabemos que as transformações que ocorrem na sociedade exigem que nos adaptemos a elas, de forma a conseguirmos acompanhar os seus avanços.

Isto porque, vivemos numa sociedade em que as transformações estruturais da mesma, têm impacto na vida de cada um, e isto leva a uma dessincronização dos ritmos biológicos, sociais e tecnológicos, que por conseguinte dificulta a integração da pessoa nos vários meios sociais, obrigando-a a ir à procura de um significado.

Pode-se então dizer que estamos perante uma enorme crise espiritual, devido à falta de significado e predominância de uma crise e vazio existencial. É então aqui que surge a necessidade para o despertar espiritual. Despertar este que é levado a cabo pela Psicologia Positiva do séc. XXI, através das manifestações de paz, procura da liberdade e busca de um sentido que vai para além do material. Tudo isto, tem como intuito a construção de uma sociedade mais positiva e feliz.

O despertar espiritual, passa também por uma procura pelo transcendente, que é acompanhado pelo desejo de integrar todas as partes do

ser humano, e a passagem do mesmo no mundo.

### **A Religiosidade enquanto tema principal da Espiritualidade?**

Os conceitos religiosos/espirituais não são consensuais. O *Dicionário Oxford* (Simpson & Weiner, 1989) define espírito como a parte imaterial, intelectual ou moral do homem. O termo espiritualidade envolve questões quanto ao significado da vida e à razão de viver, não limitado a tipos de crenças ou práticas. Segundo Panzini et al., (2007) a religião é a “crença na existência de um poder sobrenatural, criador e controlador do Universo, que deu ao homem uma natureza espiritual que continua a existir depois da morte de seu corpo” (p. 106). Religiosidade é a extensão na qual um indivíduo acredita, segue e pratica uma religião. Embora haja sobreposição entre espiritualidade e religiosidade, a última difere-se pela clara sugestão de um sistema de adoração/doutrina específica partilhada com um grupo. Crenças pessoais podem ser quaisquer crenças/valores sustentados por um indivíduo e que caracterizam o seu estilo de vida e comportamento.

Num estudo realizado por Catré et al., (2014), no que diz respeito à dimensão da Espiritualidade, existe uma grande dificuldade em conseguir defini-la, visto ser um tema vago e abstracto. De uma forma geral, as pessoas associam a Espiritualidade a coisas não terrenas, à alma, à mente/pensamento, ao misticismo, a ter um sentido, a sentir-se em paz, a uma energia que vem de Deus ou dos outros. Aparecendo associada à fé e às crenças espirituais, a espiritualidade surge ligada à saúde globalmente considerada e, de forma mais particular, como a base de sustentação para encarar uma doença.

De um modo geral, este constructo está associado a algo que é mais intrínseco, mais interior da pessoa. Esta interioridade, no caso de grupos religiosos, aparece reportada à relação com Deus e, noutros casos, surge ligada ao saber o porquê das coisas, ao aprofundar de conhecimentos.

A religiosidade é outra tópica importante. Ela é associada a práticas religiosas, a ritos, espaços de culto e é vista como sendo doutrinal. Aparece associada a figuras (anjos, guias, animais sagrados, imagens ou a Deus). Por outro lado, é preciso ter em conta que a religiosidade constitui uma forma de dar resposta a questões essenciais da vida para as quais não se tem resposta.

No que diz respeito às crenças pessoais, estas podem ter vários sentidos, sendo que podem ser vistas como algo destituído de sentido, algo em que se acredita, ou então é algo que nos permite fazer a diferença. É importante referir que as crenças variam mediante religiões, vivências, relações e experiências de vida.

### **Espiritualidade e Inteligência Espiritual**

Freitas (2010), refere-se à Espiritualidade como algo que “envolve o sentimento de gratidão pela vida, o desenvolvimento de ver o sagrado nos factos comuns, de remeter a uma questão universal referente ao significado e

ao propósito da vida, de ter fé, de amar, de perdoar, de adorar, de transcender o sofrimento e de reflectir sobre o significado da vida” (p. 45).

Segundo Emmons, a Espiritualidade é uma procura de elementos do sagrado, de significado, de consciência superior e de transcendência, ou seja, é uma forma de inteligência, que através do seu funcionamento e adaptação, permite alcançar metas, resolver os problemas diários e produzir resultados significativos (cf, Emmons, 2000<sup>a</sup>, p.4).

Desde sempre, a Espiritualidade é considerada um dinamismo “inerente à pessoa assim como a sua corporeidade, sociabilidade ou a sua natureza emocional” (Torralba, 2010, p.60); através da espiritualidade tem-se a possibilidade de abrir ao mistério, ao transcendente e de procurar um sentido para a vida. São estes recursos espirituais que constituem a base da inteligência espiritual e nenhum ser humano pode viver sem esta dimensão (*Ibidem*), de tal forma que a Organização Mundial de Saúde (OMS) incluiu a espiritualidade na promoção de saúde em todas as idades, reconhecendo a importância daquela na qualidade de vida (Neri, 2005).

A Inteligência Espiritual será então o nível mais elevado das inteligências – a inteligência que nos leva á totalidade, ao cerne, ao coração das inteligências na afirmação de Nava (2005): “Utilizamo-la para responder às perguntas filosóficas básicas e encontrar significado existencial e transcendente” (p. 9). Questões e inquietações profundas como: *de onde venho? Qual o sentido da minha vida? Como lidar com a morte? O que existe para além da morte?* – enquadram-se no âmbito da inteligência espiritual.

É com a Inteligência Espiritual que podemos enfrentar e resolver problemas significativos e de valor, utilizando os próprios recursos e habilidades espirituais (Nasel, 2004; Torralba, 2010). Esses recursos e habilidades/capacidades podem ser a intuição ou a oração, para que o indivíduo atribua significado às suas experiências, facilite a resolução de problemas e aumente a capacidade para tomar decisões adaptativas (Amram & Dryer, 2008).

Segundo Voughan (2002, p.17) a Inteligência Espiritual, possui três componentes:

- a) Capacidade de dar significado às questões existenciais;
- b) Capacidade de usar múltiplos níveis de consciência na resolução de problemas;
- c) Consciência na interligação de todos os seres ao transcendente.

A Inteligência Espiritual ajuda o ser humano a dar resposta às suas interrogações existenciais e ajuda-o a ser mais feliz e a encontrar um sentido para a vida.

### **Espiritualidade, Qualidade de Vida e Bem-estar Subjectivo**

Desde a antiguidade clássica que filósofos procuraram compreender a essência de uma vida feliz, não sendo pois de surpreender que a investigação em ciências humanas esteja preocupada em desvendar os processos subjacentes às experiências de vida felizes, procurando com isso contribuir para a promoção de vidas e sociedades com maior bem-estar.

Vários estudos têm investigado a relação entre Qualidade de Vida e diversas variáveis religiosas/espirituais. Ferriss (2002) examinou a relação entre religião e Qualidade de Vida por meio de indicadores objetivos e subjetivos de Qualidade de Vida. Encontrou a variável felicidade associada à frequência/presença em serviços religiosos, a preferências proselitistas e a preferências doutrinárias, bem como a certas crenças relacionadas à religião, como a crença de que o mundo é bom ou mau, mas não à crença na imortalidade. O autor concluiu que: 1) organizações religiosas contribuem para a integração da comunidade, conseqüentemente aumentando a Qualidade de Vida; 2) como a frequência/presença em serviços religiosos esteve imperfeitamente associada com Qualidade de Vida, outros fatores deveriam estar presentes; 3) a concepção americana de “vida boa” se baseia fortemente em ideais judaico-cristãos; 4) os princípios da religião podem atrair pessoas com disposição para a felicidade; 5) a religião pode explicar um propósito na vida que promova bem-estar.

A qualidade de vida envolve, para além de aspectos ambientais, aspectos internos relativos a cada pessoa que correspondem ao bem-estar psicológico e ao bem-estar subjetivo (Veenhoven, 2005).

O bem-estar subjetivo divide-se numa dimensão cognitiva – a avaliação que o sujeito faz em cada momento da satisfação com a sua vida – e numa dimensão emocional – o afecto que o indivíduo manifesta em cada momento, a preponderância em duração e intensidade das emoções positivas sobre as emoções negativas. A maioria dos investigadores aceitam, actualmente, que o afecto é a componente emocional do bem-estar subjectivo (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999).

No mesmo sentido, Cohen, Kassler e Gordon (1997) afirmam que o afecto faz parte da maioria das medidas de bem-estar e que é considerado a dimensão emocional do bem-estar ao lado da dimensão cognitiva, a satisfação com a vida.

Na linha de Bradburn e Caplovitz (1965), considera-se, hoje, que a dimensão afectiva do bem-estar subjectivo representa dois factores independentes: a afectividade positiva (PA) e a afectividade negativa (NA). Tais como são medidas, por exemplo, pelas PANAS (Simões, 1992), a afectividade positiva traduz-se na tendência a experienciar sentimentos e emoções agradáveis (como alegria, entusiasmo, orgulho e felicidade), enquanto a afectividade negativa se exprime pela disposição para experimentar sentimentos e emoções desagradáveis (como culpabilidade, vergonha, tristeza, ansiedade, depressão).

O bem-estar subjectivo trata-se de uma entidade multidimensional que integra uma componente cognitiva, relativa aos juízos sobre a satisfação com a vida, e uma componente afectiva que remete para as reacções emocionais, sejam elas positivas ou negativas, face aos referidos juízos (Diener & Lucas, 1999).

Na satisfação com a vida, um dos melhores instrumentos para medir, é a Escala de Satisfação com a vida - SWLS (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985), em que o sujeito faz uma avaliação global da sua vida, em

termos de desejo de a mudar, do contentamento com a maneira como ela decorre, no momento presente e da satisfação com o passado.

### **(In)decisão Vocacional, Qualidade de Vida e Bem-estar**

“Identidade vocacional significa a posse, por parte do indivíduo, de uma imagem clara e estável dos seus objectivos, interesses, personalidade e pontos fortes. Esta característica conduz a processos de decisão relativamente isentos de problemas e à confiança na capacidade individual para tomar boas decisões perante ambiguidades ambientais inevitáveis” (Holland, Daiger & Power, 1980, p. 1).

Desde pequenos, que nos perguntam várias vezes “*O que é que queres ser quando fores grande?*”. De cada vez que esta pergunta nos é colocada somos capazes de dar sempre respostas diferentes ou até de definir uma que é estável por um período curto de tempo. Contudo, todos nos deparamos com o momento em que temos que tomar uma decisão definitiva, e que irá ser decisiva para o resto da nossa vida.

Como tal, tomar decisões, sejam elas simples ou complexas, nem sempre se revela uma tarefa fácil. Por vezes, este processo é enfrentado com uma elevada dose de ansiedade. Tal factor é passível de ser observado em jovens adolescentes quando se deparam com o grande momento em que têm que decidir “*Mas afinal que curso quero seguir?*”. É aqui que os jovens se deparam com a problemática da Indecisividade Vocacional. Contudo, é importante referir que não se pode generalizar este factor, visto que há jovens que têm bem definida a sua escolha vocacional.

Ora, para nos podermos focar na presente problemática da tomada de decisão, temos que primeiro perceber a importância desta indecisão e a que níveis é que este problema pode afectar o indivíduo.

Decidir, constitui um processo básico da condição humana. Vários autores ao longo dos anos têm-se interessado cada vez mais pela problemática da decisão vocacional (Cavedini, 2008; Damásio, 1995; Galotti, 2002).

Actualmente, a pressão para tomar decisões surge cada vez mais cedo no ciclo de vida (Tedesco, 1999) e escolher transformou-se numa exigência que, segundo, Schwartz,(2004) não tem paralelo na história humana.

A indecisividade constitui um tipo de indecisão vocacional que se caracteriza por uma dificuldade em efectuar escolhas em vários domínios da vida para além da dimensão da carreira.

A Indecisão generalizada tem sido objecto de um grande interesse por parte de investigadores da área da psicologia vocacional desde há muito tempo. Por contraponto a uma indecisão normativa no âmbito do processo de escolha vocacional, que, na maioria dos casos, coincide com um processo de exploração das alternativas escolares e profissionais (Super, 1957; Taveira, 2000).

As dificuldades de escolha no plano vocacional radicam, neste caso,

numa dificuldade mais estrutural em tomar decisões. A investigação tem vindo a revelar que os indivíduos que evidenciam níveis elevados de indecisão generalizada apresentam dificuldades pronunciadas em tomar decisões no plano vocacional (Gayton, Clavin, Clavin & Broida, 1994; Heppner & Hendricks, 1995).

A maioria dos indivíduos experiencia um tipo de indecisão normativa que é adequada no plano do desenvolvimento vocacional. De facto, de acordo com teorias clássicas de escolha e desenvolvimento vocacionais (Super, 1957; Tiedeman, 1961), um período de exploração do *self* e do contexto constitui uma condição necessária para efetuar uma escolha amadurecida.

Todavia, para alguns indivíduos, decidir é uma tarefa difícil para a maioria das escolhas que têm que realizar. A *indecisividade*, também designada *indecisão vocacional crónica* (Fuqua & Hartman, 1983; Hartman & Fuqua, 1983), constitui um traço estável de funcionamento psicológico que se encontra presente em outros domínios de vida, não sendo exclusivo da dimensão vocacional.

Simultaneamente, os indivíduos indecisivos apresentam algumas características que sugerem baixos níveis de ajustamento e desenvolvimento psicológicos, podendo concluir-se, portanto, que a indecisividade não deve ser considerada um tipo normativo de indecisão vocacional (Santos, 2007, 2013).

## II - Objectivos e Hipóteses de Investigação

Para a realização deste projecto de investigação, delineamos como objectivo geral perceber se a Espiritualidade tem influência na tomada de decisão de alunos do ensino secundário e se posteriormente esta tomada de decisão influencia a qualidade de vida dos mesmos.

Os objectivos específicos foram os seguintes:

1. Compreender a relação entre qualidade de vida espiritual e o bem-estar subjectivo de alunos do ensino secundário.
2. Analisar a relação entre a qualidade de vida espiritual e a (in)decisão vocacional de alunos do ensino secundário.
3. Analisar a relação entre (in)decisão vocacional e bem-estar subjectivo de alunos do ensino secundário
4. Determinar o contributo das variáveis associadas à qualidade de vida espiritual e de (in)decisão vocacional para a compreensão do bem-estar subjectivo de alunos do ensino secundário.

## Hipóteses de investigação

Partindo da exposição da presente problemática e de acordo com os objectivos acima descritos formulamos as seguintes hipóteses:

**H1.** Existem diferenças significativas nas dimensões da qualidade de vida espiritual, no bem-estar subjectivo e na (in)decisão vocacional em função do sexo.

**H2.** Existem diferenças significativas nas dimensões da qualidade de vida espiritual, no bem-estar subjectivo e na (in)decisão vocacional em função do ano de escolaridade.

**H3.** As variáveis de (in)decisão vocacional são melhores preditores do bem-estar subjectivo do que os factores sociodemográficos.

**H4.** As variáveis de qualidade de vida espiritual são melhores preditores do bem-estar subjectivo do que os factores sociodemográficos.

**H5.** As variáveis de (in)decisão vocacional são melhores preditores do bem-estar subjectivo do que as facetas de qualidade de vida espiritual.

**H6.** As facetas de qualidade de vida espiritual e as dimensões de bem-estar subjectivo são melhor preditores da (in)decisão vocacional do que as variáveis sociodemográficas.

## III - Metodologia

### Amostra

Para a realização deste estudo, foram seleccionadas algumas turmas do Ensino Secundário, nomeadamente 6 turmas do Ensino Profissional e 6 turmas do Ensino Científico-Humanístico. A amostra (N=283) é constituída por 126 alunos do sexo Masculino, com uma média de idades de M=16,4 variando entre 15 e os 21 anos, e por 157 alunos do sexo Feminino, com uma média de idades de M=16,5 variando entre 15 e os 21 anos de idade.

### Instrumentos

Para a recolha de dados do presente projecto de investigação e para conseguirmos responder á problemática inicialmente apresentada, foi necessário recorrer a alguns instrumentos que nos pudessem ajudar na recolha de dados. Os instrumentos foram:

A versão portuguesa do (**PANAS - Positive and Negative Affect Schedule**: Watson, Clark e Tellegen 1988; Tradução e adaptação de Simões, 1993) foi desenvolvida por Watson, Clark e Tellegen (1988), com o objetivo de avaliar o bem-estar subjetivo e a afetividade. A escala original é constituída por 20 itens que pretendem avaliar o afeto positivo (10 itens) e o afeto negativo (10 itens), numa escala de Likert que varia entre [muito pouco ou nada (1) e muitíssimo (5)];

Qualidade de Vida Espiritual, Bem-Estar Subjetivo e (In)decisão Vocacional de Alunos no Ensino Secundário

Isabel Sofia Simões Azevedo (e-mail: isabel\_sofia\_simoes\_11@hotmail.com) 2016

Esta escala possui duas dimensões: a da Afetividade Positiva, que compreende 11 itens e no presente estudo revelou um *alpha* de Cronbach de .82 e a Afetividade negativa que também compreende 11 itens apresentou um *alpha* de Cronbach de .84.

A **Escala de Satisfação com a Vida** (*Satisfaction with Life Scale*–**SWLS**) foi elaborada e validada por Diener, Emmons, Larsen e Griffin (1985), e pretende avaliar o bem-estar subjetivo, isto é, a maneira positiva ou negativa como as pessoas experienciam a vida (Simões, 1992). O instrumento é composto por cinco itens com sete respostas possíveis (1 – discordo muito; 2 – discordo; 3- discordo um pouco; 4 – não concordo nem discordo; 5 – concordo um pouco; 6 – concordo; 7 – concordo muito); No presente estudo esta escala apresentou um *alpha* de Cronbach de .87.

O instrumento **World Health Organization Quality of Life** (**WHOQOL**) destina-se à avaliação da qualidade de vida (QdV), tendo sido desenvolvido em coerência com a definição assumida pela Organização Mundial de Saúde (OMS). No âmbito do Grupo de Qualidade de Vida da OMS decidiu-se desenvolver um módulo específico para avaliar a Espiritualidade/Religião/Crenças pessoais dentro de uma perspetiva “transcultural” uma vez que o domínio **SRPB** (*Spirituality, Religiosity e Personal Beliefs*) (Catré et al., 2011), revelou ser um dos aspetos centrais da QdV das pessoas, quer de doentes, quer de profissionais de saúde, quer ainda de pessoas da comunidade em geral, tendo inclusivamente os seus *itens* sido “sugeridos e recomendados por grupos focais como sendo aspetos (...) que faziam parte da sua qualidade de vida” (Fleck & Skevington, 2007, p. 147). No que se prende com a estrutura do instrumento, o WHOQOL-SRPB apresenta oito facetas: *ser ou força espiritual, sentido da vida, admiração, totalidade e integração, força espiritual, paz interior/serenidade/harmonia, esperança e otimismo e fé*. Cada faceta é avaliada por quatro questões, o que perfaz um total de 32 questões (WHOQOL-SRPB Group, 2006). Esta escala possui 10 facetas, sendo que estas apresentaram um *alpha* de Chronbach de .82 para a faceta de **Conexão com um Ser ou Força Espiritual**; .63 para a faceta **Sentido na Vida**; .63 para a **Admiração**; .71 para **Totalidade/Integração**; .91 para a faceta **Força Interior**; .87 na **Paz interior/Serenidade/Harmonia**; .80 na **Esperança/Otimismo**; .96 na faceta da **Fé**; .76 na **Relação com os Outros** e .67 na faceta de **Estilo de Vida**.

Ainda sobre os instrumentos WHOQOL, foi também utilizado o **WHOQOL-BREF** que é uma versão abreviada do instrumento WHOQOL-100. É composto por 26 questões, sendo duas questões sobre a auto-avaliação da Qualidade de Vida e 24 questões sobre os quatro domínios do instrumento: Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio-Ambiente. Ambos os instrumentos possuem uma escala de resposta tipo Likert de 1 a 5. O *alpha* de Chronbach presente em cada Domínio foi de .73 para o Domínio 1 (Físico), de .77 para o Domínio 2 (Psicológico), de .57 para o Domínio 3 (Relações Sociais) e de .79 para o Domínio 4 (Meio-Ambiente).

A **Escala de Certeza Vocacional** (ECV; Santos, 1997), é constituída por 4 itens que utiliza uma escala tipo Likert com 6 alternativas de resposta (1 = discordo inteiramente a 6 = concordo inteiramente), que avalia o nível de certeza relativamente aos objectivos vocacionais. No presente estudo o

*alpha* de Cronbach foi de .88.

A **Escala de Indecisividade (Indecisiveness Scale – IS)** (Santos, 2011), é uma escala de Auto-relato constituída por 15 itens, tendo sido o instrumento mais utilizado para avaliar a dificuldade em tomar decisões. Utiliza uma escala tipo Likert de 6 pontos (1 = discordo inteiramente a 6 = discordo inteiramente). No presente estudo o *alpha* de Cronbach foi de .78.

### Procedimentos

Com a permissão da Directora da Direcção Pedagógica da Escola em que a aluna realizou o estágio curricular, e dos Directores das respectivas turmas, os alunos foram abordados nas aulas de Cidadania Activa (aula reservada para o director de turma resolver problemas e questões importantes com os alunos) e convidados a participarem num estudo sobre Espiritualidade, (In)decisão Vocacional, Qualidade de Vida e Bem-estar subjetivo. Os alunos foram informados acerca dos objectivos do preenchimento dos questionários, foi-lhes dito que as respostas eram anónimas e confidenciais e que o preenchimento era voluntário. Explicou-se que a participação de cada um era importante para o projecto de investigação e que, no caso de estarem interessados, teriam acesso ao estudo final. Depois de se dar um momento para esclarecer dúvidas, preencheram o questionário.

No decorrer do preenchimento foram tiradas as dúvidas que iam surgindo. Após a aplicação do mesmo, foi dito aos alunos que poderiam deixar o seu e-mail para o caso de quererem receber informações adicionais sobre a investigação.

A aplicação do questionário às várias turmas demorou cerca de 3 semanas.

### IV - Resultados

No Quadro 1 apresentamos as médias, desvios-padrão e teste t de Student para as diferentes variáveis em estudo, em função do sexo.

**Quadro 1:** Médias, desvios-padrão e t de Student em função do sexo.

Variáveis	Sexo				t	p
	Masculino		Feminino			
	Média	Desvio-padrão	Média	Desvio-Padrão		
<b>BREF_D1</b>	77.80	12.48	74.93	14.20	1.777	.08
<b>BREF_D2</b>	73.33	13.99	69.69	15.76	2.024	.04
<b>BREF_D3</b>	74.47	17.50	74.73	17.47	-.124	.90
<b>BREF_D4</b>	78.98	11.78	75.52	13.58	2.239	.03
<b>SPRB_1</b>	35.60	28.00	48.49	25.27	-4.012	.00
<b>SPRB_2</b>	68.85	19.95	71.05	17.83	-.980	.33
<b>SPRB_3</b>	68.30	14.45	69.51	14.52	-.696	.49
<b>SPRB_4</b>	62.30	16.66	62.37	15.51	-.041	.97
<b>SPRB_5</b>	47.12	26.92	53.82	21.27	-2.338	.02
<b>SPRB_6</b>	65.15	18.75	63.29	17.99	.843	.40
<b>SPRB_7</b>	69.15	16.20	66.08	18.23	1.473	.14
<b>SPRB_8</b>	44.45	28.06	51.47	25.47	-2.198	.03
<b>SPRB_9</b>	56.55	18.57	61.26	18.33	-2.133	.03
<b>SPRB_10</b>	64.25	16.68	64.25	16.68	.117	.91
<b>SWLS</b>	19.67	3.69	19.24	4.87	.818	.41
<b>AP</b>	40.07	6.53	37.83	7.23	2.661	.01

NA	24.10	7.63	25.50	8.21	-1.448	.15
INDECISIVIDADE	49.52	9.13	52.96	9.88	-2.983	.00
CERTEZA VOC.	17.35	5.34	16.81	4.97	.873	.38

Os resultados revelam diferenças significativas em função do sexo nas dimensões D2 (Psicológico) e D4 (Meio-ambiente) do BREF, dimensões 1 (Conexão), 5 (Força Interior), 8 (Fé) e 9 (Relação com os outros) do SRPB e na AP, respectivamente. No que diz respeito às facetas da espiritualidade do SPRB verificaram-se diferenças significativas na SPRB\_5 – Força Interior ( $p=.02$ ), SPRB\_8 - Fé ( $p=.03$ ) e SPRB\_9 – Relação com os outros ( $p=.03$ ), com as raparigas a apresentarem valores significativamente superiores aos dos rapazes. Encontraram-se igualmente diferenças significativas na Afetividade Positiva, com os rapazes a apresentarem valores superiores aos das raparigas e na Indecisividade, com as raparigas a apresentarem valores mais elevados do que os rapazes. Assim podemos afirmar que esta hipótese se confirma apenas parcialmente.

No Quadro 2 apresentamos as médias, desvios-padrão para as diferentes dimensões em estudo em função do ano de escolaridade.

**Quadro 2:** Análise da variância One-Way Anova, para as diferentes dimensões em função da variável Ano de Escolaridade

Variáveis	Ano de Escolaridade						F	p
	10º Ano		11º Ano		12º Ano			
	Média	Desvio-padrão	Média	Desvio-Padrão	Média	Desvio-Padrão		
BREF_D1	73.26	14.02	77.59	14.21	78.05	11.88	3.811	.02
BREF_D2	69.47	14.64	72.22	16.87	72.42	13.82	1.168	.31
BREF_D3	72.35	16.74	73.80	19.83	77.69	15.60	2.448	.01
BREF_D4	75.62	12.60	77.20	14.45	78.45	11.66	1.175	.31
SPRB_1	41.89	27.83	39.10	26.51	47.04	26.92	1.955	.14
SPRB_2	69.30	18.77	70.36	19.83	70.63	18.04	.137	.87
SPRB_3	67.00	14.07	68.23	15.00	71.64	14.15	2.730	.07
SPRB_4	61.43	15.23	63.60	17.55	62.17	15.45	.427	.65
SPRB_5	47.71	23.28	51.47	24.56	53.54	24.52	1.491	.23
SPRB_6	63.56	17.74	64.33	18.96	64.49	18.52	.072	.93
SPRB_7	65.06	17.74	69.19	18.13	68.36	16.25	1.505	.22
SPRB_8	47.50	27.40	47.50	26.16	50.00	27.01	.275	.76
SPRB_9	59.00	17.86	56.54	17.98	61.66	19.59	1.738	.18
SPRB_10	64.85	16.17	65.51	17.02	62.82	16.74	.664	.52
SWLS	19.06	4.29	19.63	4.51	19.63	4.40	.557	.57
AP	38.78	6.66	39.40	7.51	38.36	6.93	.496	.61
NA	24.07	8.04	25.39	8.35	25.27	7.61	.778	.46
INDECISIVIDADE	51.04	9.31	51.74	10.80	51.62	9.14	.139	.87
CERTEZA VOC.	17.30	4.54	16.98	5.49	16.84	5.44	.208	.81

Como podemos verificar no Quadro 2, encontram-se apenas diferenças significativas na dimensão D1 (Físico) ( $F=3.811$ ;  $p=.02$ ) e D3

(Relações Sociais) ( $F=2.448$ ;  $p=.01$ ) do BREF, em função do ano de escolaridade. Nas outras dimensões estudadas não se verificaram diferenças significativas. No que diz respeito à hipótese 2, podemos concluir que os resultados suportam muito parcialmente esta hipótese.

Pela observação do Quadro 3, verificamos que o primeiro modelo de variáveis (relativo aos factores sociodemográficos – sexo e idade) não contribui significativamente para a compreensão do bem-estar subjectivo ( $p=.647$ ).

**Quadro 3:** Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Bem-estar subjectivo – SWLS

Modelo	R <sup>2</sup>	Estatísticas de mudança					
		R <sup>2</sup> ajustado <sup>1</sup>	F	p	$\Delta R^2$	$\Delta F$	$\Delta p$
1 <sup>a</sup>	.003	-.004	.436	.647	.003	.436	.647
2 <sup>b</sup>	.239	.228	21.283	.000	.236	41.999	.000

Variável Dependente: T\_SWLS

<sup>a</sup>Preditores: Sexo, Idade

<sup>b</sup>Preditores: Sexo, Idade, T\_ECV, T\_INDECIS

Relativamente ao segundo bloco de variáveis (correspondente às variáveis da (in)decisão e certeza vocacional), percebemos que explica uma parte significativa da variância (24% ou 23%, no seu valor ajustado).

No seu conjunto, o modelo de regressão integrando as variáveis dos blocos considerados, explica aproximadamente 24% da variância ou 23% no seu valor ajustado.

Como podemos verificar na análise dos coeficientes de regressão (Quadro 4), relativamente a todos os preditores, as variáveis com valor explicativo significativo, ordenadas por ordem de grandeza do seu valor Beta ( $\beta$ ) no modelo 1 são: Sexo ( $\beta=-.047$ ;  $p=.436$ ) e Idade ( $\beta=.034$ ;  $p=.570$ ); e no modelo 2 são: Indecisão vocacional ( $\beta=-.386$ ;  $p=.000$ ), Certeza vocacional ( $\beta=.258$ ;  $p=.000$ ), Idade ( $\beta=.039$ ;  $p=.466$ ) e Sexo ( $\beta=.037$ ;  $p=.492$ ).

**Quadro 4:** Coeficientes de regressão na variável dependente Bem-estar subjectivo –SWLS

Modelo 1	$\beta$	Beta	t	p
Idade	.126	.034	.569	.570
Sexo	-.420	-.047	-.780	.436
<b>Modelo 2</b>				

Idade	.142	.039	.729	.466
Sexo	.331	.037	.688	.492
T_ECV	.221	.258	4.819	.000
T_INDECIS	-.175	-.386	-7.083	.000

A análise destes dados permite afirmar que os as variáveis que são melhores preditoras do bem-estar subjectivo são as variáveis de (in)decisão vocacional.

As variáveis de indecisividade e sexo assumem valores negativos, sugerindo uma tendência para um menor bem-estar subjectivo nos sujeitos com maior indecisividade e do sexo feminino.

Pela observação da Quadro 5, percebemos que o primeiro modelo de variáveis (relativo às variáveis sexo e idade) possui um poder explicativo de 2.2% da variância da afectividade positiva, contudo não possuem significância estatística ( $p=.051$ ).

**Quadro 5:** Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Afetividade Positiva – AP

Modelo	R <sup>2</sup>	Estatísticas de mudança		F	P	$\Delta R^2$	$\Delta F$	$\Delta p$
		R <sup>2</sup> ajustado <sup>2</sup>						
1 <sup>a</sup>	.022	.015		3.019	.051	.022	3.019	.051
2 <sup>b</sup>	.224	.212		19.259	.000	.202	34.742	.000

Variável Dependente: T\_AP

<sup>a</sup>Preditores: Sexo, Idade

<sup>b</sup>Preditores: Sexo, Idade, T\_ECV, T\_INDECIS

No segundo modelo (correspondente às variáveis da (in)decisão e certeza vocacional), a percentagem da variância explicada é de 20%.

No seu conjunto, o modelo de regressão integrando as variáveis dos blocos considerados, explica aproximadamente 22% da variância da afectividade positiva (ou 21% no seu valor ajustado).

Como podemos verificar na análise dos coeficientes de regressão (Quadro 6), relativamente a todos os preditores, as variáveis com valor explicativo significativo, ordenadas por ordem de grandeza do seu valor Beta ( $\beta$ ) no modelo 1 são: Sexo ( $\beta=-.148$ ;  $p=.015$ ) e Idade ( $\beta=.000$ ;  $p=.996$ ); e no modelo 2 são: Indecisividade ( $\beta=-.351$ ;  $p=.000$ ), Certeza vocacional ( $\beta=.246$ ;  $p=.000$ ) e Sexo ( $\beta=-.074$ ;  $p=.176$ ).

**Quadro 6:** Coeficientes de regressão na variável dependente Afetividade Positiva – AP

<b>Modelo 1</b>	$\beta$	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Idade	-.002	.000	-.005	.996
Sexo	-2.093	-.148	-2.451	.015
<b>Modelo 2</b>				
Idade	.023	.004	.073	.942
Sexo	-1.052	-.074	-1.357	.176
T_ECV	.334	.246	4.521	.000
T_INDECIS	-.256	-.351	-6.368	.000

A análise destes dados permite afirmar que os as variáveis que são melhores predictoras da afectividade positiva são as variáveis de (in)decisão (Indecisividade e certeza vocacional).

Como podemos verificar no Quadro 7, o primeiro modelo de variáveis (sexo e idade) não contribui significativamente para a explicação da afectividade negativa ( $p=.347$ ). O segundo bloco de variáveis acrescenta ao modelo final 17% da variância.

**Quadro 7:** Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Afetividade Negativa – AN

<b>Modelo</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> ajustado<sup>3</sup></b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b>Estatísticas de mudança</b>		
					$\Delta R^2$	$\Delta F$	$\Delta p$
<b>1<sup>a</sup></b>	.008	.000	1.062	.347	.008	1.062	.347
<b>2<sup>b</sup></b>	.181	.169	14.741	.000	.174	28.206	.000

Variável Dependente: T\_AN

<sup>a</sup>Preditores: Sexo, Idade

<sup>b</sup>Preditores: Sexo, Idade, T\_ECV, T\_INDECIS

No seu conjunto, o modelo de regressão integrando as variáveis dos blocos considerados, explica 18% da variância (ou 17% no seu valor ajustado) da afectividade negativa.

Como podemos verificar na análise dos coeficientes de regressão (Quadro 8), relativamente a todos os preditores, apenas a indecisividade apresentou um valor Beta significativo ( $\beta=.424$ ;  $p=.000$ ).

**Quadro 8:** Coeficientes de regressão na variável dependente Afetividade Negativa - na

<b>Modelo 1</b>	$\beta$	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Idade	.308	.046	.753	.452

Sexo	1.165	.072	1.184	.238
<b>Modelo 2</b>				
Idade	.319	.048	.857	.392
Sexo	-.065	-.004	-.072	.943
T_ECV	.005	.003	.059	.953
T_INDECIS	.351	.424	7.461	.000

Como podemos verificar no Quadro 9, o primeiro modelo de variáveis (relativo às variáveis sexo e idade) explica 1% da variância, não contribuindo significativamente para os resultados da SWLS.

**Quadro 9:** Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Bem-estar subjectivo – SWLS

Modelo	R <sup>2</sup>	Estatísticas de mudança					
		R <sup>2</sup> ajustado <sup>4</sup>	F	p	Δ R <sup>2</sup>	Δ F	Δ p
1 <sup>a</sup>	.010	.002	1.252	.288	.010	1.252	.288
2 <sup>b</sup>	.603	.577	23.186	.000	.594	26.076	.000

Variável Dependente: T\_SWLS

<sup>a</sup>Preditores: Sexo, Idade

<sup>b</sup>Preditores: Sexo, Idade, SP10, SP1\_Connect, TWD1, SP2\_Meaning, TWD3, SP3\_Awe, SP9, TWD4, SP6\_Peace, SP4\_Whole, SP7\_Hope, TWD2, SP5\_Strenght, SP8\_Faith

No segundo modelo (correspondente às variáveis dos domínios da qualidade de vida e facetas da qualidade de vida espiritual), percebemos que este conjunto de variáveis contribui com 59% para a explicação dos resultados da SWLS.

No seu conjunto, o modelo de regressão integrando as variáveis dos 2 blocos considerados, explica aproximadamente 60% (ou 58% no seu valor ajustado) da variância dos resultados da SWLS.

Como podemos verificar na análise dos coeficientes de regressão (Quadro 10), relativamente a todos os preditores, as variáveis com valor explicativo significativo Beta (β) e no modelo 2 são: TWD2 (β=.376; p=.000), SP10 (β=.326; p=.000) e TWD4 (β=.190; p=.001)

**Quadro 10:** Coeficientes de regressão na variável dependente Bem-estar subjectivo - SWLS

<b>Modelo 1</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Idade	.235	.061	.974	.331
Sexo	-.746	-.083	-1.336	.183
<b>Modelo 2</b>				
Idade	.001	.000	.004	.997
Sexo	.262	.029	.673	.501
TWD1	-.012	-.036	-.618	.537
TWD2	.110	.376	5.629	.000
TWD3	.023	.092	1.629	.105
TWD4	.064	.190	3.237	.001
SP1_Connect	-.004	-.022	-.308	.759
SP2_Meaning	.024	.103	1.791	.074
SP3_Awe	-3.767	.000	-.002	.998
SP4_Whole	-.017	-.060	-.934	.351
SP5_Strength	-.027	-.149	-2.046	.042
SP6_Peace	.009	.037	.552	.582
SP7_Hope	.000	-.001	-.021	.984
SP8_Faith	.009	.055	.736	.462
SP9	-.012	-.008	-.143	.886
SP10	.535	.326	5.002	.000

A análise destes dados permite afirmar que as variáveis que são melhores predictoras da afectividade negativa são as variáveis de Qualidade de vida espiritual.

Algumas variáveis assumem valores negativos, o que parece indicar uma menor satisfação com a vida nos participantes que maior pontuaram nessas dimensões.

Pela observação da Quadro 11, verificamos que o primeiro bloco de variáveis (relativo às variáveis sexo e idade) possui um poder explicativo de 3.2% da variância da Afetividade Positiva (ou 2.5% no seu valor ajustado).

**Quadro 11:** Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Afetividade Positiva – AP

<b>Modelo</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Estatísticas de mudança</b>				
		<b>R<sup>2</sup> ajustado<sup>5</sup></b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b><math>\Delta R^2</math></b>	<b><math>\Delta F</math></b>

<b>1<sup>a</sup></b>	.032	.025	4.228	.016	.032	4.228	.016
<b>2<sup>b</sup></b>	.446	.409	12.014	.000	.413	12.734	.000

Variável Dependente: T\_AP

<sup>a</sup>Preditores: Sexo, Idade

<sup>b</sup>Preditores: Sexo, Idade, SP10, SP1\_Connect, TWD1, SP2\_Meaning, TWD3, SP3\_Awe, SP9, TWD4, SP6\_Peace, SP4\_Whole, SP7\_Hope, TWD2, SP5\_Strenght, SP8\_Faith

No segundo bloco (correspondente às variáveis das crenças espirituais e qualidade de vida), constatamos que explica 41.3%, sendo este conjunto de variáveis melhor preditor da Afetividade Positiva do que as de natureza sociodemográfica.

No seu conjunto, o modelo de regressão integrando as variáveis dos blocos considerados, explica 44.6% (ou 40.9% no seu valor ajustado) da variância da Afetividade Positiva.

Como podemos verificar na análise dos coeficientes de regressão (Quadro 12), relativamente a todos os preditores, as variáveis com valor explicativo significativo Beta ( $\beta$ ) e no modelo 2 são: SP7\_Hope ( $\beta=.309$ ;  $p=.000$ ), TWD2 ( $\beta=.284$ ;  $p=.000$ ), SP6\_Peace ( $\beta=-.222$ ;  $p=.006$ ) e SP4\_Whole ( $\beta=.220$ ;  $p=.004$ ).

**Quadro 12:** Coeficientes de regressão na variável dependente Afetividade Positiva - AP

<b>Modelo 1</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Idade	.303	.049	.791	.429
Sexo	-2.551	-.178	-2.859	.005
<b>Modelo 2</b>				
Idade	-.218	-.035	-.688	.492
Sexo	-1.254	-.087	-1.679	.095
TWD1	.024	.045	.667	.505
TWD2	.132	.284	3.582	.000
TWD3	.005	.013	.198	.844
TWD4	.026	.047	.672	.502
SP1_Connect	.033	.128	1.499	.135
SP2_Meaning	.053	.144	2.075	.039
SP3_Awe	-.016	-.034	-.454	.650
SP4_Whole	.097	.220	2.880	.004
SP5_Strenght	-.012	-.040	-.454	.650
SP6_Peace	-.086	-.222	-2.762	.006

SP7_Hope	.125	.309	3.833	.000
SP8_Faith	-.050	-.193	-2.144	.033
SP9	-.040	-.017	-.247	.805
SP10	.161	.061	.788	.431

A análise destes dados permite afirmar que as variáveis que são melhores preditoras da afectividade positiva são as variáveis de Qualidade de vida espiritual.

Algumas variáveis assumem valores negativos, o que parece indicar um menor bem-estar subjectivo nos sujeitos que maior pontuaram nessas dimensões.

Pela observação da Quadro 13, verificamos que o primeiro bloco de variáveis (relativo às variáveis sexo e idade) explica 1.4% (ou .07% no seu valor ajustado) da Afetividade Negativa.

**Quadro 13:** Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Afetividade Negativa – AN

Modelo	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> ajustado <sup>6</sup>	F	p	Estatísticas de mudança		
					$\Delta R^2$	$\Delta F$	$\Delta p$
1 <sup>a</sup>	.014	.007	1.837	.161	.014	1.837	.161
2 <sup>b</sup>	.209	.156	3.931	.000	.195	4.184	.000

Variável Dependente: T\_AN

<sup>a</sup>Preditores: Sexo, Idade

<sup>b</sup>Preditores: Sexo, Idade, SP10, SP1\_Connect, TWD1, SP2\_Meaning, TWD3, SP3\_Awe, SP9, TWD4, SP6\_Peace, SP4\_Whole, SP7\_Hope, TWD2, SP5\_Strenght, SP8\_Faith

No segundo modelo (correspondente às variáveis das crenças espirituais e qualidade de vida), constatamos que este bloco de variáveis explica 19.5% da variância da afetividade negativa, sendo um preditor mais significativo do que as variáveis de natureza sociodemográfica.

No seu conjunto, o modelo de regressão integrando as variáveis dos blocos considerados, explica 20.84% (ou 15.6% no seu valor ajustado) da variância da Afetividade Negativa.

Como podemos verificar na análise dos coeficientes de regressão (Quadro 14), relativamente a todos os preditores, a variável com valor explicativo significativo Beta ( $\beta$ ) e no modelo 2 é: SP6\_Peace ( $\beta=-.262$ ;  $p=.007$ )

**Quadro 14:** Coeficientes de regressão na variável dependente Afetividade Negativa - na

<b>Modelo 1</b>	$\beta$	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Idade	.328	.047	.745	.457
Sexo	1.695	.105	1.674	.095
<b>Modelo 2</b>				
Idade	.475	.068	1.100	.273
Sexo	.081	.005	.080	.936
TWD1	-.032	-.055	-.670	.504
TWD2	-.116	-.220	-2.345	.020
TWD3	-.004	-.008	-.103	.918
TWD4	.091	.148	1.786	.075
SP1_Connect	-.005	-.016	-.154	.878
SP2_Meaning	-.001	-.003	-.040	.968
SP3_Awe	.092	.169	1.917	.056
SP4_Whole	.031	.063	.689	.492
SP5_Strenght	.054	.163	1.570	.118
SP6_Peace	-.113	-.262	-2.742	.007
SP7_Hope	-.051	-.112	-1.165	.245
SP8_Faith	.001	.004	.033	.973
SP9	.190	.072	.868	.386
SP10	-.699	-.238	-2.545	.012

A análise destes dados permite afirmar que as variáveis que são melhores predictoras da afectividade negativa são as variáveis de Qualidade de vida espiritual.

Algumas variáveis assumem valores negativos, o que parece indicar um menor bem-estar subjectivo nos sujeitos que maior pontuaram nessas dimensões.

Pela observação do Quadro 15, percebemos que o primeiro modelo de variáveis (relativo à certeza vocacional e indecisividade) e o segundo (relativo á qualidade de vida e crenças espirituais) explicam 21.2% (ou 20.6% no seu valor ajustado) da Satisfação com a Vida.

**Quadro 15:** Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Bem-estar subjectivo – SWLS

<b>Modelo</b>	$R^2$	<b>Estatísticas de mudança</b>				
		$R^2$ ajustado <sup>7</sup>	F	p	$\Delta R^2$	$\Delta F$

<b>1<sup>a</sup></b>	.212	.206	33.863	.000	.212	33.863	.000
<b>2<sup>b</sup></b>	.605	.579	22.825	.000	.394	16.959	.000

Variável Dependente: T\_SWLS

<sup>a</sup>Preditores: T\_IS, T\_ECV

<sup>b</sup>Preditores: T\_IS, T\_ECV, SP1\_Connect, TWD3, SP9, SP6\_Peace, TWD1, SP3\_Awe, TWD4, SP2\_Meaning, SP10, SP4\_Whole, SP7\_Hope, TWD2, SP5\_Strenght, SP8\_Faith

O segundo bloco de variáveis acrescenta 39.4% à explicação dos resultados.

No seu conjunto, o modelo de regressão integrando as variáveis dos dois blocos considerados, explica 60.5% (ou 57.9% no seu valor ajustado).

Como podemos verificar na análise dos coeficientes de regressão (Quadro 16), relativamente a todos os preditores, as variáveis com valor explicativo significativo Beta ( $\beta$ ) e no modelo 2 são: TWD2 ( $\beta=.365$ ;  $p=.000$ ), SP10 ( $\beta=.319$ ;  $p=.000$ ) e TWD4 ( $\beta=.189$ ;  $p=.002$ ).

**Quadro 16:** Coeficientes de regressão na variável dependente Bem-estar subjectivo - SWLS

<b>Modelo 1</b>	$\beta$	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
T_ECV	.167	.193	3.315	.001
T_IS	.230	.366	6.273	.000
<b>Modelo 2</b>				
T_ECV	.064	.074	1.694	.092
T_IS	-.031	-.049	-.898	.370
TWD1	-.006	-.018	-.312	.755
TWD2	.107	.365	5.290	.000
TWD3	.026	.103	1.842	.067
TWD4	.063	.184	3.141	.002
SP1_Connect	-.002	-.011	-.158	.874
SP2_Meaning	.025	.105	1.797	.074
SP3_Awe	.000	.000	-.006	.995
SP4_Whole	-.015	-.056	-.846	.399
SP5_Strenght	-.026	-.144	-1.954	.052
SP6_Peace	.007	.031	.445	.657
SP7_Hope	.001	.004	.064	.949
SP8_Faith	.006	.037	.480	.631
SP9	-.004	-.002	-.042	.966

SP10	.526	.319	4.869	.000
------	------	------	-------	------

A análise destes dados permite afirmar que as variáveis que são melhores preditoras da dimensão cognitiva do bem-estar subjectivo são as variáveis de Qualidade de vida espiritual.

Pela observação da Quadro 17, percebemos que o primeiro modelo de variáveis (relativo às variáveis sexo e idade) não contribui significativamente para a explicação da afetividade ( $p=.161$ ).

**Quadro 17:** Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Afetividade Negativa – AN

Modelo	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> ajustado <sup>8</sup>	F	p	Estatísticas de mudança		
					$\Delta R^2$	$\Delta F$	$\Delta p$
1 <sup>a</sup>	.014	.007	1.837	.161	.014	1.837	.161
2 <sup>b</sup>	.209	.156	3.931	.000	.195	4.184	.000

Variável Dependente: T\_AN

<sup>a</sup>Preditores: Sexo, Idade

<sup>b</sup>Preditores: Sexo, Idade, SP10, SP1\_Connect, TWD1, SP2\_Meaning, TWD3, SP3\_Awe, SP9, TWD4, SP6\_Peace, SP4\_Whole, SP7\_Hope, TWD2, SP5\_Strenght, SP8\_Faith

No segundo modelo (correspondente às variáveis das crenças espirituais e qualidade de vida), percebemos que a mesma explica 19.5% da afetividade negativa.

No seu conjunto, o modelo de regressão integrando as variáveis dos dois blocos considerados, explica 20.9% (ou 15.6% no seu valor ajustado).

Como podemos verificar na análise dos coeficientes de regressão (Quadro 18), relativamente a todos os preditores, a variável com valor explicativo significativo Beta ( $\beta$ ) e no modelo 2 é: SP6\_Peace ( $\beta=-.262$ ;  $p=.007$ ).

**Quadro 18:** Coeficientes de regressão na variável dependente Afetividade Negativa - na

Modelo 1	$\beta$	Beta	t	p
Idade	.328	.047	.745	.457
Sexo	1.695	.105	1.674	.095
<b>Modelo 2</b>				

Idade	.475	.068	1.100	.273
Sexo	.081	.005	.080	.936
TWD1	-.032	-.055	-.670	.504
TWD2	-.116	-.220	-2.345	.020
TWD3	-.004	-.008	-.103	.918
TWD4	.091	.148	1.786	.075
SP1_Connect	-.005	-.016	-.154	.878
SP2_Meaning	-.001	-.003	-.040	.968
SP3_Awe	.092	.169	1.917	.056
SP4_Whole	.031	.063	.689	.492
SP5_Strenght	.054	.163	1.570	.118
SP6_Peace	-.113	-.262	-2.742	.007
SP7_Hope	-.051	-.112	-1.165	.245
SP8_Faith	.001	.004	.033	.973
SP9	.190	.072	.868	.386
SP10	-.699	-.238	-2.545	.012

A análise destes dados permite afirmar que as variáveis que são melhores preditoras da afectividade positiva são as variáveis de Qualidade de vida espiritual.

Pela observação da Quadro 19, percebemos que o primeiro modelo de variáveis (relativo às variáveis sexo e idade) não contribui significativamente para a explicação da certeza vocacional ( $p=.767$ ).

**Quadro 19:** Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Escala de Certeza Vocacional – ECV

Modelo	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> ajustado <sup>9</sup>	F	p	Estatísticas de mudança		
					Δ R <sup>2</sup>	Δ F	Δ p
1 <sup>a</sup>	.002	-.006	.266	.767	.002	.266	.767
2 <sup>b</sup>	.120	.060	2.014	.013	.118	2.261	.007
3 <sup>c</sup>	.145	.075	2.079	.006	.025	2.252	.083

Variável Dependente: T\_ECV

<sup>a</sup>Preditores: Sexo, Idade

<sup>b</sup>Preditores: Sexo, Idade, SP10, SP1\_Connect, TWD1, SP2\_Meaning, TWD3, SP3\_Awe, SP9, TWD4, SP6\_Peace, SP4\_Whole, SP7\_Hope, TWD2, SP5\_Strenght, SP8\_Faith

<sup>c</sup>Preditores: Sexo, Idade, SP10, SP1\_Connect, TWD1, SP2\_Meaning, TWD3, SP3\_Awe, SP9, TWD4, SP6\_Peace, SP4\_Whole, SP7\_Hope, TWD2, SP5\_Strenght, SP8\_Faith, T\_AN, T\_AP, T\_SWLS

No segundo modelo (correspondente às variáveis da qualidade de vida), percebemos que o mesmo possui um poder explicativo de 11.8% da certeza vocacional. O terceiro bloco de variáveis (qualidade de vida espiritual) não acrescenta significativamente às variáveis sociodemográficas e de qualidade de vida na explicação da certeza vocacional ( $p=.083$ ).

No seu conjunto, o modelo de regressão integrando as variáveis dos três blocos considerados, explica aproximadamente 14.5% (ou 7.5% no seu valor ajustado) da variância da certeza vocacional.

Como podemos verificar na análise dos coeficientes de regressão (Quadro 20), no modelo 3 nenhum dos preditores se revelou estatisticamente significativo. É de referir que no modelo 2 (antes da introdução das variáveis de bem-estar subjectivo) o Domínio 2 (Psicológico) da qualidade de vida revelou-se um preditor significativo da certeza vocacional ( $\beta=.240$ ;  $p=.017$ ).

**Quadro 20:** Coeficientes de regressão na variável dependente Escala de Certeza Vocacional - ECV

<b>Modelo 1</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Idade	.040	.009	.138	.890
Sexo	-.483	-.046	-.726	.468
<b>Modelo 2</b>				
Idade	-.050	-.011	-.168	.867
Sexo	-.175	-.017	-.250	.803
TWD1	-.059	-.154	-1.780	.076
TWD2	.082	.240	2.413	.017
TWD3	-.016	-.053	-.625	.533
TWD4	.030	.075	.854	.394
SP1_Connect	.014	.074	.683	.495
SP2_Meaning	.030	.111	1.256	.211
SP3_Awe	.010	.029	.311	.756
SP4_Whole	.013	.039	.406	.685

SP5_Strenght	-.025	-.115	-1.045	.297
SP6_Peace	-.024	-.085	-.837	.403
SP7_Hope	.029	.097	.958	.339
SP8_Faith	.001	.005	.044	.965
SP9	-.022	-.013	-.148	.883
SP10	.201	.105	1.064	.288
<b>Modelo 3</b>				
Idade	-.043	-.009	-.146	.884
Sexo	-.078	-.007	-.112	.911
TWD1	-.059	-.155	-1.801	.073
TWD2	.048	.141	1.290	.198
TWD3	-.020	-.069	-.807	.421
TWD4	.013	.032	.353	.725
SP1_Connect	.011	.057	.525	.600
SP2_Meaning	.019	.072	.806	.421
SP3_Awe	.010	.028	.298	.766
SP4_Whole	.004	.012	.124	.902
SP5_Strenght	-.019	-.090	-.813	.417
SP6_Peace	-.013	-.048	-.463	.644
SP7_Hope	.016	.055	.528	.598
SP8_Faith	.005	.028	.245	.806
SP9	-.020	-.011	-.132	.895
SP10	.094	.049	.471	.638
T_SWLS	.191	.165	1.711	.088
T_AP	.113	.155	1.881	.061
T_AN	.020	.030	.433	.666

Pela observação da Quadro 21, percebemos que o primeiro modelo de variáveis (relativo às variáveis sexo e idade) explica 4.7% (ou 3.8% no seu valor ajustado) da indecisividade.

**Quadro 21:** Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Indecisividade - INDECIS

Modelo	Estatísticas de mudança						
	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> ajustado <sup>10</sup>	F	p	Δ R <sup>2</sup>	Δ F	Δ p

<b>1<sup>a</sup></b>	.047	.039	6.079	.003	.047	6.079	.003
<b>2<sup>b</sup></b>	.357	.313	8.123	.000	.310	8.068	.000
<b>3<sup>c</sup></b>	.439	.393	9.524	.000	.082	11.285	.000

Variável Dependente: T\_INDECIS

<sup>a</sup>Preditores: Sexo, Idade

<sup>b</sup>Preditores: Sexo, Idade, SP10, SP1\_Connect, TWD1, SP2\_Meaning, TWD3, SP3\_Awe, SP9, TWD4, SP6\_Peace, SP4\_Whole, SP7\_Hope, TWD2, SP5\_Strenght, SP8\_Faith

<sup>c</sup>Preditores: Sexo, Idade, SP10, SP1\_Connect, TWD1, SP2\_Meaning, TWD3, SP3\_Awe, SP9, TWD4, SP6\_Peace, SP4\_Whole, SP7\_Hope, TWD2, SP5\_Strenght, SP8\_Faith, T\_AN, T\_AP, T\_SWLS

No segundo modelo (correspondente às variáveis das crenças espirituais e qualidade de vida), percebemos que o mesmo acrescenta poder explicativo no valor 31% ( $p=.000$ ).

O terceiro modelo também contribui de forma significativa acrescentando 8.2% aos modelos anteriores.

No seu conjunto, o modelo de regressão integrando as variáveis dos blocos considerados, explica 43.9% (ou 39.3% no seu valor ajustado).

Como podemos verificar na análise dos coeficientes de regressão (Quadro 22), relativamente a todos os preditores, as variáveis com valor explicativo significativo Beta ( $\beta$ ) a ordem é: Afetividade negativa ( $\beta=.312$ ;  $p=.000$ ) e Afetividade positiva ( $\beta=-.194$ ;  $p=.004$ ).

**Quadro 22:** Coeficientes de regressão na variável dependente Indecisividade - INDECIS

<b>Modelo 1</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Idade	-.323	-.038	-.608	.544
Sexo	4.272	.217	3.479	.001
<b>Modelo 2</b>				
Idade	.169	.020	.353	.724
Sexo	1.734	.088	1.543	.124
TWD1	-.093	-.130	-1.742	.083
TWD2	-.123	-.192	-2.232	.027
TWD3	-.092	-.163	-2.171	.031
TWD4	.025	.033	.435	.664
SP1_Connect	.032	.089	.963	.336

SP2_Meaning	-.096	-.189	-2.484	.014
SP3_Awe	.111	.167	2.084	.038
SP4_Whole	-.019	-.031	-.377	.707
SP5_Strenght	-.010	-.024	-.253	.801
SP6_Peace	-.015	-.028	-.324	.746
SP7_Hope	-.058	-.105	-1.194	.234
SP8_Faith	.046	.130	1.329	.185
SP9	.273	.085	1.119	.264
SP10	-.399	-.112	-1.312	.191
<b>Modelo 3</b>				
Idade	-.075	-.009	-.166	.868
Sexo	1.481	.075	1.393	.165
TWD1	-.081	-.113	-1.605	.110
TWD2	-.040	-.062	-.703	.483
TWD3	-.082	-.144	-2.035	.043
TWD4	-8.667	.000	-.002	.999
SP1_Connect	.042	.118	1.345	.180
SP2_Meaning	-.077	-.151	-2.080	.039
SP3_Awe	.070	.106	1.396	.164
SP4_Whole	-.007	-.011	-.139	.890
SP5_Strenght	-.035	-.087	-.970	.333
SP6_Peace	.008	.015	.174	.862
SP7_Hope	-.004	-.007	-.081	.935
SP8_Faith	.031	.088	.942	.347
SP9	.203	.063	.883	.378
SP10	-.055	-.016	-.183	.855
T_SWLS	-.071	-.033	-.416	.678
T_AP	-.265	-.194	-2.877	.004
T_AN	.381	.312	5.478	.000

### V - Discussão

O objetivo desta investigação centrou-se sobretudo em perceber de que forma as Crenças espirituais contribuem para a tomada de decisão e se posteriormente a mesma contribui para o bem-estar subjectivo dos alunos do ensino secundário. Segundo Diener; Suh; Oishi, 1997, a satisfação com a

vida é um construto que se refere à avaliação cognitiva que o indivíduo faz sobre a sua qualidade de vida geral ou relativa a domínios como trabalho, lazer, amor, saúde, finanças, etc.

Mediante o objetivo que estabelecemos, os resultados que obtivemos neste estudo foram: as variáveis que são melhores preditoras do bem-estar subjectivo são as variáveis de (in)decisão vocacional; as variáveis que são melhores preditoras da afectividade positiva são as variáveis de (in)decisão (Indecisividade e Certeza Vocacional) e as variáveis de Qualidade de Vida espiritual revelaram-se boas preditoras da afetividade positiva e negativa (PANAS) e do bem-estar subjectivo (SWLS).

De um modo geral, podemos afirmar que a (in)decisão vocacional contribui fortemente para a qualidade de vida dos alunos e consequentemente esta qualidade de vida vai ter influência nos sentimentos positivos e negativos, tal como no bem-estar dos mesmos.

Tal como vários autores afirmam, o processo de (in)decisão vocacional não deve ser encarado como algo normativo, portanto devemos ter em conta que a “problemática” do desenvolvimento vocacional, está dependente de factores pessoais inerentes a cada um dos indivíduos. O mesmo se poderá afirmar relativamente á qualidade de vida e bem-estar em cada um dos alunos.

## **VI - Conclusões**

No presente estudo procuramos contribuir para a compreensão das relações entre a espiritualidade a (in)decisão vocacional, a qualidade de vida e o bem-estar.

Após a análise dos dados recolhidos junto de um amostra de alunos do ensino secundário, foi-nos possível perceber que o bem-estar subjectivo e a qualidade de vida espiritual foram os factores que melhor se destacaram como os melhores preditores da (in)decisão vocacional e do bem-estar subjectivo.

Num estudo em que se analisam hipóteses relacionadas com aspectos “transcendentes”, surgem questões que nos levam a ponderar o potencial de extensão da mesma a outras margens. Estará o processo de (in)decisão vocacional relacionado com a falta de crenças? Será este processo influenciado por Modelos de vida que se tentam seguir? Até que ponto a (in)decisão vocacional será um preditor para o estabelecimento de uma vida baseada na segurança e auto-estima plena, ou ausência da mesma? Será a (in)decisão vocacional uma barreira mental que nos impede de alcançar outros objetivos? E terão as crenças influência em todos os campos da nossa vida? Ou serão relevantes apenas em alguns?

Estas, são algumas questões que deixamos em aberto e nas quais futuras investigações se poderão basear para um estudo mais aprofundado e mais amplo.

Contudo, este trabalho deixa-nos com uma perspectiva muito interessante: as crenças que possuímos, sejam religiosas, humanas, ideológicas, tendo sido transmitidas ou adquiridas, vão influenciar a pessoa que somos e a forma como agimos na sociedade enquanto pessoas de saber e

em desenvolvimento.

Nunca um trabalho ou um ser humano será isento de falhas ou imperfeições, mas pelo menos, se tivermos a certeza daquilo em que acreditamos, então podemos estar seguros que sabemos que sejam quais forem as decisões que iremos tomar, elas nos irão guiar ao nosso destino.

### **Bibliografia**

Albuquerque, I., & Lima, M. D. (2007). Personalidade e Bem-Estar Subjectivo: Uma abordagem com os projectos pessoais. *Psicologia*.

Amram, Y., & Dryer, D. C. (2008). *The integrated spiritual scale (ISIS): Development and preliminary validation*. Palo Alto, Ca.: Institute of Transpersonal Psychology.

Best, R. (1996). *Education, spirituality and the whole child*. London: Cassel.

Best, R. (2001). *Education and integrity: the role of affective education*. Keynote presentation to sixth conference of the European affective education network, Porto, 25-27 June.

Bourre, J. P. (2002). *Sabedoria ameríndia*. Pergaminho: Lisboa.

Bradburn, N. M. & Caplovitz, D. (1965). *Reports of Happiness*. Chicago, Aldine.

Canavarro, M. C., Pereira, M., Moreira, H., & Paredes, T. (2010). Qualidade de vida e saúde: Aplicações do WHOQOL. *Alicerces*, 243-268.

Carvalho, R. G. (2008). A dinâmica relacional da intervenção dos serviços de psicologia nas escolas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 21, 119-124.

Catré, M. N. C. Ferreira, J. A. Pessoa, T. Pereira, M., Canavarro, M. C., & Catré, A. (2014). O domínio SRPB (Spirituality, Religiousness and Personal Beliefs) do WHOQOL: O estudo com grupos focais para validação da versão em Português europeu do WHOQOL-SRPB. *Análise Psicológica*, 32 (4), 401-417.

Cavedini, P. (2008). *Decidir com Eficácia*. Prior Velho: Paulinas.

Cohen, S., Kessler, R. C., & Gordon, L. U. (1997). Strategies for measuring stress in studies of psychiatric and physical disorders. In S. Cohen, R. C. Kessler, & L. U. Gordon (Eds.), *Measuring Stress: A guide for health and social scientists* (pp. 3-26). New York: Oxford University Press.

Conselho da União Europeia. (2004). *Projecto de resolução do*  
Qualidade de Vida Espiritual, Bem-Estar Subjectivo e (In)decisão Vocacional  
de Alunos no Ensino Secundário  
Isabel Sofia Simões Azevedo (e-mail: isabel\_sofia\_simoes\_11@hotmail.com) 2016

*Conselho e dos Representantes dos Estados-Membros reunidos no Conselho relativa ao reforço das políticas, sistemas e práticas no domínio da orientação ao longo da vida na Europa*. Consultado em 21 Maio 2016, de [http://ec.europa.eu/education/lifelong-learning-policy/doc/guidance/resolution2004\\_pt.pdf](http://ec.europa.eu/education/lifelong-learning-policy/doc/guidance/resolution2004_pt.pdf)

Costa, A. B. D. O. (2013). Bem-estar Subjetivo: validação das escalas PANAS e SWLS a uma amostra de idosos portugueses institucionalizados.

Damásio, A. (1995). *O erro de Descartes*. Lisboa: Publicações Europa-América.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale, *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

Diener, E., Suh, E., Oishi, S. (1997). Recent Findings on Subjective Well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 25-41.

Diener, E. & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russel Sage Foundation.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.

Emmons, R. A. (2000a). Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition and the psychology of the ultimate concern. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10 (1), 3-26.

Emmons, R. A. (2000b). Spirituality and intelligence: Problems and prospects. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10 (1), 57-64.

Ferriss, A.L. (2002). Religion and the quality of life. *Journal of Happiness Studies*3(3):199-215.

Fleck, M. P., & Skevington, S. (2007). Explicando o significado do WHOQOL-SRPB. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34, 146-149.

Fowler, J. W. (1981). *Stages of faith: the psychology of human development and the quest for meaning*. San Francisco: Harper & Row.

Freitas, A. C. P. (2010). *Espiritualidade e sentido da vida na velhice tardia*. Belo Horizonte: Pontifícia Universidade Católica.

Fuqua, D. R., & Hartman, B. W. (1983). Differential diagnosis and treatment of career indecision. *Personnel and Guidance Journal*, 62, 27-29. doi: 10.1111/j.2164-4918.1983.tb00112.x

Galinha, I. C., & Ribeiro, J. L. P. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): I – Abordagem teórica ao conceito de afecto. *Análise Psicológica* (2005), 2 (XXIII): 209-218

Galinha, I., & Pais-Ribeiro, J. (2005). Contribuição para o estudo da versão Portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II – Estudo Psicométrico. *Análise Psicológica*, 23, 219-227.

Galinha, I. C., Pereira, C. R., & Esteves, F. G. (2013). Confirmatory factor analysis and temporal invariance of the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(4), 671-679.

Galotti, K. M. (2002). *Making decisions that matter*. Mahwah, NJ: LEA

Gayton, W. F., Calvoin, R. H., Calvin, S. L., & Broida, J. (2004). Further Validation of the Indecisiveness Scale *Psychological Reports*, 75, 1631-1634.

Gonçalves, C., & Coimbra, J. L. (2001). *Espiritualidade e desenvolvimento vocacional: ambiguidades e um ensaio de clarificação*.

Grom, B. (1994). Psychology of religion. *Annual Review of Psychology*, 39, 201-221.

Hartman, B. W., & Fuqua, D. R. (1983). Career indecision from a multidimensional perspective: A reply to Crites. *School Counselor*, 30, 340-346.

Heppner, M. J. & Hendricks, F. (1995). A process and outcome study examining career indecision and indecisiveness. *Journal of Counseling and Development*, 73, 426-437.

Holland, J. L., Daiger, D. C., & Power, P. G. (1980). *My Vocational Situation: Description of an experimental diagnostic form for the selection of vocational assistance*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Nasel, D. D. (2004). *Spiritual orientation in relation to spiritual intelligence: A new consideration of tradicional christianity and new age/individualistic spirituality*. Doctoral Dissertation, University of South Australia, Australia.

Nava, R. G. (2005). *Educación y espiritualidad. La educación como práctica espiritual*. Guadalajara, México: Ed. Fundación Internacional para la Educación Holística.

Neri, A. L. (Org). (2005). *Palavras-chave em gerontologia* (2ª ED.).

Campinas, Brasil: Alínea.

Ortega, J. & Gasset. La Historia como sistema. Obras completas, volume VI, p. 13-50. Madrid: Alianza, 1994.

Panzini, R. G., Rocha, N. D., Bandeira, D. R., & Fleck, M. D. A. (2007). Qualidade de vida e espiritualidade. *Revista de psiquiatria Clínica*, 34(1), 105-115.

Peterson, E. A., & Nelson, K. (1987). How to meet your client's spiritual needs. *Journal of Psychological Nursing*, 25, 34-39.

Pocinho, Margarida Dias, Correia, Armando, Carvalho, Renato Gil, & Silva, Carla. (2010). Influencia del género, de la familia y de los servicios de psicología y orientación en la toma de decisión de carrera. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 11(2), 201-212. Consultado a 21 de junho de 2016, de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-33902010000200005&lng=pt&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902010000200005&lng=pt&tlng=es).

Santos, P. J. (2007). *Dificuldades de escolha vocacional*. Coimbra: Almedina.

Santos, P. J. (2010). Adaptação e validação de uma versão portuguesa da Vocational Identity Scale. *Revista galego-portuguesa de psicoloxía e educación*, vol. 18,(1), Ano 14, 2010, p. 147-162.

Santos, P. J. (2011). Validação da Indecisiveness Scale com uma amostra de estudantes do ensino superior. In *Actas do VIII Congresso Iberoamericano de Avaliação/evaluación Psicológica e XV Conferência Internacional Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*.

Santos, P. J., & Ferreira, J. A. (2012). Career Decision Statuses Among Portuguese Secondary School Students: A Cluster Analytical Approach. *Journal of Career Assessment*, 20(2), 166-181.

Santos, P. J. (2013). Indecisividade: Definição, investigação e intervenção vocacional. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 14, 255-265.

Santos, P. J., Ferreira, J. A. & Gonçalves, C. M. (2014). Indecisiveness and career indecision: A test of a theoretical model. *Journal of Vocational Behavior*, 85(1), 106-114.

Santos, P. J., & Ferreira, J. A. (2015). Variáveis Predictoras da Indecisividade em Estudantes do Ensino Superior. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 16(1), 1-9.

Savickas, M. (1996). The spirit in career counseling: Fostering self-completion through work. In D. P. Bloch & L. J. Richmond (Eds.), *The quest for self completion through work: Connection between spirit and career*. Palo Alto, CA: Davies-Black Publishing (31-66).

Schwartz, B. (2004). *The paradox of choice*. New York: HarperCollins.

Shafranske, E. P., & Gorsuch, R. L. (1984). Factors associated with the perception of spirituality in psychotherapy. *Journal of Transpersonal Psychology, 16*, 231-241.

Simões, A. (1992). Ulterior Validação de uma Escala de Satisfação com a Vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia, XXVI (3)*, 503-515.

Simões, A., Ferreira, J. A. G. A., Lima, M., Pinheiro, M. R. M. M., Vieira, C., Matos, A., & Oliveira, A. (2000). O bem-estar subjectivo: Estado actual dos conhecimentos. *Psicologia, Educação e Cultura, 4(2)*, 243-279.

Simpson, J. A., Weiner, E. S. (1989). *The Oxford English Dictionary*. 2. ed. 20 V. Clarendon Press, Oxford.

Super, D. E. (1957). *The psychology of careers*. New York: Harper & Row.

Taveira, M. C. (2000). *Exploração e desenvolvimento vocacional de jovens*. Braga: Universidade do Minho, Instituto de Educação e Psicologia.

Tedesco, J. C. (1999). *O novo pacto educativo*. Vila Nova de Gaia: Fundação Manuel Leão.

Tiedeman, D. V. (1961). Decision and vocational development: A paradigm and its implications. *Personnel and Guidance Journal, 40*, 15-20. doi: 10.1002/j.2164-4918.1961.tb02078.x

Torralla, F. (2010). *Inteligência espiritual*. Barcelona: Plataforma Editorial.

Veenhoven, R. (2005). Is life getting better? How long and happily do people live in modern society? *European Psychologist, 10*, 330-343.

Watson, D., Clark, L., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 1063-1070.

WHOQOL SRPB Group. (2006). A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life. *Social Science & Medicine, 62*, 1486-1497.

Zohar, D., & Marshal, I. (2002). *Inteligência espiritual*. Barcelona:

Qualidade de Vida Espiritual, Bem-Estar Subjectivo e (In)decisão Vocacional de Alunos no Ensino Secundário  
Isabel Sofia Simões Azevedo (e-mail: isabel\_sofia\_simoes\_11@hotmail.com) 2016

RandomHouseMondadori, S.A.