

ARTIGO ORIGINAL

<https://doi.org/10.61910/ricm.v8i1.278>

Personalidade e bem-estar: há alguma correlação?

Personality and well-being: is there a correlation?

FABRÍCIA PINHEIRO FRANCO¹, JÚLIA CÁSSIA RIBEIRO GARBOCCI¹, JULIO DE MELO CAVESTRO²

¹ACADÊMICA DO CURSO DE MEDICINA DA FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE MINAS GERAIS – BELO HORIZONTE, MG-BRASIL

²DOCENTE NA FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE MINAS GERAIS – BELO HORIZONTE, MG-BRASIL

AUTOR PARA CORRESPONDÊNCIA: JULIO DE MELO CAVESTRO – RUA PIUM-I, 1518. CRUZEIRO – CEP: 30310-080 – BELO HORIZONTE, MG-BRASIL.

EMAIL: JULIOCAVESTRO@HOTMAIL.COM

RESUMO

Introdução: Os fatores da personalidade têm se destacado como possíveis preditores de bem-estar subjetivo (BES), sendo nomeados: extroversão, amabilidade, conscienciosidade, neuroticismo e abertura à experiência, pelo modelo *Big Five*. Pesquisas têm indicado que o BES estaria associado principalmente a altos níveis de Extroversão e baixos níveis de Neuroticismo. **Objetivo:** Analisar a associação dos fatores de personalidade do *Big Five* no bem-estar dos acadêmicos. **Método:** Estudo observacional transversal que utilizou os questionários *International Personality Pool* e Escala de Satisfação com a Vida para aferição dos atributos da personalidade e do BES, respectivamente, em universitários. **Resultados:** Com um total de 189 participantes, observou-se uma correlação positiva fraca dos atributos conscienciosidade, extroversão e socialização com a satisfação com a vida, significando que, à medida que eles aumentam, a satisfação tende a aumentar também. O neuroticismo teve correlação negativa fraca com a satisfação com a vida, demonstrando que quando aumenta, a satisfação tende a diminuir. A abertura à experiência teve correlação nula. Este estudo é compatível com outros apresentados na literatura, que sugerem que a avaliação subjetiva do bem-estar tem certa correspondência ao traço de personalidade. Os resultados não devem ser generalizados para a população, sendo representativos apenas da amostra coletada. **Conclusão:** Os traços de personalidade desempenharam um papel significativo na percepção subjetiva de felicidade da amostra avaliada. Neste estudo, o neuroticismo e a conscienciosidade tiveram maior influência no bem-estar, enquanto alguns resultados na literatura evidenciam mais a extroversão.

Palavras-chave: Personalidade; Inventário de Personalidade; Felicidade; Características Humanas; Inteligência Emocional.

ABSTRACT

Introduction: Personality factors have stood out as possible predictors of subjective well-being (SWB), being named: extroversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism and openness to experience, according to the Big Five model. Researches have indicated that SWB is mainly associated with high levels of extroversion and low levels of neuroticism. **Objective:** To analyze the association of Big Five personality factors with the well-being of academics. **Method:** Cross-sectional observational study that used the International Personality Pool and the Satisfaction with Life Scale questionnaires to measure personality attributes and subjective well-being, respectively, in university students. **Results:** With a total of 189 participants, a weak positive correlation

was observed between the attributes conscientiousness, extroversion and agreeableness with life satisfaction, meaning that as they increase, satisfaction tends to increase as well. Neuroticism had a weak negative correlation with life satisfaction, demonstrating that when it increases, satisfaction tends to decrease. openness to experience showed null correlation. This study is compatible with others presented in literature, which suggest that the subjective assessment of well-being has a certain correspondence with the personality trait. These results should not be generalized to the population, being only representative of the collected sample.

Conclusion: Personality traits played a significant role in the subjective perception of happiness in the evaluated sample. In this study, neuroticism and conscientiousness had a greater influence on well-being, while some results in literature point to Extroversion.

Keywords: Personality; Personality Inventory; Happiness; Human Characteristics; Emotional Intelligence.

INTRODUÇÃO

O bem-estar subjetivo (BES) refere-se a como as pessoas se sentem e a como avaliam suas vidas, correspondendo ao fenômeno de respostas emocionais e de julgamentos globais sobre a satisfação com a vida¹⁻⁹. Engloba a satisfação de vida geral, o afeto positivo e o afeto negativo, sendo que satisfação de vida global se refere à avaliação cognitiva positiva da vida como um todo; o afeto positivo expressa a frequência de emoções positivas experimentadas pelo sujeito; e o afeto negativo, a frequência de emoções negativas⁴. Nesse sentido, é possível identificar, dentre os conjuntos de fatores que influenciam o BES, aqueles que são intrínsecos ao sujeito, como aspectos psicológicos, valores, crenças, religiosidade e estratégias de coping⁵.

A adolescência abarca transformações biopsicológicas nas quais o indivíduo busca o controle e poder sobre a

sua vida, procurando exercer sua autonomia⁶. A experiência acadêmica é acompanhada por esses momentos de transformações e desafios que são vivenciados pelo estudante universitário¹⁰. Nesse sentido, altos níveis de BES na adolescência facilitam a vivência das transformações do período, fazendo com que percebam sua vida de maneira mais positiva⁶. Estudantes mais felizes possuem maior satisfação com a vida e com a vida acadêmica, têm menor probabilidade de abandonar a faculdade e apresentam mais autonomia e capacidade para resistir às dificuldades acadêmicas¹¹.

Os fatores de personalidade têm se destacado como importantes preditores de BES e a literatura indica que a influência da personalidade no bem-estar é substancial^{2,12}. A metanálise conduzida por Hayes e Joseph (2003) demonstrou que a personalidade explicou de 32% a 56% da variância dos escores em BES. Segundo Diener, Oishi e Lucas (2003), diferenças individuais em personalidade e BES são estáveis ao longo do tempo e possuem um componente genético de moderado a forte. Essas proposições levaram alguns autores a sugerir que o BES é determinado por predisposições inatas. Os fatores de personalidade têm se destacado como os principais preditores de BES, e o modelo de personalidade mais utilizado nessas pesquisas tem sido o *Big Five*, composto pelos cinco atributos: extroversão, neuroticismo, abertura, amabilidade e conscienciosidade^{3,12,15}.

A extroversão se refere ao grau de tolerância à estimulação sensorial vinda de outras pessoas e situações, sendo relacionada à cordialidade, sociabilidade, à força das interações com outras pessoas e à capacidade de estar feliz. O neuroticismo reflete diferenças individuais na predisposição para experimentar emoções negativas (por exemplo, ansiedade, humor depressivo, medo, irritabilidade ou baixa autoestima) e no grau de sensibilidade ao estresse. A abertura refere-se à abertura a novas experiências, revela diferenças individuais em curiosidade intelectual, apreciação da

beleza artística e imaginação. A amabilidade refere-se ao tipo de interação que uma pessoa mantém com as outras, estando relacionada a confiança, complacência, ternura e cooperação. A conscienciosidade refere-se a diferenças individuais em ser disciplinado, organizado e perseverante¹⁵.

A partir do modelo *Big Five*, pesquisas têm indicado que principalmente os fatores extroversão e neuroticismo destacam-se como os mais fortes influenciadores do bem-estar^{12,16}, de modo que a extroversão se associou com a presença de afeto positivo e o neuroticismo com a presença de afeto negativo. Sendo assim, a felicidade estaria associada a altos níveis de extroversão e baixos níveis de neuroticismo^{16,17}.

No Brasil, em uma amostra de estudantes universitários, os resultados indicam que a personalidade é um forte preditor de bem-estar, sendo obtidas correlações significativas entre os fatores neuroticismo, extroversão e amabilidade com BES¹⁸. Diante disso, esse estudo é crucial como perspectiva de aumentar as pesquisas na área, pretendendo elucidar os determinantes, bem como as variáveis relacionadas ao BES.

MÉTODO

Delineamento do estudo

Trata-se de uma pesquisa observacional analítica de caráter transversal, que objetivou analisar, entre os estudantes de uma faculdade privada de Minas Gerais, se os fatores de personalidade estão associados ao bem estar subjetivo.

Amostra

De acordo com cálculo amostral, considerando 5% de significância, 5% de erro e uma abordagem conservadora, o tamanho amostral objetivado foi de 385 participantes. A população escolhida para a amostra é constituída em sua totalidade por discentes, a partir de 18 anos. Como critérios de exclusão, foram considerados: acadêmicos não matriculados no curso de

Medicina, Psicologia, Enfermagem ou Fisioterapia da faculdade privada estudada ou não terem preenchido o Termo de Consentimento Livre Esclarecido.

Instrumentos

Como instrumento de coleta dos dados, foi aplicado um questionário por meio da plataforma digital Google Forms. O questionário utilizado foi baseado em dois questionários validados, sendo feitas adaptações para o melhor direcionamento das perguntas aos objetivos da presente pesquisa. Essas duas ferramentas auto aplicáveis são utilizadas para avaliar os fatores de personalidade e o bem-estar subjetivo. São, respectivamente, o questionário disponibilizado pela *International Personality Pool* e a Escala de Satisfação com a Vida. Optou-se pela adoção de uma versão do inventário sugerido para avaliação dos marcadores do Modelo *Big Five* (Tabela 1). As respostas são dadas numa escala tipo Likert de 5 pontos (1 = “Discordo Totalmente” e 5 = “Concordo Totalmente”).

O questionário empregado para avaliar o bem-estar é a Escala de Satisfação com a Vida (swls)¹⁹, composta por cinco itens que avaliam a dimensão cognitiva do bem-estar subjetivo (Tabela 2). Os participantes dão suas respostas em uma escala de 7 pontos, com os extremos 1 (discordo totalmente) e 7 (concordo totalmente). O swls apresenta propriedades psicométricas favoráveis, incluindo alta consistência interna e alta confiabilidade temporal.

Tabela 1 – Correlação das assertivas do questionário *International Personality Pool* e os fatores de personalidade

Fatores de Personalidade	Assertivas
Extroversão	Eu dou vida a uma festa. Falo com muitas pessoas diferentes em festas. Não falo muito. Fico em segundo plano (na retarguarda).
Socialização	Eu simpatizo com os sentimentos das pessoas. Sinto as emoções dos outros. Não me interessa realmente com os outros. Não tenho interesse relativo aos problemas das pessoas.
Conscienciosidade	Faço os trabalhos domésticos na hora. Gosto de ordem. Esqueço, frequentemente, de colocar as coisas de volta no seu devido lugar. Deixo as coisas desarrumadas.
Neuroticismo	Tenho mudanças de humor frequentes. Fico chateado facilmente. Estou relaxado a maior parte do tempo. Raramente me sinto triste.
Abertura à experiência	Tenho uma imaginação fértil. Tenho dificuldade em compreender ideias abstratas. Não estou interessado em ideias abstratas. Não tenho uma boa imaginação.

(Goldberg et al; 2006)

Tabela 2 – Escala de satisfação com a vida

Na maioria dos aspectos, minha vida é próxima ao meu ideal.
As condições da minha vida são excelentes.
Estou satisfeito(a) com minha vida.
Dentro do possível, tenho conseguido as coisas importantes que quero da vida.
Se pudesse viver uma segunda vez, não mudaria quase nada na minha vida.

(Diener et al; 1985)

Procedimentos

Foi aplicado um questionário por meio da plataforma digital Google Forms, divulgado aos discentes, através dos diversos grupos em redes sociais. Os formulários eletrônicos *online* foram respondidos após leitura e aceitação do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Por se tratar de uma pesquisa envolvendo seres humanos, os dados foram coletados após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa, sob número CAEE 60809022.0.0000.5134. Os princípios de ética foram respeitados e estão de acordo com a Resolução 466/12, do Conselho Nacional de Saúde.

Análise Estatística

As variáveis independentes analisadas no questionário foram: idade, curso, período e sexo. Os atributos da personalidade (extroversão; amabilidade; consciência; neuroticismo e abertura para experiência) foram avaliados a partir dos resultados individuais em relação a medidas estatísticas descritivas da amostra local, a soma das pontuações do questionário, relativa a cada fator de personalidade e à escala de satisfação com a vida.

Das metodologias estatísticas utilizadas neste estudo é possível destacar a estatística Descritiva e a Estatística Inferencial. A estatística Descritiva foi utilizada com o objetivo de caracterizar a amostra. Para a caracterização das variáveis qualitativas, foram utilizadas as frequências simples e as frequências percentuais. Para a caracterização das variáveis quantitativas foram utilizadas a mediana e a distância interquartilica, com o objetivo de medir a variabilidade do conjunto de dados. Dentro da Inferência, foram utilizados testes não paramétricos com o objetivo de medir o grau de associação entre as variáveis presentes no estudo com os testes de qui-quadrado e o teste exato de Fisher.

Para avaliar a correlação entre os fatores da personalidade e a satisfação com a vida, foi utilizado o coefi-

ciente de correlação de Kendall, medida de correlação não paramétrica que avalia o grau de associação entre duas variáveis, sendo preferível neste caso pelo padrão de distribuição de respostas encontrado na amostra.

RESULTADOS

O estudo contou com um total de 189 participantes, todos dentro dos critérios de inclusão. Destes, 148 (78%) são do sexo feminino e 41 (22%) são do sexo masculino. Dentre os entrevistados, 175 (93%) são alunos de Medicina, 10 (5,3%) cursam Enfermagem e 3 (1,6%) são alunos de Psicologia. Em relação às idades, observou-se que 158 (84%) estão contidos no intervalo entre 18 e 24 anos e 19 (10%) se encontram no intervalo entre 25 e 30 anos, o restante acima de 30 anos. Esses dados podem ser observados na tabela 3.

Tabela 3 - Caracterização da amostra e descrição das variáveis dos questionários

Características	N = 189 ¹
Curso	
Medicina	175 (93%)
Enfermagem	10 (5,3%)
Psicologia	3 (1,6%)
Fisioterapia	1 (0,5%)
Sexo	
Feminino	148 (78%)
Masculino	41 (22%)
Idade	
Entre 18 e 24	158 (84%)
Entre 25 e 30	19 (10%)
Maior de 30	12 (6,3%)
Fatores da Personalidade	
Extroversão	12,0 (10,0-15,0)
Socialização	17,00 (15,00- 19,00)
Conscienciosidade	14,0 (10,0-16,0)
Neuroticismo	14,0 (11,0-16,0)
Abertura à experiência	14,00 (12,00-15,00)
Satisfação com a vida	26,0 (22,0-30,0)

¹n (%); Mediana (AIQ)

Os fatores da personalidade foram analisados separadamente, sendo realizada a soma das respostas das perguntas respectivas a cada atributo, assim como a somatória das respostas da Escala de Satisfação com a Vida. A tabela 3 apresenta também a caracterização da amostra em relação à extroversão, à socialização, à conscienciosidade, ao neuroticismo, à abertura à experiência e à satisfação com a vida, de acordo com a mediana encontrada.

O atributo da extroversão apresentou mediana de 12,0, com Intervalo Interquartil (AIQ = 10,0-15,0). A socialização obteve mediana igual a 17,0 (15,0-19,0) e a conscienciosidade apresentou mediana de 14,0 (10,0-16,0), assim como o neuroticismo e a abertura à experiência (11,0-16,0 e 12,0-15,0 respectivamente). A satisfação com a vida apresentou mediana de 26,0 (22,0-30,0).

A tabela 4 apresenta o teste da soma de *Postos de Wilcoxon* aplicado às variáveis de interesse. Observa-

se que houve diferença estatisticamente significativa entre os níveis de socialização e de neuroticismo entre homens e mulheres, com valor *p* de 0,003 e 0,004 respectivamente, sendo os níveis desses atributos mais baixos no sexo masculino.

A mediana da pontuação de socialização para mulheres é a mesma da amostra total, de 17,0, enquanto a mediana para homens é de 16,0, ligeiramente menor. Além disso, o intervalo interquartil para homens é mais estreito, variando de 13,0 a 18,0. De modo semelhante, a mediana da pontuação de neuroticismo para o sexo feminino é de 14,0, assim como da amostra total, enquanto a mediana da pontuação de neuroticismo para o sexo masculino é de 12,0, mais baixa do que a amostra total e sexo feminino.

Os níveis de extroversão, conscienciosidade e abertura à experiência não mostraram diferença estatisticamente significativa entre os sexos.

Tabela 4 – Atributos da personalidade de acordo com o Sexo

Características	Total, N = 189 ¹	Sexo		Valor p ²
		Feminino, N = 148 ¹	Masculino, N = 41 ¹	
Extroversão	12,0 (10,0-15,0)	12,0 (10,0-15,0)	13,0 (10,0-15,0)	0,4
Socialização	17,00 (15,00-19,00)	17,00 (15,00-19,00)	16,00 (13,00-18,00)	0,003
Conscienciosidade	14,0 (10,0-16,0)	13,5 (10,0-17,0)	14,0 (12,0-16,0)	0,7
Neuroticismo	14,0 (11,0-16,0)	14,0 (12,0-16,0)	12,0 (9,0-15,0)	0,004
Abertura à Experiência	14,00 (12,00-15,00)	13,00 (12,00-15,00)	14,00 (12,00-16,00)	0,069

¹Mediana (AIQ)

²Teste de soma de postos de Wilcoxon

De acordo com os resultados encontrados, foi possível avaliar a presença ou não de correlação entre os níveis de satisfação com a vida e os atributos da personalidade, de acordo com o coeficiente de correlação de *Kendall*. O valor encontrado varia de -1 a +1, onde: $\tau = +1$ indica uma correlação perfeita positiva, $\tau = -1$

indica uma correlação perfeita negativa e $\tau \approx 0$ indica uma correlação fraca ou nula.

O atributo da extroversão apresentou $\tau = 0,15$, o neuroticismo teve $\tau = -0,33$, a abertura à experiência mostrou $\tau = 0,00$, a conscienciosidade apresentou $\tau = 0,23$ e a socialização teve coeficiente $\tau = 0,13$. A correlação

com a variável da abertura à experiência teve p-valor = 0,9907, enquanto as demais variáveis constaram p-valor < 0,01. Esses resultados estão expressos na tabela 5.

Tabela 5 - Correlação entre os atributos da personalidade e a satisfação com a vida

Atributo da Personalidade	Coefficiente de Correlação (τ)	Valor p
Extroversão	0,15	< 0,01
Neuroticismo	-0,33	< 0,01
Abertura à Experiência	0,00	0,9907
Conscienciosidade	0,23	< 0,01
Socialização	0,13	< 0,01

Esses valores indicam que há uma correlação positiva fraca entre a conscienciosidade e a satisfação com a vida, o que significa que quando a conscienciosidade aumenta, a satisfação tende a aumentar também. Por outro lado, o neuroticismo teve correlação negativa fraca com a satisfação com a vida, demonstrando que quando esse atributo aumenta, a satisfação tende a diminuir.

Os atributos de extroversão e socialização também apresentaram correlação positiva fraca com a satisfação com a vida. Já o atributo de abertura à experiência teve correlação nula, de modo que não há uma relação clara entre essa variável e a satisfação, com base nos dados analisados. Além disso, o p-valor = 0,9907 na correlação da abertura à experiência com a satisfação sugere que não é estatisticamente significativa, o que reforça a interpretação anterior de que não há uma relação clara entre essas duas variáveis.

É importante ressaltar que os resultados obtidos não devem ser generalizados para a população de interesse, sendo representativos apenas da amostra coletada.

DISCUSSÃO

A amostra foi composta por 189 participantes, sendo a maioria do sexo feminino (78%). Os resultados indicam que o neuroticismo, caracterizado por baixa es-

tabilidade emocional, apresenta associação com níveis mais baixos de satisfação com a vida. Por outro lado, os resultados sugerem que alunos com maiores níveis de conscienciosidade possuem maior satisfação com a própria vida. Nesse sentido, aqueles indivíduos que são mais ansiosos e apresentam maior irritabilidade têm um juízo mais negativo em relação à vida, comparados com aqueles que são mais calmos e pacientes. Somado a isso, aqueles mais focados, organizados e responsáveis possuem uma vivência maior de afetos positivos, associados com a satisfação com a própria vida.

Além disso, os resultados evidenciaram que a extroversão e a socialização apresentaram correlação positiva fraca com os níveis de satisfação com a vida. Diante disso, pode-se inferir que os estudantes que são mais autoconfiantes, dominantes e ativos tendem a uma vivência maior de afetos positivos do que de afetos negativos. O mesmo ocorre com aqueles que são mais amáveis, gentis, atenciosos e prestativos.

O bem-estar subjetivo é um elemento importante da qualidade de vida e da psicologia positiva, sendo composto por duas dimensões, a cognitiva e a afetiva. A dimensão cognitiva é representada pela satisfação com a vida e a dimensão afetiva por reações emocionais estáveis. Desse modo, o bem-estar subjetivo é a reação avaliativa das pessoas à sua própria vida diante dessas duas dimensões¹⁸. Altos níveis de bem-estar facilitam o desenvolvimento frente a intensas transformações do período da juventude, fazendo com que percebam sua vida de maneira mais positiva⁶. Consequentemente, estudantes mais felizes apresentam maior satisfação com a vida, inclusive com a sua vida acadêmica, apresentando participação e sucesso no processo de ensino-aprendizagem com maior autonomia e capacidade para persistir nas tarefas acadêmicas¹¹.

Esses resultados são corroborados por outros estudos que também avaliam o *Big Five* como preditores de bem-estar subjetivo. No estudo conduzido por Grant

et al, 2009, no qual foram investigados a relação entre os traços *Big Five* e o bem-estar subjetivo e psicológico entre 211 homens e mulheres, indicou-se a relação entre extroversão, neuroticismo e conscienciosidade com o bem-estar geral. Nesse caso, o bem-estar e as experiências emocionais positivas, como felicidade e alegria, são mais frequentes quando comparadas às negativas, como raiva, vergonha, depressão e ansiedade. Ademais, permite avaliar a satisfação com a própria vida como um todo, como no contexto acadêmico.

Em outro estudo, que teve como objetivo explorar a contribuição do *Big Five* para a felicidade em uma amostra de 372 estudantes universitários, as análises de regressão mostraram que a estabilidade emocional e os traços de extroversão foram os preditores mais fortes de bem-estar subjetivo¹².

Aprofundando nesses quesitos, uma pesquisa com 153 estudantes de graduação suecos buscou determinar se a relação entre traços de personalidade e bem-estar subjetivo difere quando o componente afetivo é medido em termos de frequência ou intensidade. Os resultados revelaram que o efeito do neuroticismo, em comparação com a extroversão, foi mais forte no bem-estar subjetivo, independente da dimensão do componente afetivo¹⁶.

No Brasil, uma investigação sobre as relações entre a personalidade e o bem-estar subjetivo em alunos do ensino superior demonstrou correlações estatisticamente significativas entre satisfação com a vida e todas as dimensões da personalidade, com exceção do neuroticismo. Os resultados indicam que a personalidade é um fator preditor de bem-estar¹⁸.

Com isso, apesar de representar apenas a amostra coletada, o presente estudo é compatível com outros apresentados na literatura, que sugerem que a personalidade tem uma contribuição estabelecida na variação da satisfação com a vida relatada, podendo exceder ainda

a influência das circunstâncias individuais de vida no BES. Assim, afirma-se que os traços de personalidade têm, no geral, correspondência com a avaliação subjetiva de uma pessoa de seu próprio bem-estar⁵. Vários estudos têm mostrado esses fatores como um dos principais preditores de bem-estar subjetivo, o que ressalta a importância de englobar a personalidade para entender a felicidade. Dentro do *Big Five*, os traços de neuroticismo e extroversão parecem ser os preditores mais fortes e consistentes de bem-estar¹².

Diante do apresentado e considerando a população alvo do estudo, podem ser sugeridas ações que instruem os estudantes na análise pessoal desses fatores e que possam auxiliar no seu manejo frente as situações acadêmicas e em suas vidas como um todo. É necessário, contudo, compreender que os fatores de personalidade são características individuais que muitas vezes são trabalhadas de forma pessoal. Intervenções em grupo devem ser avaliadas em seu verdadeiro impacto e efetividade, mas podem objetivar uma maior conscientização sobre esse tópico, despertando um desejo individual de melhora. Outra opção seria a oferta de programas de apoio psicológico àqueles estudantes que apresentarem essa demanda.

Outras intervenções podem ser elaboradas levando em conta o treinamento de relações pessoais não-julgadoras, nas quais o indivíduo passa a considerar as emoções dos outros como boas e adequadas. Esse tipo de interação tem impacto no controle de pensamentos automáticos, especialmente diminuindo a ruminação, e regulando pensamentos negativos, resultando num aumento da felicidade¹². Por fim, podem haver programas que estimulem a adesão dos jovens a atividade físicas e atividades de lazer, dada a sua importância para um melhor desenvolvimento de interações sociais positivas, uma maior prevalência de afetos positivos e uma estabilização do estado de saúde mental,

que também se interligam ao neuroticismo, à conscienciosidade e a outros atributos²¹.

CONCLUSÃO

A presente pesquisa teve como objetivo analisar a associação da personalidade no bem-estar em uma amostra de estudantes de uma faculdade privada. A partir dos resultados deste estudo, é possível constatar que os traços de personalidade desempenharam um papel significativo na percepção subjetiva de felicidade da amostra avaliada. Neste estudo, o neuroticismo e a conscienciosidade foram os fatores de personalidade com maior influência no bem-estar. Esta pesquisa apresentou como limitação uma pequena amostra alcançada, tendo em vista o cálculo amostral inicial. Além disso, os resultados mais significativos na literatura evidenciam a extroversão como um dos traços de personalidade que mais associam positivamente com o bem-estar. No entanto, na presente pesquisa o traço que mais associou-se positivamente ao bem-estar foi a conscienciosidade. Isso pode ser justificado pela pouca heterogeneidade da amostra, com muitos universitários cursando medicina, o que pode favorecer níveis mais elevados de conscienciosidade, uma vez que esses estudantes tendem a ser indivíduos mais disciplinados, organizados e esforçados.

REFERÊNCIAS

1. Diener, E, Lucas RE, Oishi S. Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology* 2018;4(1):15.
2. Das kv, Jones-Harrell C, Fan Y, Ramaswami A, Orlove B, Botchwey N. Understanding subjective well-being: perspectives from psychology and public health. *Public Health Reviews* 2020;41(1):1-32.
3. Lampropoulou A. Personality, school, and family: what is their role in adolescents' subjective well-being. *Journal Of Adolescence* 2018;67(1):12-21.
4. Soares AKS, Filho JALA, Ribeiro MGC, Rezende AT. Avaliando o papel da procrastinação acadêmica e bem-estar subjetivo na predição da satisfação com o programa de pós-graduação. *Ciencias Psicológicas* 2020;14(1):e-2078.
5. Nascimento AM, Taissun AS, Martins vbc. Bem-Estar subjetivo, Bem-Estar social e qualidade de vida relacionada à saúde: O caso da Fisioterapia. *Revista Científica da Faculdade Sete de Setembro* 2019;13(21):240-254.
6. Silva DG, Dell'aglio DD. Avaliação do bem-estar subjetivo em adolescentes: Relações com sexo e faixa etária. *Análise Psicológica* 2018;36(2):133-143.
7. Oliveira E, Merino MD, Privado J, Almeida L. Escala de Funcionamento Psicológico Positivo: Adaptação e Estudos Iniciais de Validação em Universitários Portugueses. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica* 2018;3(48):151-162.
8. Delgado P, Carvalho J, Correia F. Viver em acolhimento familiar ou residencial: O bem-estar subjetivo de adolescentes em Portugal. *Psicoperspectivas* 2019;18(2):86-97.
9. Medeiros LKA, Martins RR. Análise comparativa de estudos sobre bem-estar subjetivo no Brasil: Aspectos epistemológicos, metodológicos e teóricos. *Estudos e Pesquisas em Psicologia* 2020;20(3):953-975.
10. Franco JR, Júnior MBS, Borges JWP, Silva ES. Análise do comportamento de promoção da saúde e do bem-estar pessoal em universitários. *Revista de APS* 2019;22(1):7-22.
11. Reppold C, Kaiser V, Zanon C, Hutz C, Casanova JR, Almeida LS. Escala de Satisfação com a Vida: Evidências de validade e precisão junto de universitários portugueses. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación* 2019;6(1):15-23.
12. Ortet G, Pinazo D, Walker D, Gallego S, Mezquita L, Ibáñez MI. Personality and nonjudging make you happier: Contribution of the Five-Factor Model, mindfulness facets and a mindfulness intervention to subjective well-being. *PLOS ONE* 2020;15(2):e0228655.
13. Hayes N, Joseph S. Big 5 Correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences* 2003;34(4):723-72.
14. Diener E, Oishi S, Lucas R. Personality, Culture and subjective well-being: emotional and cognitive

- evaluations of life. *Annual Review of psychology* 2003;54:403-425.
15. Lyon KA, Elliott R, Ware K, Juhasz G, Brown LJE. Associations between Facets and Aspects of Big Five Personality and Affective Disorders: A Systematic Review and Best Evidence Synthesis. *Journal Of Affective Disorders* 2021;288:175-188.
 16. Garcia D, Erlandsson A. The Relationship Between Personality and Subjective Well-Being: Different Association Patterns When Measuring the Affective Component in Frequency and Intensity. *Journal of Happiness Studies* 2011;12(6):1023-1034.
 17. Grant S, Langan-Fox J, Anglim. The Big Five traits as predictors of subjective and psychological well-being. *Psychological Reports* 2009;105(1):205-231.
 18. Francisco M, Félix D, Ferreira J. Personalidade, resiliência e bem-estar subjetivo de alunos do ensino superior. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación* 2022;9:302-313.
 19. Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Grifn S. The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment* 1985;49:71-75.
 20. Goldberg LR, Johnson JA, Eber HW, Hogan R, Ashton MC, Cloninger CR, et al. The International Personality Item Pool and the future of public-domain personality measures. *Journal of Research in Personality* 2006;40:84-96.
 21. Asquith, S.L., Wang, X., Quintana, D.S. Abraham, A. The role of personality traits and leisure activities in predicting wellbeing in young people. *BMC Psychol* 2022;10(1):249.