

**Universidades Lusíada**

Urcioli, Júlia Simões Pires Santos

**Satisfação com a vida e envolvimento com a sustentabilidade em adolescentes**

<http://hdl.handle.net/11067/6233>

**Metadados**

**Data de Publicação**

2021

**Resumo**

Resumo: O presente projeto de investigação pretende avaliar a existência de uma relação entre as variáveis, satisfação com a vida e envolvimento com a sustentabilidade. Esta investigação centrou-se numa abordagem quantitativa e num método correlacional. Com uma amostra de 502 adolescentes portugueses, de ambos os sexos que encontram-se a estudar no 7º ano em diferentes escolas de Portugal. Para avaliação das variáveis utilizou-se os instrumentos: Escala Breve de Satisfação com a Vida (EBSV...

Abstract: This research project aims to assess the existence of a relationship between the variables, satisfaction with life and involvement with sustainability. This investigation focused on a quantitative approach and a correlational method. With a sample of 502 Portuguese adolescents, of both sexes, who are studying in the 7th grade in different schools in Portugal. To evaluate the variables, the following instruments were used: Brief Life Satisfaction Scale (EBSV) and Inventory of Involvement...

**Palavras Chave**

Psicologia clínica, Adolescentes, Satisfação com a vida

**Tipo**

masterThesis

**Revisão de Pares**

Não

**Coleções**

[ULP-IPCE] Dissertações

Esta página foi gerada automaticamente em 2025-05-17T09:19:45Z com informação proveniente do Repositório



Universidade Lusíada - Norte  
Porto

# Satisfação com a vida e envolvimento com a sustentabilidade em adolescentes

---

Dissertação de Mestrado em **Psicologia Clínica**

Instituto de Psicologia e Ciências da Educação

Universidade Lusíada - Norte (Porto)

PORTO, 2021

---

Julia Simões Pires Santos Urcioli

---



instituto de psicologia  
e Ciências da Educação  
Universidade Lusíada - Norte (Porto)



Universidade Lusíada - Norte  
Porto

# Satisfação com a vida e envolvimento com a sustentabilidade em adolescentes

---

**Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica**  
Instituto de Psicologia e Ciências da Educação  
**Universidade Lusíada - Norte (Porto)**

PORTO, 2021

---

Julia Simões Pires Santos Urcioli

---

Trabalho efectuado sob a orientação do/a

**Professora Doutora Ana Meireles**



instituto de psicologia  
e Ciências da Educação  
Universidade Lusíada - Norte (Porto)

## **Agradecimentos**

Ao finalizar este percurso, quero agradecer a todos aqueles que me apoiaram direta ou indiretamente durante a minha trajetória para a finalização deste trabalho e para o meu crescimento profissional e pessoal.

Agradeço a minha família, por estarem sempre presentes, me apoiarem e acreditarem que eu era capaz de finalizar esta etapa.

Agradeço as minhas colegas por me darem apoio, suporte e incentivo.

E agradeço imensamente à minha orientadora Professora Doutora Ana Meireles, por todos os conhecimentos e experiências transmitidas, disponibilidade, carinho e auxílio, principalmente nos maiores períodos de dificuldade. Quando já pensava não ser capaz de concretizar este percurso, ela mostrou-me que eu era capaz, deu-me forças e me apoiou até o fim.

**Índice**

|  |    |
|--|----|
| Resumo.....  | 4  |
| Abstract .....   | 5  |
| Introdução .....   | 6  |
| Envolvimento com a sustentabilidade.....                         | 6  |
| Satisfação com a vida.....                                       | 8  |
| Envolvimento com a sustentabilidade e satisfação com a vida..... | 9  |
| Método .....   | 12 |
| Participantes.....   | 12 |
| Instrumentos de avaliação.....                                   | 13 |
| Procedimentos.....   | 16 |
| Recolha de dados.....  | 16 |
| Análise de dados.....  | 18 |
| Resultados.....  | 18 |
| Discussão dos resultados.....                                    | 23 |
| Conclusão.....   | 26 |
| Referências bibliográficas.....                                  | 27 |

## Índice de Tabelas

**Tabela 1. Caracterização sociodemográfica dos participantes.....20**

**Tabela 2. Correlações com Teste de Pearson entre Satisfação com a Vida e o  
Envolvimento com o Desenvolvimento Sustentável.....21**

## Resumo

O presente projeto de investigação pretende avaliar a existência de uma relação entre as variáveis, satisfação com a vida e envolvimento com a sustentabilidade. Esta investigação centrou-se numa abordagem quantitativa e num método correlacional. Com uma amostra de 502 adolescentes portugueses, de ambos os sexos que encontram-se a estudar no 7º ano em diferentes escolas de Portugal. Para avaliação das variáveis utilizou-se os instrumentos: Escala Breve de Satisfação com a Vida (EBSV) e Inventário de Envolvimento e Não Envolvimento com o Desenvolvimento Sustentável (EDiSDI). Procedeu-se uma análise descritiva das variáveis sociodemográficas e uma análise correlacional, para a verificação da existência de uma relação significativa entre as variáveis do estudo. Quanto ao resultado do estudo, obteve-se uma relação significativa e positiva entre as variáveis satisfação com a vida e envolvimento com a sustentabilidade. Concluiu-se que os adolescentes que apresentam maior satisfação com a vida apresentam maior envolvimento com a sustentabilidade global e vice e versa. Estes resultados podem também informar novas políticas ambientais que apostem no envolvimento activo dos jovens tendo em conta o papel que a própria satisfação com a vida desempenha nos seus comportamentos face à sustentabilidade.

**Palavras-Chaves:** envolvimento sustentável, satisfação com a vida.

## **Abstract**

This research project aims to assess the existence of a relationship between the variables, satisfaction with life and involvement with sustainability. This investigation focused on a quantitative approach and a correlational method. With a sample of 502 Portuguese adolescents, of both sexes, who are studying in the 7th grade in different schools in Portugal. To evaluate the variables, the following instruments were used: Brief Life Satisfaction Scale (EBSV) and Inventory of Involvement and Non-Involvement with Sustainable Development (EDiSDI). A descriptive analysis of the sociodemographic variables and a correlational analysis were carried out to verify the existence of a significant relationship between the study variables. As for the results of the study, there was a significant and positive relationship between the variables satisfaction with life and involvement with sustainability. It was concluded that adolescents who have greater satisfaction with life are more involved with global sustainability and vice versa. These results can also inform new environmental policies that focus on the active involvement of young people, taking into account the role that life satisfaction plays in their behavior towards sustainability.

**Keywords:** sustainable involvement, life satisfaction.



## **Introdução**

### **Envolvimento com a sustentabilidade**

As questões ambientais estão intimamente associadas à qualidade de vida avaliada de várias perspectivas, incluindo a ambiental, social, econômica e o bem-estar subjetivo (Kaida & Kaida, 2016).

Ojala (2013) argumenta que a mudança climática global não é apenas um problema ambiental, mas também um problema sócio-psicológico, tanto no sentido de que o estilo de vida do mundo ocidental contribui em grande medida para a mudança climática, quanto no sentido de que a complexidade e a gravidade deste problema pode transformar-se em um fator de estresse psicológico, uma vez que a forma como as pessoas lidam psicologicamente com a mudança climática pode estar relacionada tanto ao compromisso ambiental quanto ao bem-estar. Neste âmbito, o autor considera que é importante perceber em particular o modo como os jovens lidam com os impactos ambientais negativos a nível psicológico, uma vez que são os futuros políticos, líderes empresariais e cientistas.

O envolvimento dos jovens na sociedade está a ser visto como uma função importante e decisiva para o futuro. Para além disso, é importante que este envolvimento se relacione com o sentido de competência dos jovens para a ação, obtendo assim um envolvimento cívico e social dentro dos papéis que os jovens possam ocupar. Desta forma, pode-se refletir que o envolvimento dos jovens em diversas áreas da sociedade, demonstra a capacidade de responsabilidade destes jovens, com o intuito de gerar

benefícios para a sociedade e para o mundo, sendo esta responsabilidade explícita por atitudes, comportamentos e conhecimentos (Soares, 2017).

A política ambiental voltada para a solução das questões ambientais deve encontrar apoio no nível do cidadão (Ferrer-i-Carbonell & Gowdy, 2007). A este propósito, Moreira et al. (2020) consideram que para a promoção do desenvolvimento da sustentabilidade é necessário mudar os padrões comportamentais das pessoas, já que o compromisso com o desenvolvimento sustentável é visto como um estado de conexão e envolvimento multidimensional, que envolve componentes afetivas, cognitivas e comportamentais relativamente à sustentabilidade. Portanto, para uma transição efetiva para uma sociedade sustentável, é importante que os indivíduos mudem seus padrões de comportamento visando reduzir seu impacto ambiental (Venhoeven, et al., 2013).

Visto o envolvimento com a sustentabilidade possuir um carácter multidimensional, nomeadamente dimensões cognitivas, emocionais e comportamentais. Pode-se descrever o envolvimento sustentável cognitivo como representações pró-sustentáveis, ou seja, perceções, crenças, e atitudes. O envolvimento sustentável emocional refere-se aos estados emocionais relevantes para o envolvimento, tais como interesse e orgulho, e um sentido de identificação e conexão com questões de desenvolvimento sustentável. Por fim, o envolvimento sustentável comportamental refere-se a indicadores evidentes tais como comportamentos e acções relativas ao desenvolvimento sustentável que incluem a participação activa e o esforço em ser sustentável (Moreira, et al., 2020).

O Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (PNUMA) aponta a importância de compreender e promover comportamentos ambientalmente responsáveis na vida humana, tanto a nível individual quanto social, para a aquisição de sociedades ambientalmente sustentáveis (Kaida & Kaida, 2016).

O comportamento pró-ambiental é definido por Kaida e Kaida (2016) como um comportamento responsável pela proteção do meio ambiente em seus diversos domínios, incluindo o consumo de recursos (por exemplo, economia de água), conservação natural (por exemplo, participação na conservação da água e das florestas), impacto da mudança climática (por exemplo, mudança de combustíveis fósseis para combustíveis alternativos ou renováveis), e apoio a produtos ecológicos (por exemplo, compra de alimentos orgânicos), sendo que este estilo de comportamento tem sido positivamente correlacionado com medidas de bem-estar subjetivo. Portanto, o desempenho de um comportamento pró-ambiental conduz a resultados preferíveis tanto ambientalmente quanto psicologicamente no futuro, não apenas porque este comportamento é bom para o ambiente em si, mas também porque aumenta os sentimentos positivos gerais na vida de cada um e pode manter o melhor estado de bem-estar subjetivo a longo prazo (Kaida & Kaida, 2016). Estes autores mostraram mesmo que fatores psicológicos desempenham um papel importante na promoção do consumo sustentável de recursos naturais e energia, particularmente em casa.

### **Satisfação com a vida**

Segundo Barrington-Leigh (2020), a satisfação com a vida é definida como a avaliação cognitiva da satisfação das condições que um sujeito faz da sua própria vida com base nos fatores que considera mais relevantes, fazendo sentido considerar este constructo da satisfação com a vida como um indicador principal de pesquisa, visto que

a sua natureza subjetiva remete para a percepção da experiência vivida de uma determinada população- alvo.

A satisfação com a vida está assim associada ao bem-estar completo, sendo considerado como um índice da qualidade de vida total que está relacionado com a saúde e o estilo de vida, pelo que para analisá-la deve-se incluir o bem-estar geral e subjetivo dos indivíduos, sendo frequentemente usada como sinónimo de bem-estar subjetivo, qualidade de vida ou felicidade (Barrington-Leigh, 2020).

A satisfação com a vida é moldada pela genética, fatores sociais e mudanças nas circunstâncias da vida, no entanto, é modificável através de uma série de intervenções que podem ser aplicadas entre indivíduos, como a terapia, expressão de gratidão, atividade física, entre outras (Kim, et al., 2021).

### **Envolvimento com a sustentabilidade e satisfação com a vida**

De acordo com o Relatório Mundial da Felicidade, é perfeitamente possível adotar estilos de vida e tecnologias em que, ao mesmo tempo que promovem mais felicidade dos indivíduos, reduzem os danos humanos no meio ambiente, sendo possível observar que o comportamento pró-ambiental pode levar a um aumento no bem-estar (Venhoeven, et al., 2013). De acordo com aquele relatório, consumir de forma pró-ambiental está significativamente relacionado a um maior bem-estar pessoal, maior satisfação geral com a vida e mais felicidade.

As iniciativas de sustentabilidade podem mesmo fornecer um terreno fértil para o crescimento pessoal e outras dimensões do bem-estar psicológico, sendo que o bem-estar

é um dos principais benefícios que as pessoas obtêm ao se envolver em nichos de sustentabilidade (Mock, et al., 2019).

Kasser (2009), sugere que viver de forma ecologicamente sustentável pode promover o bem-estar, uma vez que foi possível observar que os indivíduos que experimentaram alta satisfação com a vida e altos níveis de afeto positivo demonstraram um envolvimento significativamente maior em comportamentos ecologicamente sustentáveis em relação aos indivíduos que experimentaram baixa satisfação com a vida e altos níveis de afeto negativo.

O impacto positivo por meio do envolvimento com o meio ambiente natural e seus serviços no bem-estar psicológico foi documentado tanto a nível individual como a nível comunitário, como por exemplo ao nível dos espaços verdes comuns em áreas urbanas têm sido associados a níveis mais altos de coesão da comunidade e interação social entre os vizinhos revelando o impacto do acesso a espaços verdes no bem-estar fisiológico e psicológico (Summers, et al., 2012).

Para sobreviver e prosperar psicologicamente, Kasser (2009) sugere que os humanos devem ter certas necessidades psicológicas satisfeitas, respetivamente de proteção, competência, relacionamento e autonomia, e que a satisfação dessas necessidades psicológicas depende tanto dos ambientes em que estes estão inseridos quanto dos comportamentos em que se envolvem. Portanto, para este autor, a experiência de viver em ambientes ecologicamente sustentáveis pode conduzir à satisfação das necessidades psicológicas, considerando também que os comportamentos que promovem a ecologia e a sustentabilidade pode simultaneamente satisfazer tais necessidades psicológicas cruciais para o bem-estar.

Desta forma, sugere-se que as associações positivas entre o envolvimento com a sustentabilidade e a satisfação com a vida podem ocorrer, pelo menos em parte, porque viver de forma sustentável cria ambientes e apoia comportamentos que satisfazem as necessidades psicológicas, podendo o bem-estar pessoal ser promovido por comportamentos e ambientes ecologicamente sustentáveis (Kasser, 2009). Ferrer-i-Carbonell e Gowdy (2007) também sugerem que pessoas mais satisfeitas com a vida tem maior probabilidade de exibir atitudes positivas em relação ao meio ambiente, e de envolver-se em questões sustentáveis.

Neste âmbito, demonstra-se pertinente uma investigação acerca da relação entre a satisfação com a vida e o envolvimento com a sustentabilidade nos jovens, considerando a importância dos comportamentos pró-sustentáveis para a satisfação com a vida e vice versa. Portanto o estudo em causa tem como objetivo analisar a relação entre a satisfação com a vida e o envolvimento com o desenvolvimento sustentável em adolescentes.

Procura-se assim dar resposta à seguinte questão de investigação: Existe associação significativa entre a satisfação com a vida e o envolvimento com a sustentabilidade em adolescentes? Tendo como hipótese de estudo a existência de uma correlação positiva significativa entre as variáveis de estudo, nomeadamente a satisfação com a vida e o envolvimento com a sustentabilidade.

## Método

### Participantes

A amostra deste estudo é do tipo não-probabilístico por conveniência. É constituída por 502 adolescentes portugueses que encontram-se no 7º ano de escolaridade e estão a estudar em diferentes escolas em Portugal. Sendo 264 participantes do sexo feminino (52.6%) e 238 do sexo masculino (47.4%).

Estes participantes apresentam idades compreendidas entre os 12 e os 13 anos de idade, com uma média das idades de 12,48 (DP= 0,02).

Desta forma, são considerados como critério de inclusão indivíduos de ambos os sexos, de nacionalidade portuguesa, que possuem entre os 12 e os 13 anos de idade, que encontram-se no 7º ano de escolaridade em escolas localizadas em Portugal.

## **Instrumentos de avaliação**

Para atender os objetivos da pesquisa, utilizou-se, três instrumentos de autorrelato, sendo eles o questionário sociodemográfico, o Inventário de Envolvimento e Não Envolvimento com o Desenvolvimento Sustentável (EDiSDI) e a Escala Breve de Satisfação com a Vida (EBSV).

### ***Questionário Sociodemográfico***

Foi utilizado um questionário sociodemográfico para avaliar as características sociodemográficas da amostra, nomeadamente sexo, idade, agregado familiar, estado civil do pai, estado civil da mãe, escolaridade do pai, escolaridade da mãe, situação profissional do pai e situação profissional da mãe.

### ***Inventário de Envolvimento e Não Envolvimento com o Desenvolvimento Sustentável***

O Inventário de Envolvimento e Não Envolvimento com o Desenvolvimento Sustentável (EDiSDI) (Moreira, et al., 2020), tem como objetivo medir o grau de envolvimento e não envolvimento em relação ao desenvolvimento sustentável.

Este é constituído por 38 itens que estão organizados em três componentes (cognitiva, emocional e comportamental) de cada dimensão (envolvimento / não envolvimento com o desenvolvimento sustentável), designadamente:



. o Envolvimento cognitivo com a sustentabilidade global (3 itens), “*Se cada um de nós fizer pequenas coisas no seu dia-a-dia isso terá muita importância para o planeta*”;

. o Não Envolvimento cognitivo com a sustentabilidade global (8 itens), com afirmações como “*Penso que as pessoas que se interessam muito pelo futuro do planeta são fanáticas (ou um pouco loucas)*”;

. o Envolvimento comportamental com a sustentabilidade global (5 itens), “*No meu dia-a-dia esforço-me para fazer coisas que protejam o planeta ou o ambiente*”;

. o Não envolvimento comportamental com a sustentabilidade global (5 itens), “*Não costumo pensar em como os meus hábitos e comportamentos afectam o planeta ou o ambiente*”;

. o Envolvimento emocional com a sustentabilidade global (5 itens), “*Sinto-me orgulhoso das coisas que faço para tornar o mundo melhor*”;

. Não envolvimento emocional com a sustentabilidade global (4 itens), “*As questões de sustentabilidade do planeta são irritantes*”;

Adicionalmente a escala permite ainda avaliar o papel do contexto escolar e familiar no envolvimento com a sustentabilidade, considerando mais duas subescalas:

. o Envolvimento da escola com a sustentabilidade global (8 itens), “*Na minha escola os estudantes são encorajados a participar em actividades para tornar o mundo melhor*”;

. o Envolvimento da família com a sustentabilidade global (3 itens), “*Os meus pais são muito cuidadosos com o futuro do planeta*”.

Esta escala permite ainda obter um score global relativo a cada uma das dimensões:

- . o Envolvimento com a sustentabilidade global – score global;
- . o Não Envolvimento com a sustentabilidade global – score global; e
- . o Índice de envolvimento com a SG (Envolvimento total com a sustentabilidade global - Não envolvimento total com a sustentabilidade global).

Este instrumento adopta uma escala de resposta de tipo *Likert* de 5 pontos que correspondem: 1- Totalmente falso; 2- Maioritariamente falso; 3- Mais ou Menos 4- Maioritariamente verdadeiro; 5- Totalmente verdadeiro.

Relativamente às suas propriedades psicométricas, os autores descrevem para o fator geral de envolvimento, o  $\omega$  foi 0,98 e o  $\omega_H$  foi 0,93; para o fator geral de não envolvimento, o  $\omega$  foi de 0.98 e o  $\omega_H$  foi de 0.90. Esta combinação de coeficientes ômega indicaram que as escalas apresentam uma boa consistência interna (Moreira et al.,2020).

### ***Escala Breve de Satisfação com a Vida***

Relativamente à Escala Breve de Satisfação com a Vida (EBSV) desenvolvida por Huebner (1997), a versão utilizada foi a adaptada para a população portuguesa por Moreira. Esta versão ainda está em processo de validação, no entanto, estudos

preliminares comprovam a sua consistência interna, o que justifica a sua adequação e utilização.

Este instrumento pretende avaliar a satisfação dos indivíduos, respetivamente dos adolescentes, com a sua vida, de maneira breve e subjetiva. É constituído por 6 itens relacionados com diferentes contextos da vida dos indivíduos, como por exemplo o contexto familiar, social e académico. Desta forma apresenta afirmações como “A minha vida familiar (em termos do grau em que estou satisfeito) é”, “As minhas amizades (em termos do grau em que estou satisfeito) são”, “A minha satisfação com as minhas experiências na escola é”, “A minha satisfação comigo mesmo é”, “A minha satisfação com onde vivo é” e “A minha satisfação com a minha vida em geral é”.

Esta apresenta uma escala *likert* de sete posições, em que o 0 corresponde a “Terrível”, 1 a “Infeliz”, 2 a “Insatisfatória”, 4 a “Satisfatória”, 5 a “Agradável” e 6 a “Fantástica”. Sendo assim, o sujeito deve assinalar consoante o que considera mais adequado as seis frases ou afirmações que estão presentes.

## **Procedimentos**

### **Recolha de dados**

Primeiramente foi contactada a Direção Geral de Educação de Portugal com a finalidade de garantir as considerações éticas necessárias para a realização da recolha de dados em escolas de todo o território nacional.

Foram contactadas 200 escolas portuguesas através do email ou telefone. Destas, 83 escolas aceitaram participar no estudo, sendo 81 públicas, uma privada e outra profissional.

A recolha de dados decorreu entre abril e junho de 2019. A maior parte da recolha de dados foi feita pelos professores responsáveis por cada turma de 7º ano envolvida. Desta forma, o representante de cada escola, responsável pelo contacto com os investigadores, verificou o número de estudantes matriculados no 7º ano de escolaridade para facilitar a elaboração e o envio dos protocolos. Em seguida, a equipa de investigação preparou e encaminhou através do correio o consentimento informado para o representante legal de cada estudante, bem como todos os protocolos de avaliação para cada escola. Importante salientar que apenas os estudantes com consentimento informado assinado pelo seu representante legal foram autorizados a participar e preencher os questionários. Após o procedimento de recolha de dados estar concluído, o representante de cada escola colocou os protocolos recolhidos em envelopes pré-pagos e enviou-os de volta para a equipa de investigadores.

Esta recolha de dados enquadrou-se num estudo mais abrangente que envolveu 82 escolas e 3.830 alunos. Porém, para o presente estudo foram definidos critérios de inclusão da amostra mais restritivos (relativos à nacionalidade, à idade, e ao ano de escolaridade dos participantes), tendo-se considerado apenas 501 alunos.

## **Análise de dados**

Os resultados foram introduzidos numa base de dados e processados pelo programa estatístico Software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 23.0.

Primeiramente foi realizada uma análise descritiva das variáveis sociodemográficas, nomeadamente, sexo, idade, agregado familiar, estado civil do pai, estado civil da mãe, escolaridade do pai, escolaridade da mãe, situação profissional do pai e situação profissional da mãe.

Posteriormente, foi realizada a análise correlacional, com a finalidade de perceber se existe relação significativa entre as variáveis: Satisfação com a vida e Envolvimento com a sustentabilidade. Tal análise foi realizada através do Teste de Pearson.

## **Resultados**

No presente estudo foram recolhidas informações sociodemográficas acerca dos adolescentes, respetivamente, o agregado familiar, a escolaridade do pai e da mãe, o estado civil do pai e da mãe e a situação profissional do pai e da mãe, conforme é demonstrado na tabela 1.

Desta forma, relativamente ao agregado familiar, a maioria dos participantes vive com a sua família nuclear (75.5%).

Quanto a escolaridade dos encarregados de educação, 61,9% dos pais e 52,4% das mães têm apenas o 9º ano ou menos, e apenas 14,4% dos pais e 20,1% das mães concluíram algum grau académico ao nível do ensino superior.

Quanto ao estado civil dos encarregados de educação, 86,7% dos pais e 85,9% das mães são casados.

Quanto a situação profissional, na maioria estão empregados (pai: 93,6%; mãe: 85,3%).

**Tabela 1.** *Caracterização sociodemográfica dos participantes*

|                                     |                        | <b>Frequência</b> | <b>Porcentagem</b> | <b>Total</b> |
|-------------------------------------|------------------------|-------------------|--------------------|--------------|
| <b>Sexo</b>                         | Masculino              | 238               | 47.4               | 502          |
|                                     | Feminino               | 264               | 52.6               |              |
| <b>Idade</b>                        | 12 anos                | 261               | 52.0               | 502          |
|                                     | 13 anos                | 241               | 48.0               |              |
| <b>Escolaridade do pai</b>          | 1º ao 4º ano           | 67                | 13.3               | 502          |
|                                     | 5º ao 6º ano           | 113               | 22.5               |              |
|                                     | 7º ao 9º ano           | 131               | 26.1               |              |
|                                     | 10º ao 12º ano         | 119               | 23.7               |              |
|                                     | Licenciatura           | 53                | 10.6               |              |
|                                     | Mestrado               | 15                | 3.0                |              |
|                                     | Doutoramento           | 4                 | 0.8                |              |
| <b>Escolaridade da mãe</b>          | 1º ao 4º ano           | 38                | 7.6                | 502          |
|                                     | 5º ao 6º ano           | 97                | 19.3               |              |
|                                     | 7º ao 9º ano           | 128               | 25.5               |              |
|                                     | 10º ao 12º ano         | 138               | 27.5               |              |
|                                     | Licenciatura           | 72                | 14.3               |              |
|                                     | Mestrado               | 24                | 4.8                |              |
|                                     | Doutoramento           | 5                 | 1.0                |              |
| <b>Estado civil do pai</b>          | Solteiro               | 13                | 2.6                | 502          |
|                                     | União de facto/ casado | 435               | 86.7               |              |
|                                     | Separado/ divorciado   | 52                | 10.4               |              |
|                                     | Viúvo                  | 1                 | 0.2                |              |
| <b>Estado civil da mãe</b>          | Solteira               | 24                | 4.8                |              |
|                                     | União de facto/ casada | 431               | 85.9               |              |
|                                     | Separada/ divorciada   | 46                | 9.2                |              |
|                                     | Viúva                  | 1                 | 0.2                |              |
| <b>Situação profissional do pai</b> | Estudante              | 4                 | 0.8                |              |
|                                     | Empregado              | 470               | 93.6               |              |
|                                     | Desempregado           | 19                | 3.8                |              |
|                                     | Reformado              | 9                 | 1.8                |              |
| <b>Situação profissional da mãe</b> | Estudante              | 5                 | 1.0                |              |
|                                     | Empregado              | 428               | 85.3               |              |
|                                     | Desempregado           | 65                | 12.9               |              |
|                                     | Reformado              | 4                 | 0.8                |              |

|                 |                  |     |      |
|-----------------|------------------|-----|------|
| <b>Agregado</b> | Família Nuclear  | 380 | 75.7 |
| <b>familiar</b> | Família Alargada | 122 | 24.3 |

Os resultados obtidos através da correlação de Pearson para a análise da relação entre as variáveis, satisfação com a vida e o envolvimento com o desenvolvimento sustentável nos adolescentes estão expostos na tabela 2.

## **Tabela 2.**

*Correlações com Teste de Pearson entre Satisfação com a vida e Envolvimento com o Desenvolvimento Sustentável*

|   | <b>Escala de Satisfação com a Vida</b> |
|---|--|
| Envolvimento cognitivo com a sustentabilidade global          | .267**                                 |
| Não Envolvimento cognitivo com a sustentabilidade global      | -.132**                                |
| Envolvimento comportamental com a sustentabilidade global     | .299**                                 |
| Não envolvimento comportamental com a sustentabilidade global | -.187**                                |
| Envolvimento emocional com a sustentabilidade global          | .289**                                 |
| Não envolvimento emocional com a sustentabilidade global      | -.170**                                |
| Envolvimento escola com a sustentabilidade global             | .221**                                 |
| Envolvimento família com a sustentabilidade global            | .189**                                 |
| Envolvimento total com a sustentabilidade global              | .339**                                 |
| Não envolvimento total com a sustentabilidade global          | -.193**                                |
| Índice de envolvimento com a SG                               | .296**                                 |

\*\* A correlação é significativa no nível 0.01

\* A correlação é significativa no nível 0.05



Desta forma podemos observar que a satisfação com a vida está de facto correlacionada positivamente e significativamente com as dimensões de envolvimento com o desenvolvimento sustentável, ao mesmo tempo que está correlacionada negativamente e significativamente com as dimensões de não envolvimento com o desenvolvimento sustentável. Mais especificamente podemos observar que a Satisfação com a Vida está positivamente e significativamente correlacionada com o Envolvimento Cognitivo com a Sustentabilidade Global ( $r=.267, p<.001$ ), com o Envolvimento Comportamental com a Sustentabilidade Global ( $r=.299, p<.001$ ), com o Envolvimento Emocional com a Sustentabilidade Global ( $r=.289 p<.001$ ), com o Envolvimento Escola com a Sustentabilidade Global ( $r=.221, p<.001$ ), com o Envolvimento Família com a Sustentabilidade Global ( $r=.189, p<.001$ ), com o Envolvimento Total com a Sustentabilidade Global ( $r=.339, p<.001$ ) e com o Índice de envolvimento com a Sustentabilidade Global ( $r=.296, p<.001$ ), enquanto a Satisfação com a vida está negativamente e significativamente correlacionada com o Não Envolvimento Cognitivo com a Sustentabilidade Global ( $r=-.132, p<.001$ ), com o Não Envolvimento Comportamental com a Sustentabilidade Global ( $r=-.187, p<.001$ ), com o Não Envolvimento Emocional com a Sustentabilidade Global ( $r=-.170 p<.001$ ) e com o Não Envolvimento Total com a Sustentabilidade Global ( $r=-.193, p<.001$ ).

Sendo assim, pode-se concluir que adolescentes mais satisfeitos com a sua vida apresentam maior envolvimento com o desenvolvimento sustentável e vice e versa. Enquanto adolescentes menos satisfeitos com a sua vida apresentam maior não envolvimento com o desenvolvimento sustentável e vice e versa.

## Discussão dos resultados

O objetivo deste estudo foi analisar a existência de uma relação significativa entre a satisfação com a vida e o envolvimento com a sustentabilidade.

A partir dos resultados obtidos pode-se considerar que a satisfação com a vida está positivamente e significativamente relacionada com todas as dimensões do envolvimento com a sustentabilidade. Ou seja, podemos considerar que quanto maior satisfação com a vida um adolescente experiente, maior envolvimento comportamental, emocional e cognitivo este possui com a sustentabilidade e também quanto maior for o envolvimento a nível cognitivo, emocional e comportamental deste, maior será a sua satisfação com a vida.

Sendo assim, os resultados obtidos vão de encontro com a literatura, visto afirmar que aqueles indivíduos que estão mais conectados com a natureza tendem a experimentar maior afeto positivo, vitalidade e satisfação com a vida em comparação com aqueles menos conectados com a natureza, dado que a conexão com a natureza foi correlacionada com o bem-estar emocional e psicológico (Capaldi, et al., 2014). Para além disso, a literatura sugere que o bem-estar é um dos principais benefícios que as pessoas obtêm ao se engajar em nichos de sustentabilidade (Mock, et al., 2019).

Segundo a própria definição de sustentabilidade, engajar-se em um comportamento sustentável significa uma melhor qualidade de vida aos indivíduos a longo prazo, ou seja, o comportamento pró-ambiental só pode ser considerado sustentável se não ameaçar o bem-estar humano (Venhoeven, et al., 2013).

Um maior envolvimento com a sustentabilidade traz uma maior satisfação com a vida aos indivíduos porque melhora as condições ambientais em que as pessoas vivem,

possibilitando-lhes uma vida com melhores condições e mais confortável (Venhoeven, et al., 2013).

No entanto, foi interessante constatar que o envolvimento com a sustentabilidade apresentou correlações mais elevadas com a satisfação com a vida do que o não envolvimento com a sustentabilidade. Ainda que ambas as dimensões tenham evidenciado correlações significativas com a satisfação com a vida dos adolescentes inquiridos, estas correlações apresentaram-se fracas quando se referiam à relação negativa com o não envolvimento com a sustentabilidade e com o seu score global. No que respeita à correlação da satisfação com a vida com o envolvimento com a sustentabilidade, os valores indicam uma relação significativa, positiva e moderada que poderá espelhar justamente o impacto positivo do envolvimento com a sustentabilidade na satisfação com a vida dos jovens. Se atendermos às actividades de relação com o ambiente e a natureza e aos cuidados dedicados a esta componente pró-ambiental e sua ligação ao próprio estilo de vida e saúde dos indivíduos (Barrington-Leigh, 2020) é possível compreender como estes comportamentos, emoções e cognições poderão contribuir para uma avaliação cognitiva mais positiva que os jovens fazem da sua própria vida em termos de satisfação global. Kasser (2009) reforça ainda esta ideia observando que viver de forma sustentável cria ambientes e apoia comportamentos que satisfazem as necessidades psicológicas, promovendo assim a satisfação com a vida enquanto avaliação cognitiva das condições de vida de acordo com parâmetros subjectivos.

Por outro lado, e atendendo a que estes resultados remetem para uma correlação e, portanto, para a natureza bidirecional desta associação, podemos também considerar que estes resultados apontam para o papel que o próprio bem-estar cognitivo e a avaliação positiva que o sujeito faz das suas condições de vida, terá um papel importante no envolvimento de cada pessoa com a sustentabilidade. O bem-estar será, portanto, uma

condição importante para que os indivíduos se envolvam com a sustentabilidade e que reconheçam o seu papel relativamente ao ambiente que as rodeia. Este resultado vai ao encontro do estudo de Ferrer-i-Carbonell e Gowdy (2007) que verificou que as pessoas mais satisfeitas com a vida apresentaram maior probabilidade de exibir atitudes mais positivas em relação ao meio ambiente e de se envolver nas questões da sustentabilidade.

Da mesma forma, as pessoas que tenham condições de vida mais desfavoráveis e que apresentem uma avaliação cognitiva da sua vida menos positiva terão também menos capacidade e motivação para se dedicarem a comportamentos pró-ambientais e se envolverem com a sustentabilidade.

## Conclusão

Diante dos resultados obtidos pode-se confirmar a nossa hipótese de estudo, isto é, a existência de uma correlação positiva significativa entre as variáveis de estudo, nomeadamente satisfação com a vida e envolvimento com a sustentabilidade. Conclui-se que os adolescentes que apresentam maior satisfação com a vida apresentam maior envolvimento com a sustentabilidade global e vice e versa.

Após a verificação da correlação significativa e positiva entre as variáveis, satisfação com a vida e envolvimento com a sustentabilidade, seria de grande relevância uma análise causal entre estas variáveis, de forma a complementar os resultados obtidos no estudo em causa.

Pode-se salientar como limitação da presente investigação a utilização de um instrumento não validado, nomeadamente a Escala Breve de Satisfação com a Vida (EBSV).

Estes resultados podem também informar novas políticas ambientais que apostem no envolvimento activo dos jovens tendo em conta o papel que a própria satisfação com a vida desempenha nos seus comportamentos face à sustentabilidade. Promover as condições de vida dos jovens e mais ainda a avaliação cognitiva e subjectiva que estes desenvolvem de acordo com os seus próprios parâmetros e valores, poderá assim ter um efeito importante ao nível da própria sustentabilidade, traduzindo-se em cognições, emoções e comportamentos pró-ambientais mais positivos para todos.

### Referências Bibliográficas

- Brooks, I. (2020, June). The United Nations Sustainable Development goals in systems engineering: Eliciting sustainability requirements. In *Proceedings of the 7th International Conference on ICT for Sustainability* (pp. 196-199).
- Capaldi, C. A., Dopko, R. L., & Zelenski, J. M. (2014). The relationship between nature connectedness and happiness: a meta-analysis. *Frontiers in psychology, 5*, 976.
- Ferrer-i-Carbonell, A., & Gowdy, J. M. (2007). Environmental degradation and happiness. *Ecological economics, 60*(3), 509-516.
- Huebner, E. S., Suldo, S., Valois, R., Drane, & J. W. (2004). Brief Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale: Sex, Race, and Grade Effects for a High School
- Kaida, N., & Kaida, K. (2016). Pro-environmental behavior correlates with present and future subjective well-being. *Environment, Development and Sustainability, 18*(1), 111127.
- Kasser, T. (2009). Psychological Need Satisfaction, Personal Well-Being, and Ecological Sustainability. *Ecopsychology, 1*(4), 175-180.

- Kim, E. S., Delaney, S. W., Tay, L., Chen, Y., Diener, E. D., & Vanderweele, T. J. (2021). Life satisfaction and subsequent physical, behavioral, and psychosocial health in older adults. *The Milbank Quarterly*.
- Mock, M., Omann, I., Polzin, C., Spekkink, W., Schuler, J., Pandur, V., ... & Panno, A. (2019). “Something inside me has been set in motion”: Exploring the psychological wellbeing of people engaged in sustainability initiatives. *Ecological Economics*, 160, 111.
- Moreira, P. A., Ramalho, S., & Inman, R. A. (2020). The Engagement/Disengagement in Sustainable Development Inventory (EDiSDI): Psychometric properties and validitybased studies. *European Journal of Psychological Assessment*.
- Barrington-Leigh, C. P. (2020). *Life satisfaction and sustainability: a policy framework*. McGill working paper.
- Ojala, M. (2013). Coping with climate change among adolescents: Implications for subjective well-being and environmental engagement. *Sustainability*, 5(5), 2191-2209.
- Soares, N. J. R. (2017). Bem-estar subjetivo e envolvimento com a sustentabilidade global de adolescentes.

Summers, J. K., Smith, L. M., Case, J. L., & Linthurst, R. A. (2012). A review of the elements of human well-being with an emphasis on the contribution of ecosystem services.

*Ambio*, 41(4), 327-340.

Venhoeven, L. A., Bolderdijk, J. W., & Steg, L. (2013). Explaining the paradox: how pro-environmental behaviour can both thwart and foster well-being. *Sustainability*, 5(4),

1372-1386.