

**A relação das visões do mundo e orientações para
o bem-estar nas atitudes acerca da morte**

Maria Alexandra Cabrita Soares

Orientadora de Dissertação

Professora Doutora Maria João P. Morais Gouveia

Professora do Seminário de Dissertação

Professora Doutora Maria João P. Morais Gouveia

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de: MESTRE EM
PSICOLOGIA Especialidade em Psicologia Clínica

2022/2023

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação de Professora Doutora Maria João P. Morais Gouveia, apresentada no Ispa – Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica

Agradecimentos

Existe um ditado budista que refere que a “jornada de mil passos começa apenas com um passo”. Esta experiência iniciou-se com o desejo de cumprir um sonho, vinte anos depois, materializou-se com uma inscrição neste Mestrado, e agora o fim desta etapa desafiante, mas transformadora. Por vezes, passos seguros, outros mais periclitantes e como tal, presto os devidos agradecimentos a quem contribuiu para que esta jornada fosse bem-sucedida.

Em primeiro lugar, à Docente da Unidade Curricular, a Professora Doutora Maria João Gouveia, pelo incentivo, sabedoria e humanidade demonstrada perante os meus desafios, por me ter dito que o ótimo é o inimigo do bom, e ajudado a estabilizar as minhas expectativas. Ser trabalhadora-estudante é em si mesmo um teste ao nosso equilíbrio mental, à nossa capacidade de resiliência e ao compromisso para com a Psicologia. Sem sofrimento e morte, a vida não estará completa, dizia Frankl, e parece ser verdade.

Às colegas de Mestrado, Margarida e Isadora, por todo o esforço e companheirismo presentes até ao fim, mesmo quando vacilei e me questionei. Foram o continente necessário para este desafio.

Às minhas chefias e colegas, pela abertura e apoio dado perante as minhas ausências, independentemente da proteção legal. Creio que sou agora melhor profissional de Recursos Humanos, por ter tido esta experiência.

À família e amigos que ficaram, aparentemente para trás, para que pudesse participar desta experiência e ganhar mais ferramentas para agora poder “Ser” e “Sentir” mais. Sei que tenho o seu apoio condicional, e que irei retribuir muito em breve.

Por tudo isto, estou muito grata.

Resumo

Com o impacto da Covid-19, o tema da morte tornou-se mais presente nos nossos dias. Poucos estudos têm demonstrado a influência de determinadas variáveis na forma como o indivíduo percebe a morte, para além das comumente utilizadas variáveis sociodemográficas. O objectivo deste estudo é verificar a relação entre as visões do mundo, as orientações para o bem-estar e as atitudes acerca da morte.

Foi realizado um estudo com 153 participantes, com os seguintes instrumentos: a Escala de Visões do Mundo (EVM), versão traduzida para o presente estudo, a Escala de Avaliação do Perfil de Atitudes acerca da Morte (EAPAM), adaptação portuguesa por De Jesus Loureiro (2010) e *The Hedonic Eudaimonic and Extrinsic Motives for Activities* (HEEMA), adaptação portuguesa por Ramos & Costa (2018).

Verificou-se relação significativa da visão do mundo pessimista nas atitudes de medo e evitamento da morte, e a morte enquanto escape; entre a visão tradicional e a aceitação como aproximação. Apenas se verificou relação entre a visão do mundo otimista e as orientações hedónica e eudaimónica. Confirmou-se uma relação significativa entre o sexo feminino e as atitudes de medo, evitamento e aceitação neutral. O diagnóstico de doença tem relação significativa com o medo da morte e face a perda de pessoa significativa, verifica-se a aceitação neutral. A religião católica está relacionada com medo e evitamento da morte e para quem não tem religião, a atitude é de aproximação. O evitamento do tema da morte em contexto familiar tem relação significativa com o medo, evitamento e aceitação neutral.

Palavras-chave: visões do mundo, atitudes perante a morte, orientações para o bem-estar

Abstract

With the impact of Covid-19, the topic of death has become more present in our days. Few studies have demonstrated the influence of certain variables on how an individual perceives death, apart of the commonly used sociodemographic variables. The aim of this study is to verify the relationship between worldviews, orientations for well-being and attitudes towards death.

A study was conducted with 153 participants, with the following instruments: Scale to Assess Worldviews (SAWV), with translated version for the presente study, The Death Attitude Profile Revised (DAP-R) with the portuguese adaptation by de Jesus Loureiro (2010) and The Hedonic, Eudaimonic and Extrinsic Motives for Activities (HEEMA), portuguese adaptation by Ramos & Costa (2018).

There was a significant relationship between the pessimistic worldview and attitudes of fear and avoidance, and acceptance of death as an escape; relationship between the traditional worldview and the approach acceptance. There was only a relationship between the optimistic worldview and the hedonic and eudaimonic orientations. A significant relationship was confirmed between the female sex and attitudes of fear, avoidance and even neutral acceptance. The diagnosis of illness has a significant relationship with the fear of death. In the face of the loss of a significant person, there is neutral acceptance. The catholic religion is related to fear and avoidance of death and for those who have no religion, the attitude is approach acceptance. Avoidance of the topic of death in a family context has a significant relationship with fear, avoidance and neutral acceptance.

Keywords: worldviews, death attitudes, wellbeing orientations

Índice	
Introdução.....	9
Enquadramento teórico	10
As visões do mundo ou <i>worldviews</i> : definição dos construtos	10
A relação dos construtos visões do mundo e atitudes perante a morte.....	14
As orientações para o bem-estar: definição dos construtos.....	15
A relação das orientações para o bem-estar com as visões do mundo.....	18
A relação das orientações para o bem-estar e atitudes perante a morte.....	19
As atitudes perante a morte: definição do construto.....	21
Objetivo do estudo e hipóteses de investigação	26
Método	28
Delineamento do Estudo.....	28
Participantes.....	28
Instrumentos	31
Escala de Visões do mundo	31
Escala de Avaliação do Perfil de Atitudes acerca da morte.....	32
Escala de motivações hedónicas, eudaimónicas e extrínsecas para as atividades	34
Procedimento.....	35
Análise estatística	35
Resultados	36
Estatísticas descritivas	36
Correlação entre as variáveis visões do mundo.....	38
Correlação entre as variáveis visões do mundo e atitudes acerca da morte	38
Correlação entre as variáveis visões do mundo e as orientações para o bem-estar.....	39
Validade da estrutura fatorial da escala Visões do Mundo	42
Análise das visões do mundo, enquanto variáveis preditoras, nas atitudes acerca da morte	42
Análise das visões do mundo, enquanto variáveis preditoras nas orientações para o bem-estar.....	43

Análise das orientações para o bem-estar, enquanto variáveis preditoras nas atitudes acerca da morte	45
Análise das variáveis sociodemográficas, enquanto variáveis preditoras nas atitudes acerca da morte	45
Discussão de Resultados	47
Hipótese 1	47
Hipótese 2	47
Hipótese 3	48
Relação com variáveis sociodemográficas	48
Limitações	49
Conclusão	49
Referências	51
Anexos.....	57
Anexo A.....	57
Consentimento informado	57
Anexo B.....	58
Questionário Sóciodemográfico	58

Lista de Tabelas

Tabela 1: Descrição das Visões do Mundo

Tabela 2: Descrição das Atitudes perante a morte

Tabela 3: Características sociodemográficas

Tabela 4: Análise descritiva e consistência interna das variáveis em estudo

Tabela 5: Análise de correlações entre as visões do mundo

Tabela 6: Análise de correlações entre as visões do mundo e as atitudes perante a morte

Tabela 7: Análise de correlações entre as visões do mundo e as orientações para o bem-estar

Tabela 8: Análise da fiabilidade das Escalas das Visões do Mundo

Tabela 9: Modelo de regressão linear com as visões do mundo e as atitudes perante a morte

Tabela 10: Modelo de regressão linear com as visões do mundo e as orientações para o bem-estar

Tabela 11: Modelo de regressão linear com as variáveis sociodemográficas e as atitudes perante a morte

Introdução

Com a recente pandemia de Covid-19, a maioria dos indivíduos foram confrontados com a sua mortalidade, mais do que até então. Lidar com a própria mortalidade entra em conflito com o desejo universal de viver (Spitzenstätter & Schnell, 2022).

Mas enfrentar a morte, o processo de morrer e a mortalidade, é importante para viver em pleno e experimentar a diversidade de emoções e a própria experiência humana (Frankl, 1959; Yalom, 1980). Yalom (1980), refere que a vida e a morte são interdependentes e “aprender a morrer bem, é aprender a viver bem”. e apenas pelo confronto com estes desafios existenciais, é possível aceder aos aspetos positivos da vida.

A morte é um fenómeno inevitável da vida e a sua perceção difere de indivíduo para indivíduo. A noção de mortalidade pode causar ansiedade de morte, pensamentos relacionados com a sua própria morte ou de outros, e pode contribuir para o pessimismo, pobre compreensão do suporte social, compreensão inadequada da vida e frustração (Jong et al., 2018).

Os estudos sobre a morte, foram inicialmente alvo de repulsa pública, com o foco em atitudes negativas, como o medo, ansiedade e evitamento ou até mesmo negação da ameaça da morte. Posteriormente, reconheceu-se que estas atitudes podiam ser positivas e que são multidimensionais e complexas (Yin, He, He, Shen, & Ip, 2022).

Uma das variáveis que têm influenciado as atitudes perante a morte são as visões do mundo (Kastenbaum, 2018), utilizadas como estratégias para aliviar a ansiedade que resulta da consciência da sua mortalidade (Spitzenstätter & Schnell, 2022). As visões de mundo são centrais para a forma como interpretamos e interagimos com o mundo ao nosso redor. Ao defender os valores da sua própria visão do mundo, os indivíduos são capazes de atenuar o medo da morte, e alcançar a imortalidade simbólica: o indivíduo é capaz de deixar vestígios duradouros no mundo (descendência, obras de arte) e assim a destruição final de si mesmo, é mais facilmente suportada (Spitzenstätter & Schnell, 2022).

A teoria da gestão do terror (Greenberg, Vail & Pyszczynski, 2014) é baseada na premissa de que a propensão biológica para a sobrevivência, a consciência de que a morte é iminente e, em última análise, inevitável, gera uma capacidade humana única de experimentar um terror potencialmente debilitante. Para reduzir esta angústia, os indivíduos são motivados a manter a fé na sua visão do mundo e autoestima positiva para aumentar a crença subjetiva da sua sobrevivência na sua cultura (Hansen et al., 2010). Estes estudos levam a que o indivíduo, face ao medo da morte, priorize valores extrínsecos (Arndt et al., 2004; Kasser & Sheldon,

2000). Kasser (2016), refere ainda que uma reflexão sobre a morte pode proporcionar uma mudança do foco em valores extrínsecos para valores intrínsecos.

As visões do mundo foram também estudadas como variáveis preditoras das orientações para o bem-estar (Huta, 2016), especificamente na orientação eudaimónica.

Por sua vez, este estudo pretende contribuir para verificar a relação das orientações para o bem-estar e as atitudes perante a morte, pois parece não existir ainda. Estudos mostram também que pensar conscientemente sobre a morte e sobre a sua própria mortalidade pode levar o indivíduo a uma maior reflexão sobre os seus valores, reavaliar a orientação materialista da sociedade rumo a valores mais significativos e predispostos para o crescimento pessoal (Vail et al., 2012). Lekes et al. (2022), estudaram que a exposição ao tema da morte, pode levar a um bem-estar eudaimónico, que inclui vitalidade (Ryan & Frederick, 1997), e um maior significado de vida (Steger et al., 2006), como forma de refletir sobre os valores e o que é mais importante na vida.

O estudo das visões do mundo e das orientações para o bem-estar e a sua relação com as atitudes em relação à morte pode permitir uma maior compreensão sobre a nossa visão da mortalidade e como viver uma vida com maior significado. O foco no tema da morte pode promover a discussão e reflexão, com impacto positivo a nível psicológico (Prentice, Kasser & Sheldon, 2018).

Tendo em conta a relação entre estas duas variáveis, o presente estudo pretende compreender a associação entre as visões do mundo e as orientações para o bem-estar nas diferentes formas como os indivíduos percecionam a morte.

Enquadramento teórico

As visões do mundo ou *worldviews*: definição dos construtos

A importância de estudar as visões do mundo dos indivíduos e dos grupos é fundamental para a Psicologia (Ibrahim & Kahn, 1987). Os valores estão no cerne da vida e da ação humana (Barrett, 1961, cit. por Ihle, Sodowsky, & Kwan, 1996). A cognição e comportamento humanos são fortemente influenciados por um conjunto de crenças e pressupostos sobre a vida e a realidade (Kolkto-Rivera, 1994).

Vários investigadores focaram-se em valores centrais para entender como os indivíduos compreendem o seu mundo, adotam determinados comportamentos, tomam decisões e

resolvem conflitos interpessoais, em contextos organizacionais ou até mesmo conflitos entre países (Ibrahim, & Heuer, 2016).

Koltko-Rivera (2004) define o conceito de visão do mundo como um conjunto de crenças, valores e atitudes sobre a natureza do universo, sobre a natureza humana, o lugar de cada um no universo e nos seus contextos sociais e como devemos viver a vida. Estas crenças, valores e atitudes podem ser caracterizadas como existenciais (a origem do universo), avaliativas (o que é um comportamento bom e mau) ou restritivas (onde devemos focar a nossa energia).

Todos os seres humanos estão predispostos a ter uma visão do mundo, como resultado da natureza humana e sendo vital para o funcionamento humano, no contacto com o outro, e para dar significado e propósito à nossa vida (Kearney, 1984; Nilsson, 2014).

As visões do mundo correspondem a “lentes mentais que são formas enraizadas de perceber o mundo” (Olsen, Lodwick, & Dunlap, 1992; cit. por Ibrahim, & Heuer, 2016). Referem-se aos valores fundamentais, crenças, e pressupostos do indivíduo que orientam a tomada de decisão e resolução de problemas no dia a dia. Deriva da cultura primária de cada um e do processo de socialização que decorreu da infância até à idade adulta (Hart, 2010; Ibrahim, 2003, cit. por Ibrahim, & Heuer, 2016).

A visão do mundo é um mapa cognitivo, perceptual e afetivo utilizado para compreender e dar sentido ao mundo social. Desenvolve-se ao longo da vida, de forma inconsciente, constante, e considerado como garantido de que as coisas são assim (Hart, 2010, cit. por Ibrahim, & Heuer, 2016). É mediado pelas experiências de cada um e face aos desafios da vida, podem ser alterados, nomeadamente face a eventos de vida dramáticos, como exposições a situações de perda de alguém significativo ou de quase morte (Furn, 1987, cit. por Ibrahim, & Heuer, 2016). Estão relacionadas com perspetivas individuais, e contribuições sociais, morais, religiosas, educacionais, políticas, partilhadas com outros membros de um grupo de referência, como um grupo cultural, racial/étnico, familiar, estatal ou país (Sodowsky & Johnson, 1994, cit. por Ihle, Sodowsky & Kwan, 1996). Assim, uma visão do mundo está relacionada com a orientação individual dentro do contexto em que se move.

O termo visão do mundo foi concetualizado de diversas formas pela antropologia, sociologia, filosofia e psicologia, tendo em conta a perspetiva em que se enquadrava (Ibrahim, Roysircar-Sodowsky, & Ohnishi, 2001, cit. por Koltko-Rivera, 2004). Na Psicologia, foi abordado por Kelly (1963, cit. por Ibrahim, & Heuer, 2016), sendo relacionado com a

personalidade. O autor observou que os indivíduos utilizam certos construtos, para compreender e dar sentido ao seu mundo. Sue (1978), definiu como a percepção que o indivíduo tem da sua relação com o mundo, ou seja, a natureza, instituições, os outros, coisas, etc.

As visões do mundo têm a função de dar coerência a todos os aspetos da vida e da realidade. As visões do mundo têm um propósito existencial mais amplo, pois a realidade não é interpretável, sem uma visão do mundo (Koltko-Rivera, 2004). Numa perspetiva existencialista, de acordo com Binswanger (1963), a visão do mundo consiste em três dimensões: mundo físico, com a sua dimensão física e biológica, perante os quais damos significado e interpretações sobre o mundo que habitamos; as relações que estabelecemos com os outros, perante os quais nos sentimos validados ou rejeitados, dominados ou submissos, em conformidade ou rebelião e por último, a relação que o indivíduo estabelece consigo próprio, de auto confiança, auto aceitação, que conduz à relação com pessoas significativas. Uma última dimensão é acrescentada por Van Deurzen-Smith (1988), sobre a relação que o indivíduo tem com o abstrato e o absoluto aspeto da vida, as crenças que temos sobre a vida, a morte, a existência, e das quais derivam todas as nossas crenças subsequentes (Spinelli, 2006).

Das escalas multidimensionais existentes para a análise do construto de visão do mundo ou *worldview*, para este estudo optou-se pela *Scale to Assess Worldview* (SAWV) de Ibrahim & Kahn (1984, 1987). A utilização desta escala em diversos contextos, nomeadamente na eficácia da formação intercultural para terapeutas, visões e atitudes perante a procura de terapia, comparações de visões do mundo em diferentes países, diferenças de género e avaliação da cultura organizacional (Ibrahim, 1994), revela a sua robustez e estabilidade. Esta ferramenta permite compreender como a identidade cultural, a história sociopolítica, o estilo de vida influencia os valores individuais, que por sua vez impactam a tomada de decisão do indivíduo (Ibrahim, 1994). A escala foi utilizada no contexto de *counseling* que permite aferir e compreender os valores fundamentais dos clientes, reduzir a imposição dos valores por parte do terapeuta (Dana, 1998, cit., Ibrahim, 2006) e contribuir para resultados mais eficazes no *counseling* e em psicoterapia (Ibrahim, 2006).

A escala desenvolvida por Ibrahim & Kahn (1984, 1987) baseia-se no modelo das cinco categorias existenciais de Kluckhohn (1951, 1956, cit. por Ibrahim & Kahn, 1987) e referem-se a uma conceção sobre a natureza humana, relações sociais, natureza, tempo e atividade, que influenciam os comportamentos, motivações, decisões, estilos de vida. Estas categorias são: a percepção da natureza humana (definida como boa, má ou uma combinação das duas, e como e o indivíduo se relaciona com os outros no seu mundo), as relações sociais (foco na relação

linear-hierárquica em que o poder está nas figuras de autoridade e todos devem cumprir com a autoridade; as linhas de autoridade estão bem definidas, o poder vem do topo e os papéis de género tradicionais são bem aceites), a colateral-mútua (o *self* é aprimorado através dos relacionamentos sociais, ênfase na cooperação ao invés da competição entre indivíduos) e a individualista (o indivíduo é responsável por todas as decisões e o que os outros exigem não é importante; primazia dos objetivos individuais face aos do grupo), a relação com a natureza (viver em harmonia com a natureza, subjugar e controlar a natureza, ou aceitar o poder da natureza e do controlo sobre os indivíduos), a orientação no tempo (o foco temporal da vida humana para o passado, presente ou futuro) e a orientação para a autoexpressão da atividade humana (preferência por atividades que permitem a expressão espontânea do *self*, a ênfase no desenvolvimento de todos os aspetos do *self* como um ser integrado ou a preferência por atividades com resultados mensuráveis por padrões externos). A visão do mundo está relacionada com a perceção individual e com questões sociais, morais, religiosas, educacionais, económicas ou políticas partilhadas com outros elementos de grupos de referência (cultural, racial, étnico, familiar, estado, país) (Sodowsky & Johnson (1994). Trata-se de uma orientação individual dentro de um contexto em que a pessoa é influenciada por outros ou grupos com quem se relaciona (Ihle, Sodowsky & Kwan, 1996).

Na Tabela 1, serão descritas as quatro visões do mundo, de acordo com as categorias acima identificadas.

A visão do mundo otimista é baseada numa perspetiva equilibrada sobre a perceção da vida, trabalho, pessoas e natureza. A natureza humana é essencialmente boa, e as atividades desenvolvidas têm por objectivo a expressão do *self* e o crescimento espiritual. Estas duas atividades enfatizam a necessidade do indivíduo de procurar significado para as suas vidas. Existe um intuito de viver em harmonia com a natureza, o reconhecimento e a aceitação do seu poder, em vez de confrontá-la ou desrespeitar os ciclos da natureza (Ibrahim & Heuer, 2016).

Na visão do mundo tradicional, indica de forma clara, uma perspetiva tradicional da vida, caracterizada pelo respeito à autoridade, criação e manutenção de ordem na sociedade, o foco no grupo em detrimento do indivíduo, o respeito foco é na relação linear-hierárquica e a colateral-mútua. O foco é no futuro e na concretização de planos e objectivo, no adiamento da gratificação e alguma atenção a eventos do passado. O controlo da natureza está ao alcance do indivíduo, e é útil pelos benefícios para a sociedade (Gagnon Thompson & Barton, 1994).

Na visão do mundo espontânea, existe o foco no aqui e agora e em atividades que permitam a orientação para a expressão espontânea do *self*, ao invés de um ser rígido orientado para o futuro (Ibrahim & Heuer, 2016).

Na visão do mundo pessimista, a natureza humana é percebida como essencialmente má, e aceitação da vulnerabilidade humana face à força da natureza (Ibrahim & Heuer, 2016).

Tabela 1 – Descrição das Visões do Mundo

Visões do mundo	Natureza humana	Relações sociais	Relação com a natureza física	Orientação no tempo	Orientação para a atividade
Otimista	Natureza humana é percebida como boa.		Aceitação do poder da natureza e relação de harmonia com a mesma.		Foco em atividades que permitam a orientação para a expressão espontânea do <i>self</i> , para o desenvolvimento de todos os aspetos do Eu e, para a realização de atividades mensuráveis.
Tradicional	Natureza humana é percebida como má.	Foco na relação linear-hierárquica e colateral-mútua	Percepção de controlo sobre a natureza.	Foco no passado e para o futuro.	
Aqui-agora/ Espontânea				Orientação para o presente e passado.	Foco em atividades que permitam a orientação para a expressão espontânea do <i>self</i> .
Pessimista	Natureza humana percebida como essencialmente má.		Percepção do poder da natureza.		

Adaptado de “Worldview: Implications for culturally responsive and ethical practice” de F.A. Ibrahim e J.R. Heuer, 2016, *Cultural and Social Justice Counseling*, 245-246.

A relação dos construtos visões do mundo e atitudes perante a morte

As atitudes perante a morte são determinadas por vários fatores, incluindo as visões do mundo (Majchrowicz, Tomaszewska, & Guty, 2021).

As visões do mundo dão sentido às experiências de vida que de outra forma poderiam ser interpretadas de forma caótica, aleatórias ou sem sentido (Dana, 1993, cit. por Obasi, Flores & James-Myers, 2009), nomeadamente para atenuar a ansiedade de morte. De acordo com a teoria da gestão do terror, os indivíduos necessitam de acreditar numa visão do mundo, ainda

que de forma inconsciente, para funcionar eficazmente e que lhes permita atribuir um significado à vida, propósito e segurança face à sua mortalidade (Greenberg, Pyszczynski, & Solomon, 1986; Solomon, Greenberg, & Pyszczynski, 1991a); cit. por Simon, Arndt, Greenberg, Pyszczynski & Solomon, 1998).

Os valores e crenças individuais podem influenciar a forma como os indivíduos gerem a sua mortalidade, e que abordagem têm perante a morte.

De acordo com o modelo de criação de significado de Park (2005), eventos como a perda de um ente querido pode causar angústia porque a avaliação do significado feita pelos indivíduos, pode desafiar as suas visões do mundo. Para diminuir o sofrimento, os indivíduos devem ajustar as suas visões do mundo para acomodar novas informações, ou na presença de sofrimento, os indivíduos avaliam o significado do evento e determinam até que ponto esse significado avaliado é discrepante da sua visão do mundo.

Uma visão do mundo que seja estável e convicta, pode atenuar a ameaça existencial. Indivíduos com elevados níveis de ansiedade de morte, experimentam sofrimento existencial e com elevado risco de desenvolver perturbações mentais (Spitzenstätter & Schnell, 2022). No entanto, enquanto a ansiedade e o evitamento em relação à sua própria morte são vistos como prejudiciais ao funcionamento humano, uma postura positiva em relação à própria mortalidade, aceitação da morte como parte natural e integral da vida, é tipicamente associado a um maior bem-estar mental (Wong, Reker & Gesser, 1994; Yalom, 2008, cit. por Spitzenstätter & Schnell, 2022).

As orientações para o bem-estar: definição dos construtos

As orientações hedónicas e eudaimónicas são conceitos fundamentais no estudo do bem-estar (Huta, & Waterman, 2014).

Os conceitos de eudaimonia e hedonia têm tido conceptualizados de forma vaga, em diferentes categorias de análise e relacionados com uma diversidade de conceitos que podem ser apenas correlatos. Huta e Waterman (2014), colaboraram na definição dos dois construtos, considerando quatro categorias de análise: as orientações/motivos/valores e objetivos (a causa dos comportamentos escolhidos por uma pessoa – o porquê?), os comportamentos (conteúdos dos comportamentos e características de atividades – o quê?), experiências (emoções, sentimentos e avaliações cognitivo-afetivas – quão bem o individuo se sente?) e funcionamento, que inclui índices de funcionamento psicológico positivo, saúde mental e florescimento (hábitos/competências, muitas vezes adquiridos após um período prolongado de

orientação/comportamento eudaimónico/hedónico – até onde chegou o indivíduo?). As primeiras duas categorias dizem respeito a modos de vida, pois podem ser mais diretamente alterados e escolhidos, comparativamente com as restantes duas categorias, que são consideradas resultados dos modos de vida (Huta, 2015).

Em relação ao conceito de eudaimonia, que tem tido uma maior diversidade de definições em comparação com a hedonia, existem quatro elementos fundamentais que surgem na maioria das definições. Na categoria de análise das orientações/valores/motivos e objetivos, a eudaimonia é definida como a orientação para a autenticidade (compreender o verdadeiro eu e os valores, estar conectado com e agir em conformidade com estes valores), significado (ter preocupações mais amplas e contribuir para elas, seja além da sua própria vida, na comunidade, sociedade ou ter a conceção de como o mundo funciona ou deveria funcionar), excelência (busca de qualidade e padrões mais elevados no comportamento, desempenho, na ética) e crescimento/maturidade (realizar o seu potencial e alcançar objetivos pessoais, numa ótica de crescimento pessoal, aprendizagem, melhoria e amadurecimento como ser humano). Todos estes elementos, são sobre o esforço para fazer o que é verdadeira, objetiva e inerentemente bom, correto, e significativo, mesmo que seja difícil. Na categoria dos comportamentos, refere-se a expressão de gratidão, atividades de voluntariado ou que requerem competência. Na categoria das experiências, refere-se a sentimentos de significado e valor, expressividade pessoal, interesse e envolvimento. Na categoria do funcionamento, refere-se a autonomia, competência, propósito na vida, crescimento pessoal, autoaceitação, bem-estar social, autodescoberta, auto atualização e desenvolvimento de potencial (Huta, 2015).

Em relação ao conceito de hedonia, existem três categorias de análise. Na categoria de análise das orientações/valores/motivos e objetivos, refere-se à orientação para o prazer (emoções positivas, sensações agradáveis e satisfação emocional) e conforto (relaxamento, homeostasia, ter uma mentalidade na qual se avalia as coisas como boas ou más). Nos comportamentos, ir a uma festa, a um concerto ou evento desportivo, caminhar ou ouvir música. Por último, nas experiências, ter afeto positivo, satisfação com a vida, felicidade, baixo afeto negativo e níveis baixos de depressão (Huta, 2015).

Para Huta (2015), ambos os conceitos de eudaimonia e hedonia recaem na primeira categoria de análise, ou seja, são fundamentalmente orientações, as atitudes, valores, motivos e objetivos que o indivíduo escolhe. Este é o único aspeto controlável do indivíduo, já que não é possível controlar o sucesso dos seus feitos (ao nível das categorias das experiências e funcionamento) ou os sentimentos de bem-estar que possam daí ocorrer (experiências).

Ambas as orientações são as principais vias para a definição e busca de uma vida boa (Huta & Waterman, 2014). Não só a combinação de orientações eudaimônicas e hedônicas está ligada a mais bem-estar completo, também está ligado a um maior grau de bem-estar do que qualquer uma das orientações sozinho (Behzadnia, 2015; Huta e Ryan, 2010; Peterson et al., 2005). Indivíduos com elevados resultados de hedonia e eudaimonia, têm índices superiores a nível de saúde mental do que outros (Keyes, 2002).

A hedonia e a eudaimonia relacionam-se igualmente com a vitalidade e com o afeto positivo (Huta, 2013a; Huta & Ryan, 2010). A atividade hedônica pode estar relacionada com um maior bem-estar imediato, e a atividade eudaimônica com um maior bem-estar a longo prazo (Huta, 2013a; Huta & Ryan, 2010). A eudaimonia foi relacionada com experiências positivas de contribuição para os outros (Huta, 2012; Huta, Pelletier, Baxter, & Thompson, 2012), para a sociedade (Huta, 2013a; Huta, Pearce, & Voloaca, 2013) e ambiente (Huta et al., 2013). Relaciona-se ainda com o pensamento abstrato e uma perspectiva futura (Huta, 2016). A hedonia está mais relacionada com características de extroversão, e a eudaimonia com introversão, incluindo introspeção, subjetividade/inconformismo, prazer na solidão, na paz e tranquilidade e foco em pensamentos e ideias (Huta, 2013a). A eudaimonia está relacionada com o atingimento de objetivos intrínsecos, e a hedonia com objetivos extrínsecos (Anić & Tončić, 2013; Huta, 2013a).

Os conceitos não são mutuamente exclusivos e ocorrem em simultâneo, já que são funções psicológicas complementares (Huta, 2015). A diferença fundamental entre ambas é que a hedonia tem uma função de satisfação das necessidades e desejos pessoais, no presente ou num futuro próximo, enquanto a eudaimonia trata-se de investir no seu desenvolvimento ou no de outros, a longo prazo. Receber versus dar, perspectiva limitada versus abrangente, curto prazo versus longo prazo, direitos versus responsabilidades (Huta, 2015). A hedonia é a busca do que é bom, a eudaimonia do que é correto. Cada um é importante, a hedonia é considerada mais fundamental, porque cuida das necessidades e desejos imediatos e mais automático em termos da nossa herança biológica evolutiva, enquanto a eudaimonia, é um prazer mais elevado (Seligman, 2002, cit. Huta, 2015) que permite o desenvolvimento do potencial, e exercita habilidades cognitivas como valores, moralidade e visão (Huta 2013b; Steger & Shin, 2012).

A literatura demonstra que as orientações têm diferentes impactos nos indivíduos, porque se relacionam com diferentes aspetos do bem-estar. A orientação eudaimônica está relacionada com a promoção do bem-estar nos outros, enquanto a orientação hedônica ocasionalmente está relacionada com o impacto negativo nos outros. Desta forma, torna-se

importante compreender o que pode motivar um indivíduo a optar por uma ou outra orientação, ou até ambas (Braaten & Huta, 2018).

As orientações revelam os objetivos e prioridades que o indivíduo pretende alcançar. As atividades eudaimônicas são orientadas pelas crenças do indivíduo, que orienta a sua decisão sobre se determinada ação é correta ou não. A eudaimonia está ligada indissociavelmente aos valores (Huta, 2013). Existe um reconhecimento cada vez maior que os valores fazem parte integrante da experiência humana e que orientam a ação humana.

A relação das orientações para o bem-estar com as visões do mundo

Uma das variáveis estudadas nas orientações é o papel das visões do mundo, enquanto sistemas de crenças fundamentais sobre o que é verdadeiro e real sobre a vida, o universo e a realidade (Koltko-Rivera, 2004) que influenciam a forma como os indivíduos veem o mundo (Hedlund-de-Witt, 2012). Aquilo que o indivíduo busca na vida, baseia-se nas suas crenças sobre a vida e sobre o mundo em redor (Braaten & Huta, 2018).

De acordo com o estudo exploratório de Huta (2016), baseado em Koltko-Rivera's (2004), a orientação eudaimônica relaciona-se mais com as visões do mundo, de que existe um propósito maior para aos indivíduos e para o universo, que o propósito de vida é a busca de excelência e de contribuição, que existe uma dimensão espiritual para a vida e de que os indivíduos podem impactar o mundo diretamente. O estudo focou-se nas visões do mundo pela expectativa de que o que o indivíduo busca na sua vida, está naturalmente baseado nos seus valores fundamentais sobre a vida e o mundo em redor. Apenas a orientação eudaimônica apresenta uma relação positiva e significativa com as crenças de que tanto o universo como os indivíduos existem para um propósito maior. Estes resultados sustentam que uma orientação eudaimônica olha além do indivíduo, do aqui e agora, para uma perspectiva maior, coletiva, e ao longo do tempo (Pearce, 2017, cit. por Huta, 2016). Além disso, dado que a orientação eudaimônica requer maior esforço e autodisciplina para ser alcançada, os indivíduos podem ter uma orientação mais eudaimônica se acreditarem que estão a investir a sua energia em algo maior e além de si próprios.

Níveis mais elevados de orientação hedônica podem estar relacionados com a visão do mundo de que os indivíduos e o universo têm valor mesmo que não existam para um propósito maior. Porque se alguém acredita que a vida importa, independentemente de um propósito maior, o indivíduo vai tentar aproveitar ao máximo a vida (Huta, 2016).

A orientação eudaimónica teve uma relação significativamente positiva com um propósito maior, com relações fortes com valores de que o propósito da vida é a contribuição e a busca de excelência. Esta crença é consistente com a orientação eudaimónica porque envolve a procura de excelência e o significado (contribuir para os outros e para o mundo em redor) (Huta, 2016).

Apenas a orientação eudaimónica teve uma relação positiva com as crenças de que o universo existe como resultado de uma fonte espiritual, que os indivíduos têm uma alma imaterial ou espiritual, que a consciência e o livre-arbítrio são baseados em processos metafísicos ou espirituais, que existe um Deus ou vários e que existe uma vida após a morte. Esta visão pode dar uma estrutura aos indivíduos que facilite a busca de autenticidade, crescimento, significado e excelência (Huta, 2016).

Tanto a orientação eudaimónica como a hedónica foram positivamente relacionadas com a crença de que a distinção entre o bem e o mal é real e importante. No entanto, apenas uma orientação eudaimónica se relacionou positivamente com a crença de que os indivíduos devem sempre tentar tomar a decisão certa e ética. Além disso, apenas a orientação eudaimónica teve uma relação positiva com a crença de que o moralmente certo é imutável, enquanto apenas na orientação hedónica tem uma relação positiva com a crença de que o moralmente certo depende sempre da situação, cultura e tempo (Huta, 2016).

Apenas a orientação hedónica se relacionou significativamente com as crenças de que a sorte, o acaso e a aleatoriedade determinam os resultados na vida dos indivíduos, enquanto uma orientação eudaimónica esteve mais relacionada com a crença de que os indivíduos podem mudar o mundo diretamente. Tal suporta a ideia de que indivíduos com orientação eudaimónica podem ter uma preocupação mais forte em contribuir e impactar o mundo em seu redor, e mais vontade em investir o seu esforço se acreditarem que podem fazer a diferença (Huta, 2016).

A relação das orientações para o bem-estar e atitudes perante a morte

De acordo com a teoria de autodeterminação (Ryan & Deci, 2017), existem dois tipos de valores/objetivos pessoais pelos quais os indivíduos se guiam. Por um lado, os objetivos extrínsecos, orientados para valores externos, como riqueza, fama e atratividade física, e por outro, os objetivos intrínsecos, orientados para necessidades internas, como crescimento pessoal e relações sociais. Quem é orientado para objetivos extrínsecos, tende a reportar níveis inferiores de felicidade e satisfação com a vida, e para quem é orientado para objetivos intrínsecos, apresenta maiores níveis de autonomia, competência, felicidade, vitalidade, e

satisfação com a vida (Kasser & Ryan, 1996; Niemiec, Ryan & Deci, 2009; Sheldon et al., 2010). Além disso, tendem a perceber situações difíceis como um desafio ao invés de ameaça, o que significa níveis inferiores de ansiedade e de percepção de menor ameaça existencial (Lynch, Plant & Ryan, 2005; Quested et al., 2011). Neste sentido, pode influenciar a forma como o indivíduo reage à ansiedade de morte (Vail, Horner, Waggoner & Conti, 2019).

O indivíduo pode ter uma atitude negativa perante a morte quando o seu foco reside em valores temporários e pouco gratificantes, como a riqueza, fama e atratividade física. Quando o foco reside em ter objetivos autênticos e que conduzam à satisfação pessoal, como trabalhar para o crescimento pessoal, ter relacionamentos sociais profundos, a morte pode levar que o indivíduo se foque na reflexão sobre a vida. Estudos que ativam a saliência da morte, demonstram que pode ser percebida como uma ameaça quando o indivíduo tem fortes orientações extrínsecas, o que não acontece a quem tem orientações intrínsecas (Vail, Horner, Waggoner & Conti, 2019). Estudos anteriores, relacionaram as orientações intrínsecas e extrínsecas com a ameaça da morte e verificou-se que a orientação intrínseca estava associada, entre outros, a reduzida ansiedade de morte, a aceitação da morte e bem-estar, nomeadamente na satisfação com a vida (Van Hiel & Vansteenkiste, 2009).

Por outro lado, indivíduos que percebem a sua vida como gratificante e significativa, demonstram menos ansiedade de morte e mais aceitação da morte (Lewis & Butler, 1974).

Os significados que atribuímos à morte tem implicação no nosso bem-estar. A morte define o significado e determina o modo como vivemos (Neimeyer, 2004).

De acordo com Yalom (2008), se a ansiedade de morte, consciente ou não, não for corretamente gerida, pode influenciar o nosso bem-estar e evitar que vivamos uma vida plena. De acordo com esta perspetiva existencialista, para vivermos uma vida plena e feliz, necessitamos de enfrentar o que mais tememos. Como seres que constroem significados, estes ajudam a proteger-nos do terror da morte e ajudam-nos a aceitar a realidade da morte e viver uma vida produtiva.

Estudos sobre a saliência da mortalidade têm demonstrado impacto no bem-estar, e especificamente na satisfação com a vida. Por outro lado, Vail et al. (2012), demonstraram que a consciência da mortalidade pode levar o indivíduo a cuidar da sua saúde física, a dar prioridade a objetivos relacionados com crescimento, estabelecer relações de suporte com o foco na comunidade, e contribuir para uma vida plena.

Relativamente às orientações do bem-estar, uma orientação hedónica que reflete a busca do prazer e a satisfação, pode determinar uma atitude perante a morte de neutralidade, de aceitação perante a inevitabilidade da morte, em que aquilo que resta ao indivíduo será desfrutar da vida no aqui e agora. Por outro lado, pode haver maior propensão ao evitamento de pensamentos de morte, pois a morte pode constituir uma ameaça à busca da felicidade e do prazer.

Uma orientação eudaimónica, que promove a procura de significado e propósito de vida poderá ajudar o indivíduo a lidar com os conflitos existenciais e a adotar uma atitude de aceitação perante a morte e de busca de significado na experiência da morte, como parte da experiência humana e do crescimento pessoal. Aqueles que encontraram um propósito significativo podem ter uma visão mais positiva da morte como parte de um ciclo de vida com significado, em oposição a uma perspectiva mais negativa.

As atitudes perante a morte: definição do construto

A morte faz parte da condição humana e uma das características do ser humano em oposição a outras espécies, é a sua capacidade de compreender o conceito de uma morte futura inexorável (Feifel, 1990).

A investigação sobre as atitudes perante a morte apenas começou a florescer na primeira metade do século XX, após o final da segunda guerra mundial, com a defesa dos valores democráticos, com o crescimento da psicologia existencial na Europa e com o surgimento de uma nova ameaça coletiva, o armamento nuclear (Feifel, 1990).

Os principais medos de morte estão relacionados com a ansiedade de morte: o fim último da existência, a incerteza do que se segue, o medo de uma não-existência, a perda de tudo o que valorizamos, a disrupção do fluir da vida, o medo de deixar as pessoas significativas, medo da dor e sofrimento no ato de morrer, medo de não ter vivido uma vida plena e medo de julgamento e consequências da vida para além da morte (Wong, 2011). Outra fonte do medo da morte, além da consciência da finitude, o reconhecimento do fracasso em ter vivido uma vida sem significado (Butler, 1975, Erikson, 1963, cit. Wong, Reker & Gesser, 1994).

A aceitação da mortalidade individual é uma das principais portas de entrada para o autoconhecimento. A maturidade humana implica o reconhecimento de limites (Feifel, 1990).

Desde a infância até ao fim das nossas vidas, a perceção de segurança psicológica depende da nossa capacidade de gerir a consciência da vulnerabilidade e mortalidade, que colide com o desejo de infinitude e de evitar tudo aquilo que nos pode matar (Greenberg, Vail,

Pyszczynski, 2014). De acordo com a teoria da gestão do terror, o medo da morte é a força motriz de grande parte do comportamento humano (Greenberg et al, 1986). O reconhecimento da vulnerabilidade humana e da sua inevitável mortalidade pode produzir um estado de ansiedade hipervigilante (terror), que pode impactar o funcionamento diário do indivíduo, até um ponto de ser completamente debilitante, se não for controlado por um mecanismo de defesa psicológico. Este mecanismo de defesa, é composto pela visão do mundo cultural e pela autoestima que atenua a ansiedade de morte, permitindo gerir o confronto com a sua mortalidade (Solomon, Greenberg & Pyszczynski, 1989). Este terror é assim gerido através destas duas componentes: 1) uma visão do mundo que atribui significado ao mundo, ordem e permanência (Simon, Arndt, Greenberg, Pyszczynski, & Solomon, 1998), fornece padrões, valores, comportamentos que quando realizados, proporcionam ao indivíduo um sentimento de significado pessoal e possibilidade de transcenderem a morte, através da imortalidade literal (vida depois da morte, conceitos de alma, céu ou nirvana) ou simbólica (manifestações culturais, como publicações, arte, (Jonas & Fischer, 2006), muito além do seu *self* corpóreo e 2) autoestima, adquirida pela crença de que está a cumprir os padrões de valor defendidos pela sua visão do mundo (Simon, Arndt, Greenberg, Pyszczynski & Solomon, 1998).

Estudos que promovem a saliência de mortalidade, pela ativação de pensamentos de morte, induzem insegurança nos indivíduos sobre as suas vidas (Arndt et al., 2004, cit. por Rahimah, Khalil, Dang, & Cheng, 2020), e para ultrapassar esta insegurança, os indivíduos desenvolvem e recorrem às suas visões do mundo culturais, que agem como mecanismos atenuantes da ansiedade de morte (Greenberg et al., 1986 cit. por Rahimah, Khalil, Dang, & Cheng, 2020). As visões do mundo servem para minimizar o medo da consciência da morte (Hansen et al, cit. por Rahimah, Khalil, Dang, & Cheng, 2020), considerando que a consciência humana da mortalidade capacita as pessoas a imbuir as suas vidas de significado. (Chopik & Edelstein, 2014, cit. por Rahimah, Khalil, Dang, & Cheng, 2020).

Existe uma compreensão objetiva da morte, mas subjetivamente a tendência é para rejeitá-la e receá-la (Wong, Tomer 2000). Esta tensão entre estes dois posicionamentos fomenta o surgimento das atitudes perante a morte.

A atitude perante a morte é descrita como uma tendência psicológica interna avaliativa e relativamente estável mantida por um indivíduo em resposta à inevitabilidade da morte (Dezutter et al., 2009).

Kubler-Ross (1969), foi responsável por tornar o tema da morte, um tópico de investigação e a identificação de mecanismos de defesa (recusa e negociação) e reações emocionais (raiva e depressão) necessários para a aceitação da morte. O tema da aceitação é introduzido, após uma longa tradição em psicologia na medição da ansiedade da morte e dos seus fatores determinantes (Wong, 2011).

Klug & Sinha (1987, cit. por Wong, Reker & Gesser, 1994), definiram a aceitação da morte como a assimilação cognitiva da possibilidade da nossa finitude e a compreensão emocional positiva (ou neutra) das suas consequências.

Wong, Reker & Gesser, (1994), consideram três tipos de aceitação de morte: a aceitação neutral ou neutralidade, a aceitação como aproximação e a aceitação enquanto escape, que será descrito em detalhe na Tabela 2. Até à operacionalização deste instrumento, estes conceitos não tinham ainda sido definidos ou medidos de forma clara, dada o foco até então nas reações negativas à morte (Neimeyer, Moser & WittKowski, 2003).

A aceitação neutral ou neutralidade é uma abordagem mais individualista e racional e independente de crenças externas. A aceitação como aproximação, implica envolvimento e a crença religiosa da entrada num lugar de última satisfação. Em alguns estudos, verificou-se que quanto maior a convicção religiosa, menor o medo perante a morte. Por outro lado, verificou-se que o medo da morte pode ser menor, em indivíduos com fortes convicções, quer sejam religiosas ou não. Na aceitação como escape, a morte é considerada um refúgio, perante uma vida com dificuldades e com pouco apaziguamento. Tipicamente optam por esta via por já não terem estratégias de coping com a dor, o sofrimento e os problemas da existência (Wong, Recker & Gesser, 1994). O medo da morte surge da impossibilidade do indivíduo encontrar um significado na sua vida e morte (Wong, Recker & Gesser, 1994).

Tabela 2*Descrição das Atitudes perante a morte*

Aceitação neutral ou neutralidade	Aceitação como aproximação	Aceitação enquanto escape	Medo da morte	Evitamento da morte
O indivíduo considera que a morte é parte integrante da vida. Estar vivo implica viver com a morte e com o processo de morte. Perante a inevitabilidade, existe uma atitude ambivalente, a morte não é temida, também não é desejada, mas é aceite, o que leva o indivíduo a aproveitar a vida ao máximo, tendo em conta a sua finitude.	O indivíduo considera que existe uma vida feliz depois da morte. Esta perspetiva está relacionada com crenças religiosas e a noção de que a morte pode trazer paz e harmonia com Deus. A morte é considerada uma passagem, o que atenua a ansiedade de morte.	O indivíduo considera a morte como um escape perante a dor e à miséria, quando estes são inevitáveis e insustentáveis. O medo de viver em certas circunstâncias pode ser superior ao medo de morrer. A recetividade perante a morte não é baseada na bondade inerente à morte, mas sim na maldade existente em viver.	Pensamentos e sentimentos acerca da morte e do processo de morrer.	O evitamento de falar ou pensar sobre a morte atenua o medo e a ansiedade de morte. O evitamento como mecanismo de defesa para afastar a morte da consciência.

Adaptado de “Death Attitude Profile-Revised: A multidimensional measure of attitudes toward death” de P.T. Wong, G.T., Reker e G. Gesser, 1994, *Death anxiety handbook: Research, instrumentation, and application*, 125-129.

O modelo da aceitação implica simultaneamente pensamentos e sentimentos acerca da morte e do processo de morrer (o medo da morte) e o evitamento de falar ou pensar acerca da morte, para redução desse medo e ansiedade. O medo e a aceitação da morte são indissociáveis e estão relacionados com a procura de sentido pessoal, ou seja, são fatores que permitem ao indivíduo atribuir significado, quer à sua vida, quer à própria morte (de Jesus, 2010).

A pesquisa de Wong, Reker e Gesser (1994) deriva de uma perspetiva existencialista, que salienta que a motivação dos indivíduos vai no sentido da busca de significado pessoal

(Frankl, 1965). O medo da morte decorre da incapacidade em encontrar um significado pessoal para a própria vida e morte. Assim, o medo e a aceitação da morte dependerão de o indivíduo ter aceite o seu próprio ciclo de vida (Wong, Reker & Gesser, 1994). Lewis e Butler (1974) consideram que os indivíduos têm um medo maior de uma vida sem significado do que da morte em si mesma. Indivíduos que vêem as suas vidas com significado têm menor ansiedade de morte e maior aceitação da morte (Wong, Reker & Gesser (1994).

Wong (2011), apresenta um modelo de sistema-dual para lidar com a morte e alcançar uma boa vida, que implica tanto uma abordagem de aproximação como de evitamento perante a ansiedade de morte. São duas tendências que se complementam e que constituem motivações e orientações de vida. Por um lado, a busca de segurança e auto preservação física e psicológica, face a um mundo caótico e perigoso, a tendência defensiva e protetora para evitar dor e sofrimento; por outro, o atingimento de objetivos de vida, seja uma carreira de sucesso, ter família, não podem ser mantidos sem lidar com retrocessos, pensamentos negativos e o medo da morte. O terror da morte ensina o que realmente importa e como viver autenticamente.

Em contraponto à teoria da gestão do terror, Wong (2011) definiu a teoria da gestão do significado, em que a busca do significado é a principal motivação do indivíduo, enquanto ser que busca esse significado, e não a ansiedade de morte. Existe uma orientação defensiva perante a ansiedade, terror, e reações defensivas inconscientes e existe uma orientação de vida cujo foco é o crescimento, autenticidade e significado. Para esta perspetiva, a capacidade de ultrapassar a ansiedade de morte e viver uma vida autêntica, reside na capacidade do indivíduo em construir um significado. De acordo com Wong (2011), várias perspetivas de aceitação e medo estão intrinsecamente ligadas a sistemas de significados que os indivíduos utilizam na presença da morte. Trata-se de reconhecer a incerteza e os limites e com esse conhecimento, procurar e desenvolver estruturas de significado através dos quais a existência é vivida ao máximo, e o medo transformado em aceitação (Mikulincer, M., & Florian, V. (2007). De acordo com esta teoria, o individuo lida com a sua finitude com a conjugação tripartida de ansiedade de morte, aceitação de morte e significado de vida. A procura do significado da vida é entendido como um pilar necessário para uma atitude de aceitação da morte (Spitzenstätter & Schnell, 2022). Percepcionar a vida como significativa e simultaneamente enfrentar a sua própria mortalidade, é entendido como uma forma de crescimento pessoal, ao enfrentar as ameaças existenciais, e aproximar-se de uma vida mais autêntica (Spitzenstätter & Schnell, 2022).

Durlak (1972, cit. por Wong, Reker & Gesser (1994), reportou que indivíduos que tinham propósito e significado nas suas vidas tendencialmente tinham menos medo da morte e

atitudes mais positivas e aceitantes perante a morte. Quinn e Reznikoff (1985, cit. por Wong, Reker & Gesser, 1994), reportaram que indivíduos sem direção e propósito tinham elevados níveis de ansiedade de morte.

Inicialmente foi desenvolvido um instrumento multidimensional para aferir um conjunto de atitudes perante morte, o *Death Attitude Profile* (DAP) desenvolvido por Gesser, Wong e Reker (1987, 1988), que incluía quatro dimensões derivadas de análise fatorial: a) medo da morte/processo de morrer, b) aceitação como aproximação, c) aceitação como escape e d) aceitação neutral. No decurso da investigação com jovens e adultos, identificaram uma outra atitude, de evitamento perante o tema da morte. O medo da morte e o evitamento implicam uma atitude negativa perante a morte, mas são distintos. Perante o medo da morte, o indivíduo confronta a morte e os sentimentos que daí advêm; no evitamento, evita pensar ou falar sobre a morte de forma a reduzir a ansiedade de morte. É considerado um mecanismo de defesa que afasta o tema da morte da consciência do indivíduo. Desta forma, a escala foi revista para incluir a subescala de evitamento da morte, passando a ser denominada por *Death Attitude Profile – Revised*.

Pela solidez da sua base teórica, pela visão compreensiva de todo o espectro de atitudes perante a morte, optou-se por utilizar esta escala no presente estudo.

Objetivo do estudo e hipóteses de investigação

Dado que a cognição e comportamento humanos são fortemente influenciados por um conjunto de crenças e pressupostos sobre a vida e a realidade (Kolkto-Rivera, 1994), pretende-se em primeiro lugar, verificar a relação das visões do mundo na forma como o indivíduo percebe a morte. De que forma, as quatro visões do mundo – otimista, tradicional, espontânea e pessimista - estão associadas às cinco atitudes perante a morte – aceitação neutral, aceitação como aproximação, aceitação como escape, o medo e evitamento da morte. É expectável uma relação entre visões do mundo positivas e atitudes perante a morte positivas. No mesmo sentido, as visões do mundo influenciam a forma como o indivíduo percebe a natureza humana, as relações sociais, as atividades em que se compromete, e como tal, pretende-se verificar se as visões do mundo podem ter impacto na forma como o indivíduo opta por prazer, conforto, ou por atividades de crescimento pessoal, nas orientações para o bem-estar. É expectável por exemplo, uma relação entre as visões do mundo otimista e espontânea, e uma orientação para o bem-estar hedónica. Por outro lado, uma relação entre a visão do mundo

tradicional e uma orientação para o bem-estar eudaimónica. Por último, verificar a associação das orientações para o bem-estar nas atitudes da morte.

Método

Delineamento do Estudo

O presente estudo de natureza exploratória e correlacional, pretende verificar a relação entre as visões do mundo, operacionalizadas através de quatro tipos de visões do mundo, as orientações para o bem-estar operacionalizadas através de dois tipos de orientações (variáveis independentes), e as atitudes perante a morte (variável dependente), operacionalizadas através de cinco tipos de atitudes perante morte. A correlação pressupõe uma associação e não casualidade.

Participantes

Este estudo foi realizado com a participação de 154 indivíduos da população geral, com idade superior a 18 anos e sem limite máximo de idade, tendo sido excluído um indivíduo, considerado *outlier* severo, na escala visão do mundo “Optimista”, de acordo com o critério de *Tukey*.

Na Tabela 3, são mencionadas as características sociodemográficas da amostra. A amostra é composta por 99 (64.7%) pessoas do sexo feminino, 53 (34.6%) pessoas do sexo masculino e 1 (0.7%) pessoa com “Outro”, tendo uma média de idades de 41.8 anos ($DP=10.7$, $Med=42.0$, min-máx:18-76). Do total da amostra, 139 (90.7%) pessoas classificam a sua saúde acima do ponto intermédio da escala, 106 (69.3%) pessoas não apresentam diagnóstico de doença e 116 (75.8%) pessoas não tem queixas de saúde. Dentre as queixas de saúde, 32 (84%) pessoas referiram ter doença física (e.g. asma, dor abdominal ou doenças músculo-esqueléticas) e 6 (16%) pessoas referiram ter doença psicológica (e.g. ansiedade, depressão e perturbação obsessivo-compulsiva).

Relativamente à crença religiosa, 86 (56.2%) pessoas responderam não ter religião e 55 (35.9%) pessoas referiram praticar a religião católica.

Da amostra, 85 (55.6%) pessoas responderam ter sofrido a perda de alguém significativo nos últimos cinco anos, para 40 (41.7%) dos inquiridos, a perda foi considerada muitíssimo importante e em termos de dificuldade, a resposta foi acima do ponto intermédio da escala, para 70 (72.9%) pessoas.

Por último, o tema da morte foi abordado de forma aberta na família para 90 (59.5%) pessoas.

Tabela 3*Características sociodemográficas (N=153)*

Variáveis	N	%
Sexo		
Feminino	99	64.7
Masculino	53	34.6
Outro	1	0.7
Estado Civil		
Solteiro(a)	72	47.1
Casado(a)/União de Facto	60	39.2
Divorciado(a)	18	11.8
Viúvo(a)	3	2.0
Escolaridade		
Primeiro Ciclo, até 4ª classe	0	0.0
Segundo Ciclo, até 6º ano	1	0.7
Terceiro Ciclo 7º até 9º ano	1	0.7
Ensino Secundário	25	16.3
Ensino Superior - 3 a 5 anos	113	73.9
Doutoramento	13	8.5
Classificação de saúde		
Péssima	0	0.0
2	0	0.0
3	4	2.6
4	2	1.3
5	8	5.2
6	10	6.5
7	36	23.5
8	47	30.7
9	19	12.4
Ótima	27	17.6
Diagnóstico de doença		
Não	106	69.3
Sim	47	30.7

Queixas de saúde		
Não	116	75.8
Sim	37	24.2
Religião		
Sem religião	86	56.2
Católica	55	35.9
Muçulmana	0	0.0
Judaica	1	0.7
Hindu	0	0.0
Budista	2	1.3
Testemunha de Jeová	0	0.0
Protestante/Evangélica	2	1.3
Ortodoxa	1	0.7
Outra	6	3.9
Perda de pessoa significativa		
Sim	85	55.6
Não	68	44.4
Importância de pessoa significativa		
Nada importante	3	3.1
2	0	0.0
3	2	2.1
4	1	1.0
5	6	6.3
6	6	6.3
7	10	10.4
8	15	15.6
9	13	13.5
Muitíssimo importante	40	41.7
Dificuldade da perda		
Nada difícil	5	5.2
2	0	0.0
3	3	3.1
4	7	7.3

5	11	11.5
6	12	12.5
7	9	9.4
8	20	20.8
9	9	9.4
Extremamente difícil	20	20.8
Morte abordada na família		
De forma aberta	91	59.5
Evitamento	42	27.5
Nunca	20	13.1

Instrumentos

De forma a compreender a caracterização geral da amostra deste estudo, foram considerados dados sociodemográficos que permitissem obter a idade, sexo, nível de escolaridade completo, estado civil, crença e prática religiosa, percepção sobre o estado da saúde física e se tinha doença com diagnóstico médico. Foi ainda recolhida informação quanto à exposição a eventos de morte de alguém próximo e a importância do falecido na vida dos sujeitos, o impacto do evento de morte para o sujeito e se o tema da morte foi abordado em família.

Escala de Visões do mundo

Para avaliar as visões do mundo, foi utilizada a *Scale to Assess WorldView* © (SAWV), de Farah A. Ibrahim e Steve V. Owen (1994). A operacionalização deste construto e os seus estudos de validação, permitiram identificar quatro visões do mundo distintas: visão “Otimista”, visão “Tradicional”, visão do “Espontânea” e visão “Pessimista”. Esta escala constituída por 30 itens, e com resposta numa escala de tipo Likert variando de 1 (Discordo totalmente) a 5 (Concordo totalmente), tem como objectivo aferir as quatro visões do mundo definidas pelos autores. A visão otimista é avaliada pelos itens 1 (“Nenhuma fraqueza ou dificuldade nos pode deter se tivermos força de vontade suficiente”), 11, 12, 19, 20, 21, 22, 24, 29; a visão tradicional, pelos itens 3 (“As mulheres que querem remover a palavra obedecer do contrato de casamento não compreendem o que significa ser uma esposa”), 6, 8, 10, 16, 18, 23, 26, 28; a visão espontânea, pelos itens 4 (“O passado não existe mais, o futuro pode nunca existir, o presente

é tudo o que podemos ter como certo”), 13, 14, 17, 30 e a visão pessimista pelos itens 2 (“Sendo a natureza humana como é, haverá sempre guerra e conflito”), 5, 7, 9, 15, 25, 27.

Na escala original de 45 itens, a consistência interna é de .98 (Ibrahim & Kahn, 1982). Posteriormente, os autores reduziram a escala para 30 itens, com valores de alfa inferiores a .70 para três dos quatro fatores. A escolha desta escala deve-se a ser uma das escalas que se focam em diversas dimensões do construto e não de forma unidimensional, foi comumente utilizadas em diversos estudos e foi criada com o recurso a análise fatorial.

Para obter o resultado final, calcula-se a soma dos itens de cada dimensão e divide-se pelo número de itens de cada dimensão. Um resultado mais elevado indica a visão do mundo preferencial do indivíduo, enquanto um resultado inferior, reflete uma visão menos relevante. O resultado pode variar entre 30 e 150 pontos.

Os dados de consistência interna desta escala no presente estudo serão apresentados no capítulo dos Resultados.

Tradução da Escala de Visões do Mundo

De forma a respeitar os critérios de tradução (Ribeiro, 1999), foram considerados os seguintes passos. A escala foi traduzida para a língua portuguesa de forma independente por duas investigadoras, uma das quais com o domínio da língua, com conteúdo e intenção de cada item, e amostra do estudo. Foram analisadas as divergências por um conjunto de investigadores, a partir da versão original e versão traduzida. Posteriormente, foi realizada a tradução para a língua original (retroversão), por um tradutor sem conhecimento da versão original do instrumento, a partir da versão traduzida, de forma a analisar possíveis discrepâncias, e a similaridade com a versão original. Uma vez que não foram identificadas discrepâncias, prosseguiu-se com a versão final do instrumento utilizado nesta tese.

Os dados da validação do instrumento nesta amostra são apresentados no capítulo dos Resultados. A tradução do instrumento encontra-se em anexo (Anexo C).

Escala de Avaliação do Perfil de Atitudes acerca da morte

Para verificar as atitudes perante a morte, foi aplicada a Escala de Avaliação do Perfil de Atitudes acerca da Morte (EAPAM) adaptada para a população portuguesa por de Jesus Loureiro, (2010), com base na versão revista de Wong, Reker & Gesser (1994), a *Death Attitude Profile Revised* (DAP-R), a partir da versão original de *Death Attitude Profile* (DAP), de Gesser, Wong & Reker (1987). A avaliação deste instrumento de autorrelato é realizada através

de uma escala ordinal, tipo Likert, de sete pontos (1 - discordo completamente a 7 - concordo completamente), com 32 itens no total. A escala pretende aferir cinco dimensões de atitudes perante a morte: medo da morte (sete itens - 1, 2, 7, 18, 20, 21 e 32; “A morte é sem dúvida uma experiência cruel”), evitamento da morte (5 itens – 3, 10, 12, 19, 26; “Evito a todo o custo pensamentos relacionados com a morte), aceitação neutral/neutralidade (5 itens - 6, 14, 17, 24 e 30; “A morte deve ser vista como um acontecimento natural, inegável e inevitável”), aceitação como aproximação (10 itens- 4, 8, 13, 15, 16, 22, 25, 27, 28, 31; “A morte é a entrada num lugar último de satisfação”) e aceitação como escape (5 itens- 5, 9, 11, 23, 29; “A morte é a libertação da dor e do sofrimento”).

A análise das componentes principais da DAP-R, revelou o agrupamento em cinco fatores, correspondentes às subescalas. As cinco componentes são independentes e os valores de consistência interna da DAP-R são razoáveis, variando entre .60 (aceitação neutral) e .97 (aceitação como aproximação); os coeficientes de estabilidade variam entre .61 (evitamento da morte) e .95 (aceitação como aproximação), o que revela a fiabilidade da medida. A análise da fiabilidade teste-reteste mostrou boa consistência temporal com valores entre .71 e .85 (Wong, Reker, Gesser, 1994).

A Escala de Avaliação do Perfil de Atitudes acerca da Morte (EAPAM) é considerada uma medida fidedigna e válida, tanto ao nível da consistência interna, tanto ao nível da análise fatorial que não se opõem às dimensões teóricas das atitudes perante a morte, como conceptualizados pelos autores. Os valores do coeficiente alfa de *Cronbach* relativamente ao estudo da tradução portuguesa são considerados razoáveis: Aproximação - $\alpha = .91$; Evitamento - $\alpha = .87$; Medo - .84; Escape - $\alpha = .82$ e Neutralidade $\alpha = .64$, sendo o valor mais modesto, mas ainda aceitável. De notar, que na versão original o valor de consistência interna da aceitação neutra foi de $\alpha = .65$.

O resultado de cada uma das cinco dimensões é obtido através da soma da pontuação, de cada item e dividido pelo número total de itens da dimensão. Deste modo, um resultado superior numa das dimensões indica uma maior ocorrência dessa dimensão. O resultado pode variar entre 32 e 224 pontos.

Os dados de consistência interna desta escala serão apresentados no capítulo dos Resultados.

Escala de motivações hedônicas, eudaimônicas e extrínsecas para as atividades

Para aferir as motivações eudaimônicas e hedônicas dos sujeitos quando realizam atividades, foi utilizada a escala *The Hedonic, Eudaimonic and Extrinsic Motives for Activities Revised* (HEEMA) de Huta & Ryan (2010), baseada na escala *The Hedonic and Eudaimonic and Motives for Activities* HEMA-R (Huta, 2016), à qual se acrescentou a dimensão extrínseca, com adaptação para a população portuguesa por Ramos, Mira, & Costa (2018).

Esta escala de autoavaliação, é constituída por 16 itens, com uma escala ordinal, do tipo *Likert* (de 1 - Absolutamente nada a 7 MUITÍSSIMO), com a seguinte instrução: “Independentemente de conseguir ou não realizar com sucesso o seu objetivo, identifique em que grau ou em que medida tipicamente realiza as suas atividades com cada uma das seguintes intenções”.

As dimensões das orientações são avaliadas a partir de três escalas e duas subescalas: a escala de orientação/motivação eudaimônica, a escala de orientação/motivação hedônica e a escala de orientação/motivação extrínseca. A escala de orientação/motivação hedônica inclui as subescalas de orientação/motivação hedônica para o prazer e para o conforto.

A escala de orientação/motivação hedônica é aferida pelos conceitos de prazer, expresso nos itens 4, 6 e 9 (“Procurar divertir-se?”) e de conforto, nos itens 1 e 7 (“Procurar "ir com calma", descontraír?”). A escala de orientação/motivação eudaimônica é aferida pelos conceitos de autenticidade, expressa nos itens 3 e 8 (“Procurar usar o melhor que há em si, as suas qualidades?”), de excelência, nos itens 5 e 8 (“Procurar usar o melhor que há em si, as suas qualidades?”), crescimento, indicado no item 2 (procurar desenvolver uma competência, aprender a fazer algo, ou compreender algo?) e o conceito de significado indicado no item 10 (“Procurar contribuir para o bem-estar dos outros ou do mundo à volta?”).

A orientação/motivação extrínseca é avaliada pelos itens 11, 12, 13, 14, 15, e 16 (“Procurar tornar as coisas confortáveis?”).

A consistência da escala da versão portuguesa, é de elevada, dado que apresenta um alfa de $\alpha=.91$, e cujo detalhe se apresenta de seguida: a orientação hedônica com $\alpha=.89$; a subescala orientação hedônica-conforto com $\alpha=.77$, a subescala da orientação hedônica-prazer com $\alpha=.85$, a orientação extrínseca com $\alpha=.87$ e por último, a orientação eudaimônica com $\alpha=.89$ (Ramos, Mira, & Costa, 2018).

O resultado das orientações é obtido através da soma da pontuação, de cada item e dividido pelo número total de itens da dimensão. Deste modo, um resultado superior numa das

dimensões indica uma maior ocorrência dessa dimensão. O resultado pode variar entre 16 e 112 pontos.

Os dados de consistência interna desta escala serão apresentados no capítulo dos Resultados.

Procedimento

A recolha de respostas foi obtida através de questionário de autorrelato, elaborado através da ferramenta *Google Forms*, com uma duração média de 10 a 15 minutos, e partilhado no período de 17 de Abril a 31 de Julho de 2023.

Numa primeira seção, foi descrito o objetivo do questionário, instruções de resposta, e referência à confidencialidade e anonimato e o contacto da investigadora para questões relacionadas com o estudo. De seguida, foram solicitados os dados sociodemográficos.

Para controlo do critério de inclusão no que diz respeito à idade, foi mencionado na folha de consentimento informado, a acessibilidade ao instrumento a maiores de 18 anos e após o questionário sociodemográfico e antes da aplicação dos instrumentos, o reforço de que o instrumento tinha restrições quanto à idade.

Os instrumentos foram aplicados pela seguinte ordem: a *Scale to Assess WorldView* (SAW), a Escala de Avaliação do Perfil de Atitudes Acerca da Morte (EAPAM) e por último, a escala *Hedonic, Eudaimonic and Extrinsic Motives for Activities Revised* (HEEMA).

Análise estatística

O tratamento estatístico dos dados obtidos foi efetuado no software IBM SPSS *Statistics* (Versão 29.0), tendo sido realizadas as seguintes análises estatísticas: análise descritiva da amostra e das escalas e subescalas utilizadas (média, desvio-padrão, mediana, mínimo e máximo), a análise de normalidade e verificação da ausência de *outliers* nas várias escalas para a confirmação se seria possível prosseguir com a análises subsequentes. Neste sentido, foi realizada análise de correlação entre as várias escalas e análises de regressão linear simples, com o recurso ao método *stepwise*, de forma a aferir o contributo das variáveis independentes nas variáveis dependentes.

Resultados

Estatísticas descritivas

Na Tabela 4, apresentam-se os resultados da análise descritiva e da consistência interna das variáveis em estudo.

Em média, a amostra tende a apresentar uma tendência mais elevada de visão do mundo otimista ($M=4.0$, $DP=0.5$), em comparação com as restantes visões, sendo a segunda mais elevada a visão pessimista ($M=3.4$, $DP=0.6$). A visão tradicional apresenta-se como a visão com menor tendência ($M=2.2$, $DP=0.5$).

Em relação às atitudes perante a morte, a aceitação neutral é a atitude com maior predominância, com valor acima do ponto intermédio ($M=5.7$, $DP=1.0$), que corresponde a uma atitude de concordância com o item. As atitudes negativas perante a morte, como o medo da morte ($M=3.7$, $DP=1.4$) e evitamento ($M=3.6$, $DP=1.6$) apresentam valores muito próximos do ponto intermédio da escala. E por último, a aceitação por aproximação ($M=2.5$, $DP=1.4$), com o valor abaixo do ponto intermédio da escala. O perfil de atitudes perante a morte desta amostra evidencia maior proximidade a atitudes de neutralidade e menor frequência de aceitação por aproximação.

As orientações para o bem-estar, apresentam uma média de 5, à exceção da escala da orientação extrínseca, que apresenta uma média mais baixa ($M=3.1$, $DP=1.2$).

Na escala das visões do mundo, cuja tradução foi realizada para o presente estudo, os alfas de *cronbach*, apresentam valores próximos do valor mínimo de referência, à exceção da visão pessimista ($\alpha=.58$).

Na escala das atitudes perante a morte, a consistência interna é elevada, o que indica a fiabilidade da medida. Neste caso, todos os alfas apresentam um valor acima de $\alpha=.70$. A aceitação por aproximação reflete o valor mais elevado ($\alpha=.94$), seguido do evitamento ($\alpha=.90$) e medo da morte ($\alpha=.85$), sendo o mais baixo o alfa da aceitação neutral ($\alpha=.73$).

Nas orientações para o bem-estar, a consistência interna é elevada, sendo o valor menor, na subescala orientação hedónica-conforto ($\alpha=.75$).

Tabela 4*Análise descritiva e consistência interna das variáveis em estudo*

Medidas	<i>Med</i>		α	Assimetria	Curtose
	<i>M (DP)</i>	(min-máx)			
EVM					
Visão Otimista	4.0 (0.5)	4.0 (3.0-5.0)	.64	-.55	.46
Visão Tradicional	2.2 (0.5)	2.1 (1.0-4.0)	.68	.78	1.52
Visão Espontânea	2.8 (0.8)	2.8 (1.0-5.0)	.69	.17	-.36
Visão Pessimista	3.4 (0.6)	3.4 (2.0-5.0)	.58	-.15	-.13
EAPAM					
Medo da Morte	3.7 (1.4)	3.6 (1.0-7.0)	.85	.13	-.74
Evitamento	3.6 (1.6)	3.6 (1.0-7.0)	.90	.17	-.78
Aceitação Neutral	5.9 (1.0)	6.0 (1.0-7.0)	.73	-1.55	2.95
Aceitação Aproximação	2.5 (1.4)	1.9 (1.0-7.0)	.94	.96	.35
Aceitação Escape	2.7 (1.3)	2.5 (1.0-7.0)	.76	.79	.55
Orientação Hedónica					
Orientação Hedónica	5.2 (1.0)	5.2 (3.0-7.0)		-.33	-.29
Orientação Hedónica-Prazer	5.4 (1.0)	5.7 (3.0-7.0)	.81	-.43	-.25
Orientação Hedónica-Conforto	4.8 (1.3)	5.0 (3.0-7.0)	.75	-.42	-.34
Orientação Eudaimónica					
	5.6 (0.9)	5.6 (2.0-7.0)	.81	-1.03	2.62
Orientação Extrínseca					
	3.5 (1.1)	3.3 (2.0-6.0)	.82	.34	-.57

Nota: EVM= Escala de Visões do Mundo; EAPAM= Escala de Avaliação do Perfil de Atitudes acerca da Morte; *M*=Média, *DP*= Desvio Padrão, *Med*=Mediana, *min*=mínimo, *máx*=máximo, α = Alfa de Cronbach

Pela análise da assimetria e curtose, verifica-se que cumprem com os valores indicados como aceitáveis, o que indica que as variáveis correspondem a uma distribuição aparentemente normal. As realizações de testes de normalidade concluem a distribuição normal. Tendo em conta a confirmação dos pressupostos da normalidade, procedeu-se à análise inferencial com testes paramétricos, com coeficiente de correlação de *Pearson*, cujos resultados serão descritos na próxima secção.

Correlação entre as variáveis visões do mundo

A Tabela 5 indica o resultado das correlações entre as variáveis visões do mundo e verifica-se que existem correlações moderadas entre a visão do mundo otimista e a visão tradicional ($r=.26, p=.001$), entre a visão do mundo otimista e a visão espontânea ($r=.26, p=.001$), entre a visão tradicional e a visão espontânea ($r=.36, p<.001$) e a visão pessimista ($r=.31, p<.001$) que evidencia também independência entre si. Verifica-se ainda relação moderada entre a visão espontânea e a visão pessimista ($r=.32, p<.001$).

Tabela 5

Análise de Correlações entre as visões do mundo

Medidas	1	2	3	4
Visões do Mundo				
1. Visão Otimista	-			
2. Visão Tradicional	.26*	-		
3. Visão Espontânea	.26**	.36**	-	
4. Visão Pessimista	.01	.31**	.32**	-

* $p<.005$ ** $p<.001$

Correlação entre as variáveis visões do mundo e atitudes acerca da morte

Foi realizada uma análise correlacional entre as variáveis visões do mundo e as atitudes acerca da morte, cujo resultado é descrito na Tabela 6. Verifica-se que as atitudes perante a morte se correlacionam com as visões do mundo, apesar de se constituírem como correlações fracas, nomeadamente, a visão do mundo pessimista e o medo da morte e ($r=.19, p=.017$) e de forma moderada, com o evitamento ($r=.28, p<.001$), e a morte enquanto escape ($r=.29, p<.001$). A visão do mundo tradicional correlaciona-se moderadamente apenas com a aceitação por aproximação ($r=.32, p<.001$). A visão do mundo espontânea correlaciona-se de forma fraca, com o evitamento da morte ($r=.18, p<.023$) bem como a aceitação por aproximação ($r=.19, p=.021$). Por último, a visão otimista, correlaciona-se apenas com a aceitação por aproximação ($r=.22, p=.006$). Entre as atitudes acerca da morte, verifica-se

relação forte entre o medo e o evitamento perante a morte ($r=.65, p<.001$), relação moderada entre o medo da morte e a aceitação neutral ($r=.31, p<.001$) e evitamento ($r=.27, p<.001$), a aceitação como escape e a aceitação por aproximação ($r=.38, p<.001$) e por último, de forma fraca, o evitamento e a aceitação por aproximação ($r=.18, p=.030$).

Correlação entre as variáveis visões do mundo e as orientações para o bem-estar

Foi realizada a análise correlacional, cujo detalhe encontra-se descrito na Tabela 7, entre as visões do mundo e as orientações para o bem-estar e verifica-se que existe correlação entre si, a orientação hedónica ($r=.19, p=.018$), eudaimónica ($r=.34, p<.001$), subescala hedónica-prazer ($r=.18, p=.029$) e hedónica-conforto ($r=.17, p=.038$) correlacionam-se com a visão otimista. A subescala orientação hedónica-conforto relaciona-se com a visão espontânea ($r=.23, p=.005$). A orientação eudaimónica relaciona-se com a orientação hedónica ($r=.41, p<.001$), a orientação hedónica-conforto relaciona-se com a orientação hedónica ($r=.89, p<.001$), bem como a orientação hedónica-prazer ($r=.62, p<.001$) e orientação extrínseca ($r=.16, p<.043$). Verifica-se a mesma relação com a orientação eudaimónica, ou seja, a orientação hedónica-conforto ($r=.24, p<.002$), bem como a orientação hedónica-prazer ($r=.47, p<.001$) e orientação extrínseca ($r=.34, p<.001$).

Tabela 6*Análise de Correlações entre as visões do mundo e as atitudes acerca da morte*

Medidas	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Atitudes acerca da Morte									
5.Medo da Morte	-.04	.11	.07	.19*	-				
6.Evitamento	-.03	.16	.18*	.28**	.65**	-			
7.Aceitação Neutral	.14	-.10	-.01	.12	-.31**	-.27**	-		
8.Aceitação por aproximação	.22**	.32**	.19*	.07	.14	.18*	.02	-	
9.Aceitação como escape	-.03	.14	.15	.29**	.02	1.00	.07	.38**	-

* $p < .005$ ** $p < .001$

Tabela 7*Análise das Correlações entre as visões do mundo e as orientações para o bem-estar*

Medidas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Orientações para o bem-estar														
10.Orientação Hedónica	.19*	.01	.15	.15	.03	.06	.01	-.07	-.12	-				
11.Orientação Eudaimónica	.34**	.08	.01	-.03	.10	-.00	.13	.14	-.02	.41**	-			
12.Orientação Hedónica-Prazer	.18*	-.06	.05	.14	.05	.01	.04	-.11	-.13	-.92**	.47**	-		
13.Orientação Hedónica-Conforto	.17*	.08	.23**	.13	-.00	.10	-.03	-.01	-.08	.89**	.24**	.62**	-	
14.Orientação Extrínseca	.03	1.0	.02	.21	.14	.15	.08	.11	.03	.29**	.34**	.34**	.16*	-

* $p < .005$, ** $p < .001$

Validade da estrutura fatorial da escala Visões do Mundo

Para verificar a validade de construto da escala traduzida das Visões do Mundo, foi realizada uma análise fatorial exploratória, pelo método de componentes principais, tendo sido utilizada rotação ortogonal Varimax dos fatores. Inicialmente, foi utilizado como ponto de corte, valores próprios igual ou superior a 1.00 (*eigenvalue*) para a decisão do número de fatores a reter na análise, o que gerou uma solução de 10 fatores. Foi replicada a mesma análise fatorial, sem o critério do valor *eigenvalue*, mas forçando a extração de 4 fatores. Procurou-se considerar a validade convergente do item com o fator, ou seja, selecionar os itens com fator $>.30$.

A estatística descritiva da análise fatorial e os pesos da análise fatorial por fator, encontram-se descritos no Anexo D e E, respetivamente. Assim, optou-se por manter o resultado dos 4 fatores, o que resultou no fator 1 (visão do mundo tradicional), fator 2 (visão do mundo espontânea), fator 3 (visão do mundo otimista) e fator 4 (visão do mundo pessimista). Os itens que compõem cada fator, correspondem aos itens com maior relação entre si e com maior peso em cada fator.

Por fim, para o estudo de fiabilidade, foi realizada a análise de consistência interna de cada uma das escalas das visões do mundo, cujo detalhe é descrito na Tabela 8.

Tabela 8

Análise descritiva e da fiabilidade das Escalas das Visões do Mundo

Medidas	M	DP	Mín.	Máx.	α
Escala Visão do mundo Otimista	4.0	0.5	3.0	5.0	.64
Escala Visão do mundo Tradicional	2.2	0.5	1.0	4.0	.68
Escala Visão do mundo Espontânea	2.8	0.8	1.0	5.0	.69
Escala Visão do mundo Pessimista	3.4	0.6	2.0	5.0	.58

Nota: M= Média, DP=Desvio-Padrão, Mín.=Mínimo, Máx.=Máximo, α =Alfa de Cronbach

Análise das visões do mundo, enquanto variáveis preditoras, nas atitudes acerca da morte

Para testar a hipótese 1, de forma a aferir quais as visões do mundo (variáveis independentes) que mais predizem cada uma das atitudes acerca da morte (variável dependente), foi realizada uma análise de regressão linear simples, com o recurso ao método *stepwise*.

A análise descrita na Tabela 9, permitiu identificar que a visão do mundo pessimista afigura-se como preditora significativa do medo da morte ($F(12.40)$; $p < .001$; $R^2_a = .03$; 95% IC (.08,.84)). A variável do mundo pessimista foi identificada ainda como preditora significativa da atitude de evitamento da morte ($F(5.808)$; $p = .017$; $R^2_a = .07$; 95% IC (.34,1.21)). Além disso, verificou-se relação significativa entre a visão do mundo pessimista e a aceitação da morte como escape ($F(13.37)$; $p < .001$; $R^2_a = .08$; 95% IC (.29,.98)).

A visão do mundo tradicional foi identificada como preditora significativa da atitude por aproximação ($F(17.53)$; $p < .001$; $R^2_a = .10$; 95% IC (.44,1.22)) e de escape perante a morte ($F(15.34)$; $p < .001$; $R^2_a = .09$; 95% IC (.33,1.00)). Verifica-se que as preditoras explicam um percentual muito baixo da variação total das atitudes perante a morte, apesar de alguns dos modelos apresentarem significância. De notar que, as visões do mundo otimista e espontânea foram excluídas pela regressão linear, o que significa que não se constituem como variáveis capazes de explicar a variação das atitudes perante a morte, enquanto variáveis dependentes. Os valores de VIF são inferiores a < 5 , o que significa que não existe multicolinearidade entre as visões do mundo, enquanto preditoras. Verifica-se ainda que a variação de resíduos é constante nas variáveis preditoras.

Análise das visões do mundo, enquanto variáveis preditoras nas orientações para o bem-estar

Para testar a hipótese 2, de forma a aferir quais as visões do mundo (variáveis independentes) que mais predizem cada uma das orientações para o bem-estar (variável dependente), foi realizada uma análise de regressão linear simples, com o recurso ao método *stepwise*.

A Tabela 10 resume a única variável preditora de ambas as orientações para o bem-estar. A visão do mundo otimista prediz de forma significativa, a orientação hedónica, ($F(5.612)$; $p = .019$; $R^2_a = 0.04$; 95% IC (.07,.75)) e a orientação eudaimónica ($F(19.45)$; $p < .001$; $R^2_a = 0.11$; 95% IC (.37,96)). Os valores de VIF são inferiores a < 5 , o que significa que não existe multicolinearidade entre as visões do mundo, enquanto preditoras. Verifica-se ainda que a variação de resíduos é constante nas variáveis preditoras.

Tabela 9*Modelo de Regressão Linear entre as visões do mundo e as atitudes perante a morte*

Variáveis Preditoras	Variáveis Dependentes - Atitudes acerca da Morte																			
	Medo				Evitamento				Aceitação Neutral				Aproximação				Escape			
Visões do Mundo	Beta	<i>t</i>	<i>P</i>	VIF	Beta	<i>t</i>	<i>p</i>	VIF	Beta	<i>t</i>	<i>p</i>	VIF	Beta	<i>t</i>	<i>p</i>	VIF	Beta	<i>t</i>	<i>p</i>	VIF
Pessimista	.192	2.410	.017	1.00	.275	3.521	<.001	1.00									.285	3.656	<.001	1.00
Tradicional													.323	4.187	<.001	1.00				

p*<.005Tabela 10***Modelo de Regressão Linear com as visões do mundo e as orientações para o bem-estar*

Variáveis Preditoras	Variáveis Dependentes - Orientações para o bem-estar							
	Orientação Hedónica				Orientação Eudaimónica			
Visões do Mundo	Beta	<i>t</i>	<i>p</i>	VIF	Beta	<i>t</i>	<i>p</i>	VIF
Otimista	.192	2.399	.018	1.00	.338	4.412	<.001	1.00

**p*<.005

Análise das orientações para o bem-estar, enquanto variáveis preditoras nas atitudes acerca da morte

Por último, para testar a hipótese 3, de forma a aferir quais as orientações para o bem-estar (variáveis independentes) que mais predizem cada uma das atitudes perante a morte (variável dependente), foi realizada uma análise de regressão linear simples, com o recurso ao método *stepwise*. Contudo, não se verificou a existência de relação entre as variáveis, pois o modelo não gerou nenhuma relação.

Análise das variáveis sociodemográficas, enquanto variáveis preditoras nas atitudes acerca da morte

Foi realizada ainda uma análise com as variáveis sociodemográficas, consideradas relevantes para o presente estudo e de acordo com a literatura existente. A Tabela 11 resume o carácter preditivo e significativo de variáveis sociodemográficas nas atitudes acerca da morte, nomeadamente o sexo feminino no medo da morte ($F(14.20)$; $p < .001$; $R^2_a = 0.08$; 95% IC (.41,1.31)) e evitamento ($F(6.82)$; $p = .010$; $R^2_a = 0.04$; 95% IC (.17,1.25)). Verifica-se que ter um diagnóstico médico de doença prediz significativamente o medo da morte ($F(5.36)$; $p = .022$; $R^2_a = 0.03$; 95% IC (-1.04,-.82)). A perda de pessoa significativa também prediz significativamente a aceitação neutral ($F(6.69)$; $p = .011$; $R^2_a = 0.04$; 95% IC (.11,.82)).

A religião enquanto variável sociodemográfica apresenta os seguintes resultados. Em primeiro lugar, um modelo onde a variável religião católica prediz significativamente o medo da morte ($F(8.33)$; $p = .004$; $R^2_a = 0.05$; 95% IC (.21,1.12)). De seguida, um modelo onde a variável religião católica prediz significativamente o evitamento da morte ($F(8.33)$; $p = .004$; $R^2_a = 0.05$; 95% IC (.21,1.12)). Verifica-se que as preditoras explicam um percentual muito baixo da variação total das atitudes perante a morte, apesar de os modelos apresentarem significância.

Por último, o evitamento do tema da morte em contexto familiar, prediz significativamente o medo da morte ($F(6.81)$; $p = .010$; $R^2_a = 0.04$; 95% IC (.16,1.14)).

Tabela 11 Modelo de Regressão Linear com variáveis sociodemográficas e as atitudes perante a morte

Variáveis Preditoras	Variáveis Dependentes - Atitudes acerca da Morte															
	Medo da Morte				Evitamento da Morte				Aceitação Neutral				Aproximação			
	Beta	t	p	VIF	Beta	t	p	VIF	Beta	t	p	VIF	Beta	t	p	VIF
Sexo Feminino	.293	3.768	<.001	1.00	.208	2.612	.010	1.00								
Diagnóstico Doença Perda Significativa	-.185	-2.315	.022	1.00					.206	2.586	.011	1.00				
Religião Católica	.229	2.886	.004	1.00												
Religião Católica					.257	3.272	.001	1.00								
Tema evitado em casa	.208	2.610	.010	1.00	.217	2.729	.007	1.00	-.173	-2.156	.033					

Discussão de Resultados

Em primeiro lugar, o presente estudo pretendia verificar a relação das visões do mundo na forma como o indivíduo percebe a morte. De que forma, as quatro visões do mundo – otimista, tradicional, espontânea e pessimista estão associadas às cinco atitudes perante a morte – aceitação neutral, aceitação como aproximação, aceitação como escape, o medo e evitamento da morte. É expectável uma relação entre visões do mundo positivas e atitudes perante a morte positivas.

Hipótese 1

Os resultados demonstram parcialmente a relação entre as visões do mundo nas atitudes perante a morte. Verificou-se uma relação significativa da visão pessimista nas atitudes negativas sobre a morte, nomeadamente o medo e o evitamento da morte. Indivíduos com uma visão pessimista tendem a perceber a natureza humana como essencialmente má, a focar nos aspetos negativos e a temer o desconhecido, nomeadamente a morte, pelo que pode levar a que tente evitar pensar na morte ou enfrentá-la (Ibrahim & Heuer, 2016). Em relação à associação com a morte como escape, ao considerarem que a existência pode ser caracterizada pela dor e sofrimento, podem entender a morte como um lugar, onde não existirá mais dificuldades (Wong, Reker & Gesser, 1994).

Os resultados demonstram ainda a relação significativa entre a visão tradicional e a aceitação por aproximação. A visão tradicional é caracterizada pelo respeito pela força da autoridade e a única visão do mundo com enfoque no futuro e adiamento de recompensa (Ibrahim & Heuer, 2016), sendo que se relaciona com a aceitação por aproximação, onde o indivíduo entrega a responsabilidade da sua morte numa autoridade divina, e com a crença da continuidade da vida para além da morte (Wong, Reker & Gesser, 1994).

Hipótese 2

Pretendia-se verificar se as visões do mundo podem ter impacto na forma como o indivíduo opta por prazer, conforto, ou por atividades de crescimento pessoal, nas orientações para o bem-estar. Os resultados demonstram apenas uma relação significativa entre a visão do mundo otimista e ambas as orientações para o bem-estar, hedónica e eudaimónica, pelo que a hipótese 2 é parcialmente cumprida. A visão otimista é caracterizada pelo foco em atividades que simultaneamente fomentem a expressão espontânea do *self*, bem como o desenvolvimento de todos os aspetos do Eu, como ser integrado (Ibrahim & Heuer, 2016), o que se relaciona tanto com a orientação hedónica, para a gratificação mais imediata, de satisfação de

necessidades e desejos pessoais, bem como com a orientação eudaimónica, na sua vertente de compreender o seu verdadeiro eu, e agir em conformidade com os seus valores, de realização do seu potencial, no sentido de crescimento e aprendizagem pessoal (Huta, 2015).

Hipótese 3

Por último, pretendia-se verificar a associação das orientações para o bem-estar nas atitudes da morte, mas ao contrário do que seria expectável, não se verificou esta associação.

Relação com variáveis sociodemográficas

Verificou-se uma relação significativa entre o sexo feminino e as atitudes de medo, evitamento e aceitação neutral da morte, o que está alinhado com estudos anteriores (Cicirelli, 1998; Harding, S. R., Flannelly, K. J., Weaver, A. J., & Costa, K. G., 2005).

Face a diagnóstico médico de doença, verificou-se que existe relação significativa com o medo da morte. Esta relação ainda não foi sustentada inteiramente pela literatura. Neimeyer, Wittkowski & Moser (2004), referem que embora a doença possa ser potenciadora de atitudes negativas perante a morte, estas derivam mais de fatores interpessoais (não ter suporte social), e recursos individuais como crenças religiosas, do que propriamente a doença em si.

A religião católica está relacionada com medo e evitamento da morte, o que poderá estar relacionado com um ente com poder e autoridade (omnipotência) (Lewis Hall, M. E., & Hill, P. (2019). Esta variável tem sido frequentemente estudada na literatura, desde o início dos estudos sobre a morte, em que é referido que o indivíduo com crenças religiosas apresenta um maior medo da morte, em comparação com um indivíduo sem crenças religiosas, não só pelo fim da existência terrena, mas também relacionado com preocupações da vida além da morte (Feifel, 1959, Neimeyer, Wittkowski & Moser (2004). Por outro lado, os estudos têm sido marcados por alguma inconsistência, pois referem que indivíduos com mais crenças religiosas apresentam menor medo da morte. Alguns estudos têm evidenciado a correlação positiva entre medo de morte e religião (Saleem & Saleem, 2020), e outras relações pouco significativas (Bakan et al., 2019). Tal pode dever-se ao facto de os estudos não refletirem a natureza multidimensional dos construtos da morte e da religião (Harding, S. R., Flannelly, K. J., Weaver, A. J., & Costa, K. G. (2005).

Os resultados parecem demonstrar que a par das atitudes negativas da morte, como o medo e o evitamento, surge a aceitação neutral da morte. Esta tem sido apresentada como a atitude mais adaptativa (Wong, 1994). As atitudes perante a morte tendem a misturar-se, com atitudes opostas, no sentido da adaptação (Feifel, 1990).

Limitações

O presente estudo apresenta limitações. Como a ameaça à validade interna, é de destacar a imprecisão da medida de aferição das visões do mundo, traduzida para o presente estudo. Será útil realizar a devida validação da escala para a população portuguesa, com análise cuidada à validade de construto, realização de pré-teste para averiguar dificuldades de leitura e interpretação, análise de fidelidade e validade. Tal poderá ter impactado os resultados. O conteúdo da versão original é adequado à população americana e pode ter ressoado negativamente na amostra portuguesa. Será útil desenvolver uma medida para as visões do mundo, pois parece ainda não existir uma medida inteiramente fiável, válida e estatisticamente robusta para a aferição das visões do mundo. A escala da visão do mundo pessimista apresentou um alfa próximo de .60, mas foi mantido para efeito de reporte de resultados.

Outra das ameaças à validade interna, foi a probabilidade de enviesamentos na selecção da amostra, dado que se utilizou o método não probabilístico, o que permite uma parca representatividade, e reservas quanto à generalização dos resultados. A amostra é reduzida, o que pode explicar que algumas relações poderão dever-se a outras variáveis que não as variáveis em estudo.

O presente estudo considerou o construto das atitudes sobre a morte, em geral, e dada a natureza multidimensional do construto da morte, sugere-se a utilização de outras medidas, que possam compreender a complexidade em torno do tema da percepção individual da morte (Wong, 1994). Existe uma multiplicidade de atitudes perante a morte nas suas diversas formas: a nossa própria morte, a morte de outros, a aniquilação do corpo, a insegurança pós morte, a ideia de morte de forma abstracta, pelo que não existe apenas uma atitude. Dado que o sentido da vida é um conceito importante para aferir as atitudes perante a morte, sugere-se o recurso a outros instrumentos que operacionalizem este conceito, em estudos futuros,

O presente estudo foi realizado num único momento de tempo, pelo que não afere as atitudes do indivíduo a longo prazo. Será relevante realizar estudos longitudinais para compreender como as atitudes perante a morte se alteram ao longo do tempo.

Conclusão

Ainda que o presente estudo não contribua com resultados conclusivos, reforça a necessidade de trazer o tema da morte para a luz do dia, e começar a perceber a morte de olhos fixos. Verificou-se uma maior predominância de uma atitude de aceitação da morte, mas continua a ser muito evidente as atitudes negativas da morte, como o medo e o evitamento.

Continua a ser relevante a importância de ter educação para a morte, no seio do currículo normativo, na área de prestação de cuidados de saúde, para os próprios terapeutas na sua prática clínica, para o suporte adequado ao outro e para o próprio crescimento pessoal.

O impacto da consciência da morte no bem-estar não tem sido amplamente estudado. Inclusive a Teoria de Gestão do Terror tem representado uma ameaça ao bem-estar, por focar-se na ansiedade de morte e nos seus efeitos negativos. Estudos futuros podem trazer mais clareza sobre o tema.

Referências

- Arndt, J., Solomon, S., Kasser, T., & Sheldon, K. M. (2004). The urge to splurge: A terror management account of materialism and consumer behavior. *Journal of Consumer Psychology, 14*(3), 198-212.
- Bakan, A. B., Arli, S. K., & Yıldız, M. (2019). Relationship between religious orientation and death anxiety in elderly individuals. *Journal of religion and health, 58*(6), 2241-2250.
- Braaten, A., & Huta, V. (2018). A preliminary exploration of how worldviews relate to eudaimonic and hedonic orientations. *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy, 7*(2), 11.
- Cicirelli, V. G. (1998). Personal meanings of death in relation to fear of death. *Death studies, 22*(8), 713-733.
- Feifel, H. (1990). Psychology and death: Meaningful rediscovery. *American psychologist, 45*(4), 537.
- Frankl, V. (1959). *Man's search for meaning*. Hodder & Stoughton.
- de Jesus Loureiro, L. M. (2010). Tradução e adaptação da versão revista da Escala de Avaliação do Perfil de Atitudes acerca da Morte (EAPAM). *Revista de Enfermagem Referência, 3*(1), 101-108.
- Greenberg, J., Vail, K., & Pyszczynski, T. (2014). Terror management theory and research: How the desire for death transcendence drives our strivings for meaning and significance. In *Advances in motivation science* (Vol. 1, pp. 85-134). Elsevier.
- Hansen, J., Winzeler, S., & Topolinski, S. (2010). When the death makes you smoke: A terror management perspective on the effectiveness of cigarette on-pack warnings. *Journal of experimental social psychology, 46*(1), 226-228.
- Harding, S. R., Flannelly, K. J., Weaver, A. J., & Costa, K. G. (2005). The influence of religion on death anxiety and death acceptance. *Mental Health, Religion & Culture, 8*(4), 253-261.
- Huta, V., & Ryan, R. M. (2010). Pursuing pleasure or virtue: The differential and overlapping well-being benefits of hedonic and eudaimonic motives. *Journal of Happiness Studies, 11*, 735-762.

- Huta, V. (2013). Eudaimonia. In S. David, I. Boniwell, & A.C. Ayers (Eds.), *Oxford Handbook of Happiness* (chapter 15, pp. 201-213). Oxford, GB: Oxford University Press.
- Huta, V., & Waterman, A. S. (2014). Eudaimonia and its distinction from hedonia: Developing a classification and terminology for understanding conceptual and operational definitions. *Journal of happiness studies*, 15(6), 1425-1456.
- Huta, V. (2015). The complementary roles of eudaimonia and hedonia and how they can be pursued in practice. *Positive psychology in practice: Promoting human flourishing in work, health, education, and everyday life*, 159-182.
- Huta, V. (2016). An overview of hedonic and eudaimonic well-being concepts. *The Routledge handbook of media use and well-being*, 14-33.
- Huta, V. (2016). Eudaimonic and hedonic orientations: Theoretical considerations and research findings. *Handbook of eudaimonic well-being*, 215-231.
- Ibrahim, F. A., & Kahn, H. (1987). Assessment of world views. *Psychological reports*, 60(1), 163-176.
- Ibrahim, F. A., & Owen, S. V. (1994). Factor analytic structure of the Scale to Assess World View. *Current Psychology*, 13(3), 201-209.
- Ibrahim, F. A., & Heuer, J. R. (2016). Worldview: Implications for culturally responsive and ethical practice. In *Cultural and Social Justice Counseling* (pp. 51-75). Springer, Cham.
- Ihle, G. M., Sadowsky, G. R., & Kwan, K. L. (1996). Worldviews of women: Comparisons between White American clients, White American counselors, and Chinese international students. *Journal of Counseling & Development*, 74(3), 300-306.
- Jong, J., Ross, R., Philip, T., Chang, S. H., Simons, N., & Halberstadt, J. (2018). The religious correlates of death anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Religion, Brain & Behavior*, 8(1), 4-20.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and social psychology bulletin*, 22(3), 280-287.
- Kasser, T. (2016). Materialistic values and goals. *Annual review of psychology*, 67, 489-514.
- Kastenbaum, R., & Moreman, C. (2018). *Death, society, and human experience*. Routledge.

- Koltko-Rivera, M. E. (2004). The psychology of worldviews. *Review of general psychology*, 8(1), 3-58.
- Lekes, N., Martin, B. C., Levine, S. L., Koestner, R., & Hart, J. A. (2022). A death and dying class benefits life and living: Evidence from a nonrandomized controlled study. *Journal of Humanistic Psychology*, 00221678221079069.
- Lewis, M. I., & Butler, R. N. (1974). Life-review therapy. Putting memories to work in individual and group psychotherapy. *Readings in psychotherapy with older people*, 199-204.
- Lewis Hall, M. E., & Hill, P. (2019). Meaning-making, suffering, and religion: a worldview conception. *Mental Health, Religion & Culture*, 22(5), 467-479.
- Lynch Jr, M. F., Plant, R. W., & Ryan, R. M. (2005). Psychological needs and threat to safety: Implications for staff and patients in a psychiatric hospital for youth. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(4), 415.
- Majchrowicz, B., Tomaszewska, K., & Guty, E. (2021). Societal attitudes toward death and awareness of death confirmation: an internet survey. *Medical Science Pulse*, 15(3), 31-37.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (2007). The complex and multifaceted nature of the fear of personal death: The multidimensional model of Victor Florian. In A. Tomer, P. T. P. Wong, & E. Grafton (Eds.), *Death attitudes: Existential & spiritual issues* (pp. 39–64). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Neimeyer, R. A., Moser, R. P., & Wittkowski, J. (2003). Assessing attitudes toward dying and death: Psychometric considerations. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 47(1), 45-76.
- Neimeyer, R. A., Wittkowski, J., & Moser, R. P. (2004). Psychological research on death attitudes: An overview and evaluation. *Death studies*, 28(4), 309-340.
- Niemiec, C. P., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2009). The path taken: Consequences of attaining intrinsic and extrinsic aspirations in post-college life. *Journal of research in personality*, 43(3), 291-306.
- Obasi, E. M., Flores, L. Y., & James-Myers, L. (2009). Construction and initial validation of the Worldview Analysis Scale (WAS). *Journal of Black Studies*, 39(6), 937-961.

- Park, C. L. (2005). Religion as a meaning-making framework in coping with life stress. *Journal of social issues*, 61(4), 707-729.
- Prentice, M., Kasser, T., & Sheldon, K. M. (2017). Openness to experience predicts intrinsic value shifts after deliberating one's own death. *Death Studies*, 42(2), 205–215.
- Quested, E., Bosch, J. A., Burns, V. E., Cumming, J., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2011). Basic psychological need satisfaction, stress-related appraisals, and dancers' cortisol and anxiety responses. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33(6), 828-846.
- Rahimah, A., Khalil, S., Dang, H. P., & Cheng, J. M. S. (2020). The terror of death and consumers' sustainability attitudes. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 57, 102196.
- Ramos, L. A., Mira, T., & Costa, A. (2018). Psychometric properties of the Portuguese version of the Hedonic, Eudaimonic, and Extrinsic Motives for Activities scale (HEEMA). Unpublished data, University of Beira Interior, Faculty of Social and Human Sciences, Department of Psychology and Education.
- Ribeiro, J. L. P. (1999). *Investigação e avaliação em psicologia e saúde*.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford publications.
- Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of personality*, 65(3), 529-565.
- Saleem, T., & Saleem, S. (2020). Religiosity and death anxiety: A study of Muslim dars attendees. *Journal of religion and health*, 59, 309-317.
- Sheldon, K. M., Gunz, A., Nichols, C. P., & Ferguson, Y. (2010). Extrinsic value orientation and affective forecasting: Overestimating the rewards, underestimating the costs. *Journal of Personality*, 78(1), 149-178.
- Simon, L., Arndt, J., Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S. (1998). Terror management and meaning: Evidence that the opportunity to defend the worldview in response to mortality salience increases the meaningfulness of life in the mildly depressed. *Journal of Personality*, 66(3), 359-382.

- Spinelli, E. (2006). Existential psychotherapy: An introductory overview. *Análise Psicológica*, 24(3), 311-321.
- Spitzenstätter, D., & Schnell, T. (2022). The existential dimension of the pandemic: Death attitudes, personal worldview, and coronavirus anxiety. *Death studies*, 46(5), 1031-1041.
- Spitzenstätter, D., & Schnell, T. (2022). Effects of mortality awareness on attitudes toward dying and death and meaning in life—a randomized controlled trial. *Death Studies*, 46(5), 1219-1233.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of counseling psychology*, 53(1), 80.
- Sue, D. W. (1978). Eliminating cultural oppression in counseling: Toward a general theory. *Journal of Counseling Psychology*, 25(5), 419.
- Tu, J., Shen, M., & Li, Z. (2022). When cultural values meets professional values: a qualitative study of chinese nurses' attitudes and experiences concerning death. *BMC palliative care*, 21(1), 1-10.
- Wong, P. T., Reker, G. T., & Gesser, G. (1994). Death Attitude Profile-Revised: A multidimensional measure of attitudes toward death. *Death anxiety handbook: Research, instrumentation, and application*, 121, 121-148.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.
- Yin, F., He, Y., He, Y., Shen, H., & Ip, K. (2022). A comparative study of death anxiety and death attitudes in Han and Tibetan ethnic groups. *Death Studies*, 46(5), 1196-1205. *Care of Dying Individuals*. OMEGA-Journal of Death and Dying, 0302228221100638.
- Vail III, K. E., Juhl, J., Arndt, J., Vess, M., Routledge, C., & Rutjens, B. T. (2012). When death is good for life: Considering the positive trajectories of terror management. *Personality and social psychology review*, 16(4), 303-329.
- Vail III, K. E., Horner, D. E., Waggoner, B., & Conti, J. P. (2019). Pushing up daisies: Goal orientations, death awareness, and satisfaction with life. *Journal of Experimental Social Psychology*, 85, 103891.

- Van Hiel, A., & Vansteenkiste, M. (2009). Ambitions fulfilled? The effects of intrinsic and extrinsic goal attainment on older adults' ego-integrity and death attitudes. *The International Journal of Aging and Human Development*, 68(1), 27–51. doi:10.2190/AG.68.1.b.
- Zheng, R., Lee, S. F., & Bloomer, M. J. (2018). How nurses cope with patient death: A systematic review and qualitative meta-synthesis. *Journal of clinical nursing*, 27(1-2), e39-e49.

Anexos

Anexo A **Consentimento informado**

Este estudo insere-se no âmbito de uma investigação do Mestrado em Psicologia Clínica, no ISPA - Instituto Universitário. Tem como objectivo estudar as visões do mundo e a sua associação com o bem estar psicológico e as atitudes perante a morte, na população portuguesa.

Estima-se que o preenchimento deste questionário tenha a duração de 15 minutos.

Pedimos-lhe que leia atentamente e responda com o máximo de sinceridade a todas as questões. A sua participação é voluntária, não existem respostas certas ou erradas e todas as respostas são válidas, mas poderá interromper ou desistir a qualquer momento.

Está garantido o anonimato e a confidencialidade das respostas que serão exclusivamente utilizadas para efeitos estatísticos do presente estudo.

Agradecemos o seu contributo para compreender mais sobre este tema.

Caso exista alguma questão adicional, por favor entre em contacto com a investigadora principal Alexandra Soares (asoares.ispa@outlook.com) ou com a orientadora do estudo Dra. Maria João Gouveia (mjgouveia@ispa.pt).

Declaro ter 18 anos ou mais de idade, e ter lido e compreendido a informação disponibilizada dando o meu consentimento para participar no estudo.

- Sim
- Não

Anexo B
Questionário Sócio-demográfico

1. Idade: ____

2. Sexo

- Masculino
- Feminino
- Outro

3. Estado Civil

- Solteiro(a)
- Casado(a)/União de Facto
- Divorciado(a)
- Viúvo(a)

4. Nível de escolaridade

- Primeiro ciclo – até 4ª classe
- Segundo ciclo – até 6º ano
- Terceiro ciclo – 7º a 9º ano
- Ensino Secundário
- Ensino Superior- 3 a 5 anos
- Doutoramento

5. Como classificaria a sua saúde em geral durante a última semana?

- 1 – Péssima - - - - - 10 – Ótima

6. Sofre de alguma doença com diagnóstico médico?

- Sim
- Não

7. Tem outras queixas de saúde?

- Sim
- Não

8. Quais:_____

9. Religião

- Sem Religião
- Católica
- Muçulmana
- Judaica
- Hindu
- Budista
- Testemunhas de Jeová
- Protestante/Evangélica
- Ortodoxa
- Outra

10. Sofreu a perda de alguém significativo para si nos últimos 5 anos?

- Sim
- Não

11. Qual a importância do(a) falecido(a) na sua vida?

1 – Nada importante - - - - - 10 – MUITÍSSIMO importante

12. Quão difícil foi/está a ser para si esta perda?

1 – Nada difícil - - - - - 10 – Extremamente difícil

13. De que forma, o tema da morte foi abordado na sua família?

- De forma aberta
- Evitamento
- Nunca foi abordado