

O QUE AS PESSOAS ESTÃO FAZENDO PARA SEREM FELIZES E O QUE DIFICULTA ESSA CONSTRUÇÃO

INTRODUÇÃO

A felicidade deve ser construída a cada instante por cada um de nós, pois é algo interno, que depende do desenvolvimento de ações do sujeito em sua direção.¹

OBJETIVO

Em função de sua importância, este estudo teve como objetivo conhecer como as pessoas se movimentam para construir a sua felicidade e como percebem o que dificulta essa construção. Para tanto, foi realizado um estudo qualitativo, com delineamento de série de casos.



METODOLOGIA

População em estudo: 214 sujeitos, com mais de quinze anos.

Instrumento: questionário que buscava saber através de perguntas abertas o que deixavam os entrevistados felizes e o que a impedia.

Análise de dados: foram lidos cada um dos questionários e as informações demográficas digitadas em planilha de Excel. Enquanto que as respostas abertas em arquivo Word.

Método: quantitativo no que diz respeito a demografia e qualitativo quanto a análise das respostas das perguntas.

RESULTADOS PARCIAIS

Caracterização da população estudada:

idade variando de 20 a 88 anos

82,8% declarou ser branco

73,4% mulheres

46,7% classe econômica B (classificação da ABEP)

APONTARAM
COMO
NECESSIDADE
PARA A
FELICIDADE

estar bem com a família;
gostar e acreditar em si próprio;
lutar contra os problemas e as dificuldades;
estabilidade financeira;
estar bem consigo e com os outros;
ter alguma ocupação;
ter casa e estar de bem com a vida;



FATORES
QUE
IMPEDEM A
FELICIDADE

ver a família doente;
a presença de brigas;
violência ou filhos desempregados;

F

CONCLUSÃO

Apesar de ainda não ser possível apresentar as conclusões deste estudo, pode-se observar que grande parte dos entrevistados vincula sua felicidade a fatores externos a si, como a família e amigos, não reconhecendo que essa depende de ações suas sobre a sua própria vida. Em geral, não percebem a necessidade de construir a cada momento do seu dia sua felicidade possível.

REFERÊNCIAS

1.FERRAZ, Renata Barboza; TAVARES, Hermano; ZILBERMAN, Monica L. **Felicidade: uma revisão** Rev. psiquiatr. clín. 34(5): 234-242, ND. 200.