

Conf. univ. dr. Sergiu Bălătescu

Universitatea din Oradea

www.sergiubaltatescu.info

Calitatea vieții

Curs 4.

**Bunăstarea subiectivă, conceptul
contemporan de fericire**

Oradea, februarie 2009

bunăstarea subiectivă

presupune:

- o evaluare;
- de către individul însuși;
- a vieții sale;
- ca întreg;
- cu mijloace cognitive (*satisfacție cu viața*);
- sau afective (*nivel hedonic – sau, după unii autori, fericirea*).



Concepte proxime

- ▶ **Calitatea subiectivă a vieții**
- ▶ calitatea subiectivă a vieții nu se suprapune cu bunăstarea subiectivă, ci o include, cuprinzând deopotrivă și alte elemente, ca de pildă evaluarea diferitelor domenii ale vieții (satisfacția sectorială). Bunăstarea subiectivă are însă o poziție privilegiată, obiectul evaluării în cazul ei întregul vieții, nu părțile acesteia



Concepte proxime

- **Bunăstare**
- UNDP desemnează prin bunăstare o „stare a existenței umane în care nevoile de bază ale persoanei sunt satisfăcute în mod adecvat”.
- bunăstarea subiectivă nu trebuie înțeleasă ca o evaluare subiectivă a bunăstării personale. Evaluare a vieții ca întreg, bunăstarea subiectivă sintetizează, dar nu se rezumă la aceasta.



Fericire



Bunăstare psihologică

- ▶ dimensiuni:
- ▶ acceptarea de sine;
- ▶ autonomia;
- ▶ relațiile pozitive cu ceilalți;
- ▶ controlul asupra mediului înconjurător;
- ▶ scopurile în viață;
- ▶ creșterea personală.



Satisfacția cu viața

- ▶ Campbel, Converse și Rodgers (1976) “discrepanța percepută dintre aspirații și realizări, mergând de la percepția împlinirii și până la cea a deprivării”



Structura bunăstării subiective

- ▶ *Componenta cognitivă (satisfația cu viața)*
- ▶ *Componenta afectivă*
 - ▶ *afectul pozitiv (componenta responsabilă pentru stările de bucurie, mândrie etc.)*
 - ▶ *afectul negativ (depresie, plictiseala, neliniște, singurătate).*



Scala balanței afective

- ▶ Ea cuprinde 10 itemi, dintre care cinci ai afectului pozitiv (itemii fără soț din figura următoare) și cinci itemi ai afectului negativ (itemii fără soț din tabelul următoare):

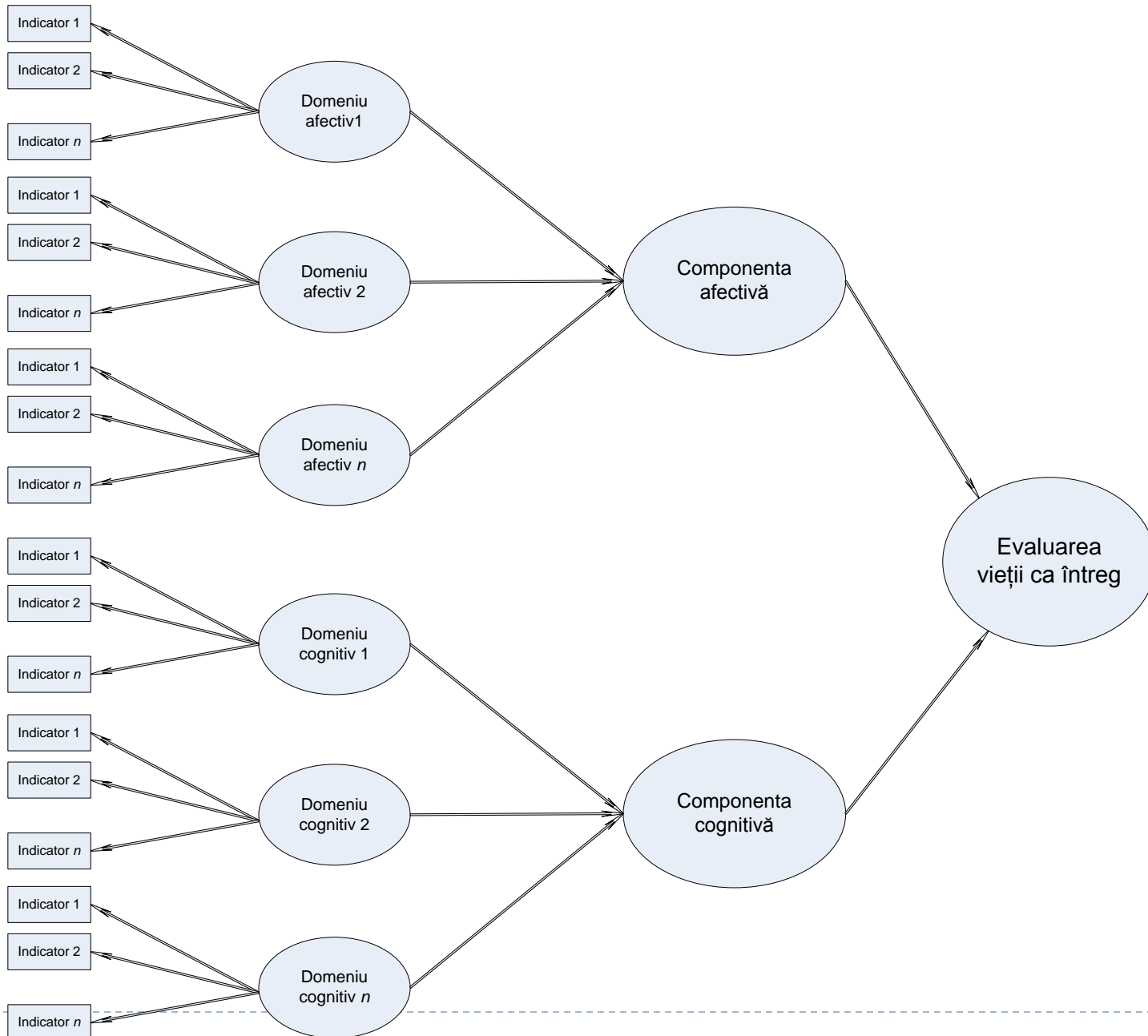


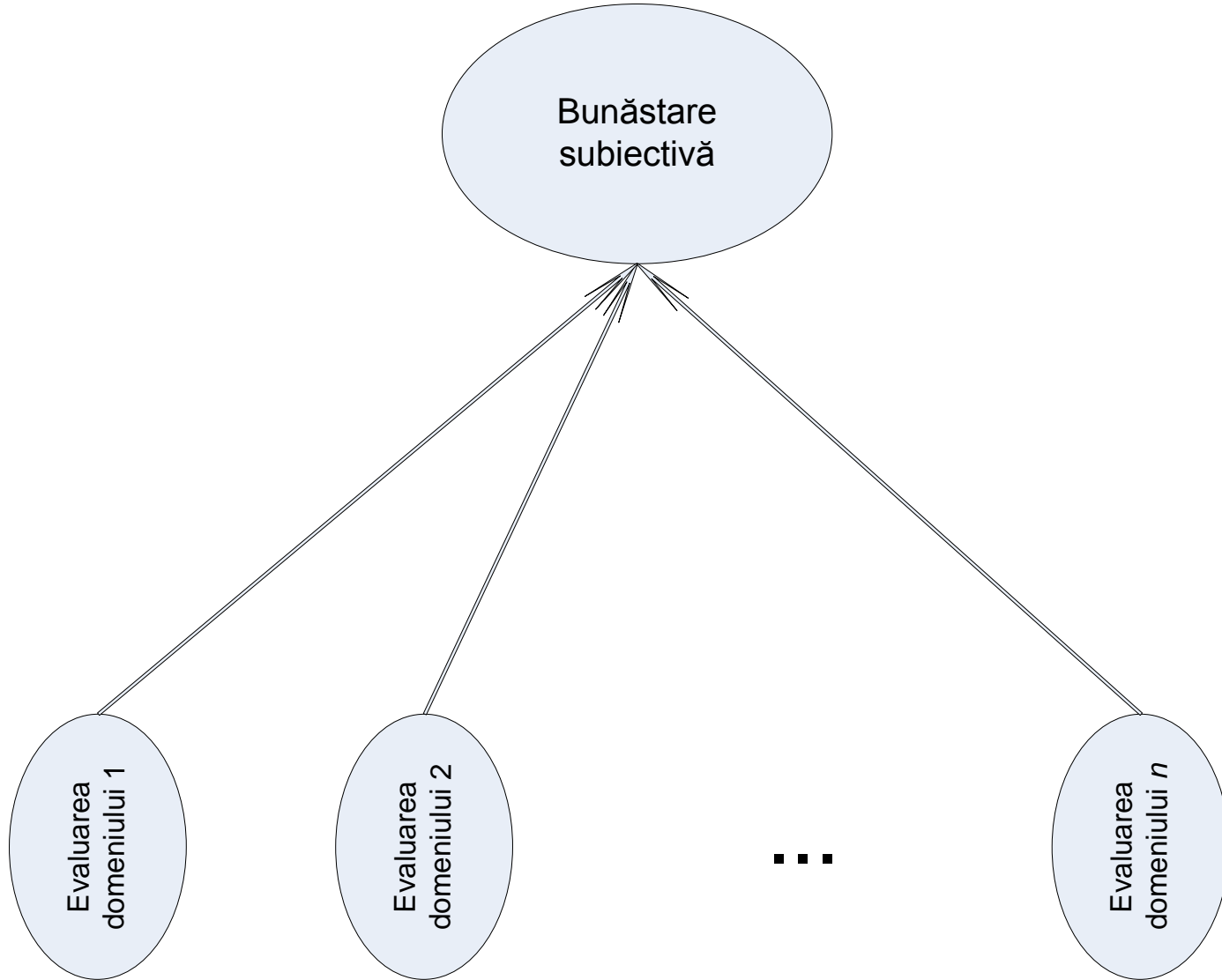
Scala balanței afective

În ultimele săptămâni, te-ai simțit vreodată:

1. Deosebit de interesat(ă) sau de pasionat(ă) de ceva ?
2. Așa de agitat(ă) că nu puteați sta pe scaun ?
3. Mândru(ă) pentru că cineva v-a lăudat pentru ce ați făcut ?
4. Foarte singur(ă) sau îndepărtat(ă) de ceilalți oameni ?
5. Bucuros(oasă) pentru că ați realizat ceva ?
6. Plictisit(ă) ?
7. În al noulea cer ?
8. Deprimat(ă) sau foarte nefericit(ă) ?
9. Ai simțit că lucrurile merg așa cum vreți?
10. Supărat(ă) pentru că cineva v-a criticat?

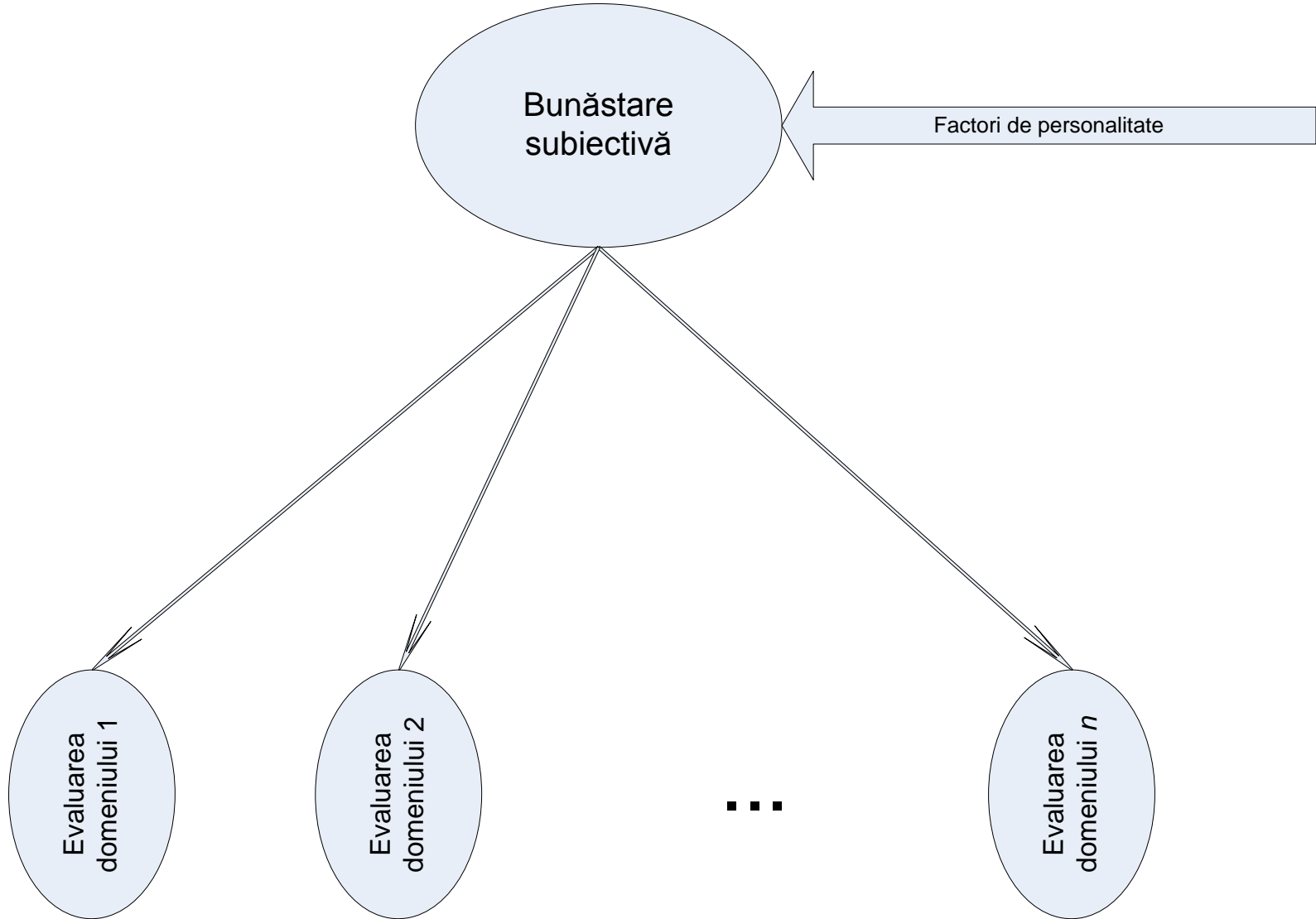






Modelul bottom-up al relației dintre bunăstarea subiectivă și evaluarea domeniilor vieții





Modelul top-down al relației dintre bunăstarea subiectivă și evaluarea domeniilor vieții

