

BEM-ESTAR ESPIRITUAL COMO PREDITOR DE AUTOESTIMA
SPIRITUAL WELL-BEING AS A PREDICTOR OF SELF-ESTEEM
EL BIENESTAR ESPIRITUAL COMO PREDICTOR DE LA AUTOESTIMA

Rodrigo Rodrigues de Souza¹
Luiz Carlos Victorino Souza Junior²

RESUMO: O objetivo do trabalho foi analisar se as dimensões do bem-estar espiritual explicam a autoestima. O método escolhido para análise dos dados foi a regressão linear múltipla. A amostra foi composta por 273 estudantes universitários de uma instituição de ensino superior do Distrito Federal. Destes estudantes, 72% são do sexo feminino. A idade média foi de 26,97 anos, (DP = 8,82). Para a coleta de dados foram utilizados três instrumentos. Escala de Autoestima de Rosemberg, adaptada à população brasileira por Hutz e Zanon (2011). Escala de Bem-estar Espiritual, adaptada à população brasileira por Marques, Sarriera e Dell’Aglío (2009) e um questionário de levantamento de dados sociais. Os resultados demonstraram que cerca de 35% da variabilidade da autoestima pode ser explicada pelo bem-estar espiritual. A variável que mais fortemente impactou nos níveis de autoestima foi o bem-estar existencial, explicando 34,2% da variável predita. A outra variável preditora (bem-estar religioso) por sua vez, relacionou-se com apenas 1,4% da variância de autoestima. Desta forma podemos afirmar que acreditar em um propósito para a vida contribui mais para a autoestima do que adotar uma referência religiosa divina.

Palavras-chave: Autoestima. Bem-estar espiritual. Bem-estar religioso.

ABSTRACT: The objective of the study was to analyze whether the dimensions of spiritual well-being explain self-esteem. The method chosen for data analysis was multiple linear regression. The sample consisted of 273 university students from a higher education institution in the Federal District. Of these students, 72% are female. The mean age was 26.97 years (SD = 8.82). For data collection, three instruments were used. Rosenberg Self-Esteem Scale, adapted to the Brazilian population by Hutz and Zanon (2011). Spiritual Well-being Scale, adapted to the Brazilian population by Marques, Sarriera, and Dell’Aglío (2009) and a questionnaire to collect social data. The results showed that about 35% of the variability in self-esteem can be explained by spiritual well-being. The variable that most strongly impacted the levels of self-esteem was existential well-being, explaining 34.2% of the predicted variable. The other predictor variable (religious well-being), in turn, was related to only 1.4% of the self-esteem variance. In this way, we can say that believing in a purpose for life contributes more to self-esteem than adopting a divine religious reference.

Keywords: Self-esteem. Spiritual well-being. Religious well-being.

¹ Psicólogo. Mestre e Doutor em Psicologia pela Universidade De Brasília- UnB. Professor Universitário. E-mail: prof.pdh.rodrigorodrigues@gmail.com.

² Psicólogo. Mestre em Administração. Doutor em Psicologia Social do Trabalho e das Organizações. Diretor de Pesquisa e Metodologia — Clave Consultoria. <http://orcid.org/0000-0002-3095-0598>. E-mail: luiz@claveconsultoria.com.br.

RESUMEN: El objetivo del estudio fue analizar si las dimensiones del bienestar espiritual explican la autoestima. El método elegido para el análisis de datos fue la regresión lineal múltiple. La muestra estuvo conformada por 273 estudiantes universitarios de una institución de educación superior del Distrito Federal. De estos estudiantes, el 72% son mujeres. La edad media fue de 26,97 años (DP=8,82). Para la recolección de datos se utilizaron tres instrumentos. Escala de Autoestima de Rosenberg, adaptada a la población brasileña por Hutz y Zanon (2011). Escala de Bienestar Espiritual, adaptada a la población brasileña por Marques, Sarriera y Dell'Aglio (2009) y un cuestionario para recolectar datos sociales. Los resultados mostraron que alrededor del 35% de la variabilidad en la autoestima puede ser explicada por el bienestar espiritual. La variable que más impactó en los niveles de autoestima fue el bienestar existencial, explicando el 34,2% de la variable prevista. La otra variable predictora (bienestar religioso), a su vez, se relacionó con sólo el 1,4% de la varianza de la autoestima. De esta forma, podemos decir que creer en un propósito de vida contribuye más a la autoestima que adoptar una referencia religiosa divina.

Palabras clave: Autoestima. Bienestar espiritual. Bienestar Religioso.

INTRODUÇÃO

Desde os anos 70 o conceito de bem-estar espiritual vem ganhando o interesse dos pesquisadores, especialmente após os trabalhos de Ellison (1983) e Fehring, Brennan e Keller (1987), que trouxeram as bases para uma definição do conceito e possibilidades de mensuração. Esses trabalhos foram importantes para distanciar o termo do conceito de religiosidade, erro comum no início dos estudos, além de facilitar o desenvolvimento de novas pesquisas sobre o construto por meio dos instrumentos elaborados. Em uma definição mais recente, ampla e relativamente consensual, bem-estar espiritual pode ser conceituado como o quão bem a vida de um indivíduo está alinhada a seu entendimento de valores e sua compreensão do significado último da vida, em termos pessoais, sociais, ambientais e transcendentais (ROWOLD, 2011; HALIL e KARDAS, 2017).

Pela natureza multidisciplinar do construto, a compreensão do bem-estar espiritual acabou incorporando contribuições de diversas outras áreas além da psicologia, como a teologia, filosofia e especialmente das ciências da saúde, com o interesse dos pesquisadores sobre os impactos desse construto em pacientes com diferentes enfermidades (CHEN et al., 2018; CONNOLLY e TIMMINS, 2021). Nesse sentido, os estudos foram demonstrando que o bem-estar espiritual se relaciona com diversas variáveis, especialmente aquelas ligadas à qualidade de vida de uma maneira geral (TIRGARI et al., 2022).

Ao longo do desenvolvimento da literatura científica sobre o termo, estudos foram demonstrando as relações do bem-estar espiritual com outras variáveis importantes como

felicidade, bem-estar psicológico, estresse, qualidade de vida, suporte social percebido e satisfação com a vida (ROWOLD, 2010; BAI e LAZENBY, 2015; ALORANI e ALRADAYDEH, 2017). A percepção que o indivíduo tem de seus propósitos mais abstratos transcendentais favorece um senso mais amplo de satisfação, estabilidade e proporciona suporte especialmente em momentos de estresse, atuando ainda como uma força unificadora na personalidade (ROWOLD, 2010).

No Brasil, as pesquisas sobre o tema começaram a ganhar mais tração nos últimos dez anos, especialmente com os estudos de Monteiro et al., (2020); Bezerra et al., (2018) e Forti et al., (2020). Ainda que o foco na área da saúde seja grande, o desenvolvimento de escalas em português tem contribuído de forma significativa para as investigações sobre o tema.

Em âmbito mundial, no que se refere à mensuração do construto, diversas escalas foram surgindo ao longo dos anos, mas algumas se destacaram devido a seu bom desempenho especialmente entre diferentes grupos culturais, como foram os casos do Questionário de Bem-estar Espiritual SHALOM de Fischer (2016), e da Escala de Bem-estar Espiritual de Paloutzian e Ellison (1991). Mais especificamente no Brasil, a adaptação da Escala de Bem-estar Espiritual realizada por Marques, Sarriera e Dell’Aglío (2009), trouxe a possibilidade de mensuração do bem-estar espiritual de forma bastante precisa, especialmente considerando a complexidade do construto.

Com a possibilidade de melhor mensuração, foi possível compreender não apenas as diferentes relações entre o bem-estar espiritual e outras variáveis, mas até mesmo as diferenças entre indivíduos com níveis mais altos ou mais baixos do próprio bem-estar espiritual. Alguns estudos demonstraram que pessoas com níveis mais altos são mais longevas, adoecem menos, enfrentam doenças crônicas com maior resiliência e têm menor probabilidade de desenvolver transtornos mentais (AGUILAR, 2016).

Dessa forma, o bem-estar espiritual funciona como um elemento catalisador, colaborando com outros mecanismos que geram efeitos positivos, mesmo em situações adversas, como o enfrentamento de adversidades psicológicas e físicas (PILGER et al., 2017). Por essas e outras razões, o crescente interesse pelo tema tem sido um fator positivo para um maior desenvolvimento da literatura científica.

A autoestima é a outra variável de estudo desta pesquisa. Ela pode ser definida como uma atitude acerca de si mesmo. Está relacionada com as crenças pessoais sobre as

próprias habilidades, as relações sociais e objetivos futuros (HEWIT, 2002). De forma semelhante, Bednar e Peterson (1995) definem a autoestima como um processo valorativo que influencia o indivíduo a eleger suas metas, aceitar a si mesmo e projetar suas expectativas para o futuro. A autoestima, como um processo avaliativo do autoconceito, consiste num conjunto de pensamentos e sentimentos referentes a si mesmo, numa perspectiva positiva (autoaprovação) ou negativa (depreciação), sendo uma representação pessoal dos sentimentos de autovalor (KERNIS, 2005).

A autoestima tem sido bastante associada a identificação dos seus níveis. Altos escores de autoestima associam-se a humor positivo e a percepção de eficácia em relação ao domínio pessoal (BRANDEN, 1994). A baixa autoestima tem sido associada a hipersensibilidade, instabilidade, timidez, falta de autoconfiança, depressão, pessimismo (ROSENBERG e OWENS, 2001).

A definição de autoestima, seria basicamente um julgamento que o sujeito realiza sobre si mesmo, expressando atitudes de aprovação ou repúdio sobre o eu. Ela é caracterizada pelo autojulgamento relacionado a eficiência e valor (AVANCI et al., 2007). Plummer (2012) afirma que autoestima está também relacionada às experiências de infância. Estas mesmas experiências têm influência na formação do eu ideal. Elas decorrem do relacionamento com a família, amigos e sociedade. Segundo Gomes (2014) a autoestima também pode ser gerada a partir das interações sociais. É resultado da percepção que temos de nós mesmos, sendo influenciada pelo modo como os outros nos vêem e reagem perante aquilo que somos.

Alguns estudos têm apresentado dados estatisticamente significativos nas relações entre autoestima e fatores de bem-estar geral. Freire e Tavares (2011), estudando adolescentes, encontraram associações positivas entre autoestima com satisfação com a vida e entre autoestima com felicidade. De forma semelhante, Duarte (2013), estudando adultos, encontrou relações significativas entre as dimensões do bem-estar subjetivo e a autoestima e Figueiras et al. (2021), estudando adolescentes, encontrou resultados significativos moderados e elevados entre todas as subescalas do bem-estar e a autoestima. Além de resultados de correlações, em um estudo com idosos com o objetivo de verificação de um modelo teórico, Gomes et al. (2016) encontrou associações positivas entre bem-estar subjetivo e autoestima, a partir de análises de equações estruturais.

De forma mais específica, foram encontrados alguns estudos que correlacionaram o bem-estar espiritual com a autoestima. Chaves et al. (2007), estudando pacientes com insuficiência renal crônica em tratamento hemodialítico, encontrou correlações significativas entre as duas variáveis, bem como Belini et al. (2021), que estudou a relação entre as mesmas variáveis em idosos institucionalizados e encontrou resultados estatísticos significativos.

Esta breve revisão sobre a associação entre bem-estar geral e autoestima, demonstrou que os construtos têm se mostrado relacionados estatisticamente. De forma mais específica, o bem-estar espiritual, também tem se mostrado relacionado com a autoestima. Sobretudo, estes últimos estudos têm sido conduzidos em amostras específicas e também não tem tido como foco a análise do poder preditivo que o bem-estar espiritual e suas dimensões, podem ter com relação a autoestima.

A partir da revisão realizada anteriormente e das evidências pesquisada, esta pesquisa foi baseada na seguinte problemática: o bem-estar espiritual é preditor de autoestima? Para responder a esta pergunta, o objetivo do trabalho foi analisar quais dimensões do bem-estar espiritual e variáveis sociais explicam a autoestima em uma população geral e abrangente, como a de estudantes universitários, que engloba um perfil bem diversificado de cultura, sexo, idade e outras características sociais.

MÉTODO

Participantes

A amostra foi composta por 273 estudantes universitários de uma instituição de ensino superior do Distrito Federal. Destes estudantes, 72% são do sexo feminino. A idade média foi de 26,97 anos, (DP = 8,82).

Instrumentos

Para a coleta de dados foram utilizados três instrumentos. O primeiro foi a Escala de Autoestima de Rosenberg, adaptada à população brasileira por Hutz e Zanon (2011). Este instrumento é composto por dez itens que mensuram apenas um fator, em concordância com o resultado original de Rosenberg. A consistência interna da escala, calculada pelo *alfa de cronbach* foi de 0,90. O instrumento foi respondido através de uma escala de concordância de 5 pontos.

O segundo instrumento utilizado foi a Escala de Bem-estar Espiritual, adaptada à população brasileira por Marques, Sarriera e Dell'Aglio (2009). Esta escala psicométrica contém 20 itens. A consistência interna, calculada pelo *alfa de cronbach* dos fatores, foi de 0,92 para Bem-estar Religioso e 0,85 para Bem-estar Existencial. O instrumento também foi respondido através de uma escala de concordância de 5 pontos. Com relação as definições constitutivas das dimensões do instrumento, o fator Bem-estar Religioso se referentes à relação pessoal com Deus, descrevendo se a experiência de proximidade e de fé ajudam a proporcionar bem-estar, satisfação, ausência de solidão. Por outro lado, o Bem-estar Existencial, refere-se a expectativa positiva em relação ao futuro, otimismo e sentimento de propósito na vida. Por fim, foi utilizado um questionário de levantamento de dados sociais, com questões sobre sexo e idade.

Procedimentos de coleta e análises

Todos os dados foram coletados a partir do uso de um caderno de pesquisa com os três instrumentos. A aplicação foi realizada de forma coletiva, em sala de aula. Os participantes foram informados sobre o objetivo da aplicação do instrumento e o sigilo em relação aos dados. Os mesmos leram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O tempo de aplicação do caderno de pesquisa foi em média de 5 minutos.

Os dados foram analisados com auxílio do programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 22. Primeiramente foram realizadas análises de correlações de *Pearson*. Para as correlações significativas, foram adotados os seguintes critérios: intensidade moderada (entre 0,30 e 0,49) ou alta (igual ou superior a 0,50), conforme os parâmetros estabelecidos por Miles e Shevlin (2001). Foi conduzida também uma análise de regressão linear múltipla (método *forward*) com o objetivo de investigar em que medida os fatores de Bem-estar Espiritual impactaram na variável predita.

RESULTADOS

Para compreender as relações entre as variáveis estudadas foram realizadas análises de correlação de *Pearson*. A Tabela 1 apresenta todas as correlações entre os fatores de bem-estar espiritual e autoestima. Os principais resultados mostraram correlações moderadas, ($r = 0,44, p < 0,001$) entre o fator bem-estar religioso e bem-estar existencial, e correlações fortes, ($r = 0,58, p < 0,001$) entre bem-estar existencial e autoestima.

Tabela 1. Correlações entre os fatores de bem-estar espiritual e autoestima.

	bem-estar religioso	bem-estar existencial	autoestima
bem-estar religioso	1	0,44**	0,14*
bem-estar existencial	0,44**	1	0,58**
autoestima	0,14*	0,58**	1

** . Correlations is significant at the 0.01 level. * Correlations is significant at the 0.05 level.

Complementarmente, foi realizada uma análise de regressão linear múltipla (método *forward*) com o objetivo de investigar em que medida os dois fatores de bem-estar espiritual (bem-estar religioso e bem-estar existencial) impactaram na autoestima. Os resultados relacionados a regressão demonstraram haver uma influência significativa $F(2, 270) = 76,079, p < 0,001; R^2_{ajustado} = 0,356$), indicando que cerca de 35% da variabilidade da autoestima, pode ser explicada pelo bem-estar espiritual.

A Tabela 2 apresenta os coeficientes para todos os preditores significativos. Conforme pode ser visto, a variável que mais fortemente impactou os níveis de autoestima, foi bem-estar existencial, explicando 34,2% da variável predita. A outra variável preditora (bem-estar religioso) por sua vez, relacionou-se com apenas 1,4% da variância de autoestima.

Tabela 2. Variáveis preditoras de autoestima.

Preditores	Modelo 1	Modelo 2
	Beta	Beta
bem-estar Existencial	0,587	0,649
bem-estar Religioso	-----	-0,140
Sig.	0,000	0,010
t	11,969	-2,589
$R^2_{ajustado}$	0,342	0,356

DISCUSSÃO

Com relação aos resultados encontrados nesta pesquisa, a literatura tem apresentado achados semelhantes. Freire e Tavares (2011) encontraram em seus estudos, correlação positiva elevada entre a autoestima e a satisfação com a vida ($r = ,52, n = 216, p < ,0005$), e correlação positiva moderada entre a autoestima e os níveis de felicidade ($r = ,39, n = 216, p < ,000$).

Resultados semelhantes foram encontrados por Duarte (2013). Estudando adultos, a autora encontrou relações significativas entre as dimensões do bem-estar subjetivo e a autoestima. Seus dados demonstraram que há uma correlação positiva e estatisticamente significativa entre a autoestima e a afetividade positiva ($r = 0,35, n = 184; p < ,000$) e entre bem-estar subjetivo e satisfação com a vida ($r = 0,33, n = 184; p < ,000$). Figueiras et al.

(2021), estudando adolescentes, constatou que os coeficientes de correlação entre todas as subescalas do bem-estar e a autoestima são estatisticamente significativos, moderados ou elevados ($p \leq 0,01$).

Gomes et al. (2016) encontrou associações positivas entre bem-estar subjetivo e autoestima, testando alguns modelos teóricos. Os autores verificaram que o peso da variável do bem-estar positivo (afeto e experiências positivas) apresentou escore lambda positivo com autoestima positiva ($\lambda = 0,70$) e negativa com o bem-estar negativo ($\lambda = -0,40$), tendo esta última variável se associado, negativamente, com a autoestima positiva ($\lambda = -0,32$).

De forma mais específica, foram encontrados alguns poucos estudos que correlacionaram o bem-estar espiritual com a autoestima. Chaves et al. (2007), estudando pacientes com insuficiência renal crônica em tratamento hemodialítico, encontrou as seguintes correlações significativas: bem-estar existencial e autoestima ($r = 0,68$, $n = 118$; $p < ,001$) e bem-estar religioso e autoestima ($r = 0,55$, $n = 118$; $p < ,001$).

A partir de outra metodologia de análise, Belini et al. (2021), que estudou a relação entre as mesmas variáveis em idosos institucionalizados, encontrou resultados estatísticos significativos. Em seu estudo que buscou analisar as associações entre as categorias das variáveis espiritualidade e autoestima, foi constatada associação estatisticamente significativa entre as duas variáveis ($p = 0,016$).

Em todos os estudos relatados anteriormente foi possível verificar associações estatísticas significativas entre bem-estar espiritual e autoestima. O estudo mais semelhante metodologicamente, apresentou correlações bem próximas entre as variáveis bem-estar existencial e autoestima ($r = 0,68$, $n = 118$; $p < ,001$) dos encontrados nesta pesquisa ($r = 0,58$, $n = 273$; $p < ,005$). Sobretudo, o mesmo estudo, encontrou resultados bem diferentes para as correlações entre bem-estar religioso e autoestima ($r = 0,55$, $n = 118$; $p < ,001$), dos achados nesta pesquisa ($r = 0,14$, $n = 273$; $p < ,001$). Talvez este fato possa ser explicado pela diferença da população estudada: idosos e universitários.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo conduzido conseguir atingir os objetivos planejados e trouxe evidências de que o bem-estar espiritual é um preditor de autoestima. Os resultados demonstraram que cerca de 35% da variabilidade da autoestima, pode ser explicada pelo bem-estar espiritual.

A variável que mais fortemente impactou nos níveis de autoestima foi o bem-estar existencial, explicando 34,2% da variável predita. A outra variável preditora (bem-estar religioso) por sua vez, relacionou-se com apenas 1,4% da variância de autoestima. Desta forma podemos afirmar que acreditar em um propósito para a vida contribui mais para a autoestima do que adotar uma referência religiosa divina.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUILAR, J. T. Bienestar espiritual y agresividad en internos con adicciones a sustancias psicoactivas en centros de rehabilitación de Lima, Perú. *Informes psicológicos*, 2016; 16(2), 69-86.

AVANCI, J. Q., ASSIS, S. G., SANTOS, N. C. D., OLIVEIRA, R. V. Adaptação transcultural de escala de autoestima para adolescentes. *Psicologia: Reflexão e crítica*, 2007; 20, 397-405.

BEDNAR, R., PETERSON, S. *Self-esteem: Paradoxes and innovation in clinical theory and practice*. Washington, D.C.: American Psychological Association. 1995.

BELINI, E., DIJKSTRA, J., BENNEMANN, R., SILVA, E., CASADEI, G. Espiritualidade e autoestima de idosos residentes em uma instituição de longa permanência. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 2021; 22(1), 161-168.

BEZERRA, S. M. M. DA S., GOMES, E. T., GALVÃO, P. C. DA C., SOUZA, K. V. Spiritual well-being and hope in the preoperative period of cardiac surgery. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2018; 71(2), 398-405. doi:10.1590/0034-7167-2016-0642

BRANDEN, N. *The six pillars of self-esteem*. New York: Bantam Books. 1994

CHAVES, E. D. C. L., CARVALHO, T. P. D., CARVALHO, C. C., GRASSELLI, C. D. S. M., LIMA, R. S., TERRA, F. D. S., NOGUEIRA, D. A. Associação entre bem-estar espiritual e autoestima em pessoas com insuficiência renal crônica em hemodiálise. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 2015; 28, 737-743.

CHEN, J., LIN, Y., YAN, J., WU, Y., HU, R. The effects of spiritual care on quality of life and spiritual well-being among patients with terminal illness: a systematic review. *Palliative medicine*, 2018; 32(7), 1167-1179.

CONNOLLY, M., TIMMINS, F. Spiritual care for individuals with cancer: the importance of life review as a tool for promoting spiritual well-being. In *Seminars in Oncology Nursing*; 2021; Vol. 37, No. 5, p. 151209). WB Saunders.

DUARTE, P. C. S. Bem-estar subjetivo, locus de controlo e autoestima em adultos (Master's thesis). Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias de Lisboa. 2013.

- ELLISON, C. W. Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 1983; 11(4), 330-338. doi:10.1177/009164718301100406
- FEHRING, R. J., BRENNAN, P. F., KELLER, M. L. Psychological and spiritual well-being in college students. *Research in Nursing & Health*, 1987; 10(6), 391-398. doi:10.1002/nur.4770100607
- FIGUEIRAS, M., CUNHA, P., SIMÕES, M. Bem-estar psicológico, autoestima e felicidade entre alunos do ensino superior em Portugal. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 2021; 22(1), 116-127.
- FISHER, J. Selecting the Best Version of SHALOM to Assess Spiritual Well-Being. *Religions*, 2016; 7(5), 45. doi:10.3390/rel7050045
- FORTI, S., SERBENA, C. A., SCADUTO, A. A. Mensuração da espiritualidade/religiosidade em saúde no Brasil: uma revisão sistemática. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2020; 25(4), 1463-1474. doi:10.1590/1413-81232020254.21672018
- FREIRE, T., TAVARES, D. Influência da autoestima, da regulação emocional e do gênero no bem-estar subjetivo e psicológico de adolescentes. *Archives of Clinical Psychiatry*, 2011; 38, 184-188.
- GOMES, M. C. S., TOLENTINO, T. M., MAIA, M. F. M., FORMIGA, N. S., MELO, G. F. Verificação de um modelo teórico entre bem-estar subjetivo e autoestima em idosos brasileiros. *Revista Brasileira Ciência e Movimento*, 2016; 24(2), 35-44.
- GOMES, N. Autoestima, autoeficácias e empregabilidade subjetiva em empregados, desempregados e estudantes do ensino superior. Dissertação de Mestrado, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. 2014.
- HEWIT, J. P. The social construction of self-esteem. En S. J. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*, 2002; (pp. 135-147). New York: Oxford University Press.
- HUTZ, C. S., ZANON, C. Revisão da adaptação, validação e normatização da escala de Autoestima de Rosenberg. *Avaliação Psicológica*, 2011; Porto Alegre, v. 10, n. 1, p. 41-49, 2011.
- KERNIS, M. H. Measuring self-esteem in context: The importance of stability of self-esteem in psychological functioning. *Journal of Personality*, 2005; 73(6), 1569-1605.
- MARQUES, L. F., SARRIERA, J. C., DELL'AGLIO, D. D. Adaptação e validação da Escala de Bem-estar Espiritual (EBE): Adaptation and validation of Spiritual Well-Being Scale (SWS). *Avaliação Psicológica*, 2009; v. 8, n. 2, p. 179-186,
- MILES, J., SHEVLIN, M. Applying regression & correlation. A guide for students and researchers. Londres: SAGE Publications. 2001.

MONTEIRO, D. D., REICHOW, J. R. C., SAIS, E. D. F., FERNANDES, F. D. S. Espiritualidade/religiosidade e saúde mental no Brasil: uma revisão. *Boletim-Academia Paulista de Psicologia*, 2020; 40(98), 129-139.

PALOUTZIAN, R. F., ELLISON, C. W. *Manual for the spiritual well-being scale*. Nyack, NY: Life Advance. 1991.

PILGER, C., SANTOS, R. O. P. DOS, LENTSCK, M. H., MARQUES, S., KUSUMOTA, L. Spiritual well-being and quality of life of older adults in hemodialysis. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2017; 70(4), 689-696. doi:10.1590/0034-7167-2017-0006

PLUMMER, D. *Como aumentar a autoestima das crianças: Guia prático para educadores, psicólogos e pais*. Porto: Porto Editora. 2012.

ROSENBERG, M., OWENS, T. J. Low self-esteem people: A collective portrait. En T. J. Owens, S. Stryker & N. Goodman (Eds.), *Extending self-esteem theory and research: Sociological and psychological currents*, (pp. 400- 436). New York, NY: Cambridge University Press. 2001.

ROWOLD, J. Effects of Spiritual Well-Being on Subsequent Happiness, Psychological Well-Being, and Stress. *Journal of Religion and Health*, 2010; 50(4), 950-963. doi:10.1007/s10943-009-9316-0.

TIRGARI, B., KHAKSARI, M., SOLTANI, Z., MIRZAEI, M., SABERI, S., BASHIRI, H. Spiritual Well-being in Patients with Chronic Diseases: A Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of Religion and Health*, 2022; 1-19.