

## Universidade e Felicidade

**Cleyson de Moraes Mello**<sup>1</sup>  
**José Rogério Moura de Almeida Neto**<sup>2</sup>  
**Regina Pentagna Petrillo**<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Coordenador do Curso de Direito do UNIFAA. Vice-Diretor da Faculdade de Direito da UERJ. Pós-Doutor em Direito.

<sup>2</sup> Reitor do Centro Universitário de Valença (UNIFAA). Doutor em Medicina Veterinária.

<sup>3</sup> Vice-Reitora do Centro Universitário de Valença (UNIFAA). Doutora em Letras.

### RESUMO

Este artigo científico procura relacionar a importância da universidade e a felicidade. Num contexto pós-pandemia cada vez mais se fala de felicidade, bem-estar e saúde mental. A universidade pode (e deve) ser um *locus* de desenvolvimento da felicidade. O estudo da felicidade perpassa uma série de conceitos na filosofia, psicologia, espiritualidade, bem como na cultura, nas artes e até mesmo no processo civilizatório. O espaço universitário deve ser, pois, um espaço que traga felicidade a todos os professores, alunos, colaboradores que vivenciam concretamente o mundo educacional. A universidade é, pois, um espaço de felicidade, esperança e sentido para a vida. Aqui, as pessoas são transformadas e acolhidas com as cores da solidariedade, humanidade, perseverança, otimismo, vigor, diversidade, bem como as diversas tonalidades possíveis da paleta de cores do ensino universitário.

**Palavras-chaves:** Universidade; Felicidade; Educação.

### ABSTRACT

This scientific article seeks to relate the importance of university and happiness. In a post-pandemic context, more and more people talk about happiness, well-being and mental health. The university can (and should) be a locus for the development of happiness. The study of happiness permeates a series of concepts in philosophy, psychology, spirituality, as well as in culture, the arts and even in the civilizing process. The university space should be, therefore, a space that brings happiness to all teachers, students, collaborators who concretely experience the educational world. The university is, therefore, a space of happiness, hope and meaning for life. Here, people are transformed and welcomed with the colors of solidarity, humanity, perseverance, optimism, vigor, diversity, as well as the different possible shades of the color palette of university education.

**Keywords:** University; Happiness; Education.

## 1 PRIMEIRAS LINHAS

De tempos em tempos a existência da universidade é questionada por diversos setores da sociedade, uma espécie de senso comum, difuso e abstrato no sentido de desvalorização da importância da universidade e de seu corpo docente.

No Brasil a situação restou agudizada com a pandemia da Covid-19 e a profunda crise na economia e nas relações de emprego, desvelando uma sensação de banalização e perda de prestígio dos cursos superiores.

As universidades públicas e privadas podem (e devem) pensar “fora da caixa”, ou seja, a (re)significação da universidade é uma espécie de pensar “ensino-pesquisa-extensão” entrelaçados de forma a ampliar os serviços educacionais e acadêmicos. Ademais, o modelo de existência humana não é mais físico, mas sim “figital” (físico e digital). Estamos vivendo um momento de revolução tecnológica constante e precisamos saber lidar com a extraordinária velocidade da informação.

Dessa maneira, o lugar e o papel da universidade precisam ser (re)pensados continuamente, já que a educação faz parte da historicidade do homem no mundo da vida. A universidade transforma vidas e nesse processo a educação tem um papel de destaque no compromisso de responder aos desafios da pós-modernidade.

É preciso, pois, repensar o espaço universitário na perspectiva de valorização e transformação do ser humano, com compromisso de preparar os cidadãos para a vida e o mercado de trabalho, diminuindo, destarte, as forças de exclusão social.

É preciso destacar que o conhecimento produzido nas universidades é o combustível necessário a evolução da humanidade. A universidade não é o local de “transmissão” de conhecimento, senão de construção, produção, sistematização e universalização deste conhecimento. Daí que se a universidade quiser sobreviver como produtora do saber, torna-se necessário andar lado-a-lado com a inovação.

Além da esfera do conhecimento, é preciso destacar a função social e cultural das universidades, especialmente, no respeito ao atendimento das necessidades de populações regionais e locais.

De acordo com o Relatório da OCDE *Education at a Glance 2022*<sup>1</sup> o maior nível educacional leva a melhores resultados no mercado de trabalho. Aqueles com qualificações educacionais mais baixas ganham menos e correm maior risco de desemprego. Ainda de acordo com o referido relatório,

---

<sup>1</sup> Disponível em: <<https://read.oecd-ilibrary.org/education/>> Acesso em: 16 dez. 2022.

Nos próximos anos, o risco de desemprego aumentará ainda mais, pois muitos trabalhadores com menor qualificação trabalham em empregos que poderiam ser automatizados em um futuro próximo (Arntz, Gregory e Zierahn, 2016[1]). Estima-se que 14% dos empregos existentes possam desaparecer como resultado da automação nos próximos 15 a 20 anos, e outros 32% provavelmente mudarão radicalmente à medida que tarefas individuais forem automatizadas (OCDE, 2019[2]).

Dessa maneira os sistemas educacionais precisam responder aos desafios atuais do mercado de trabalho e preparar os alunos para o futuro. Neste diapasão, o mercado de trabalho vai oferecer uma demanda maior na oferta de trabalhadores altamente qualificados, daí a importância do *lifelong learning*.<sup>2</sup>

A importância da universidade se desvela, mormente, nas crises econômicas, ou seja, a conclusão do ensino superior protege fortemente contra os efeitos das crises econômicas. O Relatório da OCDE *Education at a Glance 2022*<sup>3</sup> destaca que

- Durante a crise financeira de 2008 e a pandemia de COVID-19, o desemprego aumentou muito menos entre aqueles com ensino superior do que aqueles com níveis mais baixos de realização. [...].
- Maior sucesso educacional continua intimamente relacionado com maiores taxas de emprego [...]. Os adultos com um grau de doutoramento ou equivalente têm as taxas de emprego mais elevadas, enquanto os taxa de emprego de indivíduos com mestrado ou grau equivalente é maior do que para aqueles com bacharelado ou grau equivalente.

Assim, é possível afirmar que o *nível de escolaridade* e as *taxas de emprego* estão fortemente correlacionados. O potencial para ganhar mais ao longo de suas carreiras pode ser um incentivo importante para os indivíduos buscarem educação e treinamento.

Importante destacar que entre os trabalhadores com nível superior, aqueles com graduação em medicina ou odontologia ou em ciências, os campos de tecnologia, engenharia e matemática (STEM) desfrutam das maiores vantagens de ganhos. Apesar de serem imprescindíveis durante a pandemia de COVID-19, os trabalhadores licenciados em enfermagem ou áreas afins da saúde recebem um dos menores salariais entre os oito países da OCDE com dados disponíveis.<sup>4</sup>

Em regra geral, infelizmente, a desigualdade persiste entre homens e mulheres, com as mulheres não ganhando tanto quanto os homens. Por exemplo, “os homens são

---

<sup>2</sup> *Lifelong learning* é um termo inglês que, em tradução livre, significa “aprendizado ao longo da vida”. Melhor dizendo: é um conceito que desvela a educação contínua, isto é, uma ideia de que os estudos devem ser permanentes ao longo da vida.

<sup>3</sup> Disponível em: <<https://read.oecd-ilibrary.org/education/>> Acesso em: 16 dez. 2022, p.63

<sup>4</sup> *Ibid.*, p.80.

mais propensos do que as mulheres a estudar nas áreas de ciência, tecnologia, engenharia e matemática (STEM), que estão associados a ganhos mais altos, enquanto uma parcela maior de mulheres estão associados a rendimentos relativamente mais baixos, incluindo educação e artes e humanidades.”<sup>5</sup> Pesquisas empíricas descobriram que, além das normas sociais e estereótipos de gênero, a maternidade parece ser um variável importante para as diferenças salariais entre homens e mulheres em muitos países da OCDE.<sup>6</sup>

Uma maior escolaridade também está associada ao uso mais frequente da Internet. “Os pais podem ajudar seus filhos a desenvolver as habilidades e atitudes de que precisam para prosperar no mundo interconectado. Evidências do Programa Internacional de Avaliação de Alunos (PISA) sugerem que alunos com mães com ensino superior demonstram maior interesse em aprender sobre outras culturas, atitudes mais positivas em relação a imigrantes e um forte senso de mentalidade global.”<sup>7</sup>

Não podemos esquecer que a COVID-19 aumentou a aceitação do trabalho remoto e, portanto, acelerou a digitalização do trabalho. Trabalhadores com nível superior eram mais propensos ao teletrabalho do que seus colegas com menor escolaridade antes da pandemia, e essa lacuna aumentou em muitos países desde então.<sup>8</sup> Aqui a universidade se destaca no papel fundamental de inserção das inovações digitais em seus cursos superiores. No curso de medicina e nos hospitais universitários, por exemplo, as inovações digitais podem contribuir para os melhores resultados de saúde, melhorar a experiência dos pacientes e obter eficiência de custos em prestação de cuidados de saúde. Destaca-se o papel da universidade no ecossistema de inovação, já que colabora no aprimoramento de soluções e inovações. As universidades desempenham, pois, um papel relevante nos processos de invenção e inovação em razão da adoção de novas tecnologias nas indústrias e empresas. Dentro deste diapasão importante lembrar o surgimento das startups como as “editechs” (junção das palavras “education” e “technology”) com o propósito de apresentar soluções na esfera educacional. As editechs, especialmente no eixo Rio de Janeiro-São Paulo,<sup>9</sup> estão se tornando parte integrante da realidade da educação superior, já que buscam soluções e estratégias para acompanhar a evolução do mundo da vida. As universidades assumiram um papel mais empreendedor como atores centrais dentro dos ecossistemas regionais de inovação.

Atualmente se fala em “educação 4.0” e “educação 5.0”. A *Educação 4.0* é aquela que está no contexto da quarta revolução industrial que vai impactar diretamente a gestão universitária, a forma de pensar/ensinar e o agir do ser humano. Isto significa dizer que a

---

<sup>5</sup> Ibid., p.82.

<sup>6</sup> Ibid.

<sup>7</sup> Ibid., p.98.

<sup>8</sup> Ibid, p.97.

<sup>9</sup> A maioria das Edtechs (55%) se concentra no Sudeste do país, 38% só no estado de São Paulo. As regiões Sul e Nordeste aparecem de forma representativa, enquanto Norte e Centro-Oeste foram mapeadas apenas 11 e 13 startups, respectivamente. Disponível em: <MAPEAMENTO-EDTECH-1.pdf (abstartups.com.br)> Acesso em: 17 dez. 2022.

educação está relacionada à revolução tecnológica, ou seja, uma educação entrelaçada a linguagem computacional, utilização de inteligência artificial e Internet das coisas (IoT). Neste contexto o aluno aprende fazendo. É o chamado *learning by doing* inserido na cultura *maker* (“faça você mesmo”).

Importante destacar que a educação 4.0 é uma evolução (*upgrade*) da educação 3.0, uma vez que possui alguns elementos identificadores desta, tais como o ensino por competência, o ensino híbrido, criatividade e flexibilidade, dentre outros.

A Educação 4.0 atende à necessidade de uma sociedade “inovadora”, conectada (conectivismo) o dia todo. Existe, pois, um entrelaçamento necessário e útil da educação com a tecnologia, onde aquela está ancorada em criatividade e inventividade.

Outra característica da educação 4.0 é o uso de metodologias ativas no processo ensino-aprendizagem.<sup>10</sup> Aqui, se valoriza a invenção, a descoberta e a construção do conhecimento, possibilitando ao aluno interagir com o processo de maneira mais motivada, crítica e criativa. É que este processo proporcione um movimento, não só de parceria e trocas de experiências, mas desenvolva a capacidade de pensar e aprender a aprender e desenvolver o pensamento crítico reflexivo.

Já a *educação 5.0* é uma evolução da educação 4.0 caracterizada fortemente pelo *ensino por competências*. O destaque da formação baseado em competências tem suas raízes na década de 1920, nos Estados Unidos, embora só tenha ganhado relevância a partir da década de 1960, quando foi retomado o debate clássico do distanciamento entre o ensino acadêmico e a realidade da vida e do trabalho (ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO, 1999), sendo um dos pioneiros David McClelland que argumentava que os tradicionais exames acadêmicos não garantiam o desempenho no trabalho nem o êxito na vida. Dessa forma, era necessário buscar outras variáveis que pudessem melhor prever os resultados (MERTENS, 1996; TRUJILLO, 2000). Consequentemente, o processo de formação adquiriu novos contornos. Passou-se a se propor que fosse definido em termos de competências terminais exigíveis ao final do curso, ano, ciclo ou formação, as quais são explicitamente detalhadas e descritas em termos de saberes e ações, devendo ser avaliadas por meio de critérios de desempenho previamente definidos (ARAÚJO, 2001; TANGUY, 2003). Assim, na década de 1970, surgiu o movimento denominado “Ensino baseado em competências”.

Competências são geralmente definidas como a combinação de conhecimentos, habilidades e atitudes/comportamentos que resultam em um bom desempenho no trabalho (OCDE 2010).

---

<sup>10</sup> MELLO, Cleyson de Moraes; NETO, José Rogério Moura de Almeida; PETRILLO, Regina Pentagna. (Coords). *Metodologias Ativas: Desafios Contemporâneos e Aprendizagem Transformadora*. Rio de Janeiro: 2019.

Um dos elementos caracterizadores da educação 5.0 são as chamadas *Soft skills* essenciais: atitude, comunicação, pensamento criativo, ética laboral, trabalho em equipe, networking, positividade, gestão de tempo, motivação, flexibilidade, resolução de conflitos, pensamento crítico, capacidade de adaptação a ambientes multiculturais, capacidade para tomar decisões, dentre outras.

A cultura digital é, portanto, fundamental em um cenário universitário que destaca a importância de preparar seus alunos a lidar com as constantes transformações ocasionadas pela evolução tecnológica e suas manifestações nas atividades e práticas cotidianas.

De acordo com Castells, a cultura digital é uma radical mudança de era, incorporando as seguintes características: (a) muitas modalidades de comunicação global ou local em tempo real, (b) grande aporte para realização de interações, (c) facilidade na recuperação da informação e (d) constituição gradual da mente coletiva pelo trabalho em rede.<sup>11</sup> É uma espécie de ampliação das fronteiras da educação. Melhor dizendo: o processo de ensino-aprendizagem ultrapassa as fronteiras da sala de aula. Vai além: as pessoas podem estudar em suas casas, bibliotecas, no ambiente de trabalho, nos cafés e restaurantes, decidindo, pois, o que estudar, como e quando aprender.

Dentro desse viés de tecnologia e inovação, a universidade assume outro papel importante em sua região, qual seja: o desenvolvimento econômico e regional de seu entorno.<sup>12</sup> A interação entre a indústria e a universidade é um forte elo do ecossistema de inovação e gera benefícios para ambos os lados. Este cenário de cooperação “universidade-empresa/indústria” beneficia a todos, caracterizando, pois, uma co-pertença fundamental para o desenvolvimento regional.

A universidade privada também apresenta um papel fundamental quanto ao acesso das pessoas mais pobres ao ensino superior, especialmente, relacionadas ao Programa Universidade para Todos (PROUNI) e Fundo de Financiamento Estudantil (FIES). É, pois, uma forma de democratização do ensino. Nesse sentido, as instituições de ensino superior devem desenvolver políticas de permanência centradas nos estudantes com vulnerabilidades econômicas e sociais de forma a integrá-los cada vez mais nos espaços universitários. As mais diversas formas de acesso à universidade e ao ensino técnico precisam, pois, ser repensadas por todos os atores e gestores educacionais.

---

<sup>11</sup> CASTELLS, M. (2008). Creatividad, innovacion y cultura digital. un mapa de sus interacciones. Telos: Cuadernos de comunicacion e innovacion´, 77:50–52.

<sup>12</sup> Ver mais em: AUDY, Jorge. A inovação, o desenvolvimento e o papel da Universidade. Estudos Avançados, n. 31, p. 75-87, 2017; BRODHAG, Christian. Research universities, technology transfer, and job creation: what infrastructure, for what training? Studies in Higher Education, v. 38, p. 388-404, 2013; CYERT, Richard; GOODMAN, Paul. Creating effective university-industry alliances: an organizational learning perspective, Organizational Dynamics, v. 26, n. 4, p. 45-57, 1997. EDQUIST, Charles. Systems of innovation: Perspectives and challenges. In: FAGERBERG, Jan; MOWERY, David; NELSON (org.). The Oxford Handbook of Innovation. Oxford: Oxford Handbooks, 2005. p. 181-208.

As políticas de acesso à universidade estão relacionadas à cidadania. Carlos Nelson Coutinho afirma que cidadania é “[...] é a capacidade conquistada por alguns indivíduos, ou (no caso de uma democracia efetiva) por todos os indivíduos, de se apropriarem dos bens socialmente criados, de atualizarem todas as potencialidades de realização humana abertas pela vida social em cada contexto historicamente determinado. Sublinho a expressão historicamente porque me parece fundamental ressaltar o fato de que soberania popular, democracia e cidadania (três expressões para, em última instância, dizer a mesma coisa) devem ser pensadas como processos eminentemente históricos, como conceitos e realidades aos quais a história atribui permanentemente novas e mais ricas determinações.”<sup>13</sup>

O termo cidadania tem origem etimológica no latim *civitas*, que significa "cidade". Estabelece um estatuto de pertencimento de um indivíduo a uma comunidade politicamente articulada.<sup>14</sup>

Outro contributo da universidade ao acesso dos estudantes em situação socioeconômica mais vulnerável ao ensino superior é a oferta de bolsas de estudo e as políticas de ações afirmativas e de permanência. O Centro Universitário de Valença (UNIFAA), por exemplo, possui um programa de bolsas de estudo que acolhe no mínimo 20% do seu corpo discente com algum tipo de bolsa de estudos.

Nesse contexto de democratização do ensino superior, a universidade deve oferecer uma formação propedêutica, a partir de um espaço livre de discriminação, a partir de um viés inclusivo, democrático, plural, que favoreça a convivência com a diversidade em igualdade de condições e oportunidades. Melhor dizendo: uma EDUCAÇÃO QUE TRANSFORMA as pessoas. Uma universidade em consonância com a alteridade, solidariedade, diversidade e multicultural em todos os seus aspectos. Isso significa dizer que a universidade deve estar atenta às dificuldades do corpo discente, em função de suas próprias diferenças e assimetrias do ensino médio.

A palavra diversidade é derivada do latim *diversitas* que significa contradição, diferença, variedade. Esse espaço universitário deve, pois ser colorido com as cores mais vivas da democracia uma vez que podem congregam pessoas com valores, culturas, crenças e atitudes diferenciadas. A universidade é um “universo” social permeado pela prática da igualdade e consenso. A inclusão é, portanto, um dos elementos que compõe a tessitura do espaço universitário.

---

<sup>13</sup> COUTINHO, C. Notas sobre cidadania e modernidade. Praia Vermelha, Rio de Janeiro, v. 1, n.1, p. 145-165, jan./jul.1997.

<sup>14</sup> Disponível em: < <https://brasilecola.uol.com.br/sociologia/cidadania-ou-estadania.htm>> Acesso em: 17 dez. 2022.

## 2 A IMPORTÂNCIA DA UNIVERSIDADE COMO LUGAR PRIVILEGIADO DA FELICIDADE

Num contexto pós-pandemia cada vez mais se fala de felicidade, bem-estar e saúde mental. A universidade pode (e deve) ser um *locus* de desenvolvimento da felicidade. O estudo da felicidade perpassa uma série de conceitos na filosofia, psicologia, espiritualidade, bem como na cultura, nas artes e até mesmo no processo civilizatório.

O espaço universitário deve ser, pois, um espaço que traga felicidade a todos os professores, alunos, colaboradores que vivenciam concretamente o mundo educacional.

“Pelo quinto ano consecutivo, a Finlândia foi eleita o país mais feliz do mundo pelo Relatório Mundial da Felicidade de 2022, divulgado nesta sexta-feira (18/03). Dinamarca, Islândia, Suíça e Holanda completam a lista das cinco nações onde moram as pessoas mais satisfeitas.

Costa Rica (23º lugar), Uruguai (30º), Panamá (37º) e Brasil (38º) – que caiu três posições em relação ao ranking divulgado em 2021, quando estava em 35º – são as nações latino-americanas mais bem avaliadas de um total de 146 países. Venezuela (108º) é o menos feliz da América Latina, ficando até mesmo atrás do Iraque (107º). Sérvia (43º), Bulgária (85º) e Romênia (28º) registraram os maiores aumentos em felicidade. Já as maiores quedas foram vistas no Líbano (145º), Venezuela (108º) e Afeganistão (146º), segundo o estudo que é patrocinado pela ONU e realizado há dez anos.

O Líbano (145º), que está enfrentando um colapso econômico, caiu para o penúltimo lugar no índice de 146 nações, enquanto o Zimbábue (144º) ficou em último lugar.”<sup>15</sup>

Como instituição social, a universidade “exprime de maneira determinada a estrutura e o modo de funcionamento da sociedade como um todo.”<sup>16</sup> Como visto acima, a universidade pode influir e ser influenciada pelo seu entorno nas questões culturais, econômicas e sociais da cidade e seu contexto.

Ora, a universidade precisa ir além, ou seja, ser um espaço de convivência plural que traga felicidade a todos os atores envolvidos nessa engrenagem educacional até mesmo porque no ensino universitário o estudante se depara com muitas dificuldades que podem levar ao abandono ou evasão do curso. É preciso, portanto, que os estudantes tenham otimismo, afeto e satisfação com o curso durante a sua trajetória acadêmica.

---

<sup>15</sup> Disponível em: < <https://www.dw.com/> Acesso em: 17 dez. 2022.

<sup>16</sup> Chauí, M. (2003). A universidade pública sob nova perspectiva. Revista Brasileira de Educação, 24, 5-15. doi:10.1590/S1413-24782003000300002, p.5.



É fundamental a atenção nesse quesito, pois o aluno entristecido com algum desempenho insatisfatório pode levar a desistência de um grande sonho individual e a consequente vaga ociosa para a instituição de ensino (evasão universitária). Daí a necessidade de investigar os caminhos de superação dos obstáculos enfrentados nos cursos de graduação superior. A “psicologia positiva” é uma área do conhecimento que procura estudar os aspectos positivos dos indivíduos, grupos, empresas e escolas. Aqui se estuda a felicidade, otimismo, resiliência, esperança, perdão, sabedoria, sentido para a vida, dentre outros elementos.

*A universidade é, pois, um espaço de felicidade, esperança e sentido para a vida.* Aqui, as pessoas são transformadas e acolhidas com as cores da solidariedade, humanidade, perseverança, otimismo, vigor, diversidade, bem como as diversas tonalidades possíveis da paleta de cores do ensino universitário.

Falar de felicidade é tocar no coração do estudante, pois todos sonham ser felizes e vencedores em seus cursos de graduação, superando as provas, exercícios, aulas teóricas e práticas e infindáveis noites sem dormir debruçados nas lições universitárias.

*A psicologia positiva* se preocupa com o bem-estar psicológico (subjetivo) e a satisfação com a vida. Daí a importância que a universidade seja um local de satisfação e bem-estar de nossos alunos, professores e colaboradores. Ser feliz é algo importante na família, no emprego, na educação (universidade), nos negócios, na própria vida. O termo “Psicologia Positiva” foi referido pela primeira vez por Maslow em 1954, em seus estudos sobre motivação e personalidade.<sup>17</sup> Seligman e Csikszentmihalyi (2000), em um artigo intitulado *Positive Psychology: an introduction*, sugerem que o campo da Psicologia, até o fim dos anos 90, considerava, prioritariamente, as questões de cura e reparo de danos, e apontam que atributos, como esperança, sabedoria, criatividade, coragem, espiritualidade, responsabilidade e perseverança estavam sendo ignorados pelos profissionais e pesquisadores da área.<sup>18</sup>

Para Seligman e Csikszentmihalyi (2000), Psicologia Positiva é o estudo dos sentimentos, emoções, instituições e comportamentos positivos que têm a felicidade humana como seu objetivo final.<sup>19</sup>

---

<sup>17</sup> SNYDER, C. R., & LOPEZ, S. J. *Psicologia positiva: Uma abordagem científica e prática das qualidades humanas* (R. C. Costa, Trad.). São Paulo, SP: Artmed, 2009.

<sup>18</sup> Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14 apud Caroline Tozzi Reppold; Léia Gonçalves Gurgel; Cecilia Cesa Schiavon. *Research in Positive Psychology: a Systematic Literature Review*. In: Psico-USF, Bragança Paulista, v. 20, n. 2, p. 275-285, mai./ago. 2015.

<sup>19</sup> REPPOLD, Caroline Tozzi; GURGEL, Léia Gonçalves; SCHIAVON, Cecilia Cesa. *Research in Positive Psychology: a Systematic Literature Review*. In: Psico-USF, Bragança Paulista, v. 20, n. 2, p. 275-285, mai./ago. 2015.

Em seu primeiro livro sobre o tema, traduzido para o português com o título “Felicidade autêntica: usando a nova Psicologia Positiva para a realização permanente”, Seligman (2004) destaca que a Psicologia Positiva se sustenta sobre três pilares principais, a saber: o estudo da emoção positiva, dos traços ou qualidades positivas e das instituições positivas (como a democracia, a família e a liberdade).<sup>20</sup>

Em 2011, Seligman publica um segundo livro denominado de “Florescer”, do inglês Flourish. Nesse livro, considera-se que o tema principal da Psicologia Positiva é o bem-estar, e que o principal critério para mensurar esse construto é o “florescimento”, sendo objetivo, das pesquisas e dos profissionais, aumentá-lo (Seligman, 2011).<sup>21</sup>

O *florescimento* é, pois, um conjunto de atividades que contribuem para o bem-estar, como as emoções positivas, o engajamento, o relacionamento, o significado e a realização, também conhecido pelo acrônimo PERMA (*positive emotions, engagement, relationship, meaning e achievement*). Daí que PERMA poderia ser traduzido como vida boa, prazer, afeto positivo, propósito de vida ou satisfação.<sup>22</sup>

O florescimento na esfera universitária deve ocorrer quando os seus atores (gestores, professores, alunos e colaboradores) atingem alto nível de bem-estar emocional, psicológico e social, de tal forma que possam enfrentar as dificuldades do dia-dia com maior suavidade, visando obter os melhores resultados.

Daí que Martin Seligman e Mihaly Csikszentmihalyi podem ser considerados os fundadores da psicologia positiva, considerando um movimento preocupado em libertar a psicologia da órbita da doença, emulando uma renovada concepção de vida boa de fundo aristotélico e amparada por rígidos procedimentos de verificação científica.<sup>23, 24</sup>

Interessante notar que Martin Seligman desenvolveu o acrônimo PERMA como um modelo constituído por 5 (cinco) elementos caracterizadores da construção da

---

<sup>20</sup> Ibid.

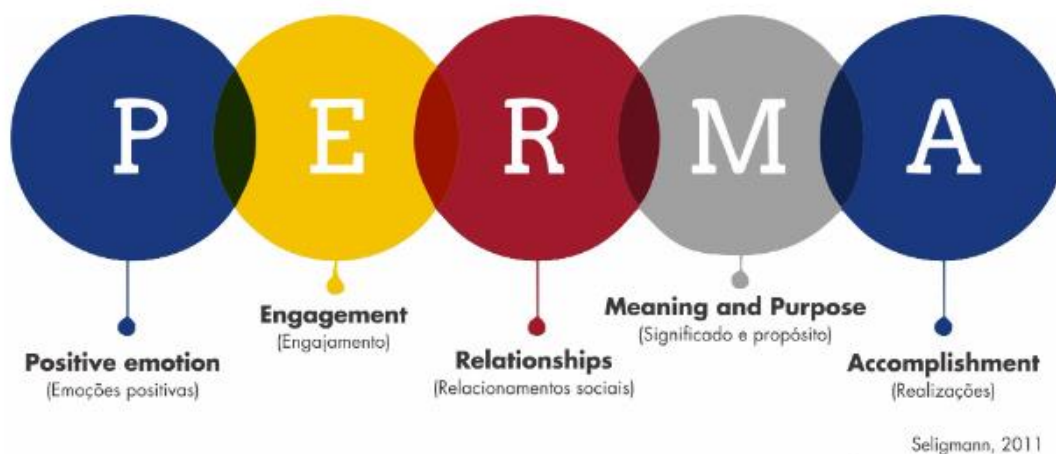
<sup>21</sup> Ibid.

<sup>22</sup> SELIGMAN, M.E.P. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being - And how to achieve them. London, United Kingdom: Nicolas Brealey, 2011.

<sup>23</sup> TEDESCO, Alexandra Dias Ferraz Tedesco (Universidade do Estado do Rio de Janeiro) Revista Brasileira de História da Ciência, ISSN 2176-3275, v. 15, n. 1, p. 177-200, jan | jun 2022. Disponível em: < <https://rbhciencia.emnuvens.com.br/revista/article/view/706/587> > Acesso em: 17 dez. 2022.

<sup>24</sup> Alexandra tedesco alerta que “Seus críticos, como Ecclerstone e Hayes (2009), Held (2002) e Ehrenreich (2009), convergem na interpretação de que se trata de um subcampo da psicologia que, encontrando-se com uma poderosa demanda do mercado, converteu-se em uma espécie de secretariado da “indústria da felicidade”, fornecendo a um crescente mercado de coaches e de escritores de autoajuda um léxico científico conveniente. Entre esses dois extremos, há autores que entendem que a psicologia positiva possui um braço acadêmico – no sentido clássico de uma “disciplina” ou “subdisciplina” – e outro, mais popular, ligado ao mercado da felicidade.” TEDESCO, Alexandra Dias Ferraz Tedesco (Universidade do Estado do Rio de Janeiro) Revista Brasileira de História da Ciência, ISSN 2176-3275, v. 15, n. 1, p. 177-200, jan | jun 2022. Disponível em: < <https://rbhciencia.emnuvens.com.br/revista/article/view/706/587> > Acesso em: 17 dez. 2022.

felicidade. Isto significa dizer que os indivíduos com maiores níveis em cada uma das dimensões do PERMA tendem a florescer. A análise destes elementos são os principais indicadores para mensuração do bem-estar em qualquer ambiente de trabalho. São, pois, os elementos principais de bem-estar psicológico e felicidade. Vejamos:



Consoante as lições de SELIGMAN,<sup>25</sup> as dimensões que compõem o PERMA se caracterizam da seguinte forma:

	<b>Elementos</b>	<b>Caracteres</b>
<b>P</b>	Emoções positivas ( <i>positive emotion</i> )	experimentar o bem-estar e a felicidade na vida, a partir de uma emoção positiva como: paz, gratidão, satisfação, prazer, inspiração, esperança, curiosidade ou amor.
<b>E</b>	Engajamento	quando estamos verdadeiramente empenhados em uma situação, projeto ou atividade, experimentando um estado de fluidez.
<b>R</b>	Relacionamentos	Necessidade de cultivar bons relacionamentos aumenta, pois, o bem-estar.
<b>M</b>	Sentido ou Significado ( <i>meaning and purpose</i> )	sentido de viver, encontrar um sentido para a vida, seja uma meta, objetivo ou causa humanitária.
<b>A</b>	Realizações ( <i>accomplishment</i> )	dedicar-se para ser o melhor para si.

<sup>25</sup> SELIGMAN, M. E. P. Florescer: Uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar (C. P. Lopes, Trad.). Rio de Janeiro: Objetiva. 2011.

Daí a necessidade de refletirmos sobre como estamos vivenciando cada aspecto específico do *Flourishing* em nossas vidas, no trabalho e nas instituições de ensino.<sup>26</sup>

- **P:** *Positive emotions* ou Emoções Positivas: Que atividades eu tenho desempenhado que me geram diversão e alegria?
- **E:** *Engagement* ou engajamento: O que estou fazendo hoje (profissionalmente e pessoalmente) que me proporciona um equilíbrio perfeito entre talento e desafio?
- **R:** *Relationships/Social Connections* ou relacionamentos positivos e conexões Sociais: O quanto estou conseguindo cultivar e valorizar relacionamentos e conexões que me agreguem e me desafiem a evoluir todos os dias?
- **M:** *Meaning and Purpose* ou significado e propósito: O que eu estou colocando em prática que tenha um significado maior que eu mesmo? Que legado estou deixando? No que estou contribuindo genuinamente pelo outro ou pela sociedade?
- **A:** *Accomplishment* ou realização: O quanto me sinto capaz de atingir os meus objetivos estabelecidos? O quanto me sinto limitado em realizá-los?

Ora, nesse sentido, importante acompanhar na esfera educacional o *florescimento humano* de todos os atores envolvidos, de tal forma que possam desfrutar do mais alto bem-estar no *locus* universitário: felicidade, fluidez, sentido, amor, gratidão, realização, crescimento e melhores relacionamentos constitui o florescimento humano.

Posteriormente, a metodologia PERMA foi ampliada por Emiliya Zhivotovskaya. Ela acrescentou um novo elemento ao modelo original, a *Vitalidade* (V). Para Emiliya, um bem-estar completo deveria levar em conta o fator físico. A partir deste momento, a metodologia passou a ser conhecida como PERMA-V, com o elemento Vitalidade girando em torno de três pilares fundamentais: sono, alimentação e movimento.<sup>27</sup>



---

<sup>26</sup> GONZAGA, Gomér. Você está florescendo? Disponível em: <<https://somosgratitude.com.br/voce-esta-florescendo-psicologia-positiva-perma/>> Acesso em: 29 dez. 2022.

<sup>27</sup> Disponível em: <<https://comproposito.com.br/perma-e-perma-v-a-metodologia-para-o-bem-estar/>> Acesso em: 29 dez. 2022.

A psicologia positiva, no Brasil, ainda está em expansão. As origens acadêmicas no Brasil datam de 2003, a partir da fundação do *Institute of Positive Psychology and Behavior* (Instituto de Psicologia Positiva e Comportamento, IPPC), por Lilian Graziano. Em 2013 é fundada a Associação Brasileira de Psicologia Positiva, acompanhada pela fundação do Laboratório de Mensuração, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, coordenado pelo professor Claudio Hutz, que logo se projetaria como o principal centro de pesquisa em psicologia positiva no país.<sup>28</sup> O crescimento da área também foi marcado pela criação da Associação de Psicologia Positiva da América Latina (Appal) em 2010 (Pureza et al., 2012) e da Associação Brasileira de Psicologia Positiva (ABP+), de 2013.<sup>29</sup>

A psicologia positiva pode ser desvendada no cenário universitário, já que envolve o bem-estar/felicidade de seus atores (professores, alunos e colaboradores) que deve ser percebido como um traço diferenciador da instituição de ensino superior. O bem-estar de nossos alunos abre uma porta para as políticas internas da universidade que cuidam da saúde emocional de nossos estudantes e a promoção da qualidade de vida enquanto nossos clientes.

Eudemonismo é a doutrina que considera a busca de uma vida feliz, seja em âmbito individual seja coletivo. É possível dizer que a busca da felicidade constitui o objetivo central da existência humana, consoante os filósofos, como S. Agostinho ou Kant.

Aristóteles identificava a felicidade com a virtude (ou agir virtuoso), daí a importância de cada pessoa identificar seus objetivos e metas virtuosas em seu projeto de vida. Epicuro (341 a 270 a.C.), em sua obra Carta sobre a Felicidade, diz que lhe é possível levar uma existência feliz através da recusa dos excessos, medos e compromissos que podem levar a sofrimentos inúteis. Sócrates, Platão, Aristóteles e Epicuro questionaram o que é felicidade? Sabedoria e prazer orbitavam como resposta a esta pergunta.

Vale destacar que no direito se fala em *direito à felicidade*, ou seja, ser feliz é um dos consectários da vida humana.<sup>30</sup> O direito à busca da felicidade é, pois, um postulado

---

<sup>28</sup> Ibid.

<sup>29</sup> Ibid.

<sup>30</sup> “[...] O sexo das pessoas, salvo disposição constitucional expressa ou implícita em sentido contrário, não se presta como fator de desigualação jurídica. Proibição de preconceito, à luz do inciso IV do art. 3º da Constituição Federal, por colidir frontalmente com o objetivo constitucional de “promover o bem de todos”. Silêncio normativo da Carta Magna a respeito do concreto uso do sexo dos indivíduos como saque da kelseniana “norma geral negativa”, segundo a qual “o que não estiver juridicamente proibido, ou obrigado, está juridicamente permitido”. Reconhecimento do direito à preferência sexual como direta emanção do princípio da “dignidade da pessoa humana”: direito a auto-estima no mais elevado ponto da consciência do indivíduo. Direito à busca da felicidade. Salto normativo da proibição do preconceito para a proclamação do direito à liberdade sexual. O concreto uso da sexualidade faz parte da autonomia da vontade das pessoas naturais. Empírico uso da sexualidade nos planos da intimidade e da privacidade constitucionalmente tuteladas. Autonomia da vontade. Cláusula pétrea. [...] Óbvio que, nessa altaneira posição de direito fundamental e bem de personalidade, a preferência sexual se põe como direta emanção do princípio da “dignidade da pessoa humana” (inciso III do art. 1º da CF), e, assim, poderoso fator de afirmação e elevação

constitucional implícito, que deriva do princípio da essencial dignidade da pessoa humana. Verifica-se que o artigo 1º da Declaração do “bom povo de Virgínia” diz que:

Que todos os homens são, por natureza, igualmente livres e independentes, e têm certos direitos inatos, dos quais, quando entram em estado de sociedade, não podem por qualquer acordo privar ou despojar seus pósteros e que são: o gozo da vida e da liberdade com os meios de adquirir e de possuir a propriedade e de *buscar e obter felicidade* e segurança. (grifo nosso)

No mesmo diapasão, a declaração de Direitos do Homem e do Cidadão de 1789 cuidou da denominada “felicidade geral” como desiderato a ser alcançado. No mesmo sentido, a Declaração Americana dos Direitos e Deveres do Homem de 1948 estabeleceu o direito à busca da felicidade.

A felicidade é tratada pelos psicólogos a partir de seu viés positivo, a partir de diversas perspectivas. Ora, para um estudante, a felicidade e alegria consiste no momento de sua colação de grau (este é o ápice do momento universitário).

Já o bem-estar está relacionado a emoção positiva, engajamento, relacionamentos positivos, realização, satisfação pessoal.

A felicidade é um conceito socio culturalmente muito diversificado e transcultural. É necessário criar uma universidade que seja um local privilegiado de felicidade, onde professores, alunos e colaboradores se sintam felizes. Ora a felicidade é multicultural, ou seja, a felicidade para um europeu pode ser diferente para um africano ou indiano. Como dito acima, existem diversas teorias filosóficas sobre a felicidade. O sentido hedonista da felicidade deve perpassar a universidade, ou seja, a universidade deve ser um local privilegiado de desenvolvimento da felicidade de seus atores (professores, alunos e colaboradores). A psicologia positiva atua, especialmente, nas relações de alteridade (relação com o outro); na autonomia (autodeterminação existencial); capacidade de adaptação ao ambiente; projeto existencial de vida; crescimento pessoal.

---

pessoal. De auto-estima no mais elevado ponto da consciência. Auto-estima, de sua parte, a aplainar o mais abrangente caminho da felicidade, tal como positivamente normada desde a primeira declaração norte-americana de direitos humanos (Declaração de Direitos do Estado da Virgínia, de 16 de junho de 1776) e até hoje perpassante das declarações constitucionais do gênero. Afinal, se as pessoas de preferência heterossexual só podem se realizar ou ser felizes heterossexualmente, as de preferência homossexual seguem na mesma toada: só podem se realizar ou ser felizes homossexualmente. Ou “homoafetivamente”, como hoje em dia mais e mais se fala, talvez para retratar o relevante fato de que o século XXI já se marca pela preponderância da afetividade sobre a biologicidade. Do afeto sobre o biológico, este último como realidade tão-somente mecânica ou automática, porque independente da vontade daquele que é posto no mundo como consequência da fecundação de um individualizado óvulo por um também individualizado espermatozóide.” ADPF 132/RJ

Outro ponto interessante é a resiliência acadêmica, isto é, a capacidade do estudante em superar seus obstáculos no cenário universitário e ter sucesso acadêmico.

A *Psicologia Positiva Educacional* deve ser considerada como um dos elementos de uma nova perspectiva sobre bem-estar dos universitários no espaço educacional. É a chamada “educação positiva”. Vejamos:<sup>31</sup>

O termo ‘Educação Positiva’ surgiu no início de 2008, durante um encontro entre Seligman e membros da equipe da Geelong Grammar School (GGS), escola australiana que foi a primeira no mundo a implementar os princípios da Psicologia Positiva em toda a instituição de ensino (Norrish, 2015). Na literatura, entretanto, o termo aparece pela primeira vez em 2009, no artigo *Positive education: positive psychology and classroom interventions*, de Seligman, Ernst, Gillham, Reivich e Linkins (2009), no qual foi definida como educação tanto para as habilidades tradicionais como para a felicidade.

[...]

Portanto, a Educação Positiva pode ser definida, de modo geral, como a Psicologia Positiva aplicada à educação (*i.e.*, a instituições educacionais), preconizando que as habilidades para o bem-estar podem e devem ser ensinadas nas escolas junto às tradicionais habilidades para a qualificação e realização profissional (Green & cols., 2011; Norrish & cols., 2013; Waters, 2011). Desse modo, além de bem-estar, resiliência e florescimento, a Educação Positiva propicia caminhos para o que talvez seja um dos mais importantes aprendizados - o de conhecer a si mesmo (Norrish, 2015).

Nesse sentido, importante que a felicidade esteja na agenda dos gestores educacionais, mormente porque o bem-estar de todos os nossos colaboradores é proporcional ao aumento da eficiência do processo de ensino-aprendizagem e o rendimento acadêmico. A capacidade acadêmica de aprendizagem está diretamente relacionada ao bem-estar e a felicidade de nossos atores no espaço universitário. Uma atenção especial a essa questão reduzirá, de forma preventiva, situações de estresse, depressão e ansiedade que circundam o ambiente universitário, especialmente, nas semanas de prova.

Assim, o bem-estar deveria “ser ensinado na escola por três motivos: como um antídoto à depressão, como um meio para aumentar a satisfação com a vida, e como um auxílio a uma melhor aprendizagem e a um pensamento mais criativo” (Seligman & cols., 2009, p. 295). Nesse sentido, faz-se necessária uma revisão das metas educacionais, que devem passar a priorizar, além do aprendizado acadêmico tradicional, a educação social, emocional e ética,

---

<sup>31</sup> CINTRA, Clarisse Lourenço; GUERRA, Valeschka Martins. Educação Positiva: A aplicação da Psicologia Positiva a instituições educacionais. In: Artigo • Psicol. Esc. Educ. 21 (3) • Sep-Dec 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2175-35392017021311191>> Acesso em: 17 dez. 2022.

promovendo o bem-estar, as virtudes, e preparando os jovens para se tornarem indivíduos realizados e cidadãos responsáveis (Cohen, 2006).<sup>32</sup>

No contexto educacional, já existem iniciativas voltadas para o bem-estar, tais como: programas de autoestima e resiliência. Mais recentemente vemos programas contra o *bullying*, sobre valores, aprendizagem social e emocional, bem-estar do estudante, dentre outros.

O Centro Universitário de Valença (UNIFAA), por exemplo, implantou a “Semana do Desestressa: Como recarregar as energias”. O ambiente acadêmico, a necessidade de obter sucesso nas provas a pressão familiar e a rotina acadêmica pode aumentar o nível de estresse dos estudantes, colocando-os em um cenário de ansiedade elevada e estresse contínuo.<sup>33</sup> São, pois, vertentes desveladas da Educação Positiva. É possível destacar, também, as pesquisas da CPA (Comissão Própria de Avaliação) que medem o nível de satisfação dos alunos (NPS - Net Promoter Score).

Vale destacar o modelo adotado na escola australiana denominado de *Geelong Grammar School* (GGS), o qual é considerado um importante referencial no campo da Educação Positiva, tanto por seu pioneirismo como pelo modo sistemático com que foi implementado.<sup>34</sup>

---

<sup>32</sup> CINTRA, Clarisse Lourenço; GUERRA, Valeschka Martins. Educação Positiva: A aplicação da Psicologia Positiva a instituições educacionais. In: Artigo • Psicol. Esc. Educ. 21 (3) • Sep-Dec 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2175-35392017021311191>> Acesso em: 17 dez. 2022.

<sup>33</sup> “Cursar uma graduação exige: muita dedicação, disciplina, organização, cumprir os prazos das tarefas acadêmicas e dar conta de outras tantas demandas de nossa vida cotidiana. O que pode acarretar em nós algo que já ouvimos muito falar, mas que talvez não saibamos ao certo como e por que acontece. O estresse, palavra que tem origem no termo inglês “*stress*” (pressão), teve um de seus primeiros estudos realizados em 1936 pelo pesquisador húngaro Hans Selye e pode ser conceituado como um conjunto de reações orgânicas e psíquicas que nosso corpo desencadeia ao deparar-se com situações novas, tentando fazer com que nos adaptemos a elas. Todavia, essas reações, quando demasiado intensas, podem causar desequilíbrios. Entre sintomas físicos e psicológicos, há os que vão desde uma simples dor de cabeça até quadros de insônia, e ainda enfraquecimento da memória e perda da motivação. Pensando nisso, o Centro Universitário de Valença (UNIFAA), realizou, entre os dias 07 e 11 de Outubro, a semana Desestressa "I Semana de Saúde do Estudante do UNIFAA", com várias atividades voltadas para o relaxamento físico e mental dos alunos. Foram desenvolvidas oficinas, workshops, mindfulness, aula de Yoga, rodas de conversa, cine debates, encontros, caminhadas e muitas atividades lúdicas, proporcionando momentos de diversão e entrosamento. Afinal, carinho e cuidado são indispensáveis para o desenvolvimento dos nossos alunos!

Disponível em: <<https://www.unifaa.edu.br/blog/desestressa-unifaa>> Acesso em 18 dez 2022.

<sup>34</sup> “Mais recentemente, vem sendo destacada a importância de implementar a Educação Positiva em toda a instituição, por meio de uma abordagem integral da escola (*whole-school approach*), que enfatiza a relevância de incorporar a Educação Positiva de forma ampla na comunidade escolar, para que se obtenha maior abrangência e sustentabilidade de seus resultados positivos (Sun, 2013; Waters, 2011). Essa abordagem ganhou destaque a partir do modelo criado na escola australiana *Geelong Grammar School* (GGS), o qual é considerado um importante referencial no campo da Educação Positiva, tanto por seu pioneirismo como pelo modo sistemático com que foi implementado e vem sendo acompanhado por avaliações e pesquisas, resultando numa vasta produção de manuscritos que serve de orientação para outras iniciativas, bem como de evidência da efetividade quanto aos resultados de sua aplicação. Por esse motivo, este modelo de aplicação será apresentado de forma mais detalhada a seguir.

Para alcançar seu propósito mais amplo - o de que todo o currículo e os relacionamentos estabelecidos na comunidade escolar tenham como base a geração e a manutenção do bem-estar -, esta abordagem integral



*O Modelo Aplicado de Educação Positiva da GGS* propõe que os seis domínios centrais do bem-estar - emoções positivas, engajamento positivo, realização positiva, propósito positivo, relacionamentos positivos e saúde positiva -, sejam cultivados, tendo por base as forças de caráter, para gerar florescimento (Norrish & cols., 2013).<sup>35</sup>

Vejam, abaixo, a figura que representa o modelo aplicado de Educação Positiva da GGS.<sup>36</sup>

---

da escola requer: (1) que os professores sejam equipados para ensinar diretamente a seus estudantes as habilidades da Psicologia Positiva; (2) que os princípios da Psicologia Positiva estejam integrados no currículo da escola; e (3) que os professores e demais funcionários sejam auxiliados a vivenciar os princípios da Psicologia Positiva (Cronlund, 2008).

Esse último ponto reflete o objetivo da Formação em Educação Positiva da GGS: fazer com que os professores tenham domínio das habilidades de bem-estar de forma mais pessoal, em vez de se concentrar apenas em prepará-los para transmitir esses conhecimentos a seus alunos (Cronlund, 2008). Desse modo, o treinamento de professores e funcionários os incentiva a uma vivência da Psicologia Positiva tanto na esfera profissional como na pessoal, promovendo seu bem-estar e florescimento.

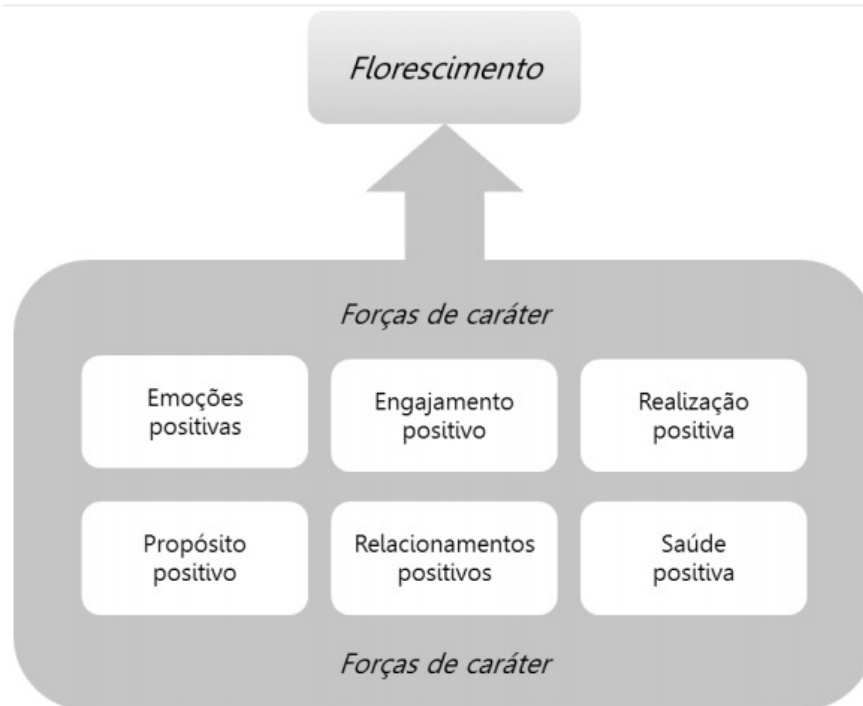
É importante que professores e funcionários sintam, então, os efeitos do treinamento em Psicologia Positiva nas suas próprias vidas para que, assim, possam vivenciar e transmitir os princípios da Psicologia Positiva nas atividades e ações cotidianas, de forma genuína (Norrish, 2015). Além disso, “quando professores e funcionários da escola têm níveis elevados de bem-estar social e emocional, isso tem uma influência positiva nos estudantes” (Waters, 2011, p. 85), como tem ficado evidente em pesquisas que relacionam o bem-estar docente com o aprendizado e os resultados acadêmicos dos estudantes (Bajorek, Gulliford, & Taskila, 2014; Bricheno, Brown, & Lubansky, 2009).

Para arrematar essa abordagem extensiva, a GGS identificou como uma prioridade a inclusão de pais e familiares dos estudantes na implementação da Educação Positiva. Em 2013 foi realizado, então, o primeiro curso de Educação Positiva para pais e familiares, os quais podem, assim, apoiar o bem-estar de seus filhos em consonância com as ações da escola e, também, vivenciar seu próprio bem-estar (Norrish, 2015).” CINTRA, Clarisse Lourenço; GUERRA, Valeschka Martins. Educação Positiva: A aplicação da Psicologia Positiva a instituições educacionais. In: Artigo • Psicol. Esc. Educ. 21 (3) • Sep-Dec 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2175-35392017021311191>> Acesso em: 17 dez. 2022.

<sup>35</sup> *Ibid.*

<sup>36</sup> *Ibid.*

Figura 1 Modelo Aplicado de Educação Positiva da GGS. Fonte: [Norrish, 2015](#).



Vejamos, abaixo, os elementos caracterizadores do Modelo de Educação Positiva GGS:<sup>37</sup>

O domínio das *emoções positivas* reconhece que a forma como estudantes, professores e demais membros da comunidade escolar se sentem tem papel importante no processo de ensino-aprendizagem, e traz benefícios sociais, físicos, pessoais e psicológicos. O objetivo é ajudá-los a desenvolver uma compreensão das emoções (suas e dos outros), aceitar as emoções negativas ou desprazerosas (*e.g.*, tristeza, ansiedade) como parte da vida, e cultivar a vivência de emoções positivas (*e.g.*, alegria, esperança) em suas vidas diárias dentro e fora da escola (Norrish, 2015; Norrish & cols., 2013).

O *engajamento positivo* é um domínio baseado no conceito de *flow* (ver Csikszentmihalyi, 1989) que envolve “ajudar estudantes e funcionários a experienciar uma completa imersão em atividades por meio da compreensão da natureza do engajamento, dos caminhos para alcançar tal imersão, e sua importância para o bem-estar” (Norrish, 2015, p. 33). Tal domínio trabalha para otimizar o processo de aprendizado e potencializar a motivação dentro e fora da escola (Norrish & cols., 2013).

O domínio da *realização positiva* encoraja o estabelecimento e busca de metas, dentro e fora da vida escolar, que sejam recompensadoras para si e tragam benefícios para outras pessoas e para a comunidade como um todo. Assim, “desenvolve o potencial individual para buscar e alcançar resultados significativos” (Norrish, 2015, p. 33).

<sup>37</sup> Ibid.

O *propósito positivo* está relacionado a um comprometimento com a comunidade e com a ajuda ao próximo, reconhecendo a importância de pertencer a uma comunidade escolar unida como fator protetivo para a saúde física e mental e para uma vida com significado e propósito. Este domínio envolve “compreender, acreditar e servir a algo maior do que si mesmo, e se engajar conscientemente em atividades para o benefício dos outros” (Norrish, 2015, p. 34), usando suas forças pessoais de forma altruísta.

O domínio dos *relacionamentos positivos* visa desenvolver habilidades emocionais e sociais que colaborem para o desenvolvimento de relações benéficas e significativas para si e para os outros, criando uma cultura de cuidado baseada em valores como bondade e perdão, e em uma comunicação atenta e respeitosa - *active constructive responding* (ver Gable & Reis, 2010; Seligman, 2011). Tais fatores colaboraram para o aprofundamento e fortalecimento das relações entre todos os que participam do contexto escolar, favorecendo o sentimento de ligação com os outros e relações de apoio que são fundamentais para o bem-estar (Norrish, 2015; Norrish & cols., 2013).

Por fim, o domínio da *saúde positiva* busca oferecer, aos membros da comunidade escolar, um conhecimento de base que os ajude a desenvolver hábitos que propiciem saúde física e psicológica (Norrish & cols., 2013). Esses hábitos incluem comportamentos saudáveis como exercícios físicos, boa alimentação, e o desenvolvimento de habilidades como *mindfulness* (atenção plena) e resiliência (Norrish, 2015).<sup>38</sup>

Na seara educacional é possível afirmar que as pessoas não querem apenas ser professores, colaboradores e alunos, senão querem ser felizes e plenas durante seu percurso universitário, ou seja, ter uma “vida boa” conforme dizia Aristóteles. Em *Ética a Nicômaco* é o vocábulo grego denominado de “eudemonia” - *eu* (bem) e *daimon* (espírito) - que pode ser traduzida por “felicidade”, representando um bem supremo da

---

<sup>38</sup> Ainda com base em CINTRA, Clarisse Lourenço; GUERRA, Valeschka Martins: “No modelo da GGS, estes seis domínios da Educação Positiva são propostos e integrados na escola em quatro níveis principais: aprender, viver, ensinar e integrar. Assim, professores e demais funcionários, junto com os familiares dos estudantes, *aprendem* sobre Psicologia Positiva em treinamentos regulares e são incentivados a *viver* os princípios da Educação Positiva e expressá-los em suas ações e interações entre si e com os estudantes. *Ensinar* refere-se ao aprendizado, pelos estudantes, da Educação Positiva de modo implícito (*i.e.*, por meio da inserção dos conceitos de bem-estar no currículo mais amplo, abordando os objetivos acadêmicos de modo a também fomentar o florescimento) e explícito (*i.e.*, em aulas sobre Educação Positiva, dedicadas diretamente ao cultivo do bem-estar e a encorajar e criar espaço para que os alunos reflitam sobre o significado e relevância dos conceitos aprendidos para suas vidas). Finalmente, *integrar* diz respeito à criação, de forma integrada (*i.e.*, em toda a escola), de uma cultura e comunidade voltadas para o bem-estar (Norrish, 2015).

Nesse modelo de implementação, os princípios da Psicologia Positiva devem ser aplicados e integrados de forma contínua (*i.e.*, um processo em constante evolução e desenvolvimento) em todo o currículo, cultura e aspectos da escola, para que despontem as condições favoráveis ao florescimento de todos que participam da comunidade escolar, e da própria instituição (Norrish, 2015; Waters, 2011). “Isso gera um clima de autenticidade, suporte estrutural e prática habitual, criando uma mudança normativa por meio da qual a Educação Positiva se torna autossustentável” (Sun, 2013, p. 3).” CINTRA, Clarisse Lourenço; GUERRA, Valeschka Martins. Educação Positiva: A aplicação da Psicologia Positiva a instituições educacionais. In: Artigo • Psicol. Esc. Educ. 21 (3) • Sep-Dec 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2175-35392017021311191>> Acesso em: 17 dez. 2022.

vida humana, mas também carrega os sentidos de “prosperidade”, “riqueza”, “boa fortuna”, “viver bem” e “florescimento”.<sup>39</sup>

Vale destacar, ainda, que já existem universidades cuja “felicidade” é o epicentro de seu ecossistema educacional. Vejamos, abaixo, a experiência da *Universidad Tecmilenio* (tradução livre):<sup>40</sup>

Esse modelo acadêmico mexicano, criado há quase duas décadas, está se tornando mais típico do século XXI. Não é de estranhar que coloque a pessoa no centro de toda a sua atividade, de forma a prepará-la para a sua empregabilidade. Com um modelo flexível, ágil e digital, e inovações interessantes que nos explica seu diretor de Talento, Bem-Estar e Propósito.

---

<sup>39</sup> “A Universidade de Brasília (UnB) vai ser a primeira instituição de ensino superior pública brasileira a oferecer um curso com um tema bem peculiar: felicidade. O “estudo vivencial da felicidade” terá início no segundo semestre de 2018, no campus Gama, com 240 vagas. A iniciativa foi inspirada em programas similares de universidades estrangeiras, como Harvard e Yale, renomadas instituições norte-americanas. O curso tem como intuito ajudar os estudantes a aprender como encarar e superar adversidades da vida pessoal e acadêmica, como, por exemplo, o medo de falhar e saber separar as frustrações com a vida pessoal do desempenho universitário. Este programa, assim como os internacionais, foram criados devido ao clima mundial geral de intolerância, frustração e outras sensações que causam um mal-estar social generalizado. A intenção é que, com as aulas e atividades dinâmicas, cada um passe a identificar e entender o seu significado pessoal de felicidade, que obviamente pode ser muito subjetivo. O estudo vivencial foi criado como uma disciplina dos cursos de engenharia e traz em seu plano de estudo os objetivos de “proporcionar um espaço de vivências favoráveis a uma boa qualidade de vida no ambiente acadêmico; apresentar estratégias comportamentais e cognitivas que possam auxiliar o estudante a lidar com os fatores estressores do dia-a-dia; e cultivar o autoconhecimento, a solidariedade, o respeito às diferenças e o diálogo no ambiente acadêmico”. [...]

*Positive Psychology*, Harvard University

A aula de Psicologia Positiva do professor e doutor Tal Ben-Shahar também era um dos cursos mais populares da renomada Harvard, em Massachusetts, EUA. Juntamente com a disciplina “Psicologia da Liderança”, esse curso atraiu a atenção dos estudantes quando foi criado em 2006. Formado por 22 aulas de 75 minutos cada, ele basicamente lidava com o tema “como ser feliz?”.

A descrição informava que “o curso foca em aspectos psicológicos de uma vida plena e próspera, como felicidade, autoestima, empatia, amizade, amor, conquistas, criatividade, música, espiritualidade e humor”. Desde a popularidade do seu curso na Harvard, Ben-Shahar já lançou dois livros sobre felicidade – publicados no Brasil com os títulos *Seja Mais Feliz* e *Aprenda a Ser Feliz* – e tem vários vídeos online de suas aulas.

Atualmente, a Harvard tem outros cursos sobre Psicologia Positiva, lecionados por diferentes professores. [...]. Disponível em: <<https://vestibular.brasilecola.uol.com.br/estudar-no-exterior/felicidade-esta-na-sala-aula-universidades-oferecem-cursos-felicidade.htm>> Acesso em: 18 dez. 2022.

<sup>40</sup> Disponível em: <<https://capitalhumano.wolterskluwer.es/Content/>> Acesso em: 18 dez. 2022. “A Universidade Tecmilenio é um centro de estudos privado patrocinado pelo Instituto de Tecnologia e Educação Superior de Monterrey (México). Trata-se de um projeto de inovação educacional acessível, lançado no início do século (2002), para atingir segmentos da população que de outra forma teriam essa modalidade de ensino superior inacessível, “e que está contribuindo para transformar o mundo por meio da educação”. aponta a Montserrat Ventosa, sua diretora de Talentos, Bem-Estar e Propósito. Este ano, o Tecmilenio atinge a maioria, “e nesses 18 anos construímos um modelo universitário único: uma organização sem fins lucrativos que atende às necessidades atuais e futuras de empregabilidade de milhares de jovens”, continua. «E o mais importante: colocamos a pessoa no centro, com um modelo mais flexível, mais ágil e agora mais digital do que nunca. Um modelo que forma indivíduos positivos, com um propósito de vida, e os ajuda a desenvolver as habilidades para alcançá-lo.” Seu modelo baseado em competências constrói uma experiência de aprendizagem do aluno dentro e fora da sala de aula. “O que capacita nossos alunos a serem mais satisfeitos e felizes, e a serem sua melhor versão hoje e no futuro”, defende a diretora de Talentos, Bem-Estar e Propósito da Tecmilenio. “Ter um propósito na vida dá sentido ao aprendizado, e nosso ecossistema de bem-estar constrói hábitos saudáveis sustentáveis ao longo da vida.”

Assim, a Tecmilenio University é a primeira universidade positiva do mundo, pois o DNA de sua cultura é baseado no ecossistema de bem-estar preconizado pelas Happiness Sciences de Martin Seligman. Seus alunos, e também seus colaboradores, definem seu propósito de vida, supervisionados por mentores experientes, e são preparados com as competências que a Quarta Revolução Industrial exige dos profissionais. [...]

Vinte anos de pesquisa permitiram observar que quando os alunos se sentem bem mentalmente e desenvolvem um equilíbrio emocional; quando se sentem envolvidos no que fazem, mantendo uma rede de apoio; e eles conhecem seus pontos fortes, então seus resultados acadêmicos são melhores. [...] Foram todos estes indicadores que nos levaram a pensar, não nos quatro ou cinco anos que passariam nas nossas salas de aula, mas no que podemos dar às pessoas para as ajudar a florescer num contexto em que vamos viver mais do que qualquer outra geração da história da humanidade. [...]

«Também zelamos pelo bem-estar dos nossos professores e colaboradores para que garantam a melhor experiência aos nossos alunos e os ajudem a alcançar o seu propósito de vida. Motivo pelo qual integramos o Instituto de Ciências da Felicidade». [...]

Portanto, é fundamental equipar melhor colaboradores, professores e alunos, “e o ecossistema de bem-estar e felicidade da Tecmilenio é uma caixa de ferramentas simples, de baixo custo e alto impacto. Permite-nos transformar os locais de trabalho em pontos de encontro e espaços de aprendizagem, onde as pessoas aprendem a reduzir os seus níveis de stress face à mudança. Facilita a assimilação das mudanças com o sorriso de quem sabe que esse esforço é fonte de crescimento. Serve para convencer que o trabalho tem o poder de gerar estresse negativo ou aumentar a felicidade de quem administra corretamente as mudanças e estabelece hábitos saudáveis. [...]

### 3 CONCLUSÕES

Este artigo procurou apontar as diversas dimensões da importância da universidade para seus diversos atores, bem como para cidade e para o Brasil.

Destacamos a importância da felicidade no espaço universitário, já que é um dos elementos chave para o sucesso de todos. É preciso que o espaço universitário seja um ambiente cômodo, atrativo, limpo e saudável. Da mesma forma, a implantação de restaurantes e lanchonetes aumentam o grau de satisfação de nossos alunos na ambiência universitária.

Importante destacar a existência de um espaço de entretenimento no ambiente universitário aumenta a satisfação de professores, alunos e colaboradores, assim como uma sala de professores ampla e confortável, especialmente, para os professores que exercem atividades em tempo integral.<sup>41</sup> Da mesma forma, uma área de convivência para os alunos é fundamental para os momentos de intervalos entre as aulas.

---

<sup>41</sup> “O Train Station é o espaço híbrido de trabalho do setor de Inovação e Novos Negócios do UNIFAA, onde desenvolvem-se projetos em três áreas principais: negócios e empreendedorismo, lifelong learning (aprendizado ao longo da vida) e eSports. O *Gaming Office* funciona no espaço do Train todas as quintas-feiras, de 10h às 22 horas. Neste dia, o ambiente corporativo se transforma em um escritório de jogos aberto aos alunos e colaboradores da instituição que curtem games e que queiram usar este espaço para treinar ou para se divertir.” Disponível em: <https://unifaa.edu.br/blog/train-station-unifaa> Acesso em: 18 dez. 2022.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA NETO, José Rogério Moura de; MELLO, Cleyson de Moraes; PETRILLO, Regina Pentagna. *Ensino por Competências: Eficiência no processo de ensino e aprendizagem*. Rio de Janeiro: Freitas Bastos, 2019.
- AUDY, Jorge. A inovação, o desenvolvimento e o papel da Universidade. *Estudos Avançados*, n. 31, p. 75-87, 2017.
- BRODHAG, Christian. Research universities, technology transfer, and job creation: what infrastructure, for what training? *Studies in Higher Education*, v. 38, p. 388-404, 2013.
- CASTELLS, M. (2008). Creatividad, innovacion y cultura digital. un mapa de sus interacciones. *Telos: Cuadernos de comunicacion e innovacion* , 77:50–52.
- Chauí, M. (2003). A universidade pública sob nova perspectiva. *Revista Brasileira de Educação*, 24, 5-15. doi:10.1590/S1413-24782003000300002, p.5.
- CINTRA, Clarisse Lourenço; GUERRA, Valeschka Martins. Educação Positiva: A aplicação da Psicologia Positiva a instituições educacionais. In: *Artigo • Psicol. Esc. Educ.* 21 (3) • Sep-Dec 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2175-35392017021311191>> Acesso em: 17 dez. 2022.
- COUTINHO, C. Notas sobre cidadania e modernidade. *Praia Vermelha*, Rio de Janeiro, v. 1, n.1, p. 145-165, jan./jul.1997.
- CYERT, Richard; GOODMAN, Paul. Creating effective university-industry alliances: an organizational learning perspective, *Organizational Dynamics*, v. 26, n. 4, p. 45-57, 1997.
- EDQUIST, Charles. Systems of innovation: Perspectives and challenges. In: FAGERBERG, Jan; MOWERY, David; NELSON (org.). *The Oxford Handbook of Innovation*. Oxford: Oxford Handbooks, 2005. p. 181-208.
- MELLO, Cleyson de Moraes; NETO, José Rogério Moura de Almeida; PETRILLO, Regina Pentagna. (Coords). *Metodologias Ativas: Desafios Contemporâneos e Aprendizagem Transformadora*. Rio de Janeiro: 2019.
- SANTOS, Boaventura de Sousa. *A universidade no século XXI: para uma reforma democrática e emancipatória da universidade*. 3. ed. São Paulo: Cortez, 2011.
- SNYDER, C. R., & Lopez, S. J. (2009). *Psicologia positiva: Uma abordagem científica e prática das qualidades humanas* (R. C. Costa, Trad.). São Paulo, SP: Artmed.
- SELIGMAN, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14 apud Caroline Tozzi Reppold; Léia

Gonçalves Gurgel; Cecilia Cesa Schiavon. Research in Positive Psychology: a Systematic Literature Review. In: Psico-USF, Bragança Paulista, v. 20, n. 2, p. 275-285, mai./ago. 2015.

SELIGMAN, M.E.P. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being - And how to achieve them. London, United Kingdom: Nicolas Brealey, 2011.

REPPOLD, Caroline Tozzi; GURGEL, Léia Gonçalves; SCHIAVON, Cecilia Cesa. Research in Positive Psychology: a Systematic Literature Review. In: Psico-USF, Bragança Paulista, v. 20, n. 2, p. 275-285, mai./ago. 2015.

TEDESCO, Alexandra Dias Ferraz Tedesco (Universidade do Estado do Rio de Janeiro) Revista Brasileira de História da Ciência, ISSN 2176-3275, v. 15, n. 1, p. 177-200, jan | jun 2022. Disponível em: <  
<https://rbhciencia.emnuvens.com.br/revista/article/view/706/587>> Acesso em: 17 dez. 2022.