

**Artigo****Ensino de/para “felicidade” em universidades brasileiras:  
reflexões com a educação positiva****Teaching from/to "happiness" in brazilian universities: reflections with  
positive education****Enseñanza desde/para la “felicidad” en universidades brasileñas:  
reflexiones con educación positiva****Anselmo Gonçalves da Silva<sup>1\*</sup>, Bianca Jussara Borges Clemente<sup>2\*\*</sup>**

Instituto Federal do Acre (IFAC), Xapuri-AC, Brasil\*  
Laboratório de Tecnologia da Informação e da Comunicação (LATEC/UFRJ), Rio de Janeiro-  
RJ, Brasil\*\*

**Resumo**

A formação universitária exige dos estudantes novas posturas e mais dedicação às correntes de inserção e mediação ao futuro mercado de trabalho. Nessa perspectiva, também são forjados cursos e unidades curriculares que possam atender as habilidades e competências socioemocionais nessa jornada de formação. Mediante ao cenário global e local, a educação positiva avançou nas universidades brasileiras de forma a agregar novas perspectivas de ensino aos estudantes universitários. Nos últimos anos, a oferta de unidades curriculares que evocam o termo felicidade tem surgido nas universidades brasileiras, com ampla repercussão social e midiática e no campo das instituições de ensino. Este estudo empírico visa investigar esse processo, suas características e fontes teóricas. Para tanto, utilizou-se a metodologia descritiva-exploratória, por meio de ferramenta de busca de dados disponíveis na internet e da análise de conteúdo dos dados. Os resultados mostraram a crescente influência do ramo da psicologia positiva aplicada à educação, denominada educação positiva, com impacto na criação de unidades curriculares nas universidades brasileiras. As possibilidades para a educação positiva são promissoras, embora a eficácia de resultados requeira rigor científico na aplicação e desenvolvimento de suas técnicas e deve-se incluí-la, dialogicamente, à gama de outras inovações que propõem transformações na educação e em suas instituições.

**Abstract**

University education requires new attitudes from students and more dedication to the currents of insertion and mediation to the future job market. In this perspective, courses and curricular units are also forged that can searching the socioemotional skills in this training journey. Through, the global and local scenario, positive education has advanced

---

<sup>1</sup> Professor do Instituto Federal do Acre (IFAC). Doutorando em Estudos Contemporâneos no Centro de Estudos Interdisciplinares (CEIS20) da Universidade de Coimbra (UC). ORCID id: <https://orcid.org/0000-0001-9825-4030> E-mail: [anselmo.silva@ifac.edu.br](mailto:anselmo.silva@ifac.edu.br)

<sup>2</sup> Pesquisadora Associada do Laboratório de Tecnologia da Informação e da Comunicação (LATEC/UFRJ). Doutoranda em Estudos Contemporâneos no Centro de Estudos Interdisciplinares (CEIS20) da Universidade de Coimbra (UC). ORCID id: <https://orcid.org/0000-0002-8624-2048> E-mail: [biancajussaraa@gmail.com](mailto:biancajussaraa@gmail.com)

in Brazilian universities in order to add new teaching perspectives to Brazilian university students. In recent years, the offer of curricular units that evoke the term happiness has emerged in Brazilian universities, with a large social and media repercussion in the field of educational institutions. This study aims to investigate this process, its characteristics and theoretical sources. For this purpose, the descriptive-exploratory methodology was used, using a data search tool available on the internet and data content analysis. The results showed the growing influence of positive psychology applied to education, designate by positive education, with an impact on the creation of curricular units in Brazilian universities. The possibilities for positive education are promising, although the effectiveness of results requires scientific rigor in the application and development of its techniques and it should be included, dialogically, to the range of other innovations that propose transformations in education institutions.

### Resumen

La formación universitaria exige nuevas actitudes de los estudiantes y más dedicación a las corrientes de inserción y mediación en el futuro mercado laboral. En esta perspectiva, también se forjan cursos y unidades curriculares que puedan atender las habilidades y competencias socioemocionales en este camino formativo. A través del escenario global y local, la educación positiva ha avanzado en las universidades brasileñas para agregar nuevas perspectivas de enseñanza a los estudiantes universitarios. En los últimos años, surgió la oferta de unidades curriculares que evocan el término felicidad, con amplio impacto social, mediático y en el ámbito de las instituciones educativas. Este estudio empírico tiene como objetivo investigar este proceso, sus características y fuentes teóricas. Para eso, se utilizó una metodología descriptivo-exploratoria, utilizando una herramienta de búsqueda de datos disponible en internet y análisis de contenido de datos. Los resultados mostraron la creciente influencia de la rama de la psicología positiva aplicada a la educación, denominada educación positiva, con impacto en la creación de unidades curriculares en las universidades brasileñas. Las posibilidades de la educación positiva son prometedoras, aunque la efectividad de los resultados exige rigor científico en la aplicación y desarrollo de sus técnicas y debe incluirse, dialógicamente, en el abanico de otras innovaciones que proponen transformaciones en la educación y sus instituciones.

**Palavras-chave:** Felicidade, Educação positiva, Inovação educativa.

**Keywords:** Happiness, Positive education, Educational innovation.

**Palabras clave:** Felicidad, Educación positiva, Innovación educativa.

## 1. Introdução

Por este motivo, também se pergunta se a felicidade deve ser adquirida pela aprendizagem, pelo hábito ou por alguma outra espécie de adestramento (ARISTÓTELES, 1991, p. 14).

Na Antiguidade Clássica, a filosofia grega atribuiu um conjunto de qualidades ao termo felicidade; produziu reflexões e elaborou questões de como logrará-la ao longo da vida. Já no contemporâneo, o imaginário social segue reescrevendo e ressignificando esse termo, como também reformulando a seguinte questão aristotélica: A felicidade pode ser ensinada?

As sociedades humanas, em cada tempo, se desenvolvem imaginando perseguir o que constituem como aperfeiçoamento social e condição de satisfação – na escala dos sujeitos e em outras mais amplas. Assim, no presente tempo, as sociedades ocidentais, comumente, se percebendo ou não, se referenciam por significações atreladas ao termo felicidade, como também, por

seu antagônico: infelicidade. Entretanto, apesar desses termos serem social e politicamente (re)produzidos e estarem imbricados em fenomenologias diversas do social, seu conjunto de problemáticas não é suficientemente considerado nos processos de educação formal.

Porém, nas últimas duas décadas são percebidas inovações neste contexto. Em 2018, matérias jornalísticas no Brasil noticiavam a criação de uma unidade curricular<sup>3</sup> nomeada de “Felicidade”, na Universidade de Brasília (UnB), com grande repercussão midiática. Na sequência, iniciativas semelhantes em universidades e instituições educativas integravam dialogicamente os termos “felicidade” e “educação”, produzindo discussões e intervenções educacionais.

Neste cenário, este estudo visa investigar o fenômeno da crescente oferta de unidades curriculares associadas ao termo “felicidade” em universidades brasileiras, sua breve historiografia, características e origens teórico-tecnológicas. Para tanto, realizou-se levantamento primário de dados na internet utilizando a ferramenta de buscas *google*, combinando o termo felicidade com as seguintes palavras-chave: universidade; curso; disciplina; unidade curricular. Os dados foram analisados por abordagem qualitativa, através de técnica de análise de conteúdo, segundo Bardin (2004).

Este estudo empírico está organizado em: uma breve revisão de literatura sobre o termo felicidade e os conceitos identificados como referenciais das iniciativas de ensino de “felicidade” no Brasil – a psicologia positiva e suas aplicações no campo educacional, nomeadas de educação positiva; uma seção de resultados com breve historiografia do ensino disciplinar de felicidade em universidades brasileiras e uma seção de discussão com impressões sobre as possibilidades de desenvolvimento das aplicações do campo à educação.

As contribuições dessa investigação visam sistematizar iniciativas aplicadas que interseccionam os termos felicidade e educação no âmbito do ensino em universidades brasileiras. Essas podem ser possibilidade de “lançar luz” para a articulação de percursos de aperfeiçoamento sociais paradigmáticos que promovam a ampliação do bem-estar amplo, multidimensional e duradouro, dos indivíduos e de nossas sociedades – participando e produzindo o espírito de época (*zeitgeist*) de futuros emergentes, expressos na educação.

## 2. Revisão de Literatura

É necessário, portanto, cuidar das coisas que trazem a felicidade, já que, estando está presente, tudo temos, e, sem ela, tudo fazemos para alcançá-la (EPICURO, 2002, p.23).

Na civilização grega, seus filósofos de diferentes escolas do pensamento, como Aristóteles, Epicuro e Zenão de Cítio já pensavam a concepção de felicidade a partir do indivíduo. Aristóteles (384 a.C. a 322 a.C.) é considerado o filósofo fundador dos estudos sobre felicidade, o termo se faz presente em sua obra “Ética a Nicômaco”, que é fundamental para a compreensão da construção ocidental de conceitos como virtude, moral e felicidade.

---

<sup>3</sup> O termo unidade curricular é considerado como uma unidade de ensino composta de objetivos de formação, conteúdo programático e métodos; neste texto, dependendo do contexto, pode-se utilizar curso ou disciplina como seus sinônimos.

Aristóteles compreendia a felicidade mais distante dos prazeres e mais aproximada da ética e das virtudes associadas à razão, que auxiliariam os homens sábios na análise e na tomada de decisões virtuosas. Posteriormente, Epicuro (341 a.C. a 270 a.C.) apresentaria o entendimento da felicidade como um objetivo cêntrico da vida humana, advindo do gozo de prazeres e dependente das virtudes como: justiça, beleza e prudência. Embora a filosofia grega tenha dedicado atenção reflexiva à “felicidade”, deixando registros escritos associados a esse termo; pode-se considerar a possibilidade de que outros povos e pensadores anteriores tenham se apropriado conscientemente dessa fenomenologia humana, com distintas cosmovisões e epistemologias, produzindo diversidades de representações e modos de aplicação associados.

As discussões sobre “felicidade” emergiram novamente, com vigor, durante o Iluminismo sendo tema de inúmeras publicações, principalmente, na França e nos Países Baixos, entre 1670 e 1830 (VEENHOVEN, 2017a). E, no contemporâneo, o tema é objeto de diversas abordagens, inspirando e produzindo questões e aplicações sociais.

Numa perspectiva sociológica pode ser definida como o gozo subjetivo da vida, sinônimo de bem-estar e qualidade de vida, tanto na escala de um indivíduo quanto de um grupo, comunidade ou sociedade; e, traz em si a noção de escala valorativa que pode transitar entre a negatividade e a positividade (VEENHOVEN, 2017b). Na perspectiva da psicologia positiva, a felicidade pode ser compreendida como um dos componentes subjetivos do bem-estar, caracterizada pela ocorrência transitória de um estado de humor individual (SELIGMAN, 2011). Popularmente, se enuncia que não há fórmulas para alcançar a felicidade, mas a compreensão dos processos individuais e sociais a ela relacionados pode oferecer sugestões para o aperfeiçoamento positivo da experiência de viver.

## 2.1 Determinantes da felicidade

Segundo Veenhoven, um dos principais pesquisadores contemporâneos do tema, a felicidade seria o quanto um sujeito gosta da vida que leva. Ela é elaborada no âmbito de cada indivíduo, a partir de uma dinâmica avaliativa balizada por critérios particulares a cada pessoa. Neste processo, são envolvidos elementos objetivos (relacionados aos padrões sociais do que seria uma “boa vida”) e elementos subjetivos (implícitos, próprios de cada subjetividade). Realiza-se então, por cada sujeito, um contraste entre as oportunidades que potencializam uma “boa vida” (externas ao indivíduo, relacionadas principalmente a qualidade do meio socioambiental) e o “gozo subjetivo” real, (derivado da dimensão interna, dependente das qualidades e aspectos internos). A configuração de percepções constituídas nesse processo poderia ser referida como a qualidade da felicidade. (VEENHOVEN, 2017b).

Para avaliar, geralmente as pessoas utilizam informações de natureza cognitiva e afetiva; sendo esta última mais influente em determinar configurações subjetivas ante a percepção do vivido (GONZÁLEZ REY; MITJÁNS MARTÍNEZ, 2017). Este fenômeno é processual e continuado, ocorre no tempo, podendo o indivíduo avaliar diferentemente os momentos vividos, atribuindo avaliações aos recortes temporais específicos ou ao contexto global da própria vida. Outro aspecto a ser considerado seria o ato de avaliar, pois, alguns indivíduos julgam

mais intuitivamente e outros o fazem de forma mais contemplativa, uns se apropriam mais das suas avaliações do que outros. (VEENHOVEN, 2017b).

Para Ferraz, Tavares e Zilberman (2007), os fatores que determinam a felicidade estão subordinados mais aos “traços de temperamento e postura perante a vida do que a fatores externamente determinados”. Para Veenhoven (2005), há cinco aspectos que podem auxiliar na compreensão do fenômeno da felicidade: a) a “vidabilidade”, formada pelas oportunidades disponibilizadas aos indivíduos no seu exterior, como a qualidade da sociedade e a posição do indivíduo na sociedade; b) a “vida-habilidade”, formada pela configuração psicológica e a saúde físico-funcional dos indivíduos; c) o curso dos acontecimentos de vida, que seria a variação na intensidade, duração e fase da vida dos indivíduos em que ocorrem acontecimentos que são percebidos como positivos ou negativos; d) o fluxo das experiências, o qual considera que a trajetória dos indivíduos se define pela busca e satisfação de metas e pontos de projeção, tendo um ponto de ápice de gozo quando as alcançam; e, e) o processo interno de avaliação, o qual considera que os sujeitos constituem a avaliação de suas experiências, auferindo seu nível de felicidade pelo cálculo relacional de prazeres e dores ou pelas pistas que indicam ao sujeito a qualidade de vida como um todo.

Com relação ao que determina a felicidade, Ferraz, Tavares e Zilberman (2007), apresenta um balanço crítico de estudos sobre felicidade, oferecendo o seguinte panorama: em geral, o aumento de riqueza, a partir do limite de renda média da população e de condições de subsistência digna, não acrescentaria felicidade. A idade não influiria na felicidade. O gênero, também não. O estado civil pouco influenciaria na felicidade. A presença de filhos influiria pouco, mas se esses existissem, os níveis de felicidade poderiam se relacionar a eles. A atratividade física é responsável por pouca influência. Altos níveis de afetos negativos ou baixos índices de afeto positivo podem influir negativamente na felicidade. Eventos externos podem influenciar positiva ou negativamente na felicidade, com intensidade e duração relacionadas as peculiaridades dos eventos ou de como o indivíduo os percebeu.

Ainda, constatou-se que: as pessoas que se reconhecem religiosas registram maiores índices de felicidade. Personalidades com traços de extroversão e autoestima podem produzir maiores índices de felicidade, assim como, pessoas com caráter cooperativo, de autodirecionamento, de autotranscendência, humor, sublimação e antecipação; e, pessoas que suprem suas necessidades de competência, pertencimento e autonomia. O envolvimento com esportes também pode ajudar em maiores níveis de satisfação. O alto grau de otimismo, como forma positiva de perceber um evento, também influenciaria. O grau de resiliência, como capacidade de enfrentar situações adversas, também influiria. A gratidão, como sentimento percebido, também se associa à elevação de níveis de felicidade. A felicidade costuma ser estável durante a vida de um indivíduo, com menor grau de dependência de eventos externos do que o popularmente se supõem. (FERRAZ, TAVARES, ZILBERMAN, 2007).

## **2. 2 Da psicologia positiva à educação positiva: o ensino de/para felicidade**

A partir da década de 1990, nos Estados Unidos, surgiu um movimento no campo da Psicologia que propunha novas abordagens teóricas associadas

ao termo felicidade. Martin Seligman, professor da *University of Pennsylvania*, enquanto presidente da *American Psychological Association* (APA), propôs ao campo da psicologia uma reflexão acerca das abordagens e objetivos da produção científica da área.

Na percepção de Seligman, principalmente a partir da segunda guerra mundial, os esforços da Psicologia se concentravam numa perspectiva de estudos de patologias, de fraquezas e de danos, com a finalidade de elaborar intervenções curativas, o que consubstanciaria na guiagem do campo por um modelo de doença. Sua proposição era de que havia a necessidade de aprofundar a compreensão dos fatores e processos que propiciam aos indivíduos e as sociedades alcançarem bem-estar e desenvolvimento ótimos, para que criassem a partir desses pressupostos condições de elaborar intervenções que apoiariam o desenvolvimento otimizado dos potenciais de bem-estar, saúde e felicidade dos indivíduos, comunidades e sociedades – isso foi chamado de psicologia positiva (SELIGMAN, 2000). Assim, a psicologia positiva se estabeleceu como campo promissor da psicologia, segundo White (2017, p.10), a psicologia positiva seria “uma perspectiva e abordagem que existe há milênios e representa filosofias, teorias, pesquisas, e aplicações preventivas e fortes baseadas na natureza e visam entender e cultivar a função humana ideal” e se diferenciaria das abordagens filosóficas e teológicas pela incorporação da perspectiva de cunho científico.

A psicologia positiva, então, se concentra na compreensão e no desenvolvimento de tecnologias de intervenção centradas nos fatores, condições, processos e competências necessárias para potencializar as forças e as virtudes humanas imbricadas na geração de bem-estar. Nessa perspectiva, tem crescido como campo, buscando desenvolver um conjunto teórico-metodológico para alcance de maior aproveitamento do potencial humano para seu desenvolvimento saudável e positivo; forte e feliz – apoiando as pessoas a “florescerem”<sup>4</sup>. Com esse paradigma, a psicologia positiva, segundo Seligman (2000; 2011) empreendeu a sua trajetória científica no estudo: a) de emoções positivas, no nível subjetivo, como bem estar, satisfação, esperança, otimismo, felicidade; b) de traços positivos, no nível do indivíduo, tais como capacidade de amor, coragem, vocação, habilidade interpessoal, sensibilidade estética, perseverança, perdão, originalidade, mentalidade futura, espiritualidade, auto talento e sabedoria; e, c) em instituições positivas, no nível do grupo, como virtudes cívicas e instituições relacionadas a uma melhor cidadania, altruísmo, respeito, responsabilidade, moderação, tolerância e ética.

No seu desenvolvimento, Seligman (2004) propôs um modelo que propunha tornar possível a compreensão sobre a constituição e busca pelo bem-estar, como ainda, a mensuração e avaliação científica dos princípios da psicologia positiva. Esse modelo foi nomeado de PERMA (acrônimo em inglês das palavras: *positive emotions, engagement, relationships, achievement, meaning*); e engloba cinco fatores incidentes no bem-estar, a saber: a) as emoções positivas, variáveis a cada indivíduo, elaboradas através de seus pensamentos e sensações; b) engajamento, relacionado a energia, dedicação e a integração de indivíduos as atividades, aos grupos e organizações; c) relações interpessoais, que sejam capazes de promover positivities, sendo

---

<sup>4</sup> Referência aos termos em inglês *flourish* e *flourishing*, amplamente difundidos por Seligman (2010) como expressão icônica representativa dos objetivos das intervenções baseadas na psicologia positiva.

marcadamente inclusivas, intimistas, coparticipantes do desenvolvimento do indivíduo, sendo também importante o *network*; d) significado de vida, se relaciona com o propósito motivador do indivíduo, significa sua trajetória; e) realização, se associa a metas e objetivos, em diversas escalas e temporalidade, dispostos no planejamento do futuro dos indivíduos, que em seu alcance e realização produzem bem-estar. Assim, o modelo PERMA, enquanto arcabouço mecânico-processual da psicologia positiva, tem sido importante referência para modelagem de intervenções inspiradas na psicologia positiva amparadas cientificamente (SELIGMAN, 2004; GOLDMAN *et al.*, 2018; SELIGMAN, 2018; UMUCU *et al.* 2018).

Neste contexto, a aplicação da psicologia positiva na educação surge como desenvolvimento e expansão do campo e possui como marco teórico a publicação do artigo “*Positive education: positive psychology and classroom interventions*”, no qual o autor pontua a educação positiva como educação para as habilidades tradicionais e para a felicidade (SELIGMAN *et al.*, 2009); e, tem como marco experimental um programa piloto, elaborado pela equipe do referido pesquisador, que objetivava implementar os princípios da educação positiva de forma global em diversas dimensões de uma escola australiana, a *Geelong Grammar School* (O’CONNOR; CAMERON, 2017; HOARE, BOTT, ROBINSON, 2017).

As discussões sobre as possibilidades de aplicação da psicologia positiva na educação ocorrem num período de elevação dos questionamentos quanto a função social e modelagem das escolas – com variedade de experiências reformistas e paradigmáticas. Nessas experimentações inovadoras, incluem-se possibilidades para novas abordagens educacionais. Um centro aglutinador desses movimentos é o crescente consenso sobre a necessidade de desenvolvimento integral do educando, nas suas dimensões: social, intelectual, moral e emocional. Esse contexto converge com as possibilidades propostas pela educação positiva, de que os alunos, o corpo funcional e as institucionalidades escolares, como um todo, se confirmem como campo de pesquisa e produção de intervenções no sentido de promoção de aspectos positivos, que possam produzir aprendizado comportamental e cultural para o aperfeiçoamento do bem-estar possível, dos indivíduos e das sociedades, de forma durável (CHODKIEWICZ; BOYLE, 2016). É importante reforçar que diversidades de treinamentos elaborados a partir da psicologia positiva têm demonstrado eficácia comprovada (BORKAR, 2016; AHERN, 2017; SHOSHANI; SLONE, 2017; CIOCANEL *et al.*, 2017; LAMBERT *et al.*, 2018; TAGHVAEINIA, 2019; RAYMOND; HUTCHISON, 2019; ZHAO *et al.*, 2019; TRUDEL, 2020).

Assim, a educação positiva é um termo abrangente, de caráter tecnológico, embasado na ciência da psicologia positiva, instrumentalizada em intervenções educacionais desenvolvidas com bases de experimentações cientificamente validadas, modeladas na forma de estratégias, programas, práticas, métodos e atividades educativas com o objetivo de implementar os princípios da psicologia positiva através do treinamento, ou seja, promover sentimentos, comportamentos e cognições positivas no sentido da maximização do bem-estar dos sujeitos e coletivos, com intenção de promover transformações duráveis (SIN; LYUBOMIRSKY, 2009; WHITE; MURRAY, 2015; WHITE, 2016; 2017).

Portanto, a educação positiva poderia tanto assumir um papel de diretriz ampla para toda a instituição educacional; como ser aplicada pontualmente,

junto aos demais objetivos e conteúdos educacionais. Dessa forma, é importante explicitar que, assim como existem metodologias para ensinar os diferentes conteúdos, também para os objetivos de bem-estar há tecnologias educacionais que possibilitam o seu aprendizado, como as que investigamos no caso das unidades curriculares ofertadas nas universidades brasileiras.

### 3. Metodologia

Esse estudo empírico visa compreender o fenômeno da crescente oferta de unidades curriculares que evocam o termo felicidade em universidades brasileiras, através de uma abordagem qualitativa. O desenho metodológico descritivo-exploratório busca identificar a ocorrência da oferta dessa tipologia de cursos em universidades brasileiras, suas características de currículo, metodologias e suas matrizes teóricas, além de pontuar uma breve historiografia dessa inovação nessas universidades.

O levantamento de dados foi realizado com a ferramenta de busca na internet *Google*. Pesquisou-se o termo felicidade combinado com as seguintes palavras-chave: universidade; curso; disciplina; unidade curricular. Assim, foram realizadas quatro buscas, com o filtro "qualquer altura" e a "ordenação de dados" por "relevância". Dessa forma, se obteve quatro listas de resultados, nas quais se analisou os cem primeiros registros de cada uma, totalizando quatrocentas ocorrências. Foram selecionadas como fontes para a análise os registros de oferta de unidades curriculares relacionadas ao termo felicidade por instituições de ensino superior brasileiras, num máximo de três registros por caso (por ordem cronológica). Com isso procedeu-se a identificação das unidades curriculares ofertadas em universidades brasileiras. Secundariamente, buscas foram realizadas nos *sítes* oficiais das instituições na internet para complementar informações e acessar planos de curso.

Os dados foram analisados por meio da técnica de análise de conteúdo de Bardin (2004). Nesta análise, se identificou os seguintes elementos: a) a data de criação do curso; b) a unidade ofertante (departamento/curso originador da iniciativa); c) se a disciplina é obrigatória ou optativa; d) as características da oferta (contexto e justificativas da oferta, objetivos declarados das intervenções, conteúdo dos currículos, métodos e estratégias de ensino, métodos de avaliação e matrizes teóricas) e; e) breve historiografia da oferta da unidade curricular. Com os indícios historiográficos e de matrizes teóricas identificadas, se procedeu a uma breve revisão de literatura, no sentido de situar o fenômeno no recorte brasileiro, como parte de um processo mais amplo no mundo.

### 4. Resultados

Nos resultados dessa pesquisa foram identificadas 17 unidades curriculares em universidades brasileiras que, direta ou indiretamente, apresentavam por objetivos intervenções educacionais cujo centro da aprendizagem evocava o termo felicidade. Dessas, a maioria foi criada após julho de 2018, data da oferta do curso de "Tópicos Especiais em Engenharias: Felicidade" pela UnB. Doze cursos (82%) são oferecidos por instituições federais, 2 por estaduais (12%), e 1 por instituição particular (6%). As áreas temáticas dos cursos e/ou departamentos onde as unidades curriculares foram criadas são majoritariamente de Ciências da Saúde, com 4 unidades curriculares

(24%); seguidas de Engenharias e Ciências Sociais Aplicadas, com 3 unidades curriculares cada (18%); Ciências Exatas e da Terra, Ciências Humanas e Multidisciplinar têm 2 unidades curriculares cada (12 %); ainda, há 1 unidade curricular na área de Ciências Biológicas (6%). As ofertas geralmente ocorrem com foco em determinado curso ou conjunto de cursos relacionados ao departamento que as originaram, sendo ofertadas vagas ou turmas inteiras para alunos de outros cursos/departamentos – o regime de oferta geralmente é curricular de caráter optativo.

As regiões brasileiras do Centro-oeste e Sudeste concentram a oferta com 5 cursos cada (29%), as regiões Nordeste e Sul oferecem 3 cada (18%), a região Norte 1 (6%). Dos 17 cursos, 13 (76%) apresentam matérias jornalísticas que noticiaram o início da oferta naquela instituição. Um resumo dos resultados é apresentado na tabela 1:

**Tabela 1** - Oferta de unidades curriculares de “felicidade” em universidades brasileiras

Nome da disciplina	Data de criação	Cursos ou departamentos de origem	Modo de oferta	Instituição	Tipo	UF
Tópicos de Filosofia V: A Ética da Felicidade na Filosofia Grega	Jul-05	Filosofia	-	UFG	Federal	GO
Tópicos Especiais em Engenharias: Felicidade	Jul-18	Engenharias	Optativo	UnB	Federal	DF
Felicidade	Nov-18	Engenharia de Materiais	-	UFPI	Federal	PI
Felicidade	Dez-18	Bioquímica, Enfermagem, Farmácia e Medicina	-	UFSJ	Federal	MG
Felicidade	Dez-18	Biomedicina	Optativo	UFPE	Federal	PE
Felicidade e Inteligência Emocional	Jan-19	Odontologia	Optativo	UFMS	Federal	MS
Prazer e Sofrimento na Universidade	Mar-19	Jornalismo / Administração	Público direcionado e optativo	UFT	Federal	TO
Felicidade e bem estar na Universidade	Jun-19	Bioquímica	-	UNIFESP	Federal	SP
Ética e Felicidade: Lições da Filosofia Antiga para uma Vida Boa	Jul-19	Ciências Sociais	Optativo	UFMS	Federal	RS
Felicidade	Set-19	Multidepartamental	Optativo	UFLA	Federal	MG
Tópicos Especiais em Ciências: Felicidade	Dez-19	Química	Optativo	UEG	Estadual	GO

Felicidade	Jan-20	Tecnologia Sucroalcooleira / Gastronomia	Sem registro	UFPB	Federal	PB
Habilidades emocionais e o impacto no desenvolvimento na engenharia: Felicidade	Fev-20	Engenharia Elétrica e Computação	Optativo	Unicamp	Estadual	SP
Felicidade	Mar-20	Psicologia	Público direcionado	Esucri	Particular	SC
Felicidade e Infelicidade nas Organizações	Sem data	Psicologia (Mestrado / Doutorado)	Público direcionado	UFSC	Federal	SC
Dimensões Morais do Desenvolvimento Econômico I: Felicidade	Sem data	Instituto de Ciências Puras e Aplicadas	Sem registro	UNIFEI	Federal	MG

Fonte: Elaborado pelos autores a partir dos dados.

#### 4. 1 Historiografia do ensino de felicidade em universidades brasileiras

De acordo com esse estudo a oferta do citado curso pela UnB alavancou a criação de outros cursos correlatos em universidades brasileiras. Embora tenha sido registrado que já existiam cursos originados no campo da filosofia, nos quais o núcleo gerador dos conteúdos era a discussão de felicidade com a abordagem daquela área, como foi o caso do curso de “Tópicos de Filosofia V: A Ética da Felicidade na Filosofia Grega” ofertado pela UFG<sup>5</sup> e do curso “Ética e Felicidade: Lições da Filosofia Antiga para uma vida boa” que passou a ser ofertado pela UFSM<sup>6</sup> em julho de 2019 – esses dois cursos foram os únicos do levantamento cujo marco teórico central é da área de Filosofia.

O primeiro registro jornalístico da criação do curso da UnB é de 18 de julho de 2018, registrado no site da UnB, com divulgação e replicação em diversas mídias. De acordo com a narrativa desse registro (PIMENTA, 2018), do setor de comunicação da universidade, o curso “discute caminhos para uma trajetória acadêmica e pessoal mais feliz”; com o objetivo de “apresentar estratégias para ajudar os estudantes a lidar com fatores adversos do cotidiano”; e, surge no contexto de um campus que concentra cinco cursos de engenharia, como ação integrante de um conjunto de intervenções voltadas à saúde mental e à qualidade de vida dos estudantes.

De acordo com os universitários citados na reportagem, os currículos dos cursos das engenharias “têm uma carga teórica e prática muito pesada”; a isto, adicionam-se pressões diversas, como “ter que passar de ano, tirar boa nota” e se formar. Neste contexto, avaliaram que a oferta do curso de felicidade poderia aliviar as rotinas e o estresse, além de melhorar o desempenho nas disciplinas tradicionais e “fazer com que o aluno encarasse as situações de forma mais leve”. O conjunto teórico que suporta o curso é do campo da psicologia, com conteúdo apresentando temas como “autoconhecimento, afeto, cuidado, solidariedade, respeito às diferenças e diálogo”, além da aplicação de técnicas para ampliar as capacidades de resiliência, de “enfrentamento da insegurança

<sup>5</sup> Universidade Federal de Goiás.

<sup>6</sup> Universidade Federal de Santa Maria.

emocional, desamparo, timidez, sensação de abandono, depressão e ansiedade”.

A metodologia adotada baseia-se em “encontros dialogados, atividades individuais e em grupo, leituras e construção coletiva de textos, e outras vivências”. Agrega a participação de “profissionais de fora do âmbito universitário para debater questões específicas ou apresentar performances artísticas e culturais”. A avaliação dos alunos é “composta pela participação ativa em sala de aula, além da elaboração e apresentação coletiva de produto, que transpareça e dialogue em uma ação concreta de felicidade, em linguagem variada e dinâmica, ou seja, em forma de música, dança, teatro, jogo, aplicativo, página na internet ou vídeo”. Inicialmente foram previstas 240 vagas, sendo 40 delas reservadas para alunos que fazem algum tipo de acompanhamento psicológico na UnB. Verificou-se que o curso da UnB foi derivado de um conjunto de iniciativas relacionadas às aplicações da psicologia positiva em universidades americanas, nomeadamente Harvard e Yale, no início dos anos 2000 (BEN-SHAHAR, 2008; ACHOR, 2019).

## 4. 2 A expansão de cursos de felicidade em universidades brasileiras

Quatro meses após a repercussão nacional da notícia de criação do curso pela UnB, a UFPI<sup>7</sup> comunica em sua página oficial na internet que seria a “1ª instituição do Nordeste a ministrar a disciplina felicidade”, no mesmo ano, duas outras instituições criaram cursos semelhantes (UFSJ<sup>8</sup> e UFPE<sup>9</sup>). Em 2019, foi identificada a criação de seis cursos na seguinte ordem cronológica (UFMS<sup>10</sup>, UFT<sup>11</sup>, UNIFESP<sup>12</sup>, UFSM<sup>13</sup>, UFLA<sup>14</sup>, UEG<sup>15</sup>). Já, em 2020, até a data de conclusão da coleta de dados, em 12 de junho de 2020, três cursos haviam sido criados (UFPB<sup>16</sup>, Unicamp<sup>17</sup>, Esucrí<sup>18</sup>).

Assinala-se ainda, a identificação de dois cursos congêneres, sem notícias relacionadas na mídia, mas que apontam para a data em que foram criados por registros de existência nos sistemas de gestão curricular das instituições, sendo eles respectivamente: o curso de “Felicidade e Infelicidade nas Organizações” do Programa de Pós-graduação em Psicologia, na modalidade de Mestrado/Doutorado, da UFSC<sup>19</sup>, relacionando as aplicabilidades do tema nas organizações; e o curso de “Dimensões Morais do Desenvolvimento Econômico I: Felicidade” da UNIFEI<sup>20</sup>, que se relaciona com as aplicabilidades do tema nas dinâmicas de desenvolvimento. A existência de ambos aponta para a transversalidade do tema felicidade no contemporâneo, já que esses cursos

<sup>7</sup> Universidade Federal do Piauí.

<sup>8</sup> Universidade Federal de São João Del-Rei.

<sup>9</sup> Universidade Federal de Pernambuco.

<sup>10</sup> Universidade Federal de Mato Grosso do Sul.

<sup>11</sup> Universidade Federal do Tocantins.

<sup>12</sup> Universidade Federal de São Paulo.

<sup>13</sup> Universidade Federal de Santa Maria. O curso da UFSM congênere foi renomeado, anteriormente não explicitava o termo felicidade na nomenclatura.

<sup>14</sup> Universidade Federal de Lavras.

<sup>15</sup> Universidade Estadual de Goiás.

<sup>16</sup> Universidade Federal da Paraíba.

<sup>17</sup> Universidade de Campinas.

<sup>18</sup> Faculdades Esucrí.

<sup>19</sup> Universidade Federal de Santa Catarina.

<sup>20</sup> Universidade Federal de Itajubá.

não derivam da matriz teórica da psicologia positiva e historiográfica dos cursos de Harvard e Yale. As outras exceções são as unidades curriculares “Tópicos de Filosofia V: A Ética da Felicidade na Filosofia Grega” da UFG e “Ética e Felicidade: Lições da Filosofia Antiga para uma Vida Boa” da UFSM afiliados ao campo da Filosofia, em contrapartida da maioria que derivam do movimento baseado em aplicações educacionais da psicologia positiva em universidades, sendo o caso de Harvard marco referencial.

Na análise das matérias jornalísticas institucionais que noticiaram a criação dos cursos e dos planos de curso identificados foram encontrados 12 cursos que fazem parte de um conjunto filosófico, teórico e metodológico com ligações na aplicação de princípios de psicologia positiva na educação. Na sequência serão apresentados os resultados das análises de conteúdo, aglutinando os elementos caracterizantes dos cursos nas seguintes categorias: contextos e problemas motivadores da oferta (a); objetivos das intervenções (b); conteúdos (c); metodologias e estratégias (d); e avaliação (e).

Os contextos e problemas motivadores da oferta (a), de acordo com as instituições, se inscrevem nos problemas gerais das sociedades contemporâneas e nas peculiaridades destes no grupo específico de jovens universitários. Os termos geralmente utilizados para a oferta da unidade curricular são: problemas de saúde mental, transtornos psicológicos, ansiedade, depressão, medo do fracasso, timidez, insegurança, dificuldades de adaptação a dinâmica universitária, altas taxas de evasão, isolamento social, pensamentos suicidas, introspecção que oculta problemáticas não tratadas, dificuldades com cobranças excessivas, dificuldades com a densidade e tipologia de conteúdos e a alta carga horária de cursos de áreas como engenharias e biomédicas, dificuldades com o tipo de dinâmica avaliativa, problemática das tecnologias, dificuldades nas relações interpessoais, dificuldades com a tipologia de relações nas universidades e diversidades de *bullying*.

Os objetivos das intervenções (b) listados visam contribuir para os seguintes aspectos: o desenvolvimento pessoal e socioemocional, potencialização do desempenho acadêmico, alívio e saúde mental, promoção da qualidade de vida, compreensão de práticas que promovam bem-estar, o desenvolvimento das relações humanas, criação de projetos pessoais, ampliação da capacidade de resiliência, formação em competências emocionais, apoio às dificuldades encontradas no ambiente acadêmico, criação de espaço para discussão do que cada aluno almeja durante o período de formação na graduação, entendimento do que gera infelicidade durante a graduação, criação de espaços de vivências favoráveis a uma boa qualidade de vida no ambiente acadêmico, capacitação em estratégias comportamentais e cognitivas que possam auxiliar o estudante a lidar com os fatores geradores de estresse no dia-a-dia, o conhecimento das descobertas neuroquímicas e de neuroplasticidade do cérebro no recorte das emoções.

Os conteúdos (c), que foram compilados, podem ser representados pela seguinte relação de tópicos: reflexões filosóficas a respeito da felicidade, inteligência emocional, conexão consigo, abstração, autoconhecimento, conexão com os outros, gratidão, empatia, solidariedade, dimensão do afeto e o “cuidar” no ambiente acadêmico, energia psíquica, conceito psicológico de energia, relações sociais positivas, redes sociais e relações, realizações, relações com as adversidades, resiliência, *mindfulness*, motivação, “os sete princípios da psicologia positiva”, efeito propagador, forças e talentos, bem-estar,

gerenciamento do tempo, o direito e o dever de escutar/ser escutado; escuta e fala como instrumento de alívio em situações de estresse e esgotamento mental; o cérebro e a neurociência, bioquímica do cérebro, a constituição do sujeito, a importância do vínculo social, evolução cognitiva versus emocional; diferenças entre sentimentos e emoções, propósito e missão, amor, aprendizagem ativa e interdisciplinaridade, felicidade como precursora do sucesso, reconhecer e respeitar as múltiplas diversidades, reflexão sobre hábitos que geram ou não felicidade dentro da universidade, relações docente/aluno e aluno/aluno, gerenciamento de tempo, ócio criativo, técnica do parar, projeto de vida, vivências geradoras de felicidade, hábitos e práticas geradoras de felicidade, "O que é qualidade de vida?", "O que evitar?", "É possível ser feliz no amor?".

Dentre as metodologias e estratégias (d) utilizadas têm-se: aulas expositivas, aulas discursivas, dinâmicas de grupo, práticas em grupos, conversas, bate-papo, troca de experiências, discussão de livros, leitura de textos e artigos, vivências, bate-papo, construção coletiva de textos e outros materiais.

E, por fim, dentre os instrumentos de avaliação (e) utilizados identificou-se: frequência, participação nas aulas, realização de atividades de desenvolvimento de jogo ou game, música, vídeo, teatro ou outras coisas que gerem "felicidade", elaboração de um produto no qual os alunos possam mudar algo dentro da universidade, vivência das dinâmicas de grupo, redação dissertativa individual, portfólio e *e-portfólio*.

## 5. Discussão

Sabemos o que está começando, mas não o que vem depois. Estamos experimentando (PIMENTA, 2018, n. p).

A psicologia positiva aplicada à educação, também chamada de educação positiva, objetiva ampliar as capacidades dos sujeitos otimizarem suas possibilidades de bem-estar, incluindo o gozo subjetivo do viver – a felicidade. As intervenções educativas inspiradas nesse conjunto teórico focam a promoção de emoções positivas, engajamentos, sentidos de vida, realizações positivas e relacionamentos positivos. Na literatura que avalia essa tipologia de intervenção o consenso é que melhores resultados só são alcançados com abordagens integrais, que abarquem várias dimensões das institucionalidades educacionais, por um período continuado e de longo prazo – isso poderia produzir mudanças psicológicas, cognitivas, comportamentais e culturais significativas. Assim, a oferta de apenas uma unidade curricular seria limitada nos efeitos potenciais da educação positiva.

Na análise do fenômeno da oferta de unidades curriculares que evocam o termo felicidade em universidades brasileiras, uma importante constatação é o fato de 76% das instituições noticiarem a criação destes componentes curriculares, algo não comum para a oferta de novas unidades curriculares, o que seria um indicativo de uma tendência e de possível transição paradigmática em curso. Nas notícias de divulgação, o *ethos* comunicacional enunciava o vanguardismo (nacional, regional ou local) do feito, caracterizando os problemas socioemocionais dos jovens universitários contemporâneos, para os quais propunham soluções por meio de intervenções educativas representadas na unidade curricular "felicidade". As características da comunicação social das

universidades e a repercussão midiática, indiciam que o conjunto de noções, em diversas linguagens, associadas ao bem-estar e a felicidade estão transversalmente no bojo do contemporâneo, em eminência nas pautas social e política (nacional e global).

No caso estudado, a influência da mídia foi um fator de engajamento; e, simultaneamente, um possível fator de reflexo e produção da pauta social. Por outro lado, também há a influência de instituições educacionais renomadas; neste caso, quer Harvard, em perspectiva internacional, quer a UnB, para o sistema brasileiro de ensino superior; sendo assim, nesse caso, foram capazes de propor e disseminar uma nova tecnologia de abordagem educacional pela força de seu prestígio científico e social.

Convoca-se a atenção para o fato de que o maior número de cursos foi criado a partir de departamentos da grande área de ciências exatas. Esse fenômeno possivelmente foi motivado por dois fatores de influência: a circunstância de que o núcleo de propagação do processo no Brasil ocorreu inicialmente numa faculdade de engenharias; como também o fato da narrativa da problemática ter sido elaborada numa perspectiva do caso dos estudantes de engenharias. Acredita-se que, a visibilidade da problemática da saúde e bem-estar dos estudantes no campo das engenharias é motivada pelas características do percurso acadêmico dos seus estudantes, que, no geral, dedicam carga horária diária elevada, por longos períodos, concentrados em conteúdos teórico-técnicos que pouco se relacionam com as necessidades interpessoais dos sujeitos. Assim, a oferta da referida unidade curricular surge como possibilidade de intervenção nessa realidade.

Foi observado que os cursos se harmonizam com outras correntes pedagógicas de inovação que reivindicam a agenda de desenvolvimento nas instituições escolares e em menor grau nas universidades. Sendo que, as instituições de nível superior no Brasil, geralmente, são retardatárias na experimentação e incorporação de tecnologias pedagógicas inovadoras e disruptivas. O caso da oferta dos cursos de felicidade está entre as excepcionalidades – o que é contraditório, dado o poder de influência e a função social dessas instituições na produção e indicação de novos conhecimentos e tecnologias sociais.

Embora a validade da educação positiva para os seus fins seja validada cientificamente, se torna importante que as intervenções educativas que intencionam sua aplicação busquem utilizar referências tecnológicas reconhecidas, para a eficácia das intervenções. Pois, há distinção entre produzir efeitos de bem-estar a partir da educação positiva e produzir efeitos duráveis e eficazmente transformadores por meio de intervenções educativas inspiradas nessa abordagem. Sendo isso importante para consolidação e legitimação deste novo campo.

Contudo, o fenômeno da oferta de unidades curriculares vinculadas ao termo felicidade deve ser percebido como parte de processos amplos, de mudanças paulatinas na escala macro das sociedades, das quais são ele efeito e também propulsor. Dessa forma, os atores sociais do campo educacional imbricados nos processos aqui descritos, ao refletirem uma pauta social emergente, afeta ao bem-estar e a felicidade, a reforçam, reproduzindo-a e ampliando a sua força. Ao mesmo tempo, também tendem a modificar as suas institucionalidades – filosófica, teórica e organizacionalmente. Assim, com a educação positiva, o bem-estar dos sujeitos, dos grupos, para sociedades

saudáveis, tende a crescer na pauta dos sentidos educativos institucionais – podendo consolidar modificações duráveis em escolas e universidades.

## 6. Considerações Finais

Desde os tempos antigos, registros testemunham preocupações e reflexões sobre o que seria “boa função” dos indivíduos, no sentido do seu interior, do seu bem-estar, como também do seu exterior, da sua colaboração para a boa função do social. Neste fim, a educação positiva é oportuna e potencial, na medida em que contribui com novas abordagens e possibilidades de estabelecer maior inteligibilidade sobre o sujeito em formação, com potencial de orientar o desenvolvimento de processos educativos que auxiliem as pessoas, as instituições e as diversas configurações do social ao alcance de “florescimento”.

Embora os aspectos positivos, se percebe limitações, como o pouco volume de aplicações e experiências educativas avaliadas cientificamente para referenciar principalmente escolas e universidades; e, o indicativo de que intervenções pontuais, como as disciplinas ofertadas, são menos efetivas que intervenções multidimensionais e de médio/longo prazo.

Ainda, é significativo apontar que, no contexto da oferta de unidades curriculares sobre felicidade, emergem questões societais que nos interpelam sobre a função e as formas da educação – a elaboração de respostas nos pode conduzir a movimentos de inovações e disrupções institucionais importantes; e nisto, a educação positiva – como filosofia, ciência e técnica – não deve ser abordada como paradigma em si, ou como corrente; mas ser interpretada no bojo da transdisciplinaridade e das transformações no espírito da nossa época; devendo ser incluída, em dialogicidade, aos conjuntos contemporâneos que nos indicam soluções e impelem-nos a desenvolvimentos na educação e nas suas instituições.

## Referências

ACHOR, Shawn. **O jeito Harvard de ser feliz.** São Paulo: Saraiva, 2019.

AHERN, Madonna. **Exploring the impact of a positive education program on the wellbeing of adolescent girls.** 2017. Tese (Doctor of Education) – Faculty of Education, Queensland University of Technology, Brisbane, 2017.

ARISTÓTELES. **Ética a Nicômaco.** Tradução de Leonel Vallandro e Gerd Bornheim da versão inglesa de W. D. Ross. São Paulo: Nova Cultural, 1991.

BEN-SHAHAR, Tal. **Aprenda a ser Feliz.** Lisboa: Lua de Papel, 2008.

BORKAR, Vasant Namdeo. Positive school climate and positive education: Impact on students well-being. **Indian Journal of Health & Wellbeing**, v.7, p. 861–862, 2016.

CHODKIEWICZ, Alicia; BOYLE, Christopher. Positive psychology school-based interventions: A reflection on current success and future directions. **The Review of Education**, v. 5, p. 60-86, 2016.

CINTRA, Clarisse Lourenço; GUERRA, Valeschka Martins. Educação Positiva: A aplicação da Psicologia Positiva a instituições educacionais. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 21, n.3, p. 505-514, 2017.

CIOCANEL, Oana; POWER, Kevin; ERIKSEN, Ana; GILLINGS, Kirsty. Effectiveness of positive youth development interventions: a meta-analysis of randomized controlled trials. **Journal of Youth and Adolescence**, v. 46, p. 483–504, 2017.

EPICURO. **Carta sobre a felicidade (a Meneceu)**. Tradução: Álvaro Lorencini, Enzo Del Carratore. 3ª ed. São Paulo: Editora UNESP, 2002.

FERRAZ, Renata Barboza; TAVARES, Hermano; ZILBERMAN, Monica. Felicidade: uma revisão. **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 34, n. 5, p. 234-242, 2007.

GONZÁLEZ REY, Fernando; MITJÁNS MARTÍNEZ, Albertina. **Subjetividade: teoria, epistemologia e método**. Campinas: Alínea, 2017.

GOODMAN, Fallon; DISABATO, David; KASHDAN Todd; KAUFFMAN, Scott Barry. Measuring well-being: A comparison of subjectivewell-being and PERMA. **The Journal of Positive Psychology**, v. 13, n. 4, p. 321-332, 2018.

GRAZIANO, Lilian. **A felicidade revisitada: Um estudo sobre bem-estar subjetivo na visão da Psicologia Positiva**. 2005. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2005.

HIERY, Hermann Joseph. Zur Einleitung: Der Historiker und der Zeitgeist, in: Hiery, Hermann (Org.). **Der Zeitgeist und die Historie**. Deccelbach, 2001, p. 1-6.

HOARE, Erian; BOTT, David; ROBINSON, Justin. Learn it, live it, teach it, embed it: Implementing a whole school approach to foster positive mental health and wellbeing through Positive Education. **International Journal of Wellbeing**, v.7, n.3, p. 56–71, 2017.

LAMBERT, Louise *et al.* Wellbeing matters in Kuwait: The Alnowair's Bareec education initiative. **Social Indicators Research**, v.143, p. 741-763, 2018.

MARTINS FILHO, Ives Gandra da Silva. **Ética e Ficção: de Aristóteles a Tolkien**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.

O'CONNOR, Meredith; CAMERON, Georgiana. The Geelong Grammar Positive Psychology Experience. *In*: FRYDENBERG Erica *et al.* (Org.). **Social and Emotional Learning in Australia and the Asia-Pacific**. Singapore: Springer, 2017, p. 353–370.

PIMENTA, Gisele. Felicidade se estuda na faculdade. Secom UnB, Brasília, Jul/2018. Disponível em: <http://noticias.unb.br/publicacoes/67-ensino/2392-felicidade-se-estuda-na-faculdade>. Acesso em: 22 fev. 2020.

RAYMOND, Natalie; HUTCHISON, Ashley. A Pilot Test of the Effectiveness of an Integrated Sex Positive Education Program. **American Journal of Sexuality Education**, v.14, n.3, p. 315-341, 2019.

SELIGMAN, Martin. **Felicidade Autêntica: Usando a nova Psicologia Positiva para a realização permanente**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2004.

- SELIGMAN, Martin. **Florescer: Uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar.** Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.
- SELIGMAN, Martin. PERMA e os blocos de construção do bem-estar. **The Journal of Positive Psychology**, v.13, n. 4, 2018, p. 333-335.
- SELIGMAN, Martin; CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. Positive psychology. An introduction. **American Psychologist**, v.55, n.1, p.5-14, 2000.
- SELIGMAN, Martin; ERNST, Randal; GILLHAM, Jane; REIVICH, Karen; LINKINS, Mark. Positive education: Positive psychology and classroom interventions. **Oxford Review of Education**, v.35, n.3, p. 293-311, 2009.
- SHOSHANI, Anat; STEINMETZ, Sarit. Positive psychology at school: A school-based intervention to promote adolescents' mental health and well-being. **Journal of Happiness Studies**, 15, p.1289–1311, 2014.
- SIN, Nancy; LYUBOMIRSKY, Sonja. Enhancing well-being and alleviating depressive symptoms with positive psychology interventions: A practice-friendly meta-analysis. **Journal of Clinical Psychology**, 65, p.467–487, 2009.
- TAGHVAEINIA, Ali. The Effectiveness of intervention based on positive education on the subjective wellbeing in students. **Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry**, v.6, n.1, p.125-37, 2019.
- TRUDEL, Sierra. Positive Education Down Under: Melbourne Schools Create a Culture of Positive Education. **Communique**, v48, n.4, 2020.
- UMUCU, Emre; WU, Jia-Rung; SANCHEZ, Jennifer; BROOKS, Jessica M.; CHIU, Chung-Yi; TU, Wei-Mo; CHAN, Fong. Psychometric validation of the PERMA-profiler as a well-being measure for student veterans. **Journal of American College Health**, v. 68, n.3, p. 271-277, 2020.
- VEENHOVEN, Rutt. Lo que sabemos de la felicidad. *In*: Leon Garduno Estrada, Bertha Salinas Amescua & Mariano Rojas Herrera (Org.). **Calidad de vida y bienestar subjetivo en Mexico.** Mexico: Plaza Valdes, 2005.
- VEENHOVEN, Rutt. Happiness research: Past and future. **Senshu Social Well-Being Review**, 4, p. 65-74, 2017.
- VEENHOVEN, Ruut. Felicidad: Lecciones de la Investigación Empírica. **Felicidad Y calidad de vida.** Ciudad de México: Editora Nomada, 2017, p. 91-106.
- WHITE, Mathew. Why won't it stick? Positive psychology and positive education. **Psychology of WellBeing: Theory, Research and Practice**, v.6, n.2, p.1-16, 2016.
- WHITE, Mathew; KERN, Margareth. Positive education: Learning and teaching for wellbeing and academic mastery. **International Journal of Wellbeing**, 8(1), p. 1-17, 2018.
- WHITE, Mathew; MURRAY, Simon. Building a positive institution. *In*: WHITE, Mathew; MURRAY, Simon. (Org.). **Evidence-based approaches in positive education: Implementing a strategic framework for well-being in schools.** Dordrecht: Springer, 2015, p. 1-26.

WHITE, Mathew; MURRAY, Simon. Wellbeing as freedom: Future directions in wellbeing. *In: WHITE, Mathew; MURRAY, Simon. (Org.). Evidence-based approaches in positive education: Implementing a strategic framework for well-being in schools.* Dordrecht: Springer, 2015, p. 1-26.

ZHAO, Yukun; YU, Feng; WU, Yiwen; ZENG, Guang; PENG, Kaiping. Positive education interventions prevent depression in Chinese adolescents. *Frontiers in Psychology*, v. 10, p. 1-8, 2019.

### **Agradecimentos**

Agradeço aos colegas de alojamento da Residência Universitária Penedo da Saudade (Coimbra, Portugal) pelo apoio mútuo durante o confinamento motivado pela pandemia do COVID-19, o que permitiu a produção sadia deste e de outros trabalhos (Anselmo Gonçalves da Silva).

Agradeço a parceria do Anselmo Gonçalves da Silva ao longo do processo de escrita deste artigo pelas trocas e reflexões realizadas de forma remota ao longo do período de confinamento, em decorrência da pandemia Covid-19 (Bianca Jussara Borges Clemente).

### **Contribuição dos autores**

Autor 1: Participação ativa na discussão dos resultados, contribuição substancial para a concepção e análise e revisão final.

Autor 2: Participação ativa na discussão dos dados, contribuição substancial para a concepção e análise e revisão final.

Responsável pela revisão ortográfico-gramatical do texto:

Nome: Anselmo Gonçalves da Silva

E-mail: [anselmo.silva@ifac.edu.br](mailto:anselmo.silva@ifac.edu.br)

Enviado em: 07/setembro/2020 | Aprovado em: 21/junho/2021