

FACULDADE PERNAMBUCANA DE SAÚDE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

**Analysis of Knowledge about Positive Psychology in an
Academic**

**ANÁLISE DO CONHECIMENTO DE ESTUDANTES SOBRE A
PSICOLOGIA POSITIVA EM AMBIENTE ACADÊMICO**

Lara Alencar Maciel Jungmann

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-5519-7508>

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS), Brasil

E-mail: lara_jungmann@hotmail.com

Rayanne Barros Pereira

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-4589-6671>

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS), Brasil

E-mail: nane.barros.pereira@gmail.com

Sophia Pedrosa Veras

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-8181-4563>

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS), Brasil

E-mail: sophiapedrosaveras2001@hotmail.com

Paulo César dos Santos Gomes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3365-4081>

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS), Brasil

E-mail: contato@paulogomespsi.com.br

Leopoldo Nelson Fernandes Barbosa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0856-8915>

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS), Brasil

E-mail: leopoldopsi@gmail.com

Esther Loges de Carvalho

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-2823-485X>

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS), Brasil E-mail:

estherloges@yahoo.com.br

Inês Helena Miguel Borba do Nascimento

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-1500-4183>

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS), Brasil

E-mail: ineshelenab@gmail.com

ABSTRACT

The aim of this study was to assess the level of knowledge and perception of Psychology students about Positive Psychology in Brazilian higher education institutions. A cross-sectional, descriptive study was carried out with undergraduate Psychology students, in which 115 students participated from March to June 2023, using a self-report questionnaire prepared by the researchers. The data will be collected via an online form, answered by psychology students around Brazil, with the aim of understanding and measuring knowledge about positive psychology in Brazil through the different samples and the evolution of knowledge as the form is applied. Students aged 18 or over and duly enrolled at the higher education institution where they are studying were included. The study was submitted to and approved by the Human Research Committee under protocol number 5.659.557 and CAAE registration: 60343022.1.0000.5569. The results found by the research highlight the participants' interest in the subject of positive psychology, as well as its possible adoption in the academic curriculum. However, there are still major challenges in implementing this theme in the higher education curriculum.

Keyword: Positive psychology; positive psychotherapy; academic background.

RESUMO

O objetivo deste estudo é avaliar o nível de conhecimento e a percepção de estudantes de Psicologia sobre a Psicologia Positiva nas Instituições de ensino superior brasileiras. Foi realizado um estudo transversal e descritivo, com estudantes de graduação em Psicologia, no qual participaram 115 estudantes, do período de março a junho de 2023 a partir de questionário de autorrelato elaborado pelos pesquisadores. Foi realizado um estudo descritivo e transversal. Os dados serão coletados via formulário online, respondido por estudantes de Psicologia ao redor do Brasil, com finalidade de entender e mensurar os conhecimentos acerca da Psicologia positiva no Brasil por meio das diferentes amostras e a evolução do conhecimento à medida que o formulário for aplicado. Foram incluídos estudantes com idade a partir de 18 anos e

devidamente matriculados na instituição de ensino superior na qual estudam. A pesquisa foi submetida e aprovada no comitê de pesquisa com seres humanos mediante o parecer de nº 5.659.557 e registro CAAE: 60343022.1.0000.5569. Os resultados encontrados pela pesquisa destacam o interesse dos participantes pelo tema da psicologia positiva, assim como a possível adoção no currículo acadêmico. Entretanto, ainda encontram-se desafios importantes na implementação dessa temática no grade curricular do ensino superior.

Palavras-chave Psicologia positiva, Psicoterapia positiva, Formação acadêmica.

INTRODUÇÃO

A psicologia positiva começou a ser desenvolvida no final dos anos 90, através do pensamento de seu idealizador Martin Seligman e outros pesquisadores, nos Estados Unidos. A proposta central de Seligman era o desenvolvimento do pensamento e estudo da psicologia tendo como foco a valorização de atributos positivos da vida, uma vez que a psicologia se mostra, na maior parte das vezes, apenas voltada para o estudo de transtornos psicológicos e suas causas, no tratamento, na descoberta e no diagnóstico, buscando identificar o atributo que causa sofrimento na vida do indivíduo sem, em parte, valorizar aqueles que causam o bem estar. Entretanto, Seligman compreende que o bem-estar e a felicidade é algo essencial para a vivência humana, sendo benéfico e devendo ser cultivado todos os dias por meio do otimismo, da gentileza e do bom-humor. Logo, a psicologia deveria não apenas reparar os aspectos negativos, que causam o mal estar para o sujeito, mas também identificar e nutrir os aspectos positivos nos indivíduos. A psicologia positiva, portanto, propõe a pesquisa e o desenvolvimento de ideias como o bem-estar, otimismo, gratidão, felicidade, investigando o impacto que esses aspectos têm e como podem influenciar na qualidade de vida do indivíduo (Seligman, 2002).

A Psicologia Positiva começou a ser explorada no Brasil, e o Laboratório de Mensuração do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, e foi um dos primeiros em desenvolver instrumentos para a avaliação dos diversos conceitos da Psicologia Positiva. Um dos primeiros estudos elaborados foi o estudo do tópico resiliência, o qual foi escrito por autores brasileiros e consiste em uma coletânea de dez artigos científicos escritos por 16 colaboradores no

período de 2004 a 2006 (Hutz, Koller, & Bandeira, 1996) e visa identificar e entender os impactos do contexto de vulnerabilidade e risco no contexto brasileiro. Além disso, a história da psicologia positiva no Brasil teve como importante marco a criação da Associação de Psicologia Positiva da América Latina (APPAL) em 2010, e a realização da 1º Conferência Brasileira de Psicologia Positiva no Rio de Janeiro, em 2011. A Psicologia positiva também se beneficia atualmente da disseminação de seu conhecimento por meio de livros escritos pelo próprio Martin Seligman, que explicam de forma simples e de fácil entendimento como foi sua jornada na descoberta e desenvolvimento desse viés da psicologia. Dessa forma, Seligman criou um conteúdo psicoeducacional que pode ser usado em várias psicoterapias, e que auxilia os pacientes a desenvolverem suas forças e virtudes, aspectos fundamentais para a psique humana, Psicologia Positiva e para o desenvolvimento do bem estar e da felicidade (Seligman, 2004, 2011).

Compreender o panorama da Psicologia Positiva no Brasil é importante para estimular novos psicólogos e esforços na captação de conhecimento dessa área, a nível nacional e internacional, além de abrir portas para trabalhos e pesquisas científicas de grande valor para psicologia e seu futuro como conhecimento no Brasil (Pureza et al. 2012). No que se refere à quantidade de publicações, é possível observar em pesquisas recentes, que aparentemente o crescente interesse científico nesta área não está acontecendo de forma expressiva no contexto Brasileiro (Omais,2018). É interessante, portanto retomar ao ensino e disseminação de conhecimento acerca dessa área ainda em âmbito acadêmico, e como esse conteúdo é apresentado aos graduandos de psicologia brasileiros, visto que muitas outras abordagens e áreas recebem mais foco durante o período da graduação, deixando pouco espaço para outros assuntos que são tão importantes quanto.

Diante disto, a partir da importância que essa teoria apresenta dentro do campo da psicologia destaca-se alguns dos principais conceitos da psicoterapia positiva a partir da visão de Seligman e Csikszentmihalyi, os quais são: Emoções positivas, emoções negativas, forças e virtudes, Flow. As emoções positivas correspondem a sentimentos como orgulho, diversão, gratidão, amor, serenidade, interesse, esperança, entre outros sentimentos que permeiam o significado de felicidade. Já as emoções negativas correspondem a sentimentos como raiva, medo, insegurança, tristeza, angústia. O cérebro humano é voltado para priorizar as emoções negativas, e as emoções positivas podem ajudar no processo de resiliência perante as adversidades, trazendo o indivíduo

para um lugar estável novamente e de bem estar. No conceito da psicologia positiva, Forças e virtudes, Seligman defende que cada indivíduo é composto por características como sabedoria, temperança, coragem, humanidade, justiça, os quais influenciam, juntamente com o conhecimento, no caráter e na vida de cada um. Diante disto, são identificadas 24 forças principais do homem, sendo divididas entre categorias como Sabedoria e conhecimento, Coragem, Humanidade, Justiça, Temperança e Transcendência. Para a psicologia positiva, o indivíduo deve tentar utilizar suas forças principais ao máximo, além de buscar desenvolver outras competências, para que sua vida tenha propósito, significado e valor. Outro conceito estudado na psicologia positiva é o flow, considerado como a atenção e um estado de fluxo. São características atribuídas a atividades e ações que realizamos no cotidiano com pouco ou nenhum esforço, as quais sentimos facilidade, completude e prazer ao exercê-las. São ações presentes em nossas atividades cotidianas em, e dizem respeito ao estado de “flow”, de concentração e dedicação extrema. A partir disto, a prática da psicoterapia positiva em contexto breve como estímulo de mudança após um acompanhamento extenso em outras abordagens. Dessa forma, trabalha-se com o indivíduo técnicas de valorização, de busca por melhora, crescimento pessoal a fim de chegar a um estado complexo e completo de felicidade em relação a todos os aspectos da vida. Alguns exemplos de mudanças que podem ser feitas, grandes ou pequenas, podem variar de diários e exercícios de gratidão, que possibilitam identificar aspectos positivos na vida do indivíduo, procurar por hobbies que agreguem a sensação de flow e de fluxo de consciência; elaboração de pensamentos mais otimistas, identificação de forças e virtudes (Passareli & Silva, 2007; Pérez-Ramos & Pérez Ramos, 2004).

Tendo em vista a compreensão dos aspectos da psicologia positiva, sendo importantes para a construção intelectual do estudante de psicologia, para que ele tenha algum conhecimento acerca dessa vertente psicológica, compreendendo assim os seus conceitos e instrumentos, apesar da não adoção na sua prática profissional, salienta-se a importância do conhecimento a respeito da temática como complementar a sua formação e atuação profissional. A partir disso, o presente estudo teve como objetivo avaliar o nível de conhecimento e a percepção de estudantes de Psicologia sobre a Psicologia Positiva nas Instituições de ensino superior brasileiras (Zangirolami-Raimundo, Echeimberg, & Leone, 2018)

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal e descritivo com estudantes de graduação do curso de Psicologia em todo Brasil. Foram considerados elegíveis participantes com idade a partir de 18 anos e devidamente matriculados em uma instituição de ensino superior regularizada pelo Ministério da Educação e cursar Psicologia a partir do segundo período de graduação. Em contrapartida, foram excluídos da pesquisa estudantes com a matrícula trancada ou que não respondessem todos os itens do formulário.

Para coleta de dados foram utilizados questionário sociodemográfico e sobre os interesses profissionais voltados para formação e o campo da psicologia positiva elaborados pela equipe de pesquisa através do Google formulário e coletados de maneira online, com a finalidade de caracterizar a amostra pesquisada quanto a: idade, sexo, caracterização da instituição de ensino superior, período no qual o estudante se encontra, o tempo de formação, campo de interesse de atuação, abordagem na qual se identifica e conhecimento acerca da psicologia positiva.

Os dados provenientes dos questionários foram tabulados através do Microsoft Excel para realização da análise descritiva da amostra mediante a caracterização da frequência, média, porcentagem e desvio-padrão da amostra. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética de Pesquisa com seres humanos sob o parecer de nº 5.659.557 e registro CAAE: 60343022.1.0000.5569.

RESULTADOS

O perfil da amostra foi predominantemente composto por pessoas do gênero feminino (80.87%), solteiros (86.09%), estudantes de uma IES particular/privada (87.83%), com tempo de graduação no curso de psicologia de 5 anos (64.35%), residentes do estado de Pernambuco (78.26%), encontrando-se no 4º ano de graduação (32.17%). Em relação aos interesses profissionais, observou-se uma predominância pela área de Psicologia Clínica (40.00%), abordagem teórica cognitivo-comportamental (37.39%) e psicanalítica (33.04%). No que concerne ao campo em específico de

conhecimento a respeito da psicologia positiva, destacam conhecer brevemente sobre o campo teórico (65.22%), no entanto, sem possuir conhecimento aprofundado (32.17%), assim como o interesse em participar de formações sobre o campo teórico (57.39%) e a pertinência de abordar sobre o tema ainda em meio a graduação (31.30%), assim como a não busca do tema por meio de artigos científicos (26.09%). Além disso, os participantes do estudo destacaram que o ambiente acadêmico não provê formas e meios de divulgação do conhecimento científico a respeito da psicologia positiva (37.39%). Os dados supracitados, encontram-se descritos conforme a Tabela 1.

Tabela 1. Dados sociodemográficos e perguntas da amostra pesquisada.

Estado	n = 115	Percentual
Alagoas (AL)	1	0.87%
Ceará (CE)	10	8.70%
Paraíba (PB)	7	6.09%
Pernambuco (PE)	90	78.26%
Santa Catarina (SC)	1	0.87%
São Paulo (SP)	6	5.22%

Gênero	n=115	Percentual
Feminino	93	80.87%
Masculino	22	19.13%

Qual é o seu estado civil?	n=115	Percentual
Casado(a)	8	6.96%
Divorciado(a)	3	2.61%
Em União estável	5	4.35%
Solteiro(a)	99	86.09%

Qual é o tipo de instituição de ensino superior (IES) que você estuda?

	n=115	Percentual
IES Particular/Privada	101	87.83%
IES Pública	14	12.17%

Qual é o tempo de duração do seu curso?

	n=115	Percentual
4 Anos	41	35.65%
5 Anos	74	64.35%

Em que período você está na graduação?

	n=115	Percentual
1° ano	16	13.91%
2° ano	9	7.83%
3° ano	28	24.35%
4° ano	37	32.17%
5° ano	25	21.74%

Dados relacionados à pesquisa

Qual é a sua área de interesse para especialização? Caso não tenha, favor assinalar 'NÃO'

	n=115	Percentual
Avaliação Psicológica	2	1.74%
Clínica	1	0.87%

Indefinido	7	6.09%
NeuroPsicologia	16	13.91%
Psicanálise	1	0.87%
Psicologia ambiental	1	0.87%
Psicologia Clínica	46	40.00%
Psicologia do Esporte	1	0.87%
Psicologia em Saúde	1	0.87%
Psicologia Escolar/Educacional	7	6.09%
Psicologia Hospitalar	14	12.17%
Psicologia Jurídica	4	3.48%
Psicologia Organizacional e do Trabalho	7	6.09%
Psicologia Social	6	5.22%
Psicopedagogia	1	0.87%

Qual é a sua abordagem teórica de interesse? Caso não tenha, favor assinalar “NÃO”

	n=115	Percentual
ACP (Abordagem centrada na pessoa)	3	2.61%
Analítica	4	3.48%
Fenomenologia	3	2.61%
Gestalt-Terapia	6	5.22%
Indefinido	15	13.04%
Logoterapia	2	1.74%
Psicanálise	38	33.04%
Psicoterapia positiva	1	0.87%
Terapias Cognitivo-Comportamentais	43	37.39%

Você conhece a Psicologia Positiva?	n=115	Percentual
Não	40	34.78%
Sim	75	65.22%

Se tiver algum conhecimento, marque a opção que melhor se identifica com a forma que você teve conhecimento com a Psicologia Positiva?	n=115	Percentual
Formação acadêmica	23	20.00%
Interesse Pessoal	14	12.17%
Não possuo nenhum conhecimento sobre o tópico	37	32.17%
Redes Sociais e Rodas de Conversa	14	12.17%
Senso Comum	12	10.43%
Textos e Eventos Científicos/Livros	15	13.04%

Durante seu período como graduando, você já chegou a participar de alguma formação sobre a Psicologia Positiva?	n=115	Percentual
Não, mas gostaria de participar	66	57.39%
Não, pois não tenho interesse	42	36.52%
Sim	7	6.09%

O quanto você acha pertinente abordar a Psicologia Positiva na formação acadêmica?	n=115	Percentual
Moderadamente pertinente	36	31.30%
Muitíssimo pertinente	36	31.30%
Muito pertinente	35	30.43%
Pouco pertinente	8	6.96%

Considerando sua graduação, o ambiente acadêmico atual provê informações suficientes para que os estudantes consigam abordar na prática clínica os conceitos da Psicologia Positiva?	n=115	Percentual
Bastante	13	11.30%
Mais ou menos	20	17.39%
Não tenho opinião formada	22	19.13%
Nem um pouco	43	37.39%
Um pouco	17	14.78%

Se você buscar informações sobre a Psicologia Positiva, quais das fontes abaixo você costuma utilizar?	n=115	Percentual
Artigos científicos	30	26.09%
Artigos científicos, No âmbito acadêmico	5	4.35%
Artigos científicos, Palestras, Livros	2	1.74%
Artigos científicos, Palestras,	3	2.61%

Livros, No âmbito acadêmico		
Artigos científicos, Redes Sociais, Livros	2	1.74%
Artigos científicos, Redes Sociais, Palestras, Livros	3	2.61%
Artigos científicos, Redes Sociais, Palestras, Livros, No âmbito acadêmico	2	1.74%
Artigos científicos, Redes Sociais, Palestras, No âmbito acadêmico	1	0.87%
Livros	5	4.35%
Não busco informações	19	16.52%
No âmbito acadêmico	1	0.87%
Palestras	1	0.87%
Palestras, Livros, No âmbito acadêmico	1	0.87%
Redes Sociais	3	2.61%
Redes Sociais, Livros	1	0.87%
Redes Sociais, No âmbito acadêmico	1	0.87%
Redes Sociais, Palestras	1	0.87%
Redes Sociais, Palestras, Livros, No âmbito acadêmico	1	0.87%
Redes Sociais, Palestras, No âmbito acadêmico	2	1.74%
Revistas Científicas, Artigos científicos	3	2.61%
Revistas Científicas, Artigos científicos, Livros	9	7.83%
Revistas Científicas, Artigos científicos, Livros, No âmbito acadêmico	2	1.74%
Revistas Científicas, Artigos científicos, Palestras	2	1.74%
Revistas Científicas, Artigos científicos, Palestras, Livros	6	5.22%

Revistas Científicas, Artigos científicos, Palestras, Livros, No âmbito acadêmico	2	1.74%
Revistas Científicas, Artigos científicos, Redes Sociais, Livros	1	0.87%
Revistas Científicas, Artigos científicos, Redes Sociais, Livros, No âmbito acadêmico	1	0.87%
Revistas Científicas, Artigos científicos, Redes Sociais, Palestras	2	1.74%
Revistas Científicas, Artigos científicos, Redes Sociais, Palestras, Livros	1	0.87%
Revistas Científicas, Artigos científicos, Redes Sociais, Palestras, Livros, No âmbito acadêmico	2	1.74%

Como você considera o seu nível de conhecimento sobre a Psicologia Positiva e suas recomendações de tratamento?

	n=115	Percentual
Moderadamente preparado	11	9.57%
Muito preparado	2	1.74%
Nada preparado	55	47.83%
Não se aplica	17	14.78%
Pouco preparado	30	26.09%

DISCUSSÃO

As respostas da pergunta referente ao campo de interesse dos estudantes de psicologia, apontam um interesse significativo dos graduandos pelos campos clínico (55,3%) e hospitalar (12,3%) da Psicologia. Esses dados se alinham com estudos que, segundo Cruces (2006) apontam que a estrutura curricular e a ênfase histórica na prática clínica influenciam a preferência dos estudantes, desta forma, eles são voltados para a busca de especialização em áreas ligadas à clínica, onde a atuação tradicional do psicólogo costumava se concentrar.

As mudanças emergentes no campo da Psicologia, como a expansão para áreas além do ambiente clínico tradicional, podem eventualmente impactar a distribuição dos interesses referentes à atuação psicológica. À medida que a profissão se transforma e se adapta a novos contextos de trabalho, é possível que mais estudantes passem a se interessar por campos além da clínica, buscando uma diversidade maior de atuação.

Ao analisar as fontes de conhecimento sobre a Psicologia Positiva, percebemos uma diversidade de origens entre os participantes da pesquisa. Essa variedade aponta para a necessidade de entender como as informações sobre essa disciplina são disseminadas e adquiridas, especialmente no contexto acadêmico. Os dados revelam que, embora uma parte significativa da amostra não tenha conhecimento (32,5%), há uma gama de fontes pelas quais os outros participantes obtiveram familiaridade com a Psicologia Positiva, destas destacam-se: a formação acadêmica (19,3%), interesse pessoal (11,4%) e por meio de Redes Sociais (10,5%). Diante destas avaliações, percebemos a relevância que as instituições educacionais desempenham na exposição desta disciplina aos estudantes, considerando o percentual dos graduandos que declararam não ter nenhum conhecimento sobre a psicologia positiva (32,5%).

A análise dos dados revela uma preocupante lacuna percebida por 37,75% dos estudantes em relação à preparação para aplicar na prática clínica os conceitos da Psicologia Positiva. Este estudo visa examinar criticamente a eficácia do ambiente acadêmico atual na transmissão de conhecimentos práticos em Psicologia Positiva, explorando possíveis razões para essa lacuna percebida e propondo estratégias para

aprimorar a formação nessa área. A ausência de informações percebida pelos estudantes pode estar relacionada à falta de cursos dedicados, orientação prática ou suficiente ênfase nos princípios da Psicologia Positiva durante a graduação. A literatura acadêmica, como apontado por Seligman e Csikszentmihalyi (2000), destaca a importância da Psicologia Positiva como uma abordagem que vai além da tradicional psicologia clínica, enfatizando aspectos como bem-estar, forças pessoais e resiliência.

Além disso, estudos como o de Park e Peterson (2009) ressaltam a necessidade de uma integração mais significativa dos conceitos da Psicologia Positiva no currículo acadêmico para melhorar a aplicação prática. A falta de conhecimento prático pode impactar diretamente na habilidade dos estudantes em incorporar esses conceitos em ambientes clínicos, conforme indicado pelos resultados da pesquisa. A discussão desses dados ressalta a importância de uma revisão cuidadosa nos programas acadêmicos para garantir que os estudantes estejam preparados para integrar os princípios da Psicologia Positiva na prática clínica.

Os dados indicam que 69,3% dos respondentes recorrem a artigos científicos ao buscar informações sobre o tema. Este estudo visa examinar como essa preferência impacta a qualidade do conhecimento adquirido e a influência na aplicação prática dos conceitos positivos na psicologia. A significativa preferência por artigos científicos reflete o compromisso dos estudantes em buscar informações embasadas em evidências. Conforme sugerido por Seligman (2018), a Psicologia Positiva se beneficia de uma abordagem científica rigorosa, o que destaca a relevância desses materiais na formação acadêmica. No entanto, é essencial considerar que a densidade técnica desses artigos pode apresentar desafios para a compreensão plena, demandando estratégias de ensino que facilitem a assimilação desses conteúdos.

A literatura científica, como apontado por Linley e Joseph (2004), oferece uma base sólida para a compreensão dos fundamentos da Psicologia Positiva, mas a aplicação prática muitas vezes exige uma ponte entre a teoria e a prática. Assim, a formação acadêmica deve equilibrar a ênfase em artigos científicos com métodos pedagógicos que facilitem a tradução desses conhecimentos complexos para a prática clínica. A preferência por artigos científicos destaca a busca por embasamento acadêmico sólido na Psicologia Positiva. No entanto, é imperativo que os programas

acadêmicos incorporem estratégias que facilitem a aplicação prática desses conhecimentos. Recomenda-se a inclusão de métodos didáticos que promovam a tradução dos conceitos científicos para contextos clínicos, alinhados com as demandas da prática profissional.

A percepção dos estudantes sobre seu próprio nível de preparo e suas recomendações de tratamento é crucial. Os dados revelam que 48,2% dos respondentes não se consideram nada preparados. A expressiva porcentagem de estudantes que se sentem nada preparados pode ser atribuída a diversas razões. A falta de ênfase ou cursos específicos sobre Psicologia Positiva no currículo acadêmico pode ser um fator significativo. De acordo com Seligman (2011), a aplicação prática dos princípios da Psicologia Positiva exige uma compreensão sólida, e a ausência de recursos acadêmicos dedicados pode resultar em lacunas de conhecimento.

Além disso, é essencial considerar o papel da orientação prática e estágios clínicos. A literatura, exemplificada por Rashid e Seligman (2018), destaca a importância da experiência prática para a aplicação eficaz dos conceitos positivos. Se os estudantes não têm oportunidades adequadas para integrar esses princípios na prática, sua confiança e preparo podem ser comprometidos. Os resultados indicam a necessidade de uma revisão crítica nos programas acadêmicos, enfatizando cursos específicos, orientação prática e estágios clínicos voltados para a Psicologia Positiva. A formação acadêmica deve se alinhar não apenas com a teoria, mas também com a aplicação prática desses conceitos, garantindo que os futuros profissionais se sintam preparados para integrar efetivamente a Psicologia Positiva em suas recomendações de tratamento.

Os resultados apontam que 50% das pessoas falam que não foi mencionada sobre a psicologia positiva em atividade curricular. De forma semelhante, também 50% afirmou que já foi abordado, onde observamos um crescimento embora menor relacionado a outros países sobre a temática da psicologia positiva. Pode-se considerar que a Psicologia Positiva é um enfoque em crescimento no contexto brasileiro, no entanto, quando comparado com o cenário internacional, parece ser ainda pouco utilizado (Kim et al., 2018). Estudiosos da Psicologia Positiva têm apresentado importante progresso em todo mundo ao enfatizarem as virtudes humanas em prol do bem-estar (Ackerman et al., 2018).

Os resultados encontrados no estudo apontam que 60% dos participantes acham importante abordar sobre a psicologia positiva. A inclusão da psicologia positiva na formação acadêmica destaca-se como uma necessidade relevante e benéfica para o desenvolvimento integral dos estudantes. Pesquisas indicam que a incorporação da psicologia positiva na educação pode ter impactos significativos no engajamento acadêmico, nas relações interpessoais e na resiliência emocional dos estudantes (Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, & Linkins, 2009). Isso não apenas contribui para o desenvolvimento pessoal, mas também prepara os estudantes para enfrentar os desafios da vida com uma perspectiva mais construtiva. Além disso, a psicologia positiva oferece ferramentas práticas para fortalecer habilidades como otimismo, gratidão e resolução de problemas, que são valiosas não apenas no âmbito acadêmico, mas também na vida profissional e pessoal (Snyder & Lopez, 2007).

CONCLUSÃO

A pesquisa revelou uma porcentagem alarmantemente baixa de estudantes (0,9%) que se consideram preparados em Psicologia Positiva, sugerindo uma possível desvalorização dessa área nos programas acadêmicos. Isso demanda uma análise aprofundada sobre a estrutura dos cursos, a presença de oportunidades para aplicação prática e a equidade entre abordagens tradicionais e positivas.

Esses dados destacam a urgência de avaliar e reformular os currículos acadêmicos visando aprimorar a preparação dos estudantes na Psicologia Positiva. Estratégias necessárias incluem a revisão da estrutura dos cursos, a introdução de métodos pedagógicos que facilitem a prática e o reconhecimento da Psicologia Positiva como parte integral da formação psicológica. A adaptação curricular para incluir abordagens positivas é vital, preparando os estudantes não apenas como profissionais competentes, mas também como líderes capazes de conduzir vidas significativas e contribuir de forma positiva para a sociedade.

Recomenda-se a implementação de cursos específicos, orientação prática e estágios clínicos focados na Psicologia Positiva, alinhados com as diretrizes da literatura especializada. Além disso, a pesquisa enfrentou desafios, como a baixa adesão de estudantes de outros estados, possivelmente devido ao tempo limitado para a

disseminação do formulário. Essas limitações demonstram a necessidade de estratégias mais eficazes de divulgação, já que nem todos os alunos têm disponibilidade para responder ou compartilhar o formulário com colegas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Da, J., Pureza, R., Cláudia, H., Kuhn, K., Kern De Castro, E., Saraiva, C., ... (Year). Psicologia positiva no Brasil: uma revisão sistemática da literatura. [cited Date]. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v8n2/v8n2a06.pdf>
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17(1), 11–21.
- Omais, S. (2018). *Manual de Psicologia Positiva*. Rio de Janeiro: Qualitymark.
- Paludo, S. S., & Koller, S. H. (2007). Psicologia Positiva: uma nova abordagem para antigas questões. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 17(36), 9-20. <https://www.scielo.br/j/paideia/a/mPnRBjz6RrFFy9LPwSmFppz/>
- Park, N., & Peterson, C. (2009). Character Strengths: Research and Practice. *Journal of College and Character*, 10(4).
- Passareli, P. M., & Silva, J. A. da. (2007). Psicologia positiva e o estudo do bem-estar subjetivo. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 24(4), 513-517. <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/zVyJ4O3dH97nzTtpfbvCB8J/abstract/?lang=pt>
- Pérez-Ramos, J., & Pérez Ramos, A. (2004). Novas perspectivas da Psicologia Positiva. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*, XXIV(1), 57-60. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=94624115>
- Pessoa da Silva, G. F. B., Cardoso, B. D. S., Franco, K. D., & Moscon, D. C. B. (2018). Os significados do conceito de abordagem teórica e as implicações na prática do psicólogo: Um estudo com graduandos de psicologia. *Seminário Estudantil de Produção Acadêmica*, 17.

Rashid, T., & Seligman, M. E. P. (2018). *Positive psychotherapy: Clinician manual*. Oxford University Press.

Reppold, C. T., D'Azevedo, L. S., Tocchetto, B. S., Diaz, G. B., Kato, S. K., & Hutz, C. S. (2019). Avanços da psicologia positiva no Brasil. *Psicologia para América Latina*, 32, 133–141. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2019000200005&lng=pt&nrm=iso

Seligman, M. (2002). *Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy: Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.

Seligman, M. (2004). *Felicidade Autêntica*. Rio de Janeiro: Objetiva.

Seligman, M. (2011). *Florescer*. Rio de Janeiro: Objetiva.

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Free Press.

Seligman, M. E. P. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 13(4), 333–335.

Zangirolami-Raimundo, J., Echeimberg, J. D. O., & Leone, C. (2018). Research methodology topics: Cross-sectional studies. *Journal of Human Growth and Development*, 28(3), 356–360.

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0104-12822018000300017&script=sci_abstr act&tlng=en