

PSICOLOGIA POSITIVA: A INFLUÊNCIA DO SENTIDO DE VIDA NA SAÚDE BIOPSISSOCIAL DE JOVENS E ADULTOS EM CONTEXTO EDUCACIONAL

POSITIVE PSYCHOLOGY: THE INFLUENCE OF THE MEANING OF LIFE ON THE BIOPSYCHOSOCIAL HEALTH OF YOUNG PEOPLE AND ADULTS IN EDUCATIONAL CONTEXT

Gabriel Queiroz Alves¹
Margareth Regina Gomes Veríssimo de Faria²

Resumo

Nesta produção buscou-se despertar a autonomia e o autoconhecimento de jovens e adultos, em contexto educacional, a partir do embasamento na teoria da Psicologia Positiva e em especial, seu construto sentido de vida. Consequente, observou-se dados e o reconhecimento das estratégias e níveis de enfrentamento dos participantes, identificando as intervenções passíveis de aplicação prática. Isto posto, justifica-se essa pesquisa pela percepção que emerge diante da escassez de trabalhos relacionados ao tema, de mesmo modo, pelo fato da forte prevalência da visão psicológica sintomática e patológica direcionada ao homem. No entanto, a partir da pesquisa realizada, tornou-se possível notar uma melhor compreensão a respeito do sentido de vida e autonomia após as oficinas positivas, uma vez que, se fez uma primeira análise, e uma análise posterior após as intervenções, e a partir disto, conclui-se que reflexões mediante o tema, bem como dinâmicas voltadas para a elaboração de sentido de vida são benéficas para o público que estiver inserido em tal propósito. Ademais, a partir de uma análise de conteúdo subjetivo percebeu-se melhor elaboração e sentido de vida por parte dos participantes após os encontros realizados.

Palavras-Chave: Sentido de vida. Saúde biopsicossocial. Psicologia positiva.

1. Introdução

De acordo com os psicólogos pioneiros da Psicologia Positiva Seligman e Csikszentmihalyi (2000), esta nova área da ciência psicológica remete a uma preocupação oriunda da falta de atenção destinada para aspectos positivos dos seres humanos, e também, refere-se à busca por melhorias da dimensão psicológica de cada indivíduo, bem como seu bem-estar e qualidade de vida. Além disso, a Psicologia Positiva tem por propósito precaver o surgimento de patologias e instruir para as pessoas um bom enfrentamento das adversidades que surgem ao longo da vida. Portanto, o construto sentido de vida inserido na Psicologia Positiva tem ganhado bastante notoriedade ante sua magnitude e influência na saúde biopsicossocial das pessoas. Neste caso, o real sentido se faz a partir de um caráter objetivo de exigência, que está no mundo, externamente, não na pessoa que o vivencia. O sentido de vida pode ser considerado como a força motriz da motivação do ser humano em prol de amadurecimento, enfrentamento e superação de dificuldades. A partir disso, no momento em que o indivíduo frustra esse desejo de sentido, poder-se-á imergir em um vazio existencial, isto

¹ Estudante (Psicologia, UniEVANGÉLICA, Brasil). Discente (UniEVANGÉLICA, Brasil). gabrielqueirox@hotmail.com

² Pós Doutora (Psicologia, USP Ribeirão preto, Brasil). Docente (UniEVANGÉLICA, Brasil). margarethverissimo@gmail.com

ANAIS DO PROGRAMA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UniEVANGÉLICA

XII JORNADA DE PESQUISA E INOVAÇÃO DA UniEVANGÉLICA

II JORNADA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA UniEVANGÉLICA



é, em um sentimento de vazio e futilidade (SANTOS, 2019).

2. Objetivo

Alicerçado pela Psicologia Positiva, avaliar a influência do constructo sentido de vida na saúde biopsicossocial de jovens e adultos e sua relação com outros aspectos da Psicologia Positiva

3. Método

Realizou-se uma análise de juízes do conteúdo coletado a partir de verbalizações dos participantes, a partir de seis encontros realizados online, que foram postas em um diário de campo no primeiro contato com o grupo analisado, bem como no último contato para que se pudesse realizar uma comparação entre os conteúdos subjetivos expostos em prol de perceber a presença do construto de sentido de vida, e assim, poder verificar se haveria maior presença deste construto após as intervenções. A amostra da pesquisa consta com sete participantes, do sexo feminino, com idades entre 19 a 38 anos inseridas em cenário educacional, todas universitárias do curso de Psicologia. A coleta de dados foi realizada através de um formulário online do google, o qual foi disponibilizado no primeiro encontro pelo chat.

4. Resultados

Nota-se na Tabela 1 conteúdos referentes a avaliação inicial, em que prevalecem sentimentos de medo, angústia, falta de sentido de vida e esperança de tempos melhores. No entanto, a partir da coleta de dados do último encontro descrita na Tabela 2, pode-se perceber no conteúdo a presença de sentimentos de gratidão, otimismo e motivação, aspectos que são fortemente relacionados a organização do construto sentido de vida, o que sugere que com as oficinas de Psicologia positiva os participantes tiveram um aprendizado mediante a elaboração de um sentido e bem estar para com a vida. Sendo assim, conclui-se que reflexões mediante o tema, bem como dinâmicas voltadas para a elaboração de sentido de vida são benéficas para o público que estiver inserido em tal propósito.

Tabela 1. Base inicial dos comentários livres para análise de juízes.

Início das Intervenções	Análise de conteúdo
Comentários coletados	
No momento não sei se tenho um sentido	Sem sentido de vida elaborado
Acho que ter sentido na vida é sonhar e ir atrás desse sonho	Bom entendimento particular sobre o que pode ser sentido de vida

ANAIIS DO PROGRAMA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UniEVANGÉLICA

XII JORNADA DE PESQUISA E INOVAÇÃO DA UniEVANGÉLICA
II JORNADA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA UniEVANGÉLICA

UniEVANGÉLICA
UNIVERSIDADE EVANGÉLICA DE GOIÁS

Tenho esperança que ano que vem estará bem melhor	Otimista sobre o futuro
Sinto angústia	Sentimento de angústia
Tenho medo de perder alguém na pandemia	Sentimentos de medo e ansiedade

5. Conclusão

Evidencia-se portanto a necessidade de fomento na ciência e pesquisa em prol dos campos de saúde biopsicossocial de jovens universitários. Dessa forma, reforça-se a ideia de que refletir e provocar discussões acerca do tema são propostas benéficas e validas de serem efetuadas, uma vez que, possuem potencial de resultados positivos para o público envolvido.

Agradecimentos

Destino este tópico a Universidade Evangélica de Goiás pela bolsa concedida em prol de incentivar a pesquisa e a ciência, bem como, agradeço também pela orientação recebida durante o período da pesquisa da professora doutora Margareth Regina Gomes Veríssimo de Faria.

Referências

- CAMALIONTE, Leticia George; BOCCALANDRO, Marina Pereira Rojas. Felicidade e bem-estar na visão da psicologia positiva. Bol. - Acad. Paul. Psicol., São Paulo , v. 37, n. 93, p. 206-227, jul. 2017. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2017000200004&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 9 maio 2021.
- ESTEBAN, M^a Nieves Barahoma; CABACO, Antonio Sánchez; LITAGO, José David Urchaga. La Psicología aplicada a la educación: el programa CIP para la mejora de las competencias vitales em la Educación Superior. Revista de Formación e Innovación Educativa Universitaria. Bogotá. v. 6, n. 4, 244-256 (2013). Disponível em <http://refiedu.webs.uvigo.es/Refiedu/Vol6_4/REFIEDU_6_4_5.pdf> acessos em 15 de maio 2021.
- PASSARELI, Paola Moura; & SILVA, José Aparecido da. Psicologia positiva e o estudo do bem-estarsubjetivo. 2009. Estudos de Psicologia (Campinas), 24(4), 513-517. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/S0103-166X2007000400010>>. Acessos em 8 de Abril 2021.
- PEREIRA, Ivo Studart. A vontade de sentido na obra de Viktor Frankl. Psicologia USP. 2007. v. 18(1), n. 125-136. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/S0103-65642007000100007>>. acessos em 4 de maio de 2020.
- PUREZA, Juliana da Rosa; KUHN, Cláudia Helena Corazza; CASTRO, Elisa Kern de; & LISBOA, Carolina Saraiva de Macedo. Psicologia positiva no Brasil: uma revisão sistemática da literatura. Revista Brasileira de Terapias Cognitivas. 2012. v. 8(2),n. 109-117. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180856872012000200006&lng=pt&lng=pt>. Acessos em 7 de maio 2021
- REPPOLD, Caroline Tozzi; ZANINI, Daniela Sacramento; CAMPOS, Daniela Cristina; FARIA, Margareth Regina G. Veríssimo de, & TOCCHETTO, Bruna Simões. Felicidade como Produto: Um Olhar Crítico sobre a Ciência da Psicologia Positiva. Avaliação Psicológica. 2019. v. 18(4), n.333-342. Disponível em <<https://dx.doi.org/10.15689/ap.2019.1804.18777.01>>. acessos em 4 de março 2021.
- SELIGMAN, Martin E. P. Florecer: uma nova compreensão da felicidade e do bem-estar/Martin E.P. Seligman: tradução Cristina Paixão Lopes – 1^a ed.- Rio de Janeiro: Objetiva, 2019. Acessos em 02 de maio 2020.