

CONEXÕES ENTRE O DESENVOLVIMENTO DE SOFT SKILLS E ASPECTOS PSICOEMOCIONAIS EM SAÚDE MENTAL: UM ESTUDO ENTRE ONTOPSICOLOGIA, PSICOLOGIA POSITIVA, EDUCAÇÃO POSITIVA E PEDAGOGIA ONTOPSICOLÓGICA

Patrícia Wazlawick¹

Resumo: Esta pesquisa teórica nasce dentro das discussões e resultados de uma pesquisa de Pós-Doutorado em Informática em Saúde, intitulada “Modelagem Ontológica de Soft Skills em TI: Impactos na formação profissional e na Saúde Mental”. O objetivo geral delinea-se em colocar em discussão alguns aspectos relacionados as (inter)conexões e interrelações que podem existir entre o desenvolvimento de *soft skills* e a promoção de saúde mental nos sujeitos, mais especificamente, em jovens profissionais na área de Tecnologia da Informação, destacando aspectos psicoemocionais. A fundamentação teórica baseia-se em constructos da Ontopsicologia e Pedagogia Ontopsicológica em interface interdisciplinar entre a Psicologia Positiva e Educação Positiva, pela proximidade epistemológica clássica de ambas na Psicologia Humanista-Existencial, bem como por proximidade de aplicação prática na formação de jovens na contemporaneidade, com resultados visíveis de crescimento e desenvolvimento humano, bem como de florescimento (na Psicologia Positiva e Educação Positiva) e de realização existencial (na Ontopsicologia e Pedagogia Ontopsicológica). Os resultados da pesquisa apontam que quanto maior e expressivo o desenvolvimento de *soft skills* em jovens menor a incidência de dificuldades relacionadas aos aspectos psicoemocionais, com pleno desenvolvimento de saúde integral.

Palavras-chave: *soft skills*; saúde mental; Ontopsicologia e Pedagogia Ontopsicológica; Psicologia Positiva e Educação Positiva.

Connections between the development of soft skills and psychoemotional aspects in mental health: a study between Ontopsychology, Positive Psychology, Positive Education, and Ontopsychological Pedagogy

Abstract: This theoretical research emerges from the discussions and results of a Postdoctoral research project in Health Informatics, entitled “Ontological Modeling of IT Soft Skills: Impacts on Professional Training and Mental Health”. The general objective is to discuss aspects related to the (inter)connections and interrelations that may exist between the development of soft skills and the promotion of mental health in individuals, more specifically, in young Information Technology professionals, highlighting psycho-emotional aspects. The theoretical foundation is based on constructs from Ontopsychology and Ontopsychological Pedagogy, interfacing interdisciplinarily with Positive Psychology and Positive Education. This is due to the classical epistemological proximity of both to Humanistic-Existential Psychology, as well as their practical application in the education of young people today, yielding visible results in terms of human growth and development, as well as flourishing (in Positive Psychology and Positive Education) and existential fulfillment (in Ontopsychology and Ontopsychological Pedagogy). The research findings indicate that the greater and more significant the development of soft skills in young people, the lower the incidence of difficulties related to psycho-emotional aspects, leading to the full development of integral health.

Keywords: soft skills; mental health; Ontopsychology and Ontopsychological Pedagogy; Positive Psychology and Positive Education.

Conexiones entre el desarrollo de habilidades blandas y aspectos psicoemocionales en salud mental: un estudio entre Ontopsicología, Psicología Positiva, Educación Positiva y Pedagogía Ontopsicológica

¹Doutora em Psicologia com Pós-Doutorado em Informática da Saúde pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Professora e coordenadora na Faculdade Antonio Meneghetti (AMF). E-mail: patriciawazla@gmail.com

Resumen: Esta investigación teórica surge de las discusiones y resultados de un proyecto de investigación postdoctoral en Informática de la Salud, titulado "Modelado ontológico de habilidades blandas en TI: Impactos en la formación profesional y la salud mental". El objetivo general es discutir algunos aspectos relacionados con las (inter)conexiones e interrelaciones que pueden existir entre el desarrollo de habilidades blandas y la promoción de la salud mental en las personas, más específicamente, en jóvenes profesionales en el campo de las Tecnologías de la Información, destacando los aspectos psicoemocionales. El marco teórico se basa en constructos de la Ontopsicología y la Pedagogía Ontopsicológica en una interfaz interdisciplinaria entre la Psicología Positiva y la Educación Positiva, debido a la proximidad epistemológica clásica de ambas en la Psicología Humanista-Existencial, así como a su proximidad en la aplicación práctica en la educación de jóvenes en la actualidad, con resultados visibles de crecimiento y desarrollo humano, así como de florecimiento (en la Psicología Positiva y la Educación Positiva) y plenitud existencial (en la Ontopsicología y la Pedagogía Ontopsicológica). Los resultados de la investigación indican que cuanto mayor y más expresivo sea el desarrollo de las habilidades blandas en los jóvenes, menor será la incidencia de dificultades relacionadas con los aspectos psicoemocionales, con pleno desarrollo de la salud integral.

Palabras clave: soft skills; salud mental; Ontopsicología y Pedagogía Ontopsicológica; Psicología Positiva y Educación Positiva.

1 Introdução

Esta pesquisa teórica nasce dentro das discussões e resultados de uma pesquisa de Pós-Doutorado em Informática em Saúde, intitulada “Modelagem Ontológica de Soft Skills em TI: Impactos na formação profissional e na Saúde Mental”². O objetivo geral delinea-se em colocar em discussão alguns aspectos relacionados às (inter)conexões e interrelações que podem existir entre o desenvolvimento de *soft skills* e a promoção de saúde mental nos sujeitos, mais especificamente, em jovens profissionais na área de Tecnologia da Informação, por ser o foco da pesquisa de Pós-Doutorado.

Para isto, parte-se da análise e discussão de trabalhos relacionados, com pesquisas atuais na área e direciona-se a discussão, aprofundando-a nas áreas da Psicologia Positiva, da Educação Positiva, da Ontopsicologia e da Pedagogia

Ontopsicológica, por serem áreas que concebem a saúde de um modo integral, holístico. Isto é, estas são áreas que possuem propostas de desenvolvimento de pessoas focadas no desenvolvimento de uma concepção de saúde que reúne (e propõe um amálgama) entre aspectos físicos, biológicos, fisiológicos, psíquicos, emocionais, socioemocionais, relacionais e interrelacionais, cognitivos, e, principalmente, dando a ênfase à saúde mental como cerne do desenvolvimento do bem-estar e qualidade de vida, principalmente na contemporaneidade.

Como visto na literatura estudada ao longo da pesquisa de Pós-Doutorado, Primi, Santos, John e De Fruit (2015) destacam que as *soft skills* são preditivas de desempenho futuro, pois preparam a pessoa para os desafios que encontrarão na vida adulta, influenciando resultados importantes, tais como a aprendizagem, educação, trabalho, remunerações, saúde, cidadania, liderança, entre diversos outros. Além disso, os autores complementam que as pessoas/profissionais com *soft skills* mais desenvolvidas apresentam maior facilidade para aprender novos conhecimentos, autoconhecer-se e conviver em sociedade, além de experienciar situações de forma mais positiva.

² A pesquisa foi realizada entre os anos de 2021-2025, fazendo parte do Programa de Pós-Graduação em Informática em Saúde (PPGINFOS), do Centro de Ciências da Saúde, na Área de Concentração: Informática na Saúde e Linha de Pesquisa: Tecnologia da Informação e Comunicação em Saúde/eSaúde, autoria da Prof.^a Dr.^a Patrícia Wazlawick e supervisão do Prof. Dr. Raul Sidnei Wazlawick, na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC).

Parte-se agora a verificar as temáticas principais deste estudo à luz da Ontopsicologia e da Psicologia Positiva, bem como da Pedagogia Ontopsicológica e da Educação Positiva.

2 Psicologia Positiva e Saúde

Uma pesquisa realizada por Mina e Barzola (2020), em contexto ibero-americano realizou um mapeamento sistemático das *soft skills* nas áreas da educação e da empresa. Os autores estudaram diversos artigos científicos que demonstram que se está implementando as *soft skills* na educação atual e quais são as mais requeridas para a inserção dos jovens profissionais no mundo do trabalho. No contexto das empresas, as mesmas buscam colaboradores que sejam pessoas dinâmicas, que tenham capacidade de adaptabilidade, empoderamento e com capacidade de reagir favoravelmente diante das adversidades. No entanto, verificaram que não existe evidência da medição de *soft skills* e também de que não se pode determinar se serão adequadas e únicas para os próximos anos.

Para os autores, as *soft skills*:

...marcam a diferença entre duas pessoas, o desfrutar de empatia, bons modos, capacidade de negociação, espírito de colaboração, pontualidade e uma boa dose de otimismo, dão um valor especial. Estas habilidades permitem apreciar as próprias emoções e expressá-las adequadamente, entender também as emoções dos demais; estas características ajudam a orientar o pensamento e o comportamento até metas plausíveis. Muitas empresas consideram que os atributos descritos facilitam a interação com outras pessoas, o que gera um ambiente de trabalho mais grato e, em última análise, favorece um clima organizacional de entendimento e cooperação (Mina e Barzola, 2020, p. 47).

Outro aspecto importante do estudo de Mina e Barzola (2020) foi que também verificou que o desenvolvimento de *soft skills* no ensino superior ajudam e contribuem para que os estudantes sejam protagonistas de sua aprendizagem, de forma que isto começa a gerar benefícios para seu desenvolvimento integral e, assim, também contribuindo para sua saúde.

No estudo de Mastrandonakis *et al.* (2022), sobre as *soft skills* dos cirurgiões plásticos e suas equipes, em comparação a outras ocupações em ambiente de pandemia de Covid-19, é importante destacar os seguintes resultados e discussão:

As “*Soft Skills*”, capacidades comportamentais baseadas na inteligência emocional, como garantia do fator relacional médico-paciente e de qualidade de atendimento, devem ser exercitadas e desenvolvidas por toda a cadeia produtiva de atendimento ao paciente. Consequentemente, mostra-se relevante o recrutamento de pessoal com estas capacitações já em desenvolvimento. Nesse contexto, as “*Soft Skills*” possibilitam o controle emocional, a aderência ao tratamento e o melhor gerenciamento de conflitos e crises, que por sua vez levam a uma diminuição dos índices de judicialização e ao aumento da proporção de cura (Mastrandonakis *et al.*, 2022, p. 140).

Na área da Enfermagem, de acordo com Watts e Watts (2008) e Mastrandonakis *et al.* (2022) é sabido que as *soft skills* são responsáveis por 85% do sucesso profissional. Na área da Medicina verifica-se que médicos com boas capacidades de comunicação identificam os problemas dos pacientes com maior precisão, de acordo com o estudo de Reed *et al.* (2014). E os estudos publicados pela Global Talent Trends na rede social LinkedIn, bem como o estudo de Chanler *et al.* (2019) apresentam que as habilidades mais requeridas pelo mercado de trabalho são:

criatividade, colaboração, adaptabilidade, agilidade, gestão de time, altruísmo, resiliência, comunicação e atitude positiva.

Nas considerações finais de um dos estudos realizados na análise das *soft skills* com jovens universitários na área de Engenharia, Herrera e Torres (2020), apontaram a possibilidade de se implementar uma cultura positiva nas instituições de ensino superior e de se trabalhar em parceria com centros de Psicologia Positiva.

Mina e Barzola (2020) verificaram que existe uma colaboração e cocriação entre empresas privadas e públicas no contexto socioeconômico atual com o objetivo de construir e criar espaços colaborativos para o desenvolvimento de *soft skills*. Como se pode ver:

Nos centros educativos se busca alcançar que os estudantes sejam conscientes do que pensam, sentem e vivem durante suas aulas e a relação disto com o conteúdo; colocar a atenção na dimensão interpessoal, promovendo o trabalho em equipe, criando equipes para desenvolvimento de projetos, assim como também, colocar ênfase na dimensão social, refletindo sobre o contexto no qual atuam, empoderando-os para que assumam desafios a serviço de sua comunidade (Mina e Barzola, 2020, p. 43).

Neste sentido de construir centros e espaços de desenvolvimento de competências e habilidades humanas, para a vida, interpessoais, socioemocionais, enfim, as *soft skills*, existem também os centros de Educação Positiva, estimulados e frutos do desenvolvimento da Psicologia Positiva, desde o início dos anos 2000.

Verificando os registros científicos acerca do movimento da Psicologia Positiva, nos Estados Unidos, datam de um determinado marco nos anos 2000 que foi a publicação do artigo intitulado “*Positive Psychology: an*

introduction”, de autoria de Martin E. P. Seligman e Mihaly Csikszentmihalyi, no periódico científico norte-americano *American Psychology*. Neste, fundamentalmente, os autores explicam que a partir da II Guerra Mundial (1939-1945), a preocupação principal da Psicologia é a de “...curar e reparar os danos. Esse foco, quase exclusivamente curativo, fez com que se olhasse pouco para os aspectos positivos que também são parte do sujeito e das comunidades...” (Pacico e Bastianello, 2014, p. 13). Dessa forma, seguem as autoras, os aspectos positivos foram por muito tempo negligenciados e tornaram a visão da psicologia incompleta. Ainda, Paludo e Koller (2007) salientam que, nos aspectos históricos, de modo geral, no mundo, a Psicologia preocupou-se mais em investigar as patologias, negligenciando os aspectos saudáveis das pessoas³. A Psicologia Positiva, seria, partindo dessa seara, “uma nova ciência das forças humanas” (Cintra e Guerra, 2017, p. 506).

Seligman e Csikszentmihalyi (2000), no artigo citado acima, propõem que o objetivo da Psicologia Positiva seria promover um ajuste no foco da Psicologia, para incluir o estudo científico dos aspectos saudáveis do ser humano. Não excluir e deixar de considerar a Psicologia direcionada à cura e à reparação do

³ “No entanto, a Psicologia Positiva não pretende criticar as tradicionais correntes da psicologia ou negar a patologia, o sofrimento humano e os aspectos ‘negativos’ de suas experiências, características e instituições. Propõe, sim, que também seja abordado o outro lado, os seus aspectos positivos, proporcionando um equilíbrio na abordagem psicológica da experiência humana (Gable & Haidt, 2005; Linley, Joseph, Harrington & Wood, 2006). Nas palavras de Seligman e Csikszentmihalyi (2000), ‘o objetivo da Psicologia Positiva é começar a catalisar uma mudança no foco da psicologia da preocupação somente com o reparo das piores coisas da vida para a construção, também, de qualidades positivas’” (Cintra e Guerra, 2017, p. 506). [Nota inserida pelos autores].

que precisa ser mais bem ajustado, e apenas focar no estudo das qualidades e das características positivas do ser humano, mas sim, considerar ambos os aspectos como essenciais e merecedores de atenção nos focos de estudo da psicologia (Pacico e Bastianello, 2014), estimulando o crescimento das boas qualidades que a pessoa já possui (Seligman, 2019a). Assim, a palavra “positiva”, em Psicologia Positiva, refere-se “ao estudo dos aspectos saudáveis do indivíduo, aspectos capazes de fazer com que ele e sua comunidade prosperem e se desenvolvam de forma saudável” (Pacico e Bastianello, 2014, p. 15).

A partir deste movimento científico e profissional descrito por Seligman (2019a), Christopher, Richardson e Slife (2008), destacam que a Psicologia Positiva inicia realmente neste momento, quando então, Seligman, como Presidente da APA⁴, lança principalmente aos psicólogos norte-americanos, o desafio de criar uma psicologia das virtudes e forças de caráter humanos, incluindo nutrir e desenvolver o que há de melhor em cada pessoa.

Martin Seligman (2002), a partir do início do movimento da Psicologia Positiva nos Estados Unidos, tinha claro para si que a Psicologia deveria possibilitar muito mais que unicamente reparar o que estava errado no ser humano. Ela deveria, contrariamente e indo além, identificar e fortalecer o que estava e era bom nas pessoas; seu objetivo deveria ser fortalecer competências, muito mais que corrigir deficiências. Esta seria uma mudança

de abordagem a ser empreendida pela Ciência Psicológica.

Retomando e analisando novamente o percurso histórico, Paludo e Koller (2007), trazem pontos fundamentais para se entender a guinada que se propõe na Psicologia, com o advento da Psicologia Positiva:

...É chegado o momento para a Psicologia Positiva. Sua principal preocupação é ampliar o campo e modificar o foco dos estudos, ou seja, a Psicologia não estar restrita apenas a reparar o que está errado ou ruim, mas (re)construir qualidades positivas; ele afirma que o tratamento psicológico e as pesquisas não devem pretender apenas consertar ou descobrir o que está “quebrado” ou não funciona, mas fomentar e nutrir o que existe de melhor nos indivíduos. (...) A Psicologia não é apenas uma filial da Medicina, preocupada com a doença e a saúde, mas é muito mais do que isso, envolvendo também o trabalho, a educação, o afeto, a superação e o crescimento, fatores que estão intimamente ligados às possibilidades cotidianas e comuns que passam despercebidas diante das investigações empíricas. Estudar o comum e o positivo pode propiciar o entendimento do que adoeceu ou não vai bem. Porque, caso contrário, parece que a Psicologia “se esquece” de sua premissa básica, uma vez que a atividade profissional indica ou deveria indicar essa consciência dos aspectos positivos e ordinários no desenvolvimento dos seres humanos, porque a própria atuação dos psicólogos traz a crença nas habilidades e fatores saudáveis das pessoas, pois, para que existiriam tratamentos se eles não acreditassem na possibilidade de recuperação da boa qualidade de vida? Assim, afirma-se que essa mudança de perspectiva não é exclusiva da Psicologia Positiva, bem como não se trata de algo novo ou diferente na Ciência Psicológica, mas que resgata aspectos que, até então, eram considerados secundários (Paludo e Koller, 2007, p. 12).

A lógica da compreensão apresentada na citação acima é essencial e fundamental para a existência da Psicologia Positiva, de sua emergência e de sua necessidade como área, prática e configuração de intervenções humanas e institucionais no momento hodierno vivido no mundo e no Brasil. É uma mudança

⁴ APA: *American Psychological Association*, associação que representa a Psicologia nos Estados Unidos da América e no Canadá. Foi fundada em 1892 por 26 membros, na Universidade de Clark, e seu primeiro Presidente foi G. Stanley Hall.

de visão e de paradigma necessárias na atuação e trabalho com as pessoas, que deve ser levada a cabo em todos os detalhes propostos por essa nova área na Psicologia. A Psicologia não pode se propor a fazer apenas metade do trabalho, é necessário corrigir os déficits e também desenvolver as forças (Seligman, 2019a).

Avançando em seus estudos e pesquisas, Seligman desenvolve a Teoria do Bem-Estar para além da compreensão da Teoria da Felicidade Autêntica, transcendendo a compreensão do tema da felicidade, nesta, para o tema do bem-estar, naquela. Isto faz com que mudem também os padrões de mensuração de uma teoria a outra, bem como mudem de foco os próprios objetivos em uma teoria e outra.

Adentrando a Teoria do Bem-Estar, o autor esclarece que este passa a ser o tema principal

da Psicologia Positiva, sendo o “florescimento” o principal critério da mensuração do próprio bem-estar e que o objetivo da Psicologia Positiva seria aumentar o florescimento (Seligman, 2019a). A Teoria do Bem-Estar passa a ter cinco elementos e cada um deles está relacionado a três propriedades definidas pelo autor. É justamente por possuir e responder a estas três propriedades que cada um dos cinco elementos pode ser considerado um elemento desta teoria. As três propriedades são: “1. Ele contribui para a formação do bem-estar; 2. Muitas pessoas o buscam por ele próprio, e não apenas para obter algum dos outros elementos; 3. É definido e mensurado independentemente dos outros elementos (exclusividade)” (Seligman, 2019a, p. 27).

Quadro 1 - Cinco elementos da Teoria do Bem-Estar (Seligman)

Cinco elementos da Teoria do Bem-Estar	1) <i>Emoção positiva (positive emotion - P)</i> : conota a vida agradável, envolve a felicidade e a satisfação com a vida. Abrange todas as variáveis subjetivas do bem-estar: prazer, êxtase, conforto, afeição, etc. Requer-se, na vida, o equilíbrio adequado entre as emoções positivas e as negativas, uma vez que para sentir bem-estar é importante que se tenha mais emoções positivas que negativas. Podem ser estudadas por meio de medidas subjetivas.
	2) <i>Engajamento (engagement - E)</i> : É um estado mental disposicional positivo de intenso prazer e conexão profunda com a atividade. Relacionado ao <i>flow</i> (fluxo). Favorece o desenvolvimento das forças particulares, justamente por meio de atividades que provoquem o engajamento. É um estado de foco em que a pessoa imerge completamente em uma tarefa satisfatória. Pode ser estudado por meio de medidas subjetivas.
	3) <i>Relacionamentos positivos/significativos (relationships - R)</i> : o ser humano precisa de contato com seus semelhantes para se sentir bem. “As outras pessoas são o melhor antídoto para os momentos ruins da vida e a fórmula mais confiável para os bons momentos”. Relações de confiança e relações autênticas são vitais para o bem-estar. Os relacionamentos positivos geralmente são acompanhados de emoção positiva, engajamento, sentido ou realização. Os seres humanos possuem característica social, geralmente “conseguem e efetivamente solucionam problemas sociais durante o dia todo”.
	4) <i>Sentido (meaning - M)</i> : está relacionado a pertencer e servir a algo que se acredita ser maior do que o eu do sujeito. É a sensação de que a vida tem um norte, um direcionamento que dá sentido à existência, algo maior que o próprio indivíduo. É um estado subjetivo, mas coligado também à uma visão objetiva, lógica e coerente que podem contradizer o estado subjetivo. Diz respeito à vida significativa.
	5) <i>Realização (achievement - A)</i> : a realização (ou conquista) é buscada por ela própria, mesmo quando não produz emoção positiva, sentido ou relacionamentos positivos. Na Teoria do Bem-Estar a ‘realização’ é a forma momentânea e a ‘vida realizadora’ é a forma ampliada. “As pessoas que levam uma vida realizadora estão frequentemente absorvidas no que fazem, muitas vezes buscam o prazer avidamente e sentem emoção positiva (embora evanescente) quando ganham, e vencem a serviço de algo maior”. São as conquistas pessoais, as metas, o autoaperfeiçoamento. As realizações elevam a autoestima. Para isto, devem ser realistas. Seligman (2019a), salienta que “o acréscimo da vida realizadora também enfatiza que a tarefa da psicologia positiva é <i>descrever</i> , em vez de <i>prescrever</i> , o que as pessoas efetivamente fazem para obter o bem-estar”. A realização, na Teoria do Bem-Estar, está relacionada com a descrição das “coisas que os seres humanos decidem fazer apenas por fazer, quando isentos de coerção”.

Fonte: adaptado de Seligman (2019a, p. 27-34).

Com estes cinco elementos, Seligman (2019a) apresenta a contemporânea Teoria do Bem-Estar como um constructo, tendo o próprio bem-estar como o tema da Psicologia Positiva e não a felicidade (como na teoria anterior). Estes elementos são mensuráveis e formam a sigla PERMA, composta pelas iniciais de cada um deles, nesta ordem conforme apresentado acima. Segundo Seligman, “alguns aspectos desses cinco elementos são avaliados subjetivamente pelo relato de uma pessoa, mas outros aspectos são mensurados objetivamente” (2019a, p. 35).

Alguns pesquisadores acrescentam a “vitalidade” (*health*), como o sexto elemento também importante do bem-estar, dando origem, assim, ao modelo PERMA-V ou PERMA-H (se for considerar o termo em inglês). A vitalidade é a saúde geral da pessoa, obtida por meio de exercícios físicos regulares, alimentação saudável, sono, meditação e outros aspectos necessários à criação e manutenção da saúde, compreendida em um sentido maior do que unicamente a ausência de doença, avançando para uma compreensão em sentido integral de saúde.

As seis virtudes e as 24 forças pessoais sustentam os cinco elementos da Teoria do Bem-Estar. Conforme Seligman (2019a) aponta, “o emprego de maiores forças leva a mais emoção positiva, mais sentido, mais realização e melhores relacionamentos” (p. 36), e se pode acrescentar, mais saúde, ou melhor, à construção de uma vida saudável, à criação e manutenção da vitalidade.

Seligman (2019a), preocupado com a cientificidade da Psicologia Positiva e trazendo direcionamentos em relação aos métodos de pesquisa na área, aborda que são

necessários os parâmetros e critérios de pesquisa para a Psicologia Positiva, pois, no fazer científico, o “bem-estar não pode existir apenas na nossa cabeça” (p. 37). A felicidade e a satisfação com a vida, segundo ele, são parâmetros subjetivos úteis para a vida e para a pesquisa, mas os cinco elementos descritos anteriormente devem e precisam ser medidos objetivamente, até porque o escopo é que existam parâmetros úteis para a construção de políticas públicas com um conjunto de medidas subjetivas e objetivas, que possam ser aplicados em diversos países do mundo.

A teoria do bem-estar é plural no método, bem como na substância: a emoção positiva é uma variável subjetiva, definida por aquilo que você pensa e sente. O engajamento, o sentido, os relacionamentos e a realização têm componentes subjetivos e objetivos, já que você pode acreditar que tem engajamento, sentido, bons relacionamentos e alta realização e estar *errado*, ou até iludido. A conclusão é que o bem-estar não pode existir apenas na sua cabeça: ele é uma combinação de sentir-se bem e efetivamente ter sentido, bons relacionamentos e realização. O modo como escolhemos nossa trajetória de vida é maximizando todos esses cinco elementos (Seligman, 2019a, p. 36).

Nesta seara, a compreensão e efetivação do bem-estar deve ser medido por uma combinação de sentir-se bem, ter sentido na vida, construir e desenvolver bons relacionamentos e historicizar uma estrada de realização humana. Dessa forma, com o esse novo enfoque, o objetivo da Psicologia Positiva é “aumentar a quantidade de *florescimento* na vida das pessoas e no planeta” (Seligman, 2019a, p. 37). Florescer ou florescimento (*flourishing*), o processo que se dá a partir do desenvolvimento das forças de caráter e das virtudes das pessoas, é um

conceito fundamental da Psicologia Positiva e configura-se em uma condição que estimula/permite o desenvolvimento pleno, saudável e positivo dos aspectos psicológicos, biológicos e sociais dos seres humanos, de acordo com Keyes e Haidt (2003) e Fredrickson (2013).

Para florescer a pessoa precisa ter as seguintes características essenciais: emoções positivas, engajamento, interesse, sentido e propósito; e pelo menos três das seis características adicionais, a saber: autoestima, otimismo, resiliência, vitalidade, autodeterminação e relacionamentos positivos⁵. E estas características realmente se encontram e se objetivam no ato e processo de florescer, como se pode verificar aqui:

É comum uma pessoa não estar mentalmente doente, mas estar travada e definhando na vida. A saúde mental positiva é uma presença: a presença de emoção positiva, a presença de engajamento, a presença de sentido, a presença de bons relacionamentos e a presença de realização. O estado de saúde mental não é apenas estar livre de transtornos; antes, é a presença do florescimento (Seligman, 2019a, p. 202).

O que verificamos, a partir da compreensão do conceito e dos trabalhos de intervenções na Psicologia Positiva, para que as pessoas desenvolvam o próprio florescimento, é uma nova visão e compreensão do que vem a ser a saúde humana, de modo mais integral, com um conhecimento de base que ajude a desenvolver hábitos e boas práticas que propiciem a saúde

física e psicológica, comportamentos saudáveis que desenvolvam um estilo de vida saudável. De acordo com Cintra e Guerra (2017), o florescimento (*flourishing*):

...se refere à experiência de que ‘a vida está indo bem’, uma combinação de sentir-se bem (componente hedônico) e funcionar de forma eficaz (componente eudaimônico), conotando um elevado nível de bem-estar psicológico, o que indica saúde mental. Assim, pode-se dizer que uma pessoa está florescendo quando percebe que sua vida está indo bem: ela está se sentindo bem (mais emoções positivas do que emoções negativas), funcionando bem (realização de seu potencial individual) e vivendo uma vida com propósito (fazer o bem) (Cintra e Guerra, 2017, p. 506-507).

Na concepção teórica, epistemológica, metodológica e de aplicações da Psicologia Positiva, a saúde, de modo integral – e em especial a saúde mental – é compreendida a partir do constructo e da lógica do *flourishing*, em português, florescimento. Nesta compreensão, uma pessoa possui saúde e vitalidade não apenas quando não apresenta nenhuma condição patológica e de doença, mas sim quando vive e apresenta a evidência, percepção e sensação de que a vida está indo bem – aqui entra a compreensão hedonista de saúde no que diz respeito ao prazer e a satisfação.

Junto disto, a pessoa vive e experimenta, tendo a evidência também, de que está funcionando de forma eficaz em todos os aspectos de sua vida. Ao passo que, enquanto possui esse resultado de estar funcionando de forma eficaz, está realizando o seu potencial, a sua inteligência – adentrando aqui a compreensão eudaimônica de saúde, com a realização do potencial individual, efetivando uma vida com propósito, com sentido e com objetivos de realização.

⁵ Também identificado por Felicia Huppert e Timothy So, da Universidade de Cambridge que avaliaram o florescimento em 23 países da União Europeia. So, T.; Huppert, F. “*What percentage of people in Europe are flourishing and what characterizes them?*” (2009). Disponível em: www.isqols2009.istitutodeglinnocenti.it/Content_en/Huppert.pdf.

Ainda isto não basta, na compreensão de saúde na Psicologia Positiva. Pois, além da lógica hedonista, junto à lógica eudaimônica de bem-estar, é necessário ainda a ação, ou seja, fazer, realizar, concretizar, colhendo resultado de todos estes pontos apresentados neste conceito de saúde. Dessa forma, pode-se produzir um elevado nível de bem-estar psicológico, o que indica produção e realização de saúde mental. Assim, na Psicologia Positiva, a saúde é a presença do *flourishing* – presença do processo de florescer/florescimento.

A Psicologia Positiva é definida como o estudo científico das experiências e aspectos positivos do ser humano, suas potencialidades e motivações, bem como das condições que contribuem para a promoção do florescimento de pessoas, de grupos, comunidades e instituições (ibid., 2017).

A partir do trabalho de Seligman e Csikszentmihalyi, com o início e desenvolvimento da Psicologia Positiva, desde 1998/2000, três pilares para a estruturação e a investigação na área foram configurados: 1) a experiência positiva; 2) a personalidade positiva; 3) as instituições positivas (Seligman, 2003; 2019a; 2019b). Conjuntamente a estes três pilares somam-se os três aspectos de desenvolvimento do conteúdo (teoria) da Psicologia Positiva, criação e elaboração de métodos e construção de infraestruturas para o desenvolvimento e aplicação prática.

Não serão analisados agora os dois primeiros pilares – a saber, a experiência positiva e a personalidade positiva, mas sim o terceiro pilar, as instituições positivas – pelo foco de estudo desta pesquisa. As instituições positivas empregam estudos acerca das próprias instituições e comunidades, a

democracia, a família, a liberdade, que por sua vez, dão suporte às virtudes, que apoiam, conseqüentemente, as emoções positivas. Também o funcionamento dos grupos, as virtudes que possibilitam mudanças nas pessoas para se tornarem melhores cidadãos, com foco em responsabilidade, altruísmo, tolerância, ética no trabalho, etc. (Paludo e Koller, 2007).

A possibilidade de se trabalhar com uma cultura positiva nas instituições de ensino superior, ou seja, nas faculdades e universidades, no século XXI, e nos contextos contemporâneos, é mais que necessária. E de se trabalhar em parceria com centros de Psicologia Positiva, como apontado por Herrera e Torres (2020), são ideias e propostas que convergem para a lógica das instituições positivas, como apresentado, brevemente também, até então, pela aplicação da emergente Psicologia Positiva. Pois, estas instituições configuram-se como locais, espaços e propostas de desenvolvimento das pessoas de um modo mais integral, no qual existe a ênfase do desenvolvimento e construção de *soft skills*, para além, unicamente, de *hard skills*. Neste ponto se faz necessário estudar e compreender um pouco mais sobre o que é a Educação Positiva, proposta e área de atuação que nasce a partir da Psicologia Positiva.

3 Educação Positiva, Pedagogia Ontopsicológica, *Soft Skills* e Aspectos Psicoemocionais em Saúde Mental

Antes de adentrarmos na análise e discussão de como a Educação Positiva e a Pedagogia Ontopsicológica podem auxiliar no desenvolvimento de *soft skills* para promoção de saúde mental, é importante verificar uma das problemáticas encontradas na vida e realidade dos inúmeros jovens na sociedade contemporânea pós-moderna.

Este é um esquema para entender a problemática dos jovens, para compreender como acontece o procedimento de perda da própria originalidade, e neste sentido é indispensável clarear alguns pontos-chaves desse processo, como destaca Meneghetti (2019). Este esquema vai desde o fenômeno crescente, por parte das famílias, da hipergratificação na infância, que acarreta uma preguiça caracterial⁶, gerando frustração sucessiva, agressividade e depressão e, posteriormente, as situações de medo e incapacidade.

Quadro 2 - Problemática dos jovens/perda da própria originalidade

Esquema	Descrição/características
1) Hipergratificação na infância	As crianças, por meio da hipergratificação, são substituídas, impelidas a prazeres, a consumações, a pequenos vícios. Habitadas a isso não podem ser impedidas, não podem receber a bofetada terapêutica, portanto, não podem ser reprovadas em modo leal, mas é preciso sempre perguntar a sua majestade a criança o que ela decidiu, o que vai querer. Desse modo aprende a astúcia da chantagem: fingindo inocência e incapacidade, usa a manipulação sobre o adulto. Dessa estratégia efetua-se sua impotência ou frustração: ao final autossabotagem existencial. A criança é colocada como um deus sobre o altar mesmo antes de ser uma criança verdadeira. Com essa hipergratificação a criança perde a aprendizagem a realizar as próprias satisfações, como os brinquedos, os companheiros, o estudo, e se objetifica totalmente: mais tem gratificações, mais tem objetos e mais ela julga-se objeto privilegiado. Os jovens foram objetificados no consumismo. Hoje são objetos aos adultos que não os conhecem: sobretudo se sentem objetos extremos do pior social.
2) Preguiça caracterial	A hipergratificação na infância determina a preguiça caracterial. Os jovens dirigem-se à preguiça, à não reação, à passividade, à não se empenhar. De modo geral, não se empenham, não têm vontade, parecem viver uma apatia em relação ao estudo e ao trabalho.
3) Frustração sucessiva	Essa preguiça caracterial gera a frustração sucessiva da vida.
4) Agressividade e depressão	Deslocamento de agressividade e depressão. A criança hipergratificada entra incapaz na dialética da vida, não sabe ganhar a estima para si, um verdadeiro sentimento, um amor, isto é, qualquer coisa de valor, de mérito, portanto encontra-se derrotada, humilhada e como compensação a essa frustração existencial, e não social, sente-se perdida: fora tem tudo, mas dentro de si está fechada dentro de uma lata. Reage até quando é vivo, e externa-se contra os outros em modo agressivo, hiperativo, ou então cai em depressão, autossabotagem para acusar a sociedade.
5) Medo e incapacidade	Enquanto vive, a criança, o adolescente experimentará todas essas situações que suscitarão nele medo. Tem medo de não ser capaz de fazer, não estuda porque se sente incapaz e não porque não tem vontade. Escondendo essa incapacidade a aprender, após longos estereótipos de preguiça e hipergratificação social, torna-se uma pessoa, de certa forma, incapaz diante da vida. Escondendo o próprio medo de incapacidade com infinitos teatros, que os psicólogos, os médicos emblemam em cartelas sanitárias, ele descobre que também a sociedade é deficiente.

Fonte: Meneghetti (2019, p. 227-228)⁷.

Um dos pontos fundamentais é verificar onde – se em todos os itens do esquema acima ou em alguns deles – o jovem está fixo, compreender e imediatamente começar a trabalhar para modificar tanto a mentalidade, as informações que sustentam o agir este esquema, bem como as ações que podem ser atuadas para modificar esta situação. Enquanto se continua repetindo esse esquema, esse *script*, o jovem não cresce, não evolui, não tem ambição, não resolve sua vida, apenas executa uma coação a repetir.

⁶ Este termo é utilizado no sentido de um sujeito que apresenta perturbações de carácter. Diz-se da criança, adolescente ou jovem inadaptado não por debilidade intelectual, mas por perturbações do carácter.

⁷ Parte da Conferência realizada na Sede da Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO), em Paris, França, no dia 13 de junho de 2007. A Conferência do Acad. Prof. Antonio Meneghetti foi intitulada “Pedagogia Contemporânea: responsabilidade e formação do líder para a sociedade futura”. In: Meneghetti, A. Pedagogia Contemporânea: responsabilidade e formação do líder para a sociedade futura. p. 215-229. Pedagogia Ontopsicológica. 6. ed. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2019.

Em contrapartida, e para ajudar a solucionar fenômenos como este, vividos por uma quantidade gritante de adolescentes e jovens na sociedade contemporânea, chega-se a um movimento importante que nasce dos trabalhos científicos, teóricos e metodológicos com aplicação da própria Psicologia Positiva, que é a Educação Positiva⁸ (Cintra e Guerra, 2017; Schiavon, Teixeira, Gurgel, Magalhães e Reppold, 2020). No estudo realizado por Cintra e Guerra (2017), a Educação Positiva é compreendida como a área da Educação, com ênfase em Psicologia Positiva, configurando propostas de formação já desde a educação infantil, passando por todos os níveis de formação escolar até o ensino superior, que têm por objetivo “não só o desempenho acadêmico, mas também o florescimento dos estudantes e demais integrantes da comunidade escolar, preparando jovens para se tornarem indivíduos realizados e cidadãos responsáveis” (p. 505).

Portanto, é importante verificar estes pontos sobre a Educação Positiva e seu nascimento a partir da aplicação da Psicologia Positiva na área da educação e do ensino:

...a Educação Positiva pode ser definida, de modo geral, como a Psicologia Positiva aplicada à educação (isto é, a instituições educacionais), preconizando que as habilidades para o bem-estar podem e devem ser ensinadas nas escolas junto às tradicionais

⁸ “O termo ‘Educação Positiva’ surgiu no início de 2008, durante um encontro entre Seligman e membros da equipe da Geelong Grammar School (GGS), escola australiana que foi a primeira no mundo a implementar os princípios da Psicologia Positiva em toda a instituição de ensino (Norrish, 2015). Na literatura, entretanto, o termo aparece pela primeira vez em 2009, no artigo *Positive Education: Positive Psychology and classroom interventions*, de Seligman, Ernst, Gillham, Reivich e Linkins (2009), no qual foi definida como educação tanto para as habilidades tradicionais como para a felicidade” (Cintra e Guerra, 2017, p. 507).
Website Geelong Grammar School: <https://www.ggs.vic.edu.au/>.

habilidades para a qualificação e realização profissional (Green 7 cols., 2011; Norrish & cols., 2013; Waters, 2011). Desse modo, além de bem-estar, resiliência e florescimento, a Educação Positiva propicia caminhos para o que talvez seja um dos mais importantes aprendizados – o de conhecer a si mesmo (Norrish, 2015) (Cintra e Guerra, 2017, p. 507).

O resultado desta formação é, em primeiro lugar, o conhecimento de si mesmo, responsável, em grande parte, para o desenvolvimento dos potenciais e da inteligência de cada pessoa, de modo que resulte também, em produção de saúde mental, ainda mais, em produção de saúde de modo integral, abrindo caminho para a realização de cada sujeito.

Pois, é fato, identificado em vários estudos científicos e acompanhado por todos, nas evidências humanas e sociais do dia a dia, que, ao longo dos últimos anos, desde o final do séc. XX e início do XXI, em diversas gerações, e, praticamente em todos os países do mundo, há “um crescimento dos índices de depressão, ansiedade, distúrbios alimentares, abuso de substâncias, entre outros problemas de saúde mental ou física, especialmente entre os jovens” (Cintra e Guerra, 2017, p. 507), além de um índice elevado de suicídio⁹.

O que se acentuou ainda mais, como se pode ver em diversas estatísticas verificadas com a situação da pandemia de Covid-19, a partir do ano de 2020, principalmente entre os jovens. Criou-se e instituiu-se, assim, uma juventude desfasada (fora de fase)¹⁰, ou seja, distante do próprio projeto de vida, da própria força, de suas potencialidades e inteligências, orientada sobre informações e dados (consumindo em modo demasiado informações, imagens, dados) que, na grande

⁹ Que em muitas vezes não é nem sequer divulgado.

¹⁰ Meneghetti (2014).

maioria das vezes, não condizem com a realidade de como, exatamente estão as coisas, a vida, não possuem reversibilidade com o real da vida.

Adentra-se e vive-se um período em que qualquer tecnologia será conhecida, será conhecido qualquer tipo de computador com digitação infinita, o que é excelente em termos de desenvolvimento tecnológico, de conhecimento, econômico, além de tantos outros âmbitos de vida, nas mais diversas áreas de conhecimento e de atuação profissional. No entanto, ao mesmo tempo, verifica-se um aumento de características como preguiça, acomodação, falta de atenção, excesso do “distrair-se”, um certo estado de “torpor” ou “estar anestesiado”, assim como as patologias citadas acima, sobretudo, ansiedade, depressão e diversos transtornos mentais, principalmente entre adolescentes, jovens e adultos (Meneghetti, 2014).

Seria importante que a formação dos jovens, à nível de todas as fases na Escola e de Ensino Superior abordasse também uma postura crítico-reflexiva para tomada de consciência diante do que a sociedade hodierna vive e de seu devir histórico-social-tecnológico, uma vez que:

É importante *entender e dominar o mundo digital*, porque é um enorme facilitador: maior é a informação utilizada, como é justamente a informação digital (porque se pode elaborá-la, escolhê-la, etc.), maior é a utilidade que se pode obter, mas ao mesmo tempo é maior o perigo se se entra nesse mundo sem uma preparação adequada (Meneghetti, 2013a, p. 110).

Essa preparação diz respeito a tantos aspectos. Um deles é que o jovem, não tendo uma preparação global integral de como estão as coisas, de fato, de modo real, corre o risco de se formar de modo superficial, vivendo e

agindo dentro de uma *fiction*. A imensa maioria de informações e imagens veiculadas e bombardeadas a cada milionésimo de segundo nas redes sociais e na internet pode não possuir reversibilidade com o real, isto é, o sujeito crê, mas as coisas estão em outro lugar, ou então ele – como a realidade – está em outro lugar. Além disso, o mundo informático é um instrumento muito potente, com a supremacia do poder digital, pois consente a contemporaneidade da informação, porém, precisa-se verificar que informação é esta. É informação ou desinformação? É real? É *fakenews*? (Santos, 2017; Wazlawick, 2017).

Santaella (2022), em uma extensa e relevante pesquisa sobre as fases de revolução cognitiva do ser humano, em relação ao momento atual vivido da sétima revolução cognitiva, a saber, a cultura de dados, muito reflete e discute sobre o que vem a ser definido e considerado como realidade, no cerne premente desse momento. Para a autora:

Antes do frenesi informacional do metaverso¹¹, que começou a ferver depois da mudança do Facebook para Meta¹², mas tendo em vista a reemergência da questão

¹¹ Metaverso é a terminologia utilizada para indicar um tipo de mundo virtual que tenta replicar a realidade através de dispositivos digitais. É um espaço coletivo e virtual compartilhado, constituído pela soma de realidade virtual, realidade aumentada e Internet. O metaverso é a representação da possibilidade de se ingressar em uma espécie de realidade paralela, como se fosse um tipo de outro universo e vida. Em alguns casos ficcionais, em que uma pessoa pode ter uma experiência de imersão. Tecnicamente, o metaverso não é algo real, mas busca passar uma sensação de realidade, e possui toda uma estrutura no mundo real para isso. O termo foi cunhado na obra *Nevasca* (Snow Crash), de autoria de Neal Stephenson, publicada/lançada em 1992. Alguns exemplos mais atuais e recentes são os jogos VRChat, Second Life, Roblox e Fortnite. O Facebook, atual Meta, anunciou a intenção de adotar o metaverso em sua plataforma (Disponível em: [www.https://pt.wikipedia.org/wiki/Metaverso](https://pt.wikipedia.org/wiki/Metaverso) Acesso em 15 dez. 2022) [Nota inserida pelos autores].

¹² Anunciado publicamente em outubro de 2021 [Nota inserida pelos autores].

sobre os desdobramentos da realidade, já em 2019 (...) retomei (...) o tema desconcertante das várias realidades imiscuídas na realidade física. Estava, então, imbuída do pressentimento de que, se as coisas continuarem nesse caminho, o ser humano estará fadado a ficar mergulhado em incertezas quanto àquilo que poderia chamar de “realidade”, em um mundo no qual isso até poderá não importar mais. Para comprovar que o pressentimento estava no caminho certo, recentemente foi lançado o livro *Reality +*, de D. J. Chalmers (2022), dedicado a repensar filosoficamente o que costumávamos chamar de “realidade” (Santaella, 2022, p. 243).

Com a introdução da tecnologia da informação o mundo mudou a maneira como as pessoas se relacionam, como constroem sua identidade, como vivem sua intimidade, sua privacidade e como vivem sua imaginação e criatividade – que passam a ser geridas pelas nuances do mundo digital (Gardner e Davis, 2014).

Diante de todas estas mudanças, inovações tecnológicas e nos modos de viver, de agir, de ser e de fazer, inspirados em Cintra e Guerra (2017), questiona-se: os modelos educacionais existentes estão equipados, adequados, preparados para responder a estas novas e atuais demandas? As autoras vão ainda um pouco mais a frente ao refletirem e questionarem se existe “...a necessidade de novas abordagens que possam fazer mais e melhor para ajudar os jovens a lidar com os desafios e prosperar em nossa complexa sociedade, além de experienciar mais propósito, realização, engajamento e relações significativas em suas vidas” (p. 507). Acredita-se que sim, a resposta seria, existe esta necessidade.

Para corroborar a necessidade intensa e urgente de novas abordagens que possam fazer mais e melhor para ajudar na formação de jovens universitários, tal como a ideia e

proposta de desenvolver aspectos da Educação Positiva conjuntamente ao ensino superior universitário, Schiavon e cols. (2020), implementaram uma investigação, no Brasil, acerca das inovações em intervenções educacionais baseadas na Psicologia Positiva, apresentando a ênfase na Educação Positiva. Para as autoras, a escola e a universidade configuram-se como um espaço social que pode contribuir essencialmente para a evolução cognitiva e emocional dos sujeitos aprendentes e dos futuros profissionais que ali se formam e iniciam suas carreiras universitárias, bem como, suas vidas.

A revisão sistemática que teceram, Schiavon e cols. (2020), utilizou as bases de dados para a pesquisa, a saber Medline, Lilacs, Psycinfo, SciELO e Scopus, a partir dos termos Educação Positiva e Intervenção. Foi realizada uma análise descritiva dos estudos encontrados e foram relatadas as características das intervenções. Dentre os estudos, quatorze atenderam aos critérios de elegibilidade propostos e foram incluídos. Como resultado, “nove estudos tiveram como foco a educação positiva de crianças e adolescentes, três foram direcionados a estudantes universitários e dois exclusivamente a professores e dirigentes escolares” (ibid., p. 1). Dessa forma, as autoras evidenciaram, pelo estudo realizado, a importância de estimular o desenvolvimento das forças de caráter entre os alunos.

Um dos estudos encontrados e analisados na pesquisa mencionada acima, por Schiavon e cols. (2020), foi o estudo de Shoshani e Steinmetz (2014), que avaliou uma intervenção projetada na área da educação para melhorar a saúde mental de 537 alunos da sétima à nona série de um centro educacional

em Israel. Este programa de intervenção foi realizado por um ano e teve o objetivo principal de fortalecer a autoestima, a autoeficácia e o otimismo dos estudantes. A intervenção implementada dividiu os sujeitos participantes em dois grupos, e a prática aconteceu da seguinte forma: o grupo de intervenção participou de duas fases paralelas, na primeira os professores participaram de atividades e oficinas de treinamento com psicólogos integrantes da intervenção e na segunda fase, os professores ministraram um programa aos alunos em sala de aula, incluindo poemas, histórias, discussões, vídeos, filmes e atividades que tratam do tema de gratidão e experiências positivas. Por sua vez, o grupo de controle seguiu o currículo regular. “Os autores notaram que houve reduções nas pontuações dos sintomas de ansiedade e depressão” (p. 5).

No entanto, apesar de se encontrar diversos estudos e investigações em países diferentes do mundo, incluso o Brasil, e de apresentar resultados significativos nas áreas em que se propõe, assim como verificado por Schiavon e cols. (2020), ainda existem poucos estudos que objetivam avaliar, por exemplo, os efeitos de intervenções com base na área da Educação Positiva, seja em escolas, que em universidades. Para as autoras, dentre as intervenções descritas em sua investigação, percebem “a importância de estimular o desenvolvimento das forças de caráter entre os alunos e outros construtos específicos como satisfação com a vida, gratidão e resiliência” (p. 7).

Estes fatos, como verificados pelas autoras, resultam em “maiores atributos psicológicos positivos e mudanças cognitivas, emocionais e comportamentais positivas,

refletindo assim, nas relações sociais entre os próprios alunos, professores e pais” (ibid.). Verifica-se, pelos relatos dos resultados das pesquisas na área da Educação Positiva que as práticas de intervenções estudadas contribuem para o desenvolvimento e a construção de *soft skills* nos adolescentes e jovens de escolas e de universidades sujeitos das pesquisas.

Estes estudos, com ênfase em Educação Positiva, convergem, em suas conclusões, para a necessidade da realização de mais pesquisas na área para avaliar a eficácia das intervenções propostas em diversos ambientes, tais como do ensino fundamental até a universidade, envolvendo todas as faixas etárias neste período, e principalmente, jovens e adultos. A tônica fundamental de formação é de que “os sujeitos constroem suas vidas mais felizes por meio do desenvolvimento de forças, não da remediação de fragilidades” (Schiavon e cols., 2020, p. 7), o que é uma forte evidência para o desenvolvimento da saúde de modo integral, e, sobretudo, quando se fala de saúde mental. Dessa forma, as autoras concluem que a Educação Positiva “implica uma abordagem teórico-metodológica e uma política de olhar o ser humano de forma holística/integral, promovendo uma educação que possibilite o desenvolvimento de todo o seu potencial e bem-estar” (Schiavon e cols., 2020, p. 7).

Indo na mesma direção e ênfase da Educação Positiva, diversos estudos na área da metodologia ontopsicológica (Priebe, 2022; Abich, 2020; Wazlawick e Schaefer, 2020; Wazlawick, 2020a, 2020b; Moreira, 2019; Spanhol, 2019; Schaefer, 2019, 2018; Weber, 2018; Azevedo, 2017; Spanhol e Boer, 2015; Wazlawick, 2014; Spanhol, 2013) apontam que a Pedagogia Ontopsicológica contribui para a formação pessoal e profissional de

jovens no ensino universitário, assim como verificam a formação de professores/docentes também, tendo como seu principal referencial teórico as propostas pedagógicas construídas por Meneghetti e colaboradores (2005, 2006, 2010a, 2010b, 2013, 2019).

É uma proposta de formação de jovens na contemporaneidade, considerando a categoria da responsabilidade como eixo principal, que se reflete como uma inovação no ensino universitário por amalgamar formação pessoal e profissional com resultados concretos no cotidiano do jovem, especificados pelos valores humanos de ser-saber-fazer. Desenvolvendo a responsabilidade, como competência humana e comportamental que é, a aplicação de atividades e intervenções da Pedagogia Ontopsicológica favorece e estimula o desenvolvimento de diversas *soft skills* para a formação integral de jovens (Schaefer, Silva e Wazlawick, 2022).

O primeiro valor é a pessoa (ser), no sentido ontológico, a identidade de natureza do sujeito e o que possibilita a sua realização, onde a melhoria da eficiência em qualquer campo é obtida cultivando o potencial de natureza de cada sujeito. O segundo valor é o saber, que envolve o processo de busca pelo conhecimento histórico, cultural, técnico e profissional em conjunto com o conhecimento dos valores e da cultura humanista, bem como o saber e conhecer a si mesmo, o projeto que se é. O fazer é o terceiro valor. Isto porque o sujeito tem a possibilidade de realizar-se quando se auto oportuniza a prática operativa e de trabalho e produz resultados que lhe gratificam com ampliação de si mesmo.

Fundamentalmente a Ciência Ontopsicológica analisa o valor positivo e criativo presente em cada ser humano. Ela é o

estudo da lógica do homem real, sadio, responsável e artífice positivo de bem-estar e socialidade. Deste ponto de partida é possível levar adiante a intenção de formalizar uma estratégia orientada verso à formação e a realização de personalidades criativas que possam dar uma contribuição à evolução do contexto social e civil (Meneghetti, 2019).

Desta feita, o escopo da Pedagogia Ontopsicológica é “educar o sujeito a fazer e a saber a si mesmo: fazer uma pedagogia de si mesmo como pessoa líder no mundo, educar um Eu lógico-histórico com capacidades e condutas vencedoras” (Meneghetti, 2019, p. 14). A partir do momento em que o sujeito conhece a lógica da própria existência e a atua na história, progressivamente seu projeto de vida pode estar em função da construção de si mesmo como pessoa integral, capaz de ação com responsabilidade no contexto social no qual está inserido e constrói dialeticamente por meio de sua atividade.

Assim, seria possível um desenvolvimento de modo mais integral, que envolva as potencialidades, a inteligência, saúde mental e saúde integral, competências e habilidades técnicas, humanas, comportamentais e interrelacionais, para o bem-estar das pessoas e do contexto no qual se encontram inseridas e atuam.

4 Resultados e Discussão

Levando em conta as propostas teóricas e metodológicas, porém, mais ainda, antes, o aspecto do viés epistemológico em relação à discussão e diálogo juntamente à Psicologia Humanista, a Educação Positiva e a Pedagogia Ontopsicológica, verifica-se que possuem convergências que sustentam a possibilidade

de realização de pesquisas em aspectos semelhantes e relevantes para o desenvolvimento do ser humano, e que muito têm a contribuir para o estudo e a formação integral (considerando sobremaneira aí a sua saúde mental) de jovens no ensino superior universitário.

Da mesma forma como a ênfase tratada neste tópico, o estudo de Said-Hung, Rodríguez-Peral e Corredor (2022), a respeito da gestão e ansiedade acadêmica produzida nos estudantes ibero-americanos, realizado de 6 a 24 de abril de 2020 com 523 estudantes de cursos superiores pesquisados em universidades ibero-americanas mediu o nível de ansiedade, depressão e estresse. Segundo os resultados encontrados, um dos pontos fundamentais é reforçar o desenvolvimento e treinamento de *soft skills* nos estudantes para ajudar a resolver os sintomas encontrados. As *soft skills* mostram relevância na superação de situações inesperadas que afetaram os estudantes e o próprio sistema educacional por conta da pandemia de Covid-19, sendo um elemento de proteção contra a ansiedade produzida neste período, destacando-se a necessidade de, por meio do desenvolvimento de *soft skills* promover atividades que favoreçam uma atitude positiva – sendo as principais *soft skills* elencadas, para tal, no estudo, a empatia, a escuta ativa, a inteligência emocional, a autorregulação, a autoconsciência. Principalmente, considerando, conforme apontado pelo estudo, que “os pesquisadores têm notado que essa pandemia afetará, em geral, muito tempo depois de o vírus ser finalmente controlado” (ibid., p. 4).

Macqual, Sallen e Zulnaidi (2021) mencionam, conforme pesquisa realizada que

avaliou a implementação do currículo de habilidades sociais de futuros professores, o estudo de States, Detrich e Kevworth (2018), que é difícil incorporar *soft skills* no ensino, é um desafio. Para eles, os formadores de professores precisam servir como modelos para ajudar os alunos a desenvolverem suas próprias habilidades e competências humanas, comportamentais e sociais ao observá-las. É esta ação, na visão dos autores, que vai servir como diferencial na implementação de *soft skills* no currículo de cursos no ensino superior, bem como diferencial para a formação de *soft skills* nos estudantes. Ou seja, para, de fato ocorrer o desenvolvimento e formação de *soft skills* nos jovens, é necessário o contato e a interação com professores que, por sua vez, também possuam já suas *soft skills* e as coloquem em prática. Como as *soft skills* contribuem para uma maior promoção da saúde mental e com elas se podem enfrentar melhor os problemas e situações adversas da vida, por consequência, são necessários professores que estejam vivendo um nível de saúde mental considerável, que vivam, em todas as características os aspectos do bem-estar psicológico e que estejam em um processo de autorrealização.

Macqual, Sallen e Zulnaidi (2021) também destacam, como conclusões de seu estudo que:

Para os professores servirem como conselheiros e guias para os alunos, eles também exigem habilidades sociais. Por exemplo, se o professor esteve envolvido na aprendizagem ao longo da vida ou tem uma boa formação, esse professor aconselhará os alunos sobre a necessidade de perseverar, pois assim podem superar as dificuldades. Os professores devem sempre ser acessíveis aos alunos, especialmente quando os alunos encontram problemas. É muito importante que os professores tenham *soft skills* porque essas competências irão ajudá-los a serem

sensíveis às necessidades dos alunos. Pesquisas mostram que a personalidade de um professor tem um efeito positivo no desempenho de seus alunos. Hattie (2015) realizou uma meta-análise que mostrou que a personalidade de um professor tem um tamanho de efeito maior (0,16) no desempenho dos alunos do que o conhecimento da matéria (hard skills) em 0,09) (Macqual, Sallen e Zulnaidi, 2021, p. 2).

Segundo o estudo de Macqual, Sallen e Zulnaidi (2021), as *soft skills* mais importantes que deveriam ser competências de cada professor formador de outros professores e de outros profissionais para o mercado de trabalho, que impactam também no desenvolvimento de sua saúde mental são: comunicação, trabalho em equipe, aprendizagem colaborativa, criatividade, resolver problemas complexos, autoconsciência, responsabilidade, integridade, excelência, comprometimento e postura ética.

Munir (2021) em uma relevante pesquisa sobre a formação de Engenheiros e a importância de *soft skills*, pesquisa esta realizada com profissionais na área, além dos diversos dados estatísticos consideráveis que demonstram a necessidade e urgência de inserir a formação de habilidades e competências humanas, comportamentais e sociais em paralelo à formação técnica, destaca, em relação à questão fundamental da saúde mental, em uma das conclusões de seu estudo que: “inclua *soft skills* em seu currículo se você quiser produzir e formar um ser humano equilibrado que também seja um excelente engenheiro” (p. 176).

Junto de todos estes aspectos apresentados em relação à compreensão da importância do florescimento para a promoção da saúde mental, vale não esquecer que a pandemia de Covid-19 causou também uma intensificação

em casos de depressão e ansiedade. Conforme relatam Araki, Martins e Bittencourt (2020), segundo a Associação Brasileira de Psiquiatria, no segundo semestre do ano de 2020, um levantamento realizado com médicos psiquiatras em 23 estados brasileiros e no Distrito Federal, apresenta que quase 90% deles percebeu um agravamento nos quadros de seus pacientes por conta da pandemia, e 67,8% afirmaram que começaram a atender pacientes que não tinham nenhum quadro depressivo anterior às quarentenas realizadas. Os autores também relatam que, antes da pandemia, o Brasil já era o país com maior número de casos de transtorno de ansiedade e o segundo com maior número de transtornos depressivos, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS). A OMS também contabiliza cerca de 800 mil casos de suicídio por ano em um nível mundial.

Segundo a OMS o conceito principal de saúde mental é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, não sendo, deste modo, apenas a ausência de doenças ou enfermidades. Neste sentido, a OMS considera fundamental a qualidade de vida, sendo esta um fator relevante para a saúde. Cuidar da saúde mental e a promover gera um elevado impacto no bem-estar e na qualidade de vida das pessoas.

Dessa forma, pesquisas atuais, como de Nascimento (2021) demonstram que desenvolver e utilizar no dia a dia *soft skills* fortalece e prepara o profissional de modo mais completo para as exigências do mercado de trabalho contemporâneo, contribuindo para a promoção e melhoria da saúde mental. E, por sua vez, as condições favoráveis de saúde mental também auxiliam o desenvolvimento de *soft skills* e do florescimento.

Conforme destaca Nascimento (2021):

O cuidado com a saúde mental no ambiente de trabalho torna-se fundamental, na era *tech*, para se lidar com pessoas, estabelecer trocas de forma responsável e competente. Dentro desse conceito “ser competente” não é somente possuir conhecimentos técnicos e operacionais, é também saber se relacionar com qualidade e inteligência, estabelecendo trocas com os outros de forma saudável. Isto demanda percepção do ambiente, percepção de si mesmo e percepção do outro. Essas percepções são fundamentais para preservação da saúde mental (Nascimento, 2021, p. 82).

Na citação do parágrafo acima identifica-se que “lidar com pessoas”, “estabelecer trocas de forma responsável e competente”, “saber se relacionar com qualidade e inteligência”, “estabelecer trocas com os outros de forma saudável”, “percepção do ambiente”, “percepção de si”, “percepção do outro” são todas competências humanas, comportamentais, interrelacionais que fazem parte do que são as *soft skills* estudadas nesta pesquisa. Verifica-se que existe uma relação direta entre o desenvolvimento e uso de *soft skills* e o cuidado e promoção de saúde mental nas pessoas.

A tríade cognitiva que compõe a interrelação entre cognição, emoção e comportamento destaca fatores que podem ser tocados pelas percepções ou interpretações que as pessoas constroem dos eventos ambientais/de contexto. Este fenômeno tem impacto direto sobre como as pessoas se sentem e se comportam¹³ (Nascimento, 2021). No entanto, o que se verifica é que muitas vezes podem ocorrer distorções nos processos

¹³ “O modo como as pessoas se sentem está associado ao modo como elas interpretam e pensam sobre uma situação. A situação em si não determina diretamente como eles sentem; sua resposta emocional é intermediada por sua percepção da situação” (Nascimento, 2021, p. 86).

de pensamento e das emoções, conforme pode ser compreendido na citação a seguir:

Quando ocorrem distorções do pensamento ou emoções disfuncionais por conta da forma de perceber os acontecimentos, consequentemente, tem-se base para a ativação dos transtornos emocionais que impactam na saúde mental e resultam, futuramente, em transtornos psicológicos como depressão, ansiedade, Burnout, Borderline e outras doenças ocupacionais (F48) havendo aqui nexo de causalidade constantes no grupo de doenças relacionadas no CID-10 Grupo V da portaria nº 1339, de 18 de novembro de 1999 (Nascimento, 2021, p. 82).

Psicologicamente falando, as distorções na forma do pensamento, das emoções e sentimentos que podem decorrer em pensamentos e emoções disfuncionais também estão relacionadas a uma específica *forma mentis*, mentalidade, *mindset* e atitude mental¹⁴ que as pessoas constroem e, por consequência, têm. Na grande maioria das vezes ter uma mentalidade/*mindset* rígido, fixo e não de crescimento (Dweck, 2017), e viver sempre dentro da lógica complexual (Meneghetti, 2010a; 2021c) é o que favorece, em grande parte, a distorção, a alteração na forma de perceber a si mesmo, as relações, os acontecimentos – como visto na citação anterior – tendo-se aí uma base para a ativação de transtornos psicológicos que irão impactar na saúde mental.

Portanto, neste ponto é fundamental compreender que para o sujeito poder ter e construir possibilidades de crescimento e de realização de modo integral em sua vida, o desenvolvimento de *soft skills* é relevante, bem como o seu uso. No entanto, junto disto, é

¹⁴ Considera-se que, mesmo com abordagens teóricas e epistemológicas diferentes, os constructos de forma mentis/mentalidade, *mindset* e atitude mental possam ser sinônimos na literatura científica.

mister verificar qual a *forma mentis*, a mentalidade, o *mindset*, as atitudes mentais nas quais estas *soft skills* estão embasadas. É a mudança da *forma mentis* que irá contribuir para o desenvolvimento e o uso funcional e responsável de *soft skills* que auxiliem de modo integral o desenvolvimento da saúde mental que impacta em todos os aspectos de saúde na vida de uma pessoa.

Em certo sentido, as *soft skills* não são ferramentas apenas. Elas demonstram o modo de ser, de pensar, de agir, de fazer e de se relacionar de uma pessoa, na vida pessoal e em todos os aspectos da dimensão profissional, no mundo do trabalho¹⁵, e é isto que conta, ou seja, elas demonstram a mentalidade também de um sujeito. Por este motivo, muitas vezes se diz e se considera que uma pessoa é contratada em uma organização pela sua capacidade técnica e demitida pelas suas *soft skills*, ou melhor, pela falta delas, pelo modo como se relaciona com os demais, consigo, com o próprio trabalho.

Indo um pouco mais adiante na relação entre *soft skills* e saúde mental, Nascimento (2021) destaca que os programas de prevenção que orientam as ações de atenção à saúde no trabalho, dentro das empresas, deveriam envolver, para além da prevenção de riscos e de avaliações ambientais, a melhoria das condições e da divisão do processo de trabalho em relação à qualidade de vida no próprio trabalho. Tudo isto com um olhar biopsicossocial e com condições adequadas às boas relações socioprofissionais, compreendendo o reconhecimento do trabalho realizado e as possibilidades de crescimento

profissional. Dessa forma, as iniciativas passarão a buscar um equilíbrio entre as necessidades biológicas, psicológicas, sociais e organizacionais.

Ainda importante destacar a pesquisa de Resende *et al.* (2021) que estudou em revisão sistemática de literatura os efeitos das intervenções baseadas em *mindfulness* (IBM) na saúde mental de estudantes universitários, quando comparadas a outras intervenções testadas. Após a análise de todos os artigos selecionados na SRL, os dados apontaram que tais programas podem se tornar recursos importantes para a redução dos sintomas psicopatológicos e para a promoção da qualidade de vida dos estudantes. Estes aspectos “podem contribuir para uma formação profissional de maior excelência por contemplar também as necessidades emocionais dos indivíduos e aperfeiçoar as suas *soft skills*, que são habilidades essenciais no mundo contemporâneo” (ibid., p. 14).

Abrindo em mais detalhes os resultados da relação entre intervenções baseadas em *mindfulness*, saúde mental e *soft skills*, Resende *et al.* (2021) destacam que os desfechos primários avaliados nos diversos estudos presentes na SRL realizada foram, de forma geral, a ansiedade, depressão, estresse e *mindfulness*. Outras variáveis relacionadas à saúde mental também foram avaliadas, como saúde geral, ruminação, crenças irracionais, perfeccionismo e *burnout*. Os estudos também avaliaram medidas como autoeficácia, empatia, autocompaixão, altruísmo, resiliência, satisfação com a vida, perdão, esperança e bem-estar. Houve resultados significativos em suas intervenções com diminuição nos sintomas de depressão, estresse e ansiedade simultaneamente,

¹⁵ Estas não são dimensões separadas, porque as pessoas são um todo, uma unidade de ação, está tudo junto, não existe uma vida pessoal e uma vida profissional uma separada da outra.

aumento nos níveis de atenção plena e aumento moderado de saúde mental positiva na satisfação com a vida. Por fim, no estudo de Resende *et al.* (2021), os resultados apontam, de fato, a relação entre os programas de intervenções com *mindfulness* como recursos relevantes para a redução de sintomas psicopatológicos e de incremento na promoção da qualidade de vida de estudantes universitários.

Conjuntamente à pesquisa de Pós-Doutorado com os sujeitos participantes do estudo inicial, em relação à escolha e seleção das 30 *soft skills* mais importantes para o profissional de TI na atualidade, realizada junto a estudantes da área de Sistemas de

Informação e com professores e profissionais, também foi realizada uma busca acerca dos principais sintomas que os jovens estudantes apresentam nos aspectos de saúde mental, no período dos últimos 24 meses após a pandemia de Covid-19.

A principal pergunta aplicada a cada um deles foi: “nos últimos 24 meses após a pandemia eu senti que estou: ...” – onde, no espaço cada um deles deveria preencher com a descrição e/ou sintoma como estava/está se sentindo, caracterizando uma pergunta de resposta aberta. Dentre todos os sintomas elencados pelos jovens e que apareceram em suas respostas com maior frequência, pode-se apresentar:

Quadro 3 - Principais sintomas elencados pelos jovens decorridos 24 meses da pandemia de Covid-19

Sintomas elencados pelos jovens decorridos 24 meses da pandemia de Covid-19	
Timidez	Sensação de estar “perdido”
Introversão	Dificuldades de aprendizagem por desatenção
Perda de atenção e dificuldade de retornar ao foco	Dificuldades de socialização
Ansiedade	Dificuldades de continuar estudando e não desistir
Tristeza	Isolamento
Baixa autoestima	Distanciamento
Angústia	Problemas psicológicos
Dificuldades de comunicação	Falta de interesse
Dificuldades de falar em público	Estresse
Medo	
Solidão	
Decepção	
Depressão	
Procrastinação	
Desânimo	

Fonte: Informações coletadas na pesquisa.

Verifica-se, de certa forma, que no geral não são sintomas ou situações graves ou de instabilidade mais elevada, porém, são situações, dificuldades, fenômenos psicológicos que não configuram um bem-estar psíquico entre os jovens estudados. Portanto, todas estas situações devem ser consideradas para o trabalho de desenvolvimento pessoal com cada um deles,

uma vez que, certamente, impactam de modo direto no modo de ser, de agir, de pensar, bem como nos aspectos de estudo e de trabalho dos jovens participantes da pesquisa. Ou seja, configuram situações relacionadas à saúde mental, que devem levar a devida atenção.

Dessa forma, após toda a pesquisa realizada até aqui e verificada a importância fundamental das *soft skills* na dimensão da

educação/ensino superior na formação de jovens futuros profissionais e na dimensão da saúde mental, o estudo aponta para a necessidade do desenvolvimento não apenas das *soft skills*, mas conjuntamente, de *self skills*, as habilidades e competências de si mesmo.

5 Considerações Finais

Competências e habilidades para o bem-estar envolvem também as competências e habilidades humanas e comportamentais, as *soft skills*. Todas elas, junto à formação que já existe nas escolas e instituições de ensino superior, se bem conduzidas em uma nova proposta de formação que valorize os conhecimentos técnicos, *hard skills*, as competências e habilidades humanas e as forças de caráter, podem inaugurar e abrir caminhos e horizontes para uma formação inovadora, contemporânea e necessária aos jovens do século XXI, para que exista qualificação profissional e realização profissional, mas acima e antes de tudo, qualificação e realização humana, da(s) própria(s) pessoa(s), conjugada e amalgamada à formação que já existe.

Considerando as características descritas e analisadas ao longo desta pesquisa, em relação aos contextos emergentes de vida e de trabalho, bem como para acompanhar as mudanças velozes que acontecem no mundo corporativo, exige-se, de certo modo, que os profissionais estejam aptos para constantes mudanças, apresentando um perfil com conhecimentos mais amplos, múltiplas habilidades e, também se verifica a necessidade de estarem emocionalmente

preparados para fazer frente aos desafios da era *tech*.

É aí que entra, mais uma vez, a importância das *soft skills*. Estas habilidades e competências são uma tendência mundial, em todas as áreas de atuação humanistas-profissionais, bem como tecnológicas, que podem representar um grande diferencial pessoal em resposta às exigências de alta performance no ambiente de trabalho, no qual pode desencadear-se estresse, fadiga ou outras doenças ocupacionais, consideradas como Neurose profissional. E, fundamentalmente, abordagens em Educação Positiva e em Pedagogia Ontopsicológica desenvolvem em jovens *soft skills* necessárias e relevantes para a vida, contribuindo para a diminuição de diversos aspectos psicoemocionais, tais como citados no final do item Resultados e Discussão, melhorando de modo significativo os indicadores de saúde mental.

Referências

ABICH, J. T. **A importância do estilo de vida para desempenho no trabalho e na carreira profissional de jovens: um estudo na área da Administração e da Ontopsicologia**. 2020. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Administração), Faculdade Antonio Meneghetti (AMF), Recanto Maestro, 2020.

ARAKI, G. S. da S.; MARTINS, F. W.; BITTENCOURT, V. G. Casos de depressão e ansiedade se intensificam na pandemia. **Comunicare**, 2020. Disponível em: <https://www.portalcomunicare.com.br/casos-de-depressao-e-ansiedade-se-intensificam-na-pandemia/>. Acesso em: 22 jan. 2023.

AZEVEDO, É. L. **O método ontopsicológico na clínica psicológica contemporânea**. 2017. 329f. Tese (Doutorado em Psicologia: Psicologia Clínica) – Programa de Estudos

Pós-Graduados em Psicologia: Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2017.

CHANLER, M.; DYE, C.; COPPINGER, C.; NIEH, G.; MARIS, T. **Global Talent Global Trends: The 3 trends transforming your workplace.** LinkedIn 2019, p. 6-15. Disponível em: https://business.linkedin.com/content/dam/me/business/en-us/talent-solutions/resources/pdfs/global_talent_trends_2019_emea.pdf. Acesso em: 06 dez. 2022.

CINTRA, C. L.; GUERRA, V. M. Positive Education: The application of Positive Psychology to educational institutions. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 21, n. 3, p. 505-514, set./dez. 2017.

DE FRUIT, F.; WILLE, B.; JOHN, O. P. Employability in the 21st Century: Complex (Interactive) Problem Solving and Others Essential Skills. **Industrial and Organizational Psychology**, v. 8, n. 2, p. 276-281, 2015.

DWECK, C. **Mindset: A nova psicologia do sucesso.** São Paulo: Objetiva, 2017.

FREDRICKSON, B. L. Update thinking on positivity ratio. **American Psychologist**, v. 68, p. 814-822, 2013.

GARDNER, H.; DAVIS, K. **La generación APP. Cómo los jóvenes gestionan su identidad, su privacidad y su imaginación en el mundo digital.** Buenos Aires: Paidós, 2014.

HERRERA, C. A. H.; TORRES, J. C. N. Soft skills in Engineering Students from three Public Higher Education Institutions. **Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo**, v. 10, n. 20, jan./jun. 2020.

MACQUAL, S. M.; SALLEN, U. K. M.; ZULNAIDI, H. Assessing prospective teachers' soft skills curriculum implementation: Effects on teaching practicum

success. **South African Journal of Education**, v. 41, n. 3, p. 1-21, 2021.

MASTRANDONAKIS, M. F.; ARA, A. B.; FRANÇA, A. C. L.; JANUÁRIO, E. de C.; BORGES, M. B.; ARA, T. S.; LIMA, A. de F. K. T. de. As “soft skills” dos cirurgiões plásticos e suas equipes, em comparação a outras ocupações em ambiente de pandemia COVID-19. **Revista Brasileira de Cirurgia Plástica**, v. 37, n. 2, p. 133-142, 2022.

MENEGHETTI, A. **Pedagogia Ontopsicológica.** 2. ed. Recanto Maestro: Ontopsicologica Ed., 2005.

MENEGHETTI, A. Una nuova pedagogia per la società futura. In: MENEGHETTI, A. **Pedagogia Ontopsicologica.** Roma: Psicoedit, 2006.

MENEGHETTI, A. **Manual de Ontopsicologia.** 4. ed. Recanto Maestro: Ontopsicologica Ed., 2010a.

MENEGHETTI, A. **I giovani e l'etica ontica.** Roma: Psicologica Editrice, 2010b.

MENEGHETTI, A. Superficialidade do poder digital. Os desvios da juventude mundial. p. 101-111. In: MENEGHETTI, A. **Os jovens e a ética ôntica.** Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2013a.

MENEGHETTI, A. A Autóctise histórica. p. 29-37. In: MENEGHETTI, A. **Os jovens e a ética ôntica.** Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2013b.

MENEGHETTI, A. A crise do humano. p. 7-27. In: MENEGHETTI, A. **Do Humanismo Histórico ao Humanismo Perene.** Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2014.

MENEGHETTI, A. **Pedagogia Ontopsicológica.** 6. ed. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2019.

MENEGHETTI, A. **Psicologia do Líder.** 6. ed. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2021.

- MINA, M. A. E.; BARZOLA, D. G. Habilidades blandas en la educación y la empresa: Mapeo Sistemático. **Revista Científica UISRAEL**, p. 41-57, 2020.
- MOREIRA, A. A. **Psicoterapia Ontopsicológica: a formação do ontoterapeuta**. 2019. 223f. Tese (Doutorado em Psicologia: Psicologia Clínica) – Programa de Estudos Pós-Graduados em Psicologia: Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2019.
- MUNIR, F. Do the engineering education institutions provide soft skills education? Views of South African Engineering professionals. **South African Journal of Higher Education**, v. 35, n. 4, p. 162-179, 2021.
- NASCIMENTO, C. do. Mental health in the work environment. **Revista Iberoamericana de Psicologia**, v. 2, n. 1, p. 80-88, 2021.
- PACICO, J. C.; BASTIANELLO, M. As origens da Psicologia Positiva e os primeiros estudos brasileiros. In: Hutz, C. S. (Org.). **Avaliação em Psicologia Positiva**. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- PALUDO, S. dos S.; KOLLER, S. H. Psicologia Positiva: uma nova abordagem para antigas questões. **Paidéia**, v. 17, n. 36, p. 9-20, 2007.
- PRIEBE, D. C. **Percepção dos egressos do Bacharelado em Administração sobre a contribuição da Metodologia FOIL na atuação profissional**. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Administração), Faculdade Antonio Meneghetti (AMF), Recanto Maestro, 2022.
- PRIMI, R.; SANTOS, D.; JOHN, O. P.; DE FRUIT, F. D. Development of an inventory assessing social and emotional skills in Brazilian youth. **European Journal of Psychological Assessment**, v. 32, n. 1, p. 5-16, 2015.
- REED, S.; SHELL, R.; KASSIS, K., WALLIHAN, R.; SMITH, K. *et al.* Applying adult learning practices in medical education. **Curr. Probl. Pediatric Adolescent Health Care**, 2014, v. 44, n. 6, p. 170-181.
- RESENDE, K.; TEODORO, M.; BARROS, V. de; OHNO, P. The effects of Mindfulness-Based Interventions on the mental health of university students: a Systematic Review Study. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 17, n. 1, p. 02-15, 2021.
- SAID-HUNG, E.; RODRÍGUEZ-PERAL, E.; CORREDOR, C. M. Management and academic anxiety in Ibero-American higher institutions students during COVID-19. **Revista Texto Livre Linguagem e Tecnologia**, v. 15, p. 1-16, 2022.
- SANTAELLA, L. **Neo-Humano. A sétima revolução cognitiva do Sapiens**. São Paulo: Paulus, 2022.
- SANTOS, R. P. dos. The power of mobile phones, from the ontological, ontopsychological and social point of view (the individual and the society). p. 51-56. In: FUNDAÇÃO ANTONIO MENEGHETTI. **Contemporary Pedagogy: Responsibility and Education of the Youth for Future Society**. International Symposium, UNESCO, Paris, set. 2017.
- SCHAEFER, R.; SILVA, B. P. da; WAZLAWICK, P. O passo adiante das hard e soft skills: a novidade da FOIL na formação universitária. **Revista Brasileira de Ontopsicologia**, v. 2, n. 2, p. 39-58, out. 2022.
- SCHAEFER, R. Em direção a novos paradigmas da ciência: contribuições da Ciência Ontopsicológica. p. 27-47. In: FUNDAÇÃO ANTONIO MENEGHETTI. **Ontopsicologia Ciência Interdisciplinar**. Vol. 4. Recanto Maestro: Fundação Antonio Meneghetti, 2019.
- SCHAEFER, R. **Empreender como uma forma de ser, saber e fazer: o desenvolvimento da mentalidade e do**

comportamento empreendedores por meio da educação empreendedora. Tese (Doutorado em Administração). Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), Santa Maria, Brasil, 2018.

SELIGMAN, M. E. P.; CSIKSZENTMIHALYI, M. Positive Psychology: An Introduction. **American Psychologist**, v. 55, n. 1, p. 5-14, 2000.

SELIGMAN, M. E. P. Positive Psychology, positive prevention, and positive therapy. *In*: SNYDER, C. R.; LOPEZ, S. L. (Eds.). **Handbook of Positive Psychology**. New York: Oxford University Press, 2002.

SELIGMAN, M. E. P. Foreword: the past and future of Positive Psychology. p. 11-20. *In*: KEYES, C. L. M.; HAIDT, J. (Eds.). **Flourishing: Positive Psychology and the life well lived**. Washington: American Psychological Association, 2003.

SELIGMAN, M. **Florescer**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2019a.

SELIGMAN, M. **Felicidade autêntica**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2019b.

SPANHOL, C. I. D. **Significados e sentidos da formação continuada segundo o Método Ontopsicológico: um estudo com professores do ensino superior**. 2013. 225f. Tese (Doutorado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidad del Mar, Chile, Viña del Mar, 2013.

SPANHOL, C. I. D.; BOER, N. Método Ontopsicológico: contribuições à formação continuada na perspectiva de professores do ensino superior. **Saber Humano**, v. 5, n. 7, p. 53-69, 2015.

SPANHOL, C. I. D. Formação, motivos e sentidos atribuídos ao método ontopsiológico por professores do Ensino Superior. p. 335-347. *In*: FUNDAÇÃO ANTONIO MENEGHETTI. **Ontopsicologia Ciência Interdisciplinar**. Vol. 4. Recanto Maestro: Fundação Antonio Meneghetti, 2019.

WATTS, M.; WATTS, R. Developing soft skills in students. **International Journal Learning**, v. 15, n. 2, p. 1-10, 2019.

WAZLAWICK, P. **Dinâmica de desenvolvimento da personalidade no processo de aprendizagem: o exemplo da Faculdade Antonio Meneghetti**. 2014. 105f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Psicologia com abordagem em Ontopsicologia) – Programa Educacional de Pós-Graduação Profissional em Psicologia, Faculdade de Psicologia, Saint Petersburg State University (SPbU)/Universidade Estatal de São Petersburgo, São Petersburgo, Rússia, 2014.

WAZLAWICK, P. The life and world inside a fiction. *In*: FUNDAÇÃO ANTONIO MENEGHETTI. **Contemporary Pedagogy: Responsibility and Education of the Youth for Future Society**. International Symposium, UNESCO, Paris, set. 2017a. p. 73-80.

WAZLAWICK, P. O método ontopsiológico para jovens. p. 105-130. *In*: FUNDAÇÃO ANTONIO MENEGHETTI. **Ontopsicologia: Ciência Interdisciplinar**. Vol. V. Recanto Maestro: Fundação Antonio Meneghetti, 2020a.

WAZLAWICK, P. The Ontopsychological Method. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 4, p. 22370-22391, abr. 2020b.

WAZLAWICK, P.; SCHAEFER, R. Metodologias ativas e formação empreendedora e de liderança para jovens universitários: a contribuição da Metodologia FOIL. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada**, Blumenau, v. 14, n. 3, p. 19-41, 2020.

WEBER, C. **A imagem fotográfica e seus usos: Aproximações da Ontopsicologia com a Ciência da Informação**. 2018. Tese (Doutorado em Ciências da Informação) – Programa de Estudos Pós-Graduados em Ciência da Informação, Escola de Comunicação e Artes (ECA), Universidade de São Paulo (USP), São Paulo, 2018.