

PSICOLOGIA POSITIVA APLICADA A EDUCAÇÃO: UM OLHAR SOBRE O PENSAMENTO DE PROFESSORES ACERCA DAS VIRTUDES HUMANIDADE E MODERAÇÃO

João Pedro Mardegan Ribeiro ¹

RESUMO

Este trabalho foi realizado como parte das atividades da disciplina de Psicologia da Educação I, desenvolvidas na Universidade de São Paulo. Com base nas Teorias de Seligman (2003) sobre a Psicologia Positiva aplicada a Educação, e no livro aulas felices, foi realizada uma pesquisa qualitativa com dez professores da educação básica, do infantil ao ensino médio. Esta pesquisa consistiu em um questionário contendo nove perguntas baseadas no conhecimento destes acerca da Psicologia Positiva e também das virtudes Humanidade e Moderação, como também foi acompanhado algumas aulas destes professores para observar a abordagem destes princípios em sala de aula. De certo modo foi notado com base nas respostas dadas pelos professores, que estes, em maioria, não conheciam o termo Psicologia Positiva, todavia sabiam alguns princípios desta, e foi observado que estes são aplicados em sala de aula, seja de forma direta com conteúdos propriamente ditos, como também de forma indireta, em abordagem referente as atitudes dos alunos. O objetivo deste trabalho foi averiguar se os professores da educação básica transmitem, além dos conteúdos obrigatórios, atividades referente a práticas de boa convivência, democracia e boas maneiras para com os alunos, assim foi analisado respostas dadas em um questionário, como também assistido a aula destes professores.

Palavras-chave: Psicologia Positiva, Educação Básica, Harmonia, Moderação.

INTRODUÇÃO

Até a segunda metade do século XX, a psicologia tinha um único ponto principal, que era o estudo das doenças mentais. De maneira geral, tem-se que hoje os psicólogos conseguem tratar de doenças que antes, de certo modo, eram confusas, como: depressão, alcoolismo e esquizofrenia, sabendo quais os sintomas e as consequências que estes transtornos causam na vida das pessoas. A partir destes estudos recorrentes acerca das faculdades mentais, é possível minimizar sintomas, todavia, a finalidade da vida, e os aspectos da vivencia designam que as pessoas querem mais do que minimizar sintomas, ou seja, as pessoas estão em uma jornada em busca da felicidade.

Sendo assim, os aspectos norteadores da felicidade, tais como os estudos sobre os aspectos positivos das emoções e do comportamento humano tem se intensificado nos últimos

¹ Graduando do Curso de Licenciatura em Ciências Exatas com habilitação em Física no Instituto de Física de São Carlos da Universidade de São Paulo (IFSC/USP) - SP, membro do grupo de Educação Matemática do ICMC/USP e do Espaço Interativo de Ciências/Centro de Inovação em Biodiversidade e Fármacos – EIC/CIBFar, joao.mardegan.ribeiro@usp.br.

anos, com grande ênfase no bem-estar psicológico do ser humano, e a busca da paz e do prazer, tentando entender quais os benefícios que estes podem proporcionar aos indivíduos, e quais as relações causa-efeito na realização das atividades cotidianas.

O psicólogo Martin Seligman foi um dos primeiros teóricos a descrever aspectos da Psicologia Positiva (PsP), sendo ele autor dos livros: Florescer – uma nova e visionária interpretação da felicidade e do bem-estar (2011), Otimismo aprendido (2004) e Felicidade Autêntica (2002), estes livros trazem à tona paradigmas da Psicologia Positiva com a finalidade de explicar estes pressupostos fora do âmbito científico, bem como, apresentar aspectos teóricos e práticos para desenvolver o otimismo, a motivação e as características da resiliência, sendo estes os pilares para o desenvolvimento do potencial do bem-estar psicológico.

A psicologia Positiva segundo Seligman, apresenta três pilares fundamentais, sendo estes: o estudo da emoção positiva, o estudo dos traços positivos, principalmente as forças e as virtudes, como também as habilidades e o estudo das instituições positivas, como a democracia, a liberdade e a família, que dão suporte as virtudes, que por sua vez apoiam as emoções positivas.

Na obra “Aulas Felices: Psicología Positiva aplicada a la Educación (2010)” de autoria de: Ricardo Arguís Rey, Ana Pilar Bolsas Valero, Silvia Hernández Paniello e María del Mar Salvador Monge, é defendido que a felicidade depende fundamentalmente da nossa atitude interior tal como da nossa atividade deliberada, e para isso é fundamental dispor de fortalezas pessoais e colocá-las em prática ao longo das atividades diárias.

Referente ao estudo da Psicologia Positiva dentro do ambiente escolar, no livro são expostos cinco princípios gerais, sendo estes conectados a atitudes e ações permanentes que contribuem efetivamente para a criação de um ambiente positivo nas escolas, assim como, capaz de potencializar o bem-estar e o aprendizado, favorecendo o desenvolvimento das fortalezas do educador e dos educandos. Sendo eles:

1. A atitude do professorado: Modelos e práticas positivas devem ser adotadas em sala de aula a fim de fazer com que os alunos alcancem de maneira significativa o desenvolvimento de suas fortalezas pessoais;
2. Criar condições de aprendizado que permitam “fluir”: Neste quesito é de se esperar que em sala de aula haja o desenvolvimento (pela interação aluno-professor) de condições de desafio para que as tarefas e o desenvolvimento das fortalezas pessoais dos alunos estejam em equilíbrio com suas habilidades;

3. Promover uma educação que priorize mais a qualidade que a quantidade: De maneira geral, a qualidade de conteúdos ministrados pelo professor deve ser superior a quantidade de conteúdos abordado, já que de fato, deve-se haver concentração de esforço e medidas naquilo que realmente importa para a realidade do aluno e tornar o aprendizado algo que vale a pena ser saboreado e curtido, sem pressa e sendo dedicado tempo necessário para cada situação de aprendizagem;
4. Optar por modelos organizados e metodologias estimulantes e variados: com o perfil subjetivo cada vez mais presente dentro das salas de aula, o professor deve possibilitar que a sala de aula seja um ambiente de trabalho motivador, combinando o aprendizado cooperativo com a metodologia de projetos de trabalho, atuando como ponte de ensino-aprendizado que interesse os alunos, levando estes a não somente realizarem uma apropriação do conteúdo, mas também aprender através da reflexão sobre o aprendizado próprio;
5. Aproveitar diversos programas já existentes que podem ajudar a desenvolver determinadas fortalezas pessoais: este baseia-se na adoção e desenvolvimento de programas dirigidos à potencialização do desenvolvimento pessoal, social e ético dos alunos.

Estes princípios citados acima, com a devida execução destes, o professor consegue trabalhar de uma forma eficiente em favor de virtudes que envolvem o desenvolvimento das fortalezas pessoais específicas nos alunos. Tem-se que o trabalho de contextualizar o conteúdo ensino com os aspectos da Psicologia Positiva em algumas áreas do conhecimento é uma tarefa difícil, todavia, no plano docente deve-se haver sempre metodologias e práticas que envolva a atividade cooperativa dos alunos, o estímulo ao aprendizado e a garantia de atividades que estimule uma aprendizagem significativa.

No livro são descritas seis virtudes e vinte quatro fortalezas que podem ser trabalhadas pelos professores a fim de estimular os alunos ao aprendizado. Para este trabalho foi analisado a Virtude nº3 e a Virtude nº4, e suas respectivas fortalezas.

Virtude nº 3: HUMANIDADE

Esta virtude trabalha com as fortalezas impessoais, relacionado aos princípios do cuidar, oferecer amizade e carinho para com os demais. Trabalha com os aspectos básicos das relações humanas, sendo estes a valorização do coletivo, o respeito e amizade para com as pessoas que estão ao redor.

- Fortaleza 10 – Amor: Esta fortaleza consiste na capacidade de amar, transmitir o amor, e também em ser amado. Este amor é a valorização das relações próximas, um amor de amizade e respeito, é deixar o ambiente agradável e transmitir afeito e cuidado para com os demais. É, de maneira geral, sentir-se próximo às outras pessoas;
- Fortaleza 11 – Amabilidade: esta fortaleza consiste em trabalhar com a bondade, a generosidade, o cuidado, a compaixão, o amor altruísta, e a simpatia. Nesta são abordados os aspectos de fazer favores (estando feliz por fazer isto), realizar boas ações para com os demais, tal como ajudar e cuidar das outras pessoas;
- Fortaleza 12 – Inteligência Social: esta fortaleza consiste na inteligência emocional e inteligência pessoal. É trabalhado a consciência das motivações e sentimentos, tanto de si mesmo, como a dos demais, é saber como se comportar em diferentes situações sociais, saber valorizar as coisas e quais delas são importantes para as outras pessoas. É, de fato, ter empatia.

Virtude nº 4: JUSTIÇA

Esta virtude trabalha com o desenvolvimento de fortalezas cívicas que implicam em uma vida saudável em comunidade. São transmitidos valores éticos e morais, tais como a inserção na sociedade de um cidadão com potencial modificador e justo.

- Fortaleza 13 – Cidadania: esta fortaleza consiste na responsabilidade social, lealdade e no trabalho em equipe. Nesta deve ser trabalhado a boa relação dentro de uma equipe ou grupo de pessoas, a lealdade e fidelidade para com o grupo, como também a realização eficiente das tarefas designadas dentro do grupo, com respeito a divisão das tarefas e democracia nas tomadas de decisão;
- Fortaleza 14 – Sentido de justiça: esta fortaleza consiste em abordar os aspectos éticos da sociedade. É o tratamento igualitário para com todas as pessoas, de acordo com as noções de igualdade e justiça. É, de fato, não deixar que os sentimentos pessoais influenciem nas tomadas de decisões, tal como é dar a todos as mesmas oportunidades;
- Fortaleza 15 – Liderança: esta fortaleza consiste em animar o grupo ao qual se é membro, assim como estimular a realização das atividades. É reforçar as relações entre as pessoas do grupo, tal como organizar as atividades do procurar para que haja um começo de realização e um término eficiente.

Segundo Martin Seligman (2003), a psicologia se desenvolveu ao longo da história concentrada no estudo das fraquezas, dos problemas e no tratamento de doenças que afligem os seres humanos. Mas a psicologia deve trabalhar também no estímulo ao potencial dos seres, de uma evolução gradual e sistemática.

Do ponto de vista educacional, há uma correção entre a educação e a forma com a qual a psicologia se desenvolveu. Por muito tempo, pais, professores e profissionais da educação tem como foco identificar e tratar as fraquezas e déficits dos alunos, assim, de certo, uma educação focada nas dificuldades e não nas fortalezas e qualidades dos alunos. Sabe-se que é preciso valorizar a educação como uma dimensão da própria vida do aluno, sendo assim, o principal papel do professor não deveria ser o de focar nas dificuldades dos estudantes e de certo, naquilo que eles ainda não atingiram, mas sim, o de valorizar os aspectos positivos, estimular constantemente à aquisição de novos conhecimentos, fazer uma ponte entre conteúdo, conhecimento e habilidades, e para isso utilizando os princípios da psicologia positiva.

Quando o homem compreende a sua realidade, pode levantar hipóteses sobre o desafio dessa realidade e procurar soluções. Assim, pode transformá-la e o seu trabalho pode criar um mundo próprio, seu Eu e as suas circunstâncias (FREIRE, 1979, p 30-31)

Assim, de maneira geral, tem-se que a educação deveria se direcionar para algo mais positivo, para uma educação que credencia a edificação dos pontos fortes dos educandos, permitindo que estes alcancem o seu potencial absoluto.

Assim, o foco principal deste trabalho, tal como o objetivo, foi analisar se os professores da educação básica conheciam os aspectos da psicologia positiva e as virtudes Humanidade e Moderação e se trabalhavam estas em sala de aula.

METODOLOGIA

Com a leitura do livro “Aulas Felices: Psicología Positiva aplicada a la Educación”, tal como das obras de Seligman e de Paulo Freire, foi realizada uma pesquisa com professores da Educação Básica para analisar se estes tinham conhecimento sobre a Psicologia Positiva e suas aplicações na educação. Para a obtenção dessas informações foi elaborado um questionário com nove questões com base nas virtudes Humanidade e Moderação, e também foi acompanhado algumas aulas destes professores para analisar o trabalho destas virtudes em sala de aula. Participaram desta pesquisa 10 professores da educação básica.

DESENVOLVIMENTO

Durante um mês um conjunto de alunos da Universidade de São Paulo, se reuniram e discutiram os pressupostos presentes nos referenciais teóricos da psicologia positiva e elaboraram nove questões baseadas nas virtudes Humanidade e Moderação para averiguar se os professores da educação básica trabalhavam com a psicologia positiva em suas aulas. Assim, durante três meses foi conversado, discutido e assistido a aula de alguns professores para analisar as relações entre o ensino-aprendizado dos conteúdos abordados, e se as virtudes Humanidade e moderação eram abordado na aula destes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participou da pesquisa 10 professores da educação básica, sendo oito deles professores da rede pública, um deles leciona na rede pública e privada, e outro somente na rede privada.

Professor I: Leciona na Educação Infantil e no Ensino Fundamental, ambos na Rede Pública;

Professor II: Leciona na Educação Infantil na Rede Pública;

Professor III: Leciona a disciplina de Química no Ensino Médio, e também no EJA (Ciências e Matemática) ambos na Rede Pública;

Professor IV: Trabalha no Ensino Fundamental II e Médio, lecionando Língua Portuguesa, Inglês e Espanhol na Rede privada;

Professor V: Leciona Matemática no Ensino Fundamental II e Médio na Rede Pública e Privada;

Professor VI: Leciona no Ensino Infantil na Rede Pública.

Professor VII: Leciona Física no Ensino Médio na Rede Pública

Professor VIII: Leciona Ciências no Ensino Fundamental e Física no Ensino Médio, ambos em uma escola de período integral na rede pública;

Professor IX: Leciona Ciências no Ensino Fundamental e Química no Ensino Médio, ambos em uma escola de período integral na rede pública;

Professor X: Leciona a disciplina de Educação Artística no Ensino Infantil e Fundamental na rede pública.

Questão 1: Você conhece ou já ouviu falar sobre a Psicologia Positiva? Se sim, explique sucintamente o que sabe.

De modo geral, 8 entrevistados não conheciam o termo psicologia positiva. Apenas o professor II e o professor V conheciam e disseram ter feito leituras acerca disso no âmbito universitário. O professor III, disse que com este nome nunca ouviu, todavia, foi dito que nas

aulas do EJA (Educação de jovens e adultos) é discutido temas voltados a cidadania, direitos humanos e qualidade de vida, e nas aulas do ensino médio é realizado projetos individuais com os quais é trabalhado a empatia e cultura, com o objetivo de reflexão sobre o ser social e ações no coletivo.

Questão 2: Você sabe algo sobre a Psicologia Positiva aplicada à educação? Se sim, explique sucintamente o que sabe.

Esta questão reflete muito acerca da questão feita anteriormente devido ao fato de serem parecidas. 5 professores disseram não saber nada, 3 dos professores que disseram não conhecer o termo psicologia positiva, disseram que poderia ser algo de valorização do ensino, como por exemplo o professor III, que disse que não conhece com esse nome, mas os professores da sua escola leem textos em horários coletivos que abordam práticas cidadãs e propõem ações que enfatizam esses temas, acreditando que isso seja uma tendência, uma vez que a sociedade está carente de movimentos sociais voltados para a prática do bem. Já os professores II e V que conheciam este termo, disseram que a psicologia positiva trabalha com a valorização das qualidades humanas, trazendo bem-estar para os alunos e professores, enfatizando o respeito, perdão, gratidão e amor.

Questão 3: Você como Professor leva aos alunos contos que narram histórias de amor? (Aquele amor de família e amigos) e abordam esse tema dentro dessas histórias? Se não, por quê?

Todos os professores que lecionam disciplinas nas áreas das ciências exatas/natureza disseram que não conseguem fazer abordagens sobre isto, uma vez que o conteúdo mais abstrato de suas áreas não permite uma explanação acerca de contos que envolva a reflexão sobre o amor. O professor III, que leciona no EJA disse que com estes, ele tem a oportunidade de ler textos e fazer momentos de reflexão que são proveitosos e que geram ações pela escola, principalmente em projetos coletivos. Na educação infantil como também nas aulas de disciplinas de Linguagens, trabalhar estes aspectos é mais fácil, segundo os professores, uma vez que pode-se criar rodas de conversas, debates sobre textos e releitura de contos. Com crianças pequenas também é mais fácil salientar sentimentos bons, buscando contribuir na formação de bons valores.

Questão 4: Em relação às suas aulas, você expõe e pede atividades que envolvam o pensamento sobre o amor? Principalmente quando fala da família? Abordaria?

Apenas dois dos entrevistados responderam que não fazem atividades e também não abordaria, novamente citando a dificuldade em encaixar estes tópicos nas aulas de exatas. Os

professores da Educação Infantil, e Ensino Fundamental, e EJA, disseram abordar atividades que abordam o respeito para com os pais, colegas e professores, tal como realizam atividades com foco na formação de vínculos, das boas interações, da formação da identidade, aceitação de si e do outro, citando que este tema é indispensável nas aulas. Já no ensino médio, os professores fazem apenas comentários acerca da importância da família, mas não correlacionando a conteúdos propriamente ditos.

Questão 5: Em suas aulas é abordado o tema “Amor”?

Apenas 3 dos entrevistados disseram não abordar este tema em sala de aula. Os professores I e II, disseram abordar este tema relacionando ao respeito de aluno para aluno. Os professores IV, V e VI disseram fazer uma correlação entre o conteúdo para com o amor pelo aprendizado, como por exemplo, o professor VI disse que faz rodas de conversas, projetos, e conta histórias sempre destacando a questão dos bons sentimentos e como estes são importantes para a vida das pessoas. Os demais professores disseram abordar indiretamente, apenas com conversas com os alunos.

Questão 6: Você faria rodas de leitura com contos de amor? (a fim dos alunos adotarem as perspectivas aprendidas e colocar em prática)

Apenas os professores VIII e X disseram que não adotariam tal prática em sala de aula. Os professores I, VI, VII, IX, disseram que eventualmente poderia realizar uma atividade desta. O professor V, disse ser difícil fazer tal atividade em aulas de matemática, todavia poderia realizar algum projeto relacionado ao amor pela matemática. Já os demais professores, disseram que poderia trabalhar com contos que abordassem o tema amor, mas não somente contos, músicas também, incentivando ao abraço e cuidado com o colega, o incentivo a inclusão.

Questão 7: É difícil encaixar o tema “amor” dentro dos tópicos específicos, como nas ciências exatas e naturais, mas como você professor explica que as leis da natureza foram percebidas pelo amor que os teóricos tinham pelo estudo e realização das atividades que levaram a grandes descobertas?

Os professores VII, VIII e X disseram que apenas ensina os conteúdos específicos, não falam sobre o amor desses cientistas pelo estudo constante. Os professores IV e V disseram que já tentaram enfatizar que as grandes descobertas foram realizadas por teóricos que tinham amor pela atividade que desempenharam, porém essa relação não é aceita pelos alunos. O professor III disse que sim, e acredita que trazer a biografia de cientistas e teóricos, tais como a história da ciência para a sala de aula aproxima o pensamento do aluno com estas personalidades, também disse que o próprio método científico é um processo demorado, o que mostra a

persistência e paciência em explicar uma teoria e se tem exemplos que cientistas que entraram em conflitos pessoas como Darwin, com sua teoria, o que humaniza essas personalidades e mostram emoções que são tão importantes no conhecimento do Universo. Os professores I, II, VI, entenderam que as leis da natureza referida na questão era ensinamentos acerca da harmonia entre o homem e Deus, e disseram que sempre trabalham esses aspectos em sala de aula.

Questão 8: Você explica aos alunos os princípios que norteiam a boa convivência, a democracia, o amor pelo próximo, a simpatia, o respeito e a justiça? Se não, por quê?

Todos os professores disseram que explicam estes tópicos em sala de aula, a maioria disse que estes princípios são trabalhados nos momentos de realização de projetos e trabalhos em grupo. O professor III disse que trabalha estes princípios com muita frequência, principalmente para com os jovens, que, infelizmente uma grande parte deles são alheios e indiferentes ao conhecimento, de modo que eles acreditam muito na informação recebida por mídias virtuais, e não na construção do conhecimento para o bem comum. O professor VI disse também que trabalha estes princípios o tempo todo, utilizando de todas as ocasiões e oportunidades possíveis para exemplificar e contextualizar para a criança a aplicação deste tema na vida cotidiana.

Questão 9: Práticas de convivência, e como chegar à harmonia é praticado em suas aulas?

Todos os professores disseram que desenvolvem práticas de convivência para chegar a harmonia em suas aulas. Os professores que lecionam na Educação Infantil e no Fundamental, ciclo I costumam desenvolver atividades que incentiva o respeito um com os outros, com músicas, brincadeiras e combinados entre o professor e os alunos. O professor entrevistado que leciona na EJA, disse trabalhar tais aspectos com leituras de textos e questões que abordam temas sociais. Os demais professores disseram que isto é praticado no momento de chamar a atenção da turma.

Análise das abordagens das virtudes Harmonia e Moderação nas aulas assistidas dos professores:

Tabela I: Abordagem dos professores em sala de aula

Professor	Conversa com os alunos sobre a importância da família e dos amigos	Conversa com os alunos sobre o respeito para com os demais (boa convivência)	Conversa com os alunos sobre a importância da democracia e igualdade	Conversa com os alunos sobre a importância de fazer com amor as atividades que realiza
1	Sempre	Sempre	Sempre	Sempre
2	Sempre	Sempre	Sempre	Às vezes

3	Sempre	Sempre	Sempre	Sempre
4	Sempre	Sempre	Às vezes	Às vezes
5	Às vezes	Sempre	Às vezes	Nunca
6	Sempre	Sempre	Às vezes	Sempre
7	Às vezes	Sempre	Às vezes	Sempre
8	Nunca	Às vezes	Às vezes	Nunca
9	Às vezes	Sempre	Sempre	Às vezes
10	Sempre	Sempre	Sempre	Sempre

Fonte: Elaborada pelo autor

De maneira geral os professores abordam as virtudes Harmonia e Moderação em sala de aula, seja como conteúdo propriamente dito, como também de uma forma mais subjetiva, seja na realização de trabalhos como também no momento de chamar a atenção da sala para alguma atitude deles.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Uma vez discutido que a educação está focada no tratamento da dificuldade dos alunos e de certo, a psicologia positiva aplicada à educação é uma forma de buscar o desenvolvimento de habilidades e virtudes, este trabalho resultou na verificação de quanto a psicologia positiva e o desenvolvimento das virtudes e fortalezas eram conhecidas e trabalhadas pelos professores do ensino básico.

As virtudes: Humanidade (fortalezas – amor, amabilidade e inteligência social) e Moderação (fortalezas – capacidade de perdoar, humildade, prudência e autocontrole) são necessárias para um bom convívio social, uma vez que são complementares em vista da finalidade da escola, e de tal forma, da educação, que é preparar o aluno para o futuro, além de transmitir conhecimentos científicos e históricos, o aluno tem que sair com ética, respeito e democracia para uma boa vivência social.

O objetivo da educação na escola pública é atingir a qualidade social para todos e cada um dos seus alunos; garantir de forma sistemática a apropriação do conhecimento acumulado pela humanidade; desenvolver as diversas habilidades; contribuir para o desenvolvimento integral do sujeito histórico; para ter visão de mundo coesa, coerente e consistente; resolver conflitos individuais, de grupos e coletivos; alicerçada em valores éticos; estimular, promover e oportunizar o processo

de construção coletiva, participativa na sociedade para manter e/ou transformá-la de forma consciente, crítica, criativa e responsável. (Secretária Municipal de Educação da Prefeitura de Paulínia)

Analisando as respostas dada pelos professores nos questionários, tal como as aulas assistidas, foi possível observar que grande parte dos professores não conheciam a Psicologia Positiva, tal como suas aplicações na Educação, todavia apenas o termo era desconhecido, uma vez que eles tinham noção e abordagem estes princípios, virtudes e fortalezas em sala de aula, principalmente os professores da Educação Infantil e Fundamental Ciclo I, sendo estas abordagens direta, como conteúdo propriamente dito, ou de forma indireta, quando os alunos apresentavam comportamento não adequado para a sala de aula e precisavam ser repreendidos.

De modo geral, os professores do Ensino Infantil e Fundamental, tal como os professores do ensino médio na área de Linguagens e Ciências Humanas conseguem aplicar tais tópicos referente a psicologia positiva em suas aulas, uma vez que envolvem mais atividades humanas que consideram aspectos sociais, filosóficos, boas intenções, formação de identidade e formação de vida (seja de si mesmo ou a do outro) assim como a democracia para poder exercer seu papel de cidadão, com ética e respeito. Os professores das áreas de Ciências Exatas e Naturais sentem mais dificuldade em abordar essas virtudes porque é difícil inserir/trabalhar/desenvolver estes tópicos específicos dentro dos conteúdos de ensino destas disciplinas, assim, a menos que seja História da Ciência, os tópicos específicos das exatas apresentam mais cálculos, equações e formulas, não abrindo muito espaço para outras discussões.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, Ludgleydson Fernandes de. A psicologia positiva como fomentadora do bem-estar e da felicidade. *Psicol. estud.* [online]. 2013, vol.18, n.4, pp.753-755. ISSN 1413-7372.

CALVETTI, Prislá Ücker; MULLER, Marisa Campio; NUNES, Maria Lúcia Tiellet. Psicologia da saúde e psicologia positiva: perspectivas e desafios. *Psicologia: Ciência e Profissão*, Brasília, v.27, n.4, p.706-717, dez.2007.

Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932007001200011&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 10 out. 2017.

FREIRE, P. & SHOR, Ira. Medo e ousadia: o cotidiano do professor. 11 ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2006.

FREIRE, Paulo. Pedagogia do oprimido. 42 ed. Rio de Janeiro: Paz e terra, 2005.

_____. Educação e mudança. 15 ed. Rio de Janeiro: Paz e terra, 1979.

PANIELLO, S.H. et al. Programa Aulas Felices. Psicología aplicada a la Educación. 1 ed. Octubre de 2010. Disponível em: <https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/203401/Aulas+felices+documentaci%C3%B3n.pdf/3980650d-c22a-48f8-89fc-095acd1faa1b>. Acesso em 9 de julho de 2019.

Seligman, M. E. P. (2003). *Felicidade Autêntica*. Rio de Janeiro: Ponto de Leitura.

RAMALHO, Luciano. Objetivo da educação na escola pública. Prefeitura Municipal de Paulínia. Secretária Municipal de Educação (SMEDU). Disponível em: <http://www.paulinia.sp.gov.br/secretarias?id=7&Titulo=Secretaria%20Municipal%20de%20Educa%C3%A7%C3%A3o%20-%20SMEDU>. Acesso em 12 de Janeiro de 2018.