

PROJETOS DE VIDA E FELICIDADE DE JOVENS BRASILEIROS

Mariana Fancio Gonçalo *
Valéria Amorim Arantes **

Resumo: Ao longo de nossa existência, a questão de como conduziremos a vida se coloca a todo instante, em alguns mais fortemente, em outros de maneira mais discreta, negligenciada ou até mesmo ignorada. De todo modo, os rumos que daremos à vida são definidos insistentemente a todo o momento. De maneira mais específica, nossos projetos de vida é que norteiam e dão sentido às ações e decisões diárias. O presente estudo teve como objetivo identificar e compreender os projetos de vida de jovens brasileiros estudantes do ensino médio, bem como suas concepções sobre felicidade. A partir dos dados coletados com 120 estudantes de escolas públicas das cinco regiões brasileiras, procurou-se identificar as possíveis relações entre projetos de vida e significados de felicidade. Os dados foram analisados de acordo com os pressupostos da Teoria dos Modelos Organizadores do Pensamento, exigindo um trabalho minucioso e sem categorias prévias de análise. Os resultados indicaram que a maior parte dos participantes apresentou estruturas frágeis em relação a seus projetos de vida. No que se refere à felicidade, foi significada pela maioria em termos de relações interpessoais, ligada à convivência. Os resultados encontrados podem contribuir de forma significativa para que pais e educadores orientem os jovens na construção de projetos de vida nobres e autênticos, bem como promovam a felicidade e o bem-estar.

Palavras-chave: projeto de vida; felicidade; modelos organizadores do pensamento

PURPOSES AND HAPPINESS OF YOUNG BRAZILIANS

Abstract: Throughout our existence, the question of how we will conduct our life arises all the time, some more strongly, others more discreetly, neglected, or even ignored. In any case, the directions we will give to life are constantly defined. More specifically, our life projects that guide and make sense of our daily actions and decisions. This study aims to identify and understand the beliefs that young people have in relation to their projections for their future and what they consider happiness. From the data collected with 120 students from public schools of five Brazilian regions, we sought to identify the possible relations between life projects and meanings of happiness. The research was based on the Organizing Models of Thinking theory as a theoretical and methodological framework. The results indicated that most participants showed fragile structures in relation to their purposes. About happiness, it was meant by the majority in terms of interpersonal relations. The results can significantly contribute to that parents and educators can guide young people in the construction of noble and authentic purposes, as well as promote the happiness and well-being.

Keywords: Purpose. Happiness. Organizing models of thinking.

Se buscarmos situar a felicidade na Filosofia, poderíamos citar diversos teóricos que contribuíram para o entendimento dessa temática, desde Zenão de Cítio, até Aristóteles e Kant (FERRY, 2007; WHITE, 2009; ARISTÓTELES, 2001). Na Psicologia, também há estudiosos que agregaram para a compreensão sobre

como podemos alcançar a felicidade, desde Sigmund Freud (FREUD, 1997) até pesquisadores da Psicologia Positiva (SELIGMAN, 2004; 2012; CSIKSZENTMIHALYI, 1992).

Há também, estudos que buscam identificar quais os componentes que compõem a felicidade, se culturais, genéticos ou adquiridos e o quanto nos adaptamos aos eventos e situações da vida (LYUBOMIRSKY, SHELDON, SCHKADE, 2005; BRICKMAN, COATES, JANOFF-BULMAN, 1978; HELLIWELL, HUANG, WANG, 2016). Outros trazem luz à questão material e/ou financeira e como ela afeta os níveis de felicidade (DIENER; BISWAS-DIENER, 2002; KASSER, RYAN, 1996; KASSER, 2002). Vale ressaltar também as pesquisas e levantamentos realizados internacionalmente para aferir o nível de felicidade das diferentes populações e os possíveis fatores que impactam no sentimento de felicidade, como por exemplo, o Índice de Felicidade Bruta (FIB), ou a World Values Survey, entre outros.

A neurociência também tem trazido contribuições para o entendimento dos mecanismos cerebrais envolvidos na felicidade e como é possível “treinar” a ativação dessas áreas ou, ao contrário, conhecer os mecanismos que prejudicam a promoção da felicidade (DAVIDSON, SHUYLER, 2015; SCHUYLER *et al.*, 2014; SCHAEFER *et al.*, 2013; SINGER, KLIMECKI, 2014).

Damon (2009) acredita que o projeto vital é o alicerce para o alcance da realização e da felicidade, e que jovens descomprometidos e desengajados com seus futuros e sem projetos podem ter satisfação imediata hedonista, porém, sofrem de desmotivação, apatia e até perturbações psicológicas, como isolamento social, distúrbios alimentares, de sono, entre outros. Para Damon, o “[...] projeto vital é uma razão mais profunda para os objetivos e motivos imediatos que orientam a vida cotidiana.” (DAMON, 2009, p. 43). Assim, a partir de ações significativas e motivadoras, busca-se aprimoramento e aprendizado constantes, bem como satisfação e engajamento em atividades. Damon destaca dois aspectos centrais em sua definição de projeto vital, a saber: a estabilidade (intenção de longo prazo e alcance, não apenas imediata), e a generalização (não se refere apenas ao aspecto pessoal, mas tem impacto na sociedade e/ou no mundo) (DAMON, 2009; DAMON; MENON; BRONK, 2003).

Dessas definições, é possível depreender-se que não é qualquer projeto que pode ser considerado vital. Para que seja qualificado como tal, além da estabilidade e

da generalização, o projeto de vida deve ser central para o sujeito, bem como motivador e organizador de sua vida, uma vez que envolve seus desejos e aspirações. Vale ressaltar que essa estabilidade à qual Damon (2009) se refere não se relaciona a algo imutável e permanente, mas a um projeto que é flexível, porém, duradouro, que se mantém ao longo do tempo. O projeto de vida não é necessariamente complexo e ambicioso, podendo ser modesto e singelo. Fica evidente que o projeto vital é central na formação da identidade, uma vez que considera aspirações, crenças e valores.

É possível, então, ter um melhor entendimento da indissociabilidade entre cognição e emoção, uma vez que as projeções de futuro dos jovens não apenas envolvem a dimensão afetiva, como esta assume papel essencial para os rumos que serão dados a tais projeções, proporcionando maior ou menor engajamento às suas metas.

Nota-se, então, que no julgamento e nas ações morais, assim como no processo de construção da personalidade moral e dos valores do sujeito, os sentimentos e emoções positivos voltados para a valorização de si mesmo, bem-estar pessoal, felicidade e autorrealização, desempenham um importante papel. Eis uma dimensão dos projetos de suma importância para o campo da educação moral. (ARANTES, 2012, p. 234).

Conforme visto na definição de projeto vital, este está intimamente ligado à ideia de bem-estar, realização e felicidade. Segundo Damon, “[...] um propósito pode organizar uma vida inteira, concedendo-lhe não apenas significado, como também inspiração e motivação para o aprendizado contínuo e realização.” (DAMON, 2009, p. 43).

Diante da complexidade das temáticas apresentadas, utilizamos como referencial teórico-metodológico a Teoria dos Modelos Organizadores do Pensamento, estruturada por Moreno Marimón, Sastre, Bovet e Leal (1988/2000), que nos possibilitou realizar uma análise qualitativa sobre os projetos de vida dos jovens, bem como o significado atribuído à felicidade, respeitando sua idiossincrasia e, ao mesmo tempo, detectando suas semelhanças e diferenças. A partir desse referencial, tem-se uma maior fidedignidade aos dados, pois não se trabalha com categorias prévias de modelos organizadores, já que eles são identificados a partir das respostas dos sujeitos e não por inferências prévias do(a) pesquisador(a).

A partir da “realidade”, cada sujeito seleciona e organiza uma série de elementos e significados, com base nos quais constrói um modelo organizador. Nesse sentido, o modelo organizador é a “realidade” construída de cada sujeito, é a representação da realidade elaborada pelo sujeito, individualmente, como consequência das informações que seleciona e das implicações que emergem dessas inferências (MORENO *et al.*, 1999).

Dessa forma, a Teoria dos Modelos Organizadores considera que cada pessoa significa a realidade de maneira diferente e peculiar, a partir das representações que elabora por meio de modelos, os quais incorporam afetos, desejos, representações sociais, etc. Isso implica dizer que o conhecimento não é apenas um espelho da realidade, mas um processo de construção em que o sujeito tem papel ativo e fundamental. Ainda que os modelos organizadores possam apresentar semelhança com a realidade, nem todos os elementos da realidade fazem parte do modelo organizador de cada sujeito. Para reconhecer como cada indivíduo constrói seus modelos organizadores, é importante considerar as atividades que o sujeito realiza no processo de elaboração de um modelo, ou seja, detectar quais elementos ele seleciona e abstrai, quais significados atribui a eles e quais as implicações que emergem da relação entre tais elementos.

Nos últimos anos, com o propósito de estudar os projetos de vida na juventude e seus aspectos afetivos, autores passaram a adotar a teoria dos Modelos Organizadores do Pensamento como instrumento teórico-metodológico de seus trabalhos empíricos (ARANTES, 2013; DANZA, 2014; GOMES, 2016; PINHEIRO, 2013; ULLER, 2012).

A busca pelo bem-estar, pela felicidade e pela autorrealização, que se traduzem nos sentimentos e emoções comentados nestas pesquisas pelos jovens e que dão significado a suas metas, escolhas e ações, parecem fundamentais para motivá-los a construir seus projetos de vida e neles permanecerem engajados. Assim, a efetivação de um projeto não pode prescindir da dimensão do desejo, da vontade, o que é fundamental inclusive para que o sujeito adote uma postura ativa diante das situações vivenciadas e dos objetivos que pretende alcançar. Nesse sentido, o presente estudo teve como objeto de estudo a compreensão dos projetos de vida de jovens brasileiros, bem como os significados de felicidade atribuídos por eles e suas possíveis relações.

Método

Participantes

Participaram deste estudo 120 jovens de Ensino Médio de escolas públicas, considerando a proporção de alunos matriculados (normal/magistério e integrado) de escolas urbanas em cada uma das regiões, de acordo com dados de 2014 (Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, 2016).

Para a coleta de dados, considerou-se as cinco macrorregiões brasileiras (Norte, Nordeste, Centro-Oeste, Sudeste e Sul), estabelecidas em 1970 pelo IBGE. Em cada região, para se definir a localidade de aplicação, foi considerada uma metrópole e uma capital regional C de cada uma delas. De acordo com a classificação adotada pelo IBGE, “metrópoles” são os principais centros urbanos do país, tendo destaque por sua influência abrangente, grande porte e intensos relacionamentos entre si; e “capitais regionais C” são aquelas cidades cuja população atinge até 250 mil habitantes. A amostra de cada região foi proporcional ao seu percentual na distribuição da população juvenil brasileira de estudantes do Ensino Médio de escolas públicas (N = 12; NE = 32; CO = 8; SE = 50; S = 18).

Instrumento

A partir de diversos estudos realizados sobre o tema “projeto de vida”, em especial o trabalho de Damon (2009), buscamos elaborar um instrumento que pudesse abarcar a complexidade do tema relacionado a projeto de vida e felicidade. Damon coordenou um projeto dedicado a essa temática na Stanford University, no *Stanford Center on Adolescence*, chamado *Youth Purpose Project*, e construiu um questionário, já consolidado e largamente utilizado para investigar o tema do projeto de vida. O instrumento apresenta questões relativas ao *self*, às mudanças que o jovem gostaria de ver no mundo e de que forma contribuem para isso, e também questões específicas sobre o projeto de vida propriamente dito. Apoiamo-nos, também, em trabalhos sobre projetos de vida e que utilizaram a teoria dos Modelos Organizadores como referencial teórico e metodológico.

Com base nesses estudos e pesquisas, que permitiram muitas referências para a elaboração do questionário, adaptamos inicialmente o instrumento de Damon (2009)

e, uma vez que o foco da atual pesquisa abrange o tema da felicidade, foram inseridas questões específicas, direcionando o participante a pensar e relacionar a felicidade com as questões respondidas, totalizando 24 questões abertas¹.

Procedimento

Depois de definirmos o instrumento final a ser utilizado, o próximo passo foi cadastrar cada questão no *software online Survey Monkey*.

Coleta de dados

Depois da explicação e da autorização da realização da pesquisa, a aplicação do questionário foi feita presencialmente em todas as escolas, com datas previamente agendadas com a coordenação e direção de cada instituição, já com a definição da quantidade de jovens a responderem o questionário, de ambos os sexos.

A pesquisa foi realizada em salas de informática, pois cada estudante do Ensino Médio deveria ter acesso a um computador para poder responder as questões por meio de um *link* na internet, gerado pelo sistema *Survey Monkey*.

Análise dos dados

Utilizou-se o referencial teórico-metodológico da Teoria dos Modelos Organizadores do Pensamento (Moreno Marimón *et al.*, 1988/2000). Inicialmente, foi realizada uma leitura de todas as respostas dadas às perguntas do questionário relacionadas à primeira etapa (projeto de vida), fornecendo uma visão geral de cada um dos participantes. Após diversas leituras, foi possível identificar os modelos organizadores do pensamento no que se refere aos projetos de vida.

De posse dessas informações, o próximo passo foi ler e categorizar novamente todas as respostas dos participantes, dessa vez com o foco na significação dada à felicidade por cada um deles. Com isso, foi possível agrupar as respostas em categorias de análise.

Considerações éticas

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo, protocolada sob o número 036/2013. De acordo com a Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, foram elaborados e aplicados os termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), garantindo o caráter voluntário da participação, bem como o respeito às diretrizes éticas que regem a pesquisa com seres humanos.

Resultados e discussão

A partir da análise dos dados obtidos dos questionários com os jovens, foram identificados seis modelos organizadores do pensamento referentes aos seus projetos de vida. A ordem em que aparecem não indica hierarquia, é apenas uma maneira de apresentá-los.

Modelo 1: Projeções frágeis

A característica central desse modelo é a dificuldade em expor projeções para o futuro ou, quando presente, isso se deu de maneira muito vaga e esvaziada de significados. Muitas respostas foram dadas de forma curta e pouco elaborada. Conseqüentemente, as implicações entre os elementos centrais e os significados apresentaram-se de forma frágil, com pouca articulação entre as respostas.

Não sei responder. Espero que seja boa, não consigo imaginar um futuro. Não tenho. (15 anos, sexo feminino, São Paulo/SP).

Modelo 2: Projeções idealizadas

O significado atribuído às projeções desse modelo envolve elementos positivos bastante presentes, ou até mesmo realidades aparentemente inatingíveis, caracterizando idealizações dos projetos futuros.

Este modelo caracteriza-se essencialmente por apresentar alguns elementos no que se refere à construção de um projeto de vida, porém, sem a demonstração de ações claras para concretizá-los, com ausência da noção de um percurso e de uma trajetória para o alcance de tais projetos, tornando-se, ao longo das respostas, projeções sem consistência.

Quero ser cantor ou ator muito famoso, quero ser muito rico, e quero viajar o mundo todo. Eu queria ter nascido rico e vou mudar isso, posso não ter nascido em um berço de ouro mais vou ser um grande milionário... Está escrito nas estrelas.... Espero que seja ótima. Espero que eu já esteja trabalhando em um canto ótimo e já esteja fazendo os meus cursos. Primeiro é realizar o meu sonho e já ter realizado o meu sonho assim eu vou querer realizar cada sonho das pessoas da minha família... Assim isso pra mim vai ser um projeto de vida. Ser rico e estar cantando pelo mundo todo... (18 anos, sexo masculino, Fortaleza/CE).

Modelo 3: Família

A “família” foi o elemento central presente nas representações, tanto no presente como no futuro. Todos os participantes desse modelo projetam construir a própria família no futuro.

Os significados atribuídos ao elemento central “família” são relacionados a apoio, segurança, proteção, fonte de felicidade e de amor.

Família, minha família é unida, todos são próximos, existe companheirismo entre todos, principalmente com meus irmãos. Pra mim, minha maior felicidade é a família, pois quando estivermos com problema sempre vamos ter um ao outro. Sim, porque tenho uma família unida, amigos, saúde, tenho uma estabilidade familiar, uma casa onde me sinto bem perto de pessoas que amo. E estou vendo que a cada dia estou chegando mais perto de realizar meu sonho de seguir uma carreira e poder construir um futuro melhor pra mim. Imagino que estejam completamente realizados meus projetos e planos, com minha própria família, será importante se algumas dessas coisas acontecerem, meus filhos e minha família. (18 anos, sexo feminino, Belém/PA).

Modelo 4: Família e Deus

A “família” aparece como elemento central, porém, neste modelo, Deus ganha evidência e se apresenta como componente central juntamente com a família. Ambos os elementos comparecem nas respostas referentes aos tempos presente e futuro.

Os elementos centrais são basicamente significados como fonte de apoio, de proteção e de amor.

Minha família é tudo pra mim, minha inspiração, minha alegria, meu tudo. Deus é o início de tudo, aquele que deu origem a mim, a minha família, aquele que cuida e protege, nos ama. A música é o meu lazer, meu hobby, minha inspiração, é tudo pra mim, não vivo sem escutar música e sem fazer música. Minha família, meu trabalho, Deus e meus filhos. Porque é o que importa pra mim, já estarei estabilizada, tudo estará organizado e funcionando bem. (14 anos, sexo feminino, Dourados/MS).

Modelo 5: Família e trabalho

Como elemento central nas respostas deste modelo, destacam-se a família e o trabalho. Isso significa que os jovens projetam compor sua própria família e ela está presente nas respostas referentes ao tempo presente e no futuro. O “trabalho” também comparece como elemento central ao longo de todas as respostas.

Daqui há 5 anos, estarei com 20 anos, me imagino no meu terceiro ano de faculdade de direito, na Unifap, me imagino não namorando, mas me dedicando aos meus estudos, me imagino ainda amiga das minhas amigas de agora, me imagino ainda com os meus pais, me imagino já estagiando em algum lugar, me imagino... Bem. Completar o ensino médio, sair da escola com 17 anos, passar na prova do Enem e entrar na Unifap em Direito, estagiar e assim me formar para ser um futura juíza, me apaixonar, me casar, ter filhos e ser feliz com isso, envelhecer e não me arrepender de nada, me lembrar de tudo que passei e que isso seja motivo de risos futuros e boas lembranças. (15 anos, sexo feminino, Macapá/AP).

Modelo 6: Trabalho

Os jovens deste modelo relatam como elemento central em seus discursos o trabalho, uma vez que seus projetos de vida estão diretamente ligados a ele, e algumas vezes, também à família de origem, mas não a uma família a ser construída.

Sou estudante do primeiro ano do ensino médio e técnico integrado de administração. Trabalho em um salão de cabeleireiro como maquiadora e auxiliar de cabeleireiro. Apesar da correria do dia a dia, eu me sinto muito bem, pois sei que essa fase é preciso para o meu amadurecimento e evolução. Sim, muito. No momento estou cheia de oportunidades a encarar, e amo essa sensação. Amo coisas novas, amo rotina nova e me empenhar para ter um futuro bom. Vou estar no primeiro ano do curso superior de Estética, e vou estar com vários cursos técnicos concluídos na área que quero me profissionalizar, que é a área da beleza.

Pretendo me formar, ser uma excelente profissional. (15 anos, sexo feminino, Sumaré/SP).

Apresentamos a seguir uma análise quantitativa dos modelos apresentados e o total de participantes que aplicaram cada modelo.

Tabela 1 Modelos organizadores do pensamento relacionados aos projetos de vida

| Modelos organizadores do pensamento ligados aos projetos de vida | <i>n</i> | % |
|--|----------|------|
| Modelo 1 – Projeções frágeis | 55 | 45,8 |
| Modelo 2 - Projeções idealizadas | 16 | 13,3 |
| Modelo 3 - Família | 20 | 16,6 |
| Modelo 4 - Família e Deus | 5 | 4,1 |
| Modelo 5 - Família e trabalho | 20 | 16,6 |
| Modelo 6 - Trabalho | 4 | 4,1 |

Fonte: as autoras, com base em dados da pesquisa (2016).

É possível notar, pela Tabela 1, que a maioria dos(as) participantes aplicou o Modelo 1 – Projeções Frágeis, e na sequência os Modelos 3 e 5, ambos envolvendo os elementos “família”.

Descrição das categorias de análise referentes às significações dadas à felicidade

Para contemplar os objetivos da pesquisa, não poderíamos perder de vista a questão da felicidade, presente nas perguntas e também nas respostas dos(as) participantes. Dessa maneira, a etapa seguinte foi a categorização relacionada ao tema “felicidade”, a partir do qual pudemos elencar diversas categorias.

Foi realizada novamente a análise de todos os protocolos, considerando todas as respostas, mas com foco prevalente nas questões e respostas que se referiam ao tema da felicidade. Diante dessa nova apreciação, foi possível perceber as diversas significações atribuídas à felicidade.

A análise minuciosa das respostas permitiu identificar diferentes categorias em relação aos significados, conforme podemos visualizar por meio da Tabela 2:

Tabela 2 Categorias de análise referentes à felicidade

| Categorias | n | % |
|---------------------------------------|----------|----------|
| Relações interpessoais | 114 | 95 |
| Definição frágil de felicidade | 4 | 3,3 |
| Bens materiais | 1 | 0,8 |
| Conquista | 1 | 0,8 |
| TOTAL | 120 | 100 |

Fonte: as autoras, com base em dados da pesquisa (2016).

Depois de identificados e descritos os modelos organizadores do pensamento ligados aos projetos de vida, bem como as categorias referentes à significação de felicidade, o próximo passo foi realizar um cruzamento desses dados, conforme demonstra a tabela 3, a seguir.

Tabela 3 Cruzamento entre os modelos organizadores do pensamento relativos aos projetos de vida e às categorias de análise de felicidade

| | | Felicidade – categorias | | | |
|----------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------|------------------------|----------------|
| | | 1 Relações interpessoais | 2 Definição frágil | 3 Bens materiais | 4 Conquista |
| Projeto de vida | Modelo 1 (frágeis) | 49 | 4 | 1 | 1 |
| | Modelo 2 (idealizados) | 16 | 0 | 0 | 0 |
| | Modelo 3 (família) | 20 | 0 | 0 | 0 |
| | Modelo 4 (família e Deus) | 5 | 0 | 0 | 0 |
| | Modelo 5 (família e trabalho) | 20 | 0 | 0 | 0 |
| | Modelo 6 (trabalho) | 4 | 0 | 0 | 0 |

Fonte: as autoras, com base em dados da pesquisa (2016).

O que salta aos olhos na Tabela 3 é que o único modelo que obteve participantes em todas as categorias de felicidade foi o Modelo 1 (projeções frágeis). Assim, é possível visualizar que todos os participantes que aplicaram outros modelos

relativos ao projeto de vida, exceto o Modelo 1, definiram a felicidade envolvendo a temática das relações interpessoais.

Discussão

A grande complexidade que se apresenta quando abordamos o tema da felicidade é que não existe um termo neutro para defini-la.

Pode haver flutuações e até mesmo mudanças radicais ao longo do tempo na abordagem da felicidade, tais como as circunstâncias históricas e econômicas, assim como as crenças gerais, todas sujeitas a mudanças. Essas são algumas das razões para a heterogeneidade histórica, geográfica, cultural e subjetiva na identificação da natureza e características da felicidade. (DELLE FAVE, 2011, p. 4, tradução nossa).

Porém, de forma ampla, há duas grandes correntes de definições: uma ligada à hedonia e outra à eudaimonia, e ambos os conceitos estão vinculados a correntes filosóficas, sendo mais precisos os termos “hedonismo” e “eudaimonismo”.

Nosso percurso até aqui permitiu deixar clara a complexidade das temáticas que envolvem a busca da boa vida para o ser humano. O fato de existir uma busca já demonstra que somos diferentes de outros seres e refletirmos sobre as possibilidades de atingir a felicidade, bem como projetar nossa existência, também nos singulariza.

Diante disso, é notório que a busca por uma vida feliz carrega consigo a questão sobre que tipo de vida cada um busca para si, o que nem sempre foi assim. Isso quer dizer que os projetos de vida e a felicidade são temáticas indissociáveis, bem como a questão das escolhas, afinal, decidimos a todo o tempo, imersos em nossas relações, a vida que queremos levar. Assim, tais questões são necessárias e urgentes, pois não se referem apenas ao plano individual, mas aos impactos na própria vida e na vida coletiva.

Tendo em vista a relevância dessas temáticas e da teia de relações nelas implicadas, podemos perceber a dificuldade que é compreender a moral e a felicidade sob a luz de um único critério, por isso, a discussão que apresentaremos a seguir será pautada essencialmente nos dados empíricos desta pesquisa.

Vale ressaltar que, embora Damon (2009) proponha a estabilidade como um dos critérios para a definição de projeto de vida, esta se refere a um projeto duradouro e constante, mas não inalterável ou sem adaptações. Ao contrário, em cenários incertos e marcados pela instabilidade, é essencial que os projetos sejam flexíveis e passíveis de novos arranjos e formatos. Porém, verificamos um baixo índice de jovens que parecem estar no caminho da construção de projetos com tais características. Vimos que o índice de projeções consideradas frágeis nesta pesquisa exploratória foi o mais alto, presente em 45,8% dos protocolos. Isso reforça dados encontrados em estudos anteriores, tanto de Damon (2009) quanto de pesquisas realizadas no Brasil. Podemos considerar que o índice de projeções frágeis é alto e preocupante e, para buscarmos entender estes dados, é preciso considerar alguns aspectos.

Muitos encaram a juventude como uma fase propícia e fértil para a fomentação de sonhos, idealizações e projetos futuros. Somado ao fato de a categoria “projeções frágeis” ter sido a mais presente, outro dado alarmante é que a segunda causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos no mundo é o suicídio – perdendo apenas para acidentes de trânsito (*World Health Organization, 2014*) –, ou seja, no momento de vida em que se é encorajado a sonhar, inclusive incentivado socialmente a fazer planos para o futuro, buscando encontrar respostas para o que é uma boa vida, temos perdido esses jovens, essa força de futuro para um motivo intrinsecamente ligado, entre outros fatores, justamente à falta de sonhos e ao desamparo completo em relação à vivência de satisfação e felicidade.

Considerar-se uma pessoa feliz apareceu em aproximadamente 90% dos protocolos, enquanto apenas 3% dos participantes declararam que não são felizes. Presume-se que, a partir da pergunta “Você se considera uma pessoa feliz? Por quê? Explique detalhadamente”, os jovens tenham feito uma avaliação de suas vidas como um todo e, a partir dessa percepção e da autocrítica, poucos assumiram de maneira assertiva e contundente não serem felizes. Os outros 7% argumentaram que a felicidade é algo complexo, difícil de categorizar como algo binário (ser ou não ser feliz), como algo que sentimos em alguns momentos e em outros, não, e nesse sentido consideraram-se felizes em alguns momentos e em outros, não.

Quase a totalidade dos participantes, mais precisamente 95%, significou a felicidade como algo ligado às relações interpessoais e à convivência; a exceção ficou para alguns que aplicaram o Modelo 1 – projeções frágeis –, definindo a felicidade

como bens materiais, de maneira frágil ou outras definições. Esse dado é similar a outros já encontrados por Delle Fave (2016) em seu estudo sobre as definições de felicidade em diferentes países, atribuídas pelos próprios participantes. Ela e outros colaboradores identificaram que, entre os 12 países estudados, dentre eles o Brasil, a definição contextual mais frequentemente citada para a felicidade foram as relações interpessoais, incluindo família e relações sociais (DELLE FAVE *et al.*, 2016).

É o sentimento de felicidade que possivelmente nos mantém engajados em nossos projetos, que nos faz permanecer conectados com as projeções de futuro, mesmo quando já estamos ao final da vida e não mais na adolescência. Considerando que se manter engajado na construção de projetos de vida é tarefa árdua, é importante refletir sobre o que nos faz permanecer em busca dos projetos, bem como sustentá-los ao longo do tempo e preservá-los como aquilo que ampara o sentido de vida. Possivelmente, os sentimentos positivos, o âmbito do desejo, é que proporciona essa adesão engajada e permanente com nossos projetos de vida, impedindo-nos de abandoná-los e entregar o rumo de nossas vidas e nosso lugar no mundo ao acaso. E é por isso que a felicidade e o bem-estar não podem ser desvinculados dos projetos de vida.

O compromisso educacional de promover uma escola feliz e de qualidade não pode desconsiderar seu principal recurso: as relações interpessoais.

A partir da apropriação de si mesmo e da construção da identidade do jovem, a ação intencional de refletir sobre seus projetos e lutar por uma vida feliz é possível de ser levada a cabo no contexto escolar, principalmente se encarmos como objetivo da escola contribuir para a formação de cidadãos e cidadãs felizes, com sentido de vida e projetos de vida.

Ao entender a escola como ambiente propício ao aprendizado, não apenas de conteúdos objetivos, mas essencialmente da preparação para lidar com os desafios colocados pela vida e pela condição da existência humana, é imprescindível e inadiável considerar de maneira intencional as temáticas de projeto de vida e felicidade.

Sabemos que o comportamento pró-social, a empatia e outras atitudes relacionadas com o sentimento de bem-estar podem ser praticadas e ensinadas. Isso não significa uma receita pronta para sermos mais felizes, mas incentivar e orientar

comportamentos dessa natureza é pertinente e é terreno fértil na escola, principalmente se quisermos promover projetos de vida nobres.

É preciso considerar que o desenvolvimento emocional perpassa o aprendizado emocional, sendo construído ao longo da vida, na relação consigo mesmo e com os outros, e o(a) educador(a) tem papel indispensável para mediar esse aprendizado. Nesse sentido, em tempos em que a tecnologia tem se tornado cada vez mais acessível, o papel do(a) mediador(a) é central não para transmitir informações e conceitos, mas justamente para mediar e guiar crianças e jovens nesse aprendizado de encontrar seu lugar no mundo, no aprendizado da arte de conviver.

Notas

* Mariana Fancio Gonçalo é mestre em Psicologia e Educação pela Universidade de São Paulo, possui graduação em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (2006). E-mail: marianafg@usp.br

** Valéria Amorim Arantes é professora Livre-Docente da Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo, professora do Programa de Pós-Graduação em Educação da USP e bolsista Produtividade em Pesquisa do CNPq desde 2009. Doutorou-se em Psicologia pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Barcelona - Espanha (2000) e graduou-se em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas (1993). Foi professora-visitante na Stanford University School of Education (EUA), nos anos de 2016 e 2008, e na Universidade Autônoma de Barcelona (Espanha), entre os anos de 2006 e 2010. E-mail: varantes@usp.br

¹ A seguir, questões abertas adaptadas do instrumento de Damon (2009) para a pesquisa aqui apresentada:

1. Conte-me um pouco sobre você e sua vida, destacando como se sente em seu dia a dia.
2. Em que contextos de sua vida (família, trabalho, estudo, lazer, saúde, religião etc.) você se sente feliz? Como é essa felicidade? Explique com riqueza de detalhes.
3. Você se considera uma pessoa feliz? Por quê? Explique detalhadamente.
4. Quais são as três coisas mais importantes para você? Enumere por ordem de importância, do mais importante para o menos importante.
5. Como você se sente em relação a cada uma dessas coisas? Explique com detalhes.
6. Você acha que essas coisas te fazem feliz? Por quê? Explique detalhadamente.
7. Como cada uma dessas coisas se tornou importante para você? Descreva minuciosamente.
8. Quais as dificuldades enfrentadas por você com relação a essas coisas importantes? Escreva com riqueza de detalhes.
9. O que você gostaria que fosse diferente no mundo e o que faz para concretizar tal mudança? Descreva com pormenores.
10. Como você se sente em relação a essas mudanças? Descreva com pormenores.
11. Você acredita que, se o mundo fosse tal qual você apontou, você seria mais feliz? Por quê? Explique detalhadamente.
12. Você acredita que se o mundo fosse tal qual você apontou as demais pessoas também seriam mais felizes? Por quê? Explique em detalhes.
13. O que você entende por felicidade? Explique detalhadamente.

14. Recorde uma situação vivida por você no último ano, na qual você se sentiu feliz e descreva com detalhes as razões pelas quais você se sentiu assim.
15. E hoje? O que te faz feliz? Explique detalhadamente.
16. Imagine como será a sua vida daqui a cinco anos e diga o que será importante para você nessa ocasião.
17. Como você acha que se sentirá daqui a cinco anos? Descreva com detalhes este sentimento.
18. Agora, imagine-se com 40 anos. Como você acha que será a sua vida? O que você acha que estará fazendo? O que acha que será importante para você?
19. Como você acha que se sentirá aos 40 anos? Descreva com detalhes este sentimento.
20. O que você acredita que te fará feliz quando estiver com 40 anos? Por quê? Explique com riqueza de detalhes.
21. O que é para você um projeto de vida? Explique detalhadamente.
22. Que projeto você tem para a sua vida? Comente detalhadamente.
23. Caso você tenha um projeto, como se sente em relação a ele? Comente.
24. Que relações você estabelece entre o seu projeto de vida e felicidade? Explique com detalhes.

Referências

ARANTES, Valéria A. **Felicidade e projeto de vida (purpose) dos jovens de cinco regiões brasileiras**: um estudo na perspectiva dos Modelos Organizadores do Pensamento. Projeto de pesquisa apresentado ao CNPq. São Paulo, 2013.

ARANTES, Valéria A. **Modelos organizadores do pensamento e o seu desenvolvimento teórico-metodológico**: estudos de Psicologia e Educação. 2012. Tese (Livre-Docência) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012.

ARISTÓTELES. **Ética a Nicômaco**. São Paulo: Martin Claret, 2001.

BRICKMAN, Philip; COATES, Dan; JANOFF-BULMAN, Ronnie. Lottery winners and accident victims: is happiness relative? **Journal of Personality and Social Psychology**, [s. l.], v. 36, n. 8, p. 917-927, 1978.

CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. **A psicologia da felicidade**. São Paulo: Saraiva, 1992.

DAMON, William. **O que o jovem quer da vida?** São Paulo: Summus, 2009.

DAMON, William; MENON, Jenni; BRONK, Kendall C. The development of purpose during adolescence. **Applied Developmental Science**, [s. l.], v. 7, n. 3, 119-128, 2003.

DANZA, Hanna Cebel. **Projetos de vida e educação moral**: um estudo na perspectiva da Teoria dos Modelos Organizadores de Pensamento. São Paulo, 2014. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, 2014.

DAVIDSON, Richard J.; SHUYLER, Brianna S. Neuroscience of happiness. In: HELLIWELL, John; LAYARD, Richard; SACHS, Jeffrey. **World happiness report 2015**. New York: Sustainable Development Solutions Network, 2015. p. 88-105.

DELLE FAVE, Antonella *et al.* Lay definitions of happiness across nations: the primacy of inner harmony and relational connectedness. **Frontiers in Psychology**, Lausanne, v.7, n.30, jan.2016. Disponível em: <<http://journal.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2016.00030/full>>. Acesso em: 20 out. 2019.

DELLE FAVE, Antonella. Hedonism and eudaimonism in Positive Psychology. In: DELLE FAVE, Antonella; MASSIMINI, Fausto; BASSI, Marta. **Psychological selection and optimal experiences across cultures**. v. 2. Dordrecht: Springer, 2011. p. 3-18.

DIENER, Ed; BISWAS-DIENER, Robert. Will money increase subjective well-being: a literature review and guide to needed research. **Social Indicators Research**, [s. l.], v. 57, n. 2, p. 119-169, fev. 2002.

DIENER, Ed; BISWAS-DIENER, Robert. Will money increase subjective well-being: a literature review and guide to needed research. **Social Indicators Research**, [s. l.], v. 57, n. 2, p. 119-169, fev. 2002.

FERRY, Luc. **Aprender a viver: filosofia para os novos tempos**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2007.

FREUD, Sigmund. **O mal-estar na civilização**. Rio de Janeiro: Imago, 1997.

GIANNETTI, Eduardo. **Felicidade**. São Paulo: Companhia das Letras, 2002.

HELLIWELL, John; HUANG, Haifang; WANG, Shung. The distribution of world happiness. In: HELLIWELL, John; LAYARD, Richard; SACHS, Jeffrey. **World happiness report 2016 Update** (Vol. 1). New York: Sustainable Development Solutions Network, 2016. p. 8-48.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. **Sinopse estatística da educação básica 2014**. Brasília: Inep, 2019. Disponível em: <<http://inep.gov.br/sinopses-estatisticas-da-educacao-basica>>. Acesso em: 20 out. 2019.

KASSER, Tim. Personal well-being. In: KASSER, Tim. **The high price of materialism**. London: MIT Press, 2002. p. 5-22.

KASSER, Tim; RYAN, Richard M. Further examining the American dream: differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. **Personality and Social Psychology Bulletin**, [s. l.], v. 22, n. 3, p. 280-287, 1996.

KLEIN, Ana Maria. **Projetos de vida e escola: a percepção de estudantes do ensino médio sobre a contribuição das experiências escolares aos seus projetos de vida**. 2011. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2011.

LYUBOMIRSKY, Sonja; SHELDON, Kennon; SCHKADE, David. Pursuing happiness: the architecture of sustainable change. **Review of General Psychology**, Washington, DC, v. 9, n. 2, p. 111-131, 2005.

MORENO, Montserrat *et al.* **Conhecimento e mudança**: os modelos organizadores na construção do conhecimento. São Paulo: EdUnicamp, 1999.

PÁTARO, Cristina Satiê de Oliveira. Pensamento, crenças e complexidade humana. **Ciências & Cognição**, Rio de Janeiro, ano 4, v. 12, p.134-149, nov. 2007.

_____. **Sentimentos, emoções e projetos vitais da juventude**: um estudo exploratório na perspectiva da teoria dos Modelos Organizadores do Pensamento. 2011. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2011.

PINHEIRO, Viviane Potenza Guimarães. **A generosidade e os sentimentos morais**: um estudo exploratório na perspectiva dos Modelos Organizadores do Pensamento. São Paulo, 2009. Dissertação (Mestrado em Psicologia e Educação) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2009.

PINHEIRO, Viviane Potenza Guimarães. **Integração e regulação de valores e sentimentos nos projetos de vida de jovens**: um estudo na perspectiva dos Modelos Organizadores do Pensamento. São Paulo, 2013. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013.

SCHAEFER, Stacey M. *et al.* Purpose in life predicts better emotional recovery from negative stimuli. **PloS One**, Bethesda, MD, v. 8, n. 11, nov. 2013. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3827458/>>. Acesso em: 20 out. 2019.

SCHUYLER, Brianna S. *et al.* Temporal dynamics of emotional responding: amygdala recovery predicts emotional traits. **Social Cognitive and Affective Neuroscience**, [s. l.], v. 9, n. 2, p. 176-181, 2014. Disponível em: <<http://scan.oxfordjournals.org/content/9/2/176.full>>. Acesso em: 20 out. 2019.

SELIGMAN, Martin E. P. **Felicidade autêntica**: usando a nova Psicologia Positiva para a realização permanente. Rio de Janeiro: Objetiva, 2004.

SELIGMAN, Martin E. P. **Florescer**: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

SINGER, Tania; KLIMECKI, Olga M. Empathy and compassion. **Current Biology**, Maryland Heights, MO, v. 24, n. 18, p. R875-R878, 2014.

ULLER, Waldir. **Experiências escolares dos jovens e seus projetos vitais**: um olhar a partir dos Modelos Organizadores do Pensamento. 2012. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012.

WHITE, Nicholas. *Breve história da felicidade*. São Paulo: Loyola, 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Preventing suicide**: a global imperative. Genebra, 2014. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/131056/1/9789241564779_eng.pdf>. Acesso em: 20 out. 2019.

Recebido em: agosto de 2019.
Aprovado em: novembro de 2019.