

**A IMPORTÂNCIA DA PSICOLOGIA POSITIVA NO CONTEXTO DE APRENDIZAGEM: A PERSPECTIVA DE SUCESSO NA INSERÇÃO NO MERCADO DE TRABALHO NOS CONTEXTOS DE UNIVERSIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS**

**THE IMPORTANCE OF POSITIVE PSYCHOLOGY IN THE LEARNING CONTEXT: THE PERSPECTIVE OF SUCCESSFUL INSERTION IN THE JOB MARKET IN THE CONTEXT OF PUBLIC AND PRIVATE UNIVERSITIES**

**Luis Felipe de Oliveira Fleury<sup>1</sup>**

Centro Universitário Augusto Motta UNISUAM - Brasil

**RESUMO**

O estudo é de natureza quantitativa. Participaram do estudo 484 estudantes universitários do estado do Rio de Janeiro, sendo 407 mulheres, com idade variando de 17 a 59 anos (média igual a 25,47 anos, desvio padrão de 8,99 anos) de diferentes cursos de graduação pertencentes a universidades públicas (42,20%) e privadas (57,80%) do estado do Rio de Janeiro. Foram realizadas análises de estatística descritiva e Análise Fatorial Exploratória e Confirmatória com suporte dos softwares SPSS e AMOS. Os principais resultados e conclusões do estudo são que as variáveis relacionadas a Psicologia Positiva influenciam positivamente a perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho dos estudantes e que estudantes de universidades privadas apresentaram melhores indicadores de autoestima, autoeficácia, *locus* de controle internalidade, *mindfulness* e perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho quando comparados com estudantes de universidades públicas. Os resultados do estudo indicam a importância de a Psicologia Positiva ser considerada nos contextos de formação.

**Palavras-chave:** Autoestima – Autoeficácia - *Locus* de Controle – *Mindfulness* - Mercado de trabalho.

---

<sup>1</sup> PhD in Psychology from the Federal University of Rio de Janeiro  
UNISUAM – Centro Universitário Augusto Motta, luis.fleury@unisiam.edu.br

## ABSTRACT

The study is quantitative in nature. A total of 484 university students from the state of Rio de Janeiro participated in the study, 407 women, aged between 17 and 59 years (mean equal to 25.47 years, standard deviation of 8.99 years) from different undergraduate courses belonging to public (42.20%) and private (57.80%) universities in the state of Rio de Janeiro. Descriptive statistical analyzes and Exploratory and Confirmatory Factor Analysis were performed with the support of SPSS and AMOS software. The main results and conclusions of the study are that the variables related to Positive Psychology positively influence the students' perspective of success in entering the job market and that students from private universities presented better indicators of self-esteem, self-efficacy, internality locus of control, mindfulness and prospect of success in entering the job market when compared with students from public universities. The results of the study indicate the importance of Positive Psychology being considered in training contexts.

**Keywords:** Self-esteem - Self-efficacy - Locus of Control – Mindfulness - Job market.

## 1. INTRODUÇÃO

O presente estudo se insere no contexto do movimento que tem sido definido como Psicologia Positiva. Portanto, sua ênfase recai sobre aqueles aspectos positivos da vida, que ao mesmo tempo em que promovem vivências positivas, como felicidade, bem-estar, satisfação na vida, favorecem o desenvolvimento de mecanismos de proteção para aqueles indivíduos que lidam com constante pressão por resultados e desempenho como o caso de estudantes universitários.

A área de realização dessa pesquisa foi justamente o contexto de formação de futuros profissionais de nível superior, ou seja, a universidade. Pretendeu-se abordar temas relacionados a Psicologia Positiva em uma tentativa de compreensão a respeito de suas expectativas de inserção, em um futuro, no mercado de trabalho. O contexto de formação superior é um contexto importante para pesquisas no âmbito teórico da Psicologia Positiva. Trata-se de um ambiente que impõe prazos, provas e pressão por resultados e em paralelo a isso, o estudante convive com a constante incerteza sobre o futuro profissional.

Cabe trazer para contextualização do estudo, por mais que este não seja o objetivo central, o cenário socioeconômico que em muitos momentos se apresenta de maneira instável e inconstante em termos de mercado de trabalho. Situação ainda mais sensível em se tratando de

profissionais recém formados, portanto com pouca ou nenhuma experiência. Dessa maneira, é importante que as instituições de ensino superior fomentem estratégias que mitiguem esse cenário no âmbito de formação para que o discente tenha a oportunidade de se preparar efetivamente para a transição universidade-mercado de trabalho. Propor tal tema para instituições formadoras, pode constituir uma contribuição deste estudo.

A investigação do contexto de formação pode proporcionar uma melhor compreensão da preparação dos futuros profissionais e assim, desenvolver melhores estratégias de ensino para que esse discente universitário se perceba enquanto indivíduo, desenvolva suas potencialidades, compreenda suas fraquezas e fundamentalmente se perceba como profissional em formação. Esta percepção pode trazer uma atitude mais ativa frente a construção da carreira e a inserção no mercado de trabalho. Talvez essa iniciativa auxilie no médio e longo prazo uma melhora significativa na disponibilidade de profissionais que tenham tido na formação contato com estratégias que o auxiliaram a desenvolver as competências demandadas pelas organizações que possam o empregar.

Outro fator que influenciou fortemente a escolha do público a ser investigado foi o fato de que a fase de formação universitária se desenvolve como um período especialmente vulnerável ao aparecimento de sintomas de estresse e fatores associados (como problemas com o sono). Evidências empíricas encontradas na literatura científica apontam, por exemplo, alta incidência de estresse em estudantes universitários com manifestação de sintomas psicológicos e alto índice de estudantes que acreditam necessitar de acompanhamento psicológico para lidar com as demandas do contexto universitário (Lameu, Salazar & Souza, 2016). Em adição a isso, é justamente no início da fase adulta, que coincide muitas vezes com a fase universitária, é que muitos transtornos mentais encontram maior chance de serem desenvolvidos pela primeira vez (Neves & Dalgalarrodo, 2007; Carpena & Menezes, 2018).

A Psicologia Positiva iniciou-se como um movimento teórico em 1998, a partir das ações do psicólogo Martin Seligman, então presidente da American Psychological Association (APA), ao lado de renomados cientistas como Mihaly Csikszentmihalyi, Ray Fowler, Chris Peterson, George Vaillant, Ed Diener, entre outros. A intenção de promover uma alteração de foco da Psicologia, pois observava-se uma preocupação quase unânime dos estudos em compreender as psicopatologias e os fatores de risco ao desenvolvimento humano e à saúde mental (Graziano, 2005; Machado, Gurgel & Reppold, 2017).

Como área do saber, a Psicologia Positiva, então, reúne e desenvolve ideias para

construção de um novo foco na ciência psicológica contemporânea. Assim, trata-se de um exercício teórico e metodológico no intuito de modificar a visão que se lança aos fenômenos de interesse da Psicologia, a partir de uma proposta que ilumina os aspectos positivos e saudáveis do desenvolvimento, apontando uma clara compreensão de que se deve priorizar a prevenção e os fatores de proteção. E tal movimento deve ser atribuído aos esforços de Martin Seligman (Paludo & Koller, 2007; Scorsolini-Comin & Santos, 2010).

É importante entender que a Psicologia Positiva deve contribuir para um entendimento de que a Psicologia não é apenas o estudo de doenças, da fraqueza ou do dano trazido pelo indivíduo. Mas deve-se dar ênfase também ao estudo da força e da virtude presentes no ser humano a partir de pilares como: estudo da emoção positiva, estudo das qualidades positivas e estudo das instituições positivas (Seligman, 2002; 2004).

A noção de que a Psicologia se concentrou demais na explicação e no alívio de problemas, dando pouca atenção ao que ocorre de agradável na vida, não é mais controversa. Eis o motivo pelo qual tem sido amplamente aceita e difundida a ideia que se deve dar atenção aos aspectos positivos da vida do sujeito, fazendo com que as pessoas sejam mais felizes, tenham sentido de significado e propósito em suas vidas e reúnam condições que permitam o desenvolvimento de todo seu potencial (Joseph, 2015).

Quanto a estudos empíricos realizados no âmbito de ensino superior sob o referencial teórico da Psicologia Positiva, cabe citar duas recentes contribuições.

Machado, Oliveira, Peregrino e Cantilino (2019) constataram o alto índice de estresse em estudantes universitários brasileiros o que levava a prevalência de adoecimento mental. Os autores propuseram então um programa de treinamento e desenvolvimento do bem-estar sob a ótica da Psicologia Positiva. A partir de um estudo experimental ao longo de sete semanas, o grupo de intervenção teve reuniões focadas em emoções, saúde dos estudantes, gratidão, apreço, otimismo, resiliência, qualidades e virtudes. Enquanto o grupo controle apenas frequentava as aulas tradicionais normalmente. O grupo de intervenção apresentou aumento médio de 2,85 pontos na escala de emoções positivas; aumento médio de 2,53 pontos na escala de satisfação com a vida; e um decréscimo de 1,79 pontos na escala de transtornos mentais utilizada, quando comparado ao grupo controle. Os autores apontam que houve diferença significativa e que tal diferença se deu pela intervenção realizada.

Lambert, Passmore e Joshanloo (2019) realizaram um estudo onde apresentam um programa de intervenção em Psicologia Positiva em uma universidade dos Emirados Árabes. O

principal objetivo foi estimular a felicidade e reduzir o medo dos estudantes frente aos desafios encontrados na graduação. Buscou-se atingir o objetivo através de um estudo experimental, onde participaram ao todo 267 estudantes universitários de diferentes nacionalidades divididos em dois grupos (experimental e controle). Após três meses de intervenção que consistia em um treinamento objetivando desenvolver variáveis positivas constatou-se diferença significativa nos níveis de felicidade em relação ao grupo controle e redução nos níveis gerais de medo.

A primeira variável relacionada a Psicologia Positiva que se pretende considerar é a autoestima. De acordo com Andrade e Souza (2010) a introdução do termo autoestima é atribuída a William James que publicou estudos pioneiros sobre o tema. James apresenta a autoestima como o que sentimos por nós mesmos. Para o autor, o desenvolvimento da autoestima é influenciado por uma proporção entre nossas realizações e nossas supostas potencialidades. A autoestima pode ser representada por uma fração cujo denominador são nossas pretensões e o numerador, os nossos sucessos (James, 1904).

James (1904) propõe que a autoestima leva em consideração todos os atributos do ser humano, ou seja, a família, bens, o corpo, habilidades sociais, entre outros. A partir do momento que um desses atributos diminui, em consequência, a pessoa se sentiria igualmente diminuída. Assim, o autor definiu a autoestima como uma espécie de razão entre o sucesso e as perspectivas pessoais, colocando grande ênfase na forma de gerar autoestima através do aumento do numerador (sucessos na vida) ou da diminuição do denominador (as expectativas que criamos).

Outra abordagem importante na literatura científica sobre a formação da autoestima é a de Bandura (1989) que tende a enfatizar a aprendizagem social e interpessoal. Essa perspectiva sugere que os indivíduos formam crenças sobre si a partir da observação de outras pessoas que compõem o ambiente social. De acordo com o autor, o resultado dessa comparação com o outro impacta a formação da autoestima.

Na linha de pensamento da importância que o ambiente social desempenha na autoestima, Guerreiro (2011) afirma que se torna fundamental compreender a autoestima numa perspectiva social. Assim, para a autora, a autoestima significa uma necessidade psicológica que tem como função fazer corresponder a visão que os outros têm de nós ao que somos verdadeiramente, e ao fato de estarmos de acordo com os padrões culturais da sociedade em que vivemos.

Outra variável que vem ganhando relevância nos estudos em Psicologia é autoeficácia (Prisco, Martins & Nunes, 2013; Menezes, Alves, Barbosa & Campos, 2020).

O pioneirismo do estudo sobre autoeficácia é atribuído ao psicólogo estadunidense Albert

Bandura. Bandura (1977) em uma publicação clássica intitulada “Autoeficácia: em direção a uma teoria unificadora da mudança comportamental” alude à crença do sujeito sobre a capacidade própria de realizar com sucesso alguma atividade. O entendimento do construto está relacionado à compreensão da Teoria Social Cognitiva cuja essência doutrinária atribui à pessoa o perfil de agente de seu processo de desenvolvimento.

Cabe esclarecer que, no âmbito da Teoria Social Cognitiva, o comportamento humano é compreendido a partir da adoção de um modelo de reciprocidade onde três componentes são levados em consideração: ambiente externo, os fatores pessoais (as emoções, o aparato biológico, os conhecimentos insertos na estrutura cognitiva) e a conduta própria daquele indivíduo. A partir desse modelo, então, pode-se ter uma compreensão mais ampla sobre o comportamento do sujeito (Bandura, 1977; Bandura, 1989)

O sujeito constrói, modifica e reconstrói o meio e a si mesmo em um processo dialético, no qual atua como agente de mudança do ambiente físico e da estrutura cultural, e concomitantemente modifica-se. Ao agir sobre o meio, alterando e produzindo novos resultados, também, transforma-se, edificando novos pensamentos e diferentes respostas, o que sem dúvida, influencia o comportamento futuro (Bandura, 1989; Martínez & Salanova, 2006).

Alçado à função de agente do desenvolvimento, o homem assume a característica de protagonista nas relações estabelecidas com o mundo. Para Bandura (2008), ser agente significa influenciar os processos de modo intencional, modificando-se as circunstâncias da vida e a si mesmo. Nessa perspectiva, as pessoas possuem o controle da ação, são auto organizadas, auto reflexivas, criativas, proativas e autocontroladas, e não pacientes das influências ambientais. Pode-se perceber que o autor desenvolve o construto de autoeficácia com base nesse processo de um sujeito que é ativo no ambiente social.

Um tema que vem ganhando cada vez mais relevância nas pesquisas em Psicologia é o *locus* de controle (Maciel & Camargo, 2010). Em linhas gerais, trata-se do sentimento que o indivíduo possui acerca das coisas que o acometem. Dito de outra forma, se o indivíduo acredita que ele é o responsável pela maior parte daquilo que acontece com ele ou se atribui essas responsabilidades a fatores alheios ao seu controle.

O *locus* de controle é um construto que foi introduzido na Psicologia por Julian Rotter no contexto teórico da Teoria da Aprendizagem Social. A expressão tem origem no livro publicado pelo autor intitulado ‘Social learning and clinical psychology’, no ano de 1954 (Dela Coleta, 1987).

De acordo com o dicionário de termos psicológicos da American Psychological Association (APA) editado por Vandebos (2015) *locus* de controle diz respeito a um construto utilizado para categorizar as motivações básicas e as percepções de quanto controle um sujeito possui sobre sua própria vida. O autor menciona que pessoas com um *locus* de controle externo tendem a se comportar em resposta a circunstâncias externas e a perceber que os resultados em sua vida dependem de fatores externos a si. Por outro lado, pessoas com *locus* de controle interno apresentam uma tendência a se comportar em resposta a estados e intenções internas e percebem seus resultados como decorrentes de suas próprias ações.

Rotter (2011) define *locus* de controle como a expectativa do indivíduo sobre a medida em que os seus reforçamentos se encontram sob controle interno (esforço pessoal, competência), ou externo (as outras pessoas, sorte, chance) Alguns sujeitos creem que são donos de seu próprio destino, outros se percebem como joguetes do acaso, achando que tudo que lhes acontece é resultado da sorte ou do acaso. O primeiro tipo tende a ter o “*locus* de controle interno” e o segundo o “*locus* de controle externo (Robbins, 2005).

O *locus* de controle é a crença que uma pessoa possui de poder ou não controlar os eventos de sua vida. Sendo assim, pode ser entendido como uma expectativa generalizada de controle acerca de uma situação ou ação e de seus resultados (Castillo & Ramirez, 2000; Albuquerque, Noriega, Martins & Neves, 2008).

*Mindfulness* ou consciência plena é um tema ainda pouco explorado, sobretudo no Brasil e em contextos organizacionais. Entretanto, têm sido amplamente destacados os benefícios que a consciência plena traz para a saúde, qualidade de vida e bem estar de indivíduos e grupos nos mais diferentes contextos. Um dos motivos para a pouca utilização do construto em investigações científicas talvez seja sua maior correlação com a filosofia do que propriamente com a ciência (Dane & Brummel, 2013).

*Mindfulness* é um tema ainda pouco familiar tanto para a população em geral quanto para a comunidade acadêmica brasileira. Não se pode afirmar que exista uma tradução consensual para esta expressão na língua portuguesa. Com isso, a palavra de origem inglesa geralmente é referida como "atenção plena", "observação vigilante", "mente alerta" e "consciência plena" dentre outras (Hirayama, Milani, Rodrigues, Barros e Alexandre, 2014).

A palavra *mindfulness* tem origem sobretudo da tradução de "sati" (palavra proveniente do dialeto indiano denominado ‘Pali’). Sati de forma literal designa lembrança ou lembrar. No contexto dos escritos budistas este termo remete à atividade da mente, à constante presença da

mente e à lembrança de manter a consciência. Em um sentido histórico, mindfulness é um dos pontos fundamentais dos ensinamentos budistas. Segundo esta tradição, a mente humana tende a se comportar de modo a avaliar e reagir emocionalmente fazendo com que o indivíduo se afaste do ato de sustentar sua consciência de momento a momento (Grossman & Van Dam, 2011; Hirayama et al., 2014).

De acordo com Vandebos (2015) *mindfulness* se refere a consciência dos estados internos e arredores. O conceito foi aplicado a várias intervenções terapêuticas - por exemplo, terapia comportamental cognitiva baseada na atenção plena, redução do estresse baseado na atenção plena e meditação da atenção plena - para ajudar as pessoas a evitar hábitos e respostas destrutivas ou automáticas, aprendendo a observar seus pensamentos, emoções e outras experiências do momento presente sem julgá-las ou reagir a elas.

São escassas as publicações na literatura considerando as diferenças observadas entre estudantes do setor público e setor privado de ensino superior. Cabe destacar que no Brasil os setores públicos e privados funcionam a partir de lógicas diferentes, o que fundamenta a diferença desses setores é a legislação. Enquanto no setor público, as relações de trabalho são pautadas pela Lei 8112/1990 que estabelece o regime jurídico dos servidores públicos, no setor privado as relações de trabalho são estabelecidas com base na Lei 5452/1943 conhecida como Consolidação das Leis do Trabalho. Talvez a principal diferença entre os dois regimes é que no serviço público existe a estabilidade que não permite o desligamento do servidor, enquanto que no regime privado a possibilidade de desligamento está presente.

Silva (2006) aponta que a diferença entre o funcionamento do setor público e privado foi construída historicamente fundamentando-se em uma lógica conhecida como liberalismo econômico. Nesta lógica, o agente público deve atuar perante a ausência do agente privado, ou se ausentar para não atrapalhar a harmonia imanente às relações privadas. O Estado deve atuar como regulador e não como concorrente. Nos termos do autor, o Estado deve restringir-se a um conjunto de funções específicas, mas genéricas o suficiente, para ficar longe de concorrer com o setor privado. Neste processo, Estado e Mercado, enquanto setores emblemáticos da dualidade público/privado, acabam sendo reconhecidos como entidades antagônicas, separadas, distintas.

No caso do ensino superior as instituições privadas é que aparecem para preencher as lacunas do setor público que não consegue atender a demanda por formação superior. Nesse sentido, Silva Júnior e Sguissardi (2005) apontam que as instituições universitárias privadas

devem se apresentar como uma alternativa para a sociedade civil somente quando o Estado não tenha condições de responder sozinho às demandas públicas de educação superior. Essas instituições são autofinanciáveis, e funcionam em conformidade com os ditames da constituição, tendo sua qualidade regulada por órgãos públicos, sem qualquer ônus ao erário direto ou indireto.

Silva Júnior e Sguissardi (2005) afirmam que com a crescente demanda por formação superior no Brasil, muitas instituições privadas surgem com intuito de oferecer esse serviço. E se por um lado as universidades públicas historicamente privilegiam uma formação voltada para pesquisa científica, até pelo fato de muitos de seus professores serem vinculados a programas de pós-graduação, as instituições privadas de ensino superior precisam atrair alunos para que se mantenham financeiramente viáveis. Assim, tendem a ser instituições que privilegiam um contato maior com mercado de trabalho, o que pode justificar o resultado encontrado nos dados desta investigação.

## 2. MATERIAIS E MÉTODOS

### 2.1. Objetivos

O estudo teve dois objetivos principais:

- Compreender a influência de variáveis relacionadas a Psicologia Positiva sobre a perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho de estudantes universitários.
- Comparar os escores obtidos por estudantes de universidades públicas e privadas nas variáveis do estudo (autoestima, autoeficácia, *locus* de controle, *mindfulness* e perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho).

### 2.2. Participantes

É importante ressaltar que a amostra é não probabilística e que foi composta por conveniência, ou seja, considerou-se as pessoas que se conseguiu alcançar dentro do público alvo e que se dispuseram a participar do estudo. Logo, os resultados não podem ser generalizados. No entanto, constituem evidência empírica para a área de investigação.

Participaram do estudo 484 estudantes universitários do estado do Rio de Janeiro, de diferentes cursos de graduação sendo predominantemente: Psicologia, Administração e Enfermagem. Em relação ao sexo, 75 (15,5%) são do sexo masculino e 407 (84,1%) são do sexo feminino. Aponta-se que 2 participantes (0,4%) não identificaram o sexo. Quanto ao estado civil, 384 (79,3%) são solteiros, 82 (16,9%) são casados e 18 (3,7%) outro. A idade dos participantes variou de 17 a 59 anos com média de 25,47 anos, mediana de 22 anos e desvio

padrão de 8,99 anos. Em relação ao tipo de universidade: 279 estudantes (57,8%) são alunos de universidades privadas. E 205 estudantes (42,2%) são alunos de universidades públicas.

### 2.3. Instrumentos

O questionário sociodemográfico envolveu perguntas a respeito do sexo, estado civil, idade e se a universidade em que estuda é pública ou privada.

Para mensuração da **autoestima** foi utilizada a Escala de Autoestima de Rosenberg (1965). Tal instrumento conta com diferentes estudos de validação para amostras brasileiras (Hutz 2000; Dini, Quaresma & Ferreira, 2004, Sbicigo, Bandeira & Dell'Aglio, 2010, Hutz & Zanon, 2011).

A **autoeficácia** foi mensurada com a utilização da Escala de Autoeficácia Geral Percebida. Trata-se de um instrumento unifatorial do tipo Likert com 10 itens, desenvolvido por Schwarzer e Jerusalém (1995). No Brasil, Souza e Souza (2004) publicaram um estudo sobre a Escala de Autoeficácia Geral Percebida e os resultados demonstraram boa fidedignidade (com valor de alpha de Cronbach de 0,81) e validade externa, com correlações entre moderadas e fracas com os construtos anomia, satisfação com suporte social, masculinidade e feminilidade. Os autores também apontam a unidimensionalidade da medida.

O **locus de controle** foi mensurado com a utilização da Escala de Locus de Controle de Levenson (1973), validada para amostras brasileiras por De La Coleta (1987). Trata-se de um instrumento do tipo Likert de 5 pontos, composta por 24 itens, igualmente divididos em 3 fatores: (1) externalidade acaso, indicando que o indivíduo avalia os acontecimentos de sua vida em função do acaso, sorte, azar ou destino; (2) externalidade outros poderosos, indicando que a avaliação dos eventos que acontecem na vida se dá em função da ação de pessoas capazes de exercer influência sobre a vida do indivíduo e (3) internalidade, indicando que o indivíduo avalia que ele próprio é responsável pelos os eventos que acontecem em sua vida. Nos estudos de validação a autora encontrou um coeficiente de confiabilidade baixo (com valor de alpha de Cronbach de 0,50).

O **mindfulness** foi mensurado com a utilização da escala de Brown e Ryan (2003) denominada Mindful Attention Awareness Scale (MAAS), validada para amostras brasileiras por Barros, Kozasa, Souza e Ronzani (2015). Trata-se de um instrumento de 15 itens com uma estrutura unifatorial do tipo Likert de 5 pontos, variando desde 1 (quase sempre) a 5 (quase nunca).

A **perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho** foi mensurada através de uma pergunta: “Ao pensar no seu futuro, como avalia sua inserção no mercado de trabalho como profissional?”. Esta pergunta foi respondida em uma escala tipo Likert de 5 pontos, onde 1 significa totalmente insatisfatório e 5 significa totalmente satisfatório.

#### **2.4. Procedimentos**

Os dados foram coletados por pesquisadores treinados em coleta de dados com variáveis psicológicas. A coleta se deu de forma presencial e por e-mail através de um instrumento online. Foram esclarecidas todas as dúvidas dos participantes.

Todos os procedimentos adotados nesta pesquisa seguiram as orientações previstas na Resolução 196/96 do CNS e na Resolução 016/2000 do Conselho Federal de Psicologia (CNS, 1996; ANPEPP, 2000). O projeto foi submetido, avaliado e aprovado através da Plataforma Brasil sob o número de parecer 2905427.

#### **2.5. Análise de dados**

Para atingir o objetivo de compreender a influência de variáveis relacionadas a Psicologia Positiva sobre a perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho utilizou-se a modelagem de equações estruturais. O objetivo de comparar os escores obtidos por estudantes de universidades públicas e privadas nas variáveis do estudo foi alcançado com o Teste t de *Student* para amostras independentes.

Utilizou-se a versão 19.0 do pacote estatístico SPSS para o Teste t de *Student*. A modelagem de equações estruturais foi realizada utilizando o programa AMOS 19.0.

A modelagem de equações estruturais envolve indicadores estatísticos que garantem maior robustez e confiabilidade às análises. A seguir, será apresentada uma síntese dos indicadores estatísticos que serão considerados neste estudo. São eles:

A razão do  $\chi^2$  (qui-quadrado) pelo grau de liberdade avalia a pobreza do ajustamento. Assim, quanto menor o valor, melhor. Em geral, o modelo ideal possui o valor de 1, sendo aceitável um valor de até 5. Valores superiores a 5 indicam um modelo muito empobrecido, que não deve ser aceito.

O Root Mean Square Residual (RMR) indica o ajustamento do modelo teórico aos dados, na medida em que a diferença entre os dois se aproxima de zero, que seria o valor em um modelo perfeito. Para o modelo ser considerado bem ajustado, o valor deve ser menor que 0,05.

O Goodness-of-Fit Index (GFI) e o Adjusted Goodness-of-Fit Index (AGFI) Indicam a proporção de variância-covariância nos dados explicada pelo modelo. Estes variam de 0 a 1,

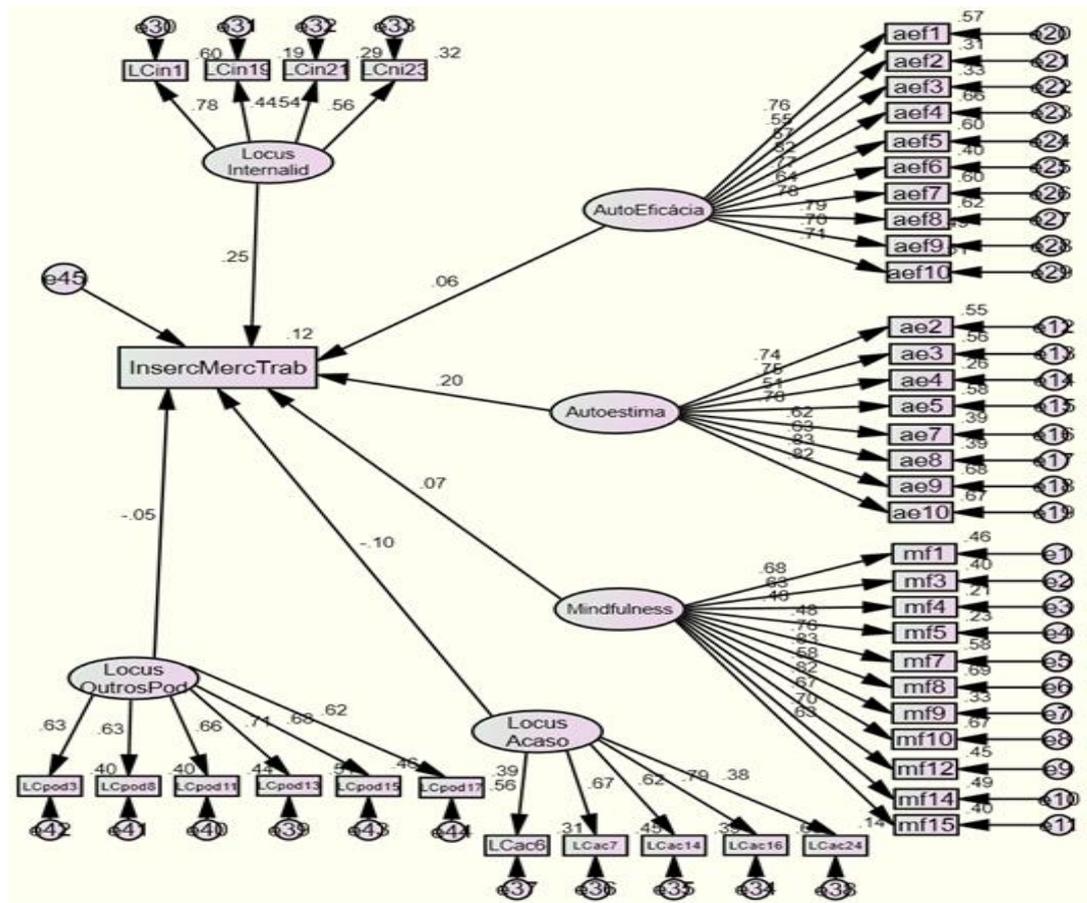
com valores na casa dos 0,80 e 0,90, ou superiores, indicando um ajustamento satisfatório do modelo.

O Comparative Fit Index (CFI) compara, de forma geral, o modelo estimado e o modelo nulo, considerando valores mais próximos de 1 como ideais. Entretanto, valores até 0,9 são considerados satisfatórios. A Root-Mean-Square Error of Approximation (RMSEA), com seu intervalo de confiança de 90% (IC90%), é considerado um indicador de desajuste, isto é, valores altos indicam um modelo não ajustado. Assume-se como ideal que o RMSEA se situe entre 0,05 e 0,08, aceitando-se valores de até 0,10.

Todo o processo de análise de dados desta investigação esteve de acordo com as principais referências encontradas na literatura científica especializada e suas respectivas recomendações (Byrne, 1989; Hair, Anderson, Tatham & Black, 2005).

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Para atender ao objetivo principal da presente investigação, foi proposto um modelo de influência através da técnica de modelagem de equações estruturais onde buscou-se observar a ação das variáveis relacionadas a Psicologia Positiva na perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho. Na Figura 1 verifica-se a estrutura desse modelo.



**Figura 1. Modelo de influência das variáveis relacionadas a Psicologia Positiva sobre a perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho. Fonte: Autor, 2022.**

Na Figura 1 observa-se que as variáveis autoestima, autoeficácia, *locus* de controle internalidade e *mindfulness* influenciam de forma positiva a perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho. Dito de outra forma, a presença dessas variáveis no sujeito influencia o desenvolvimento de uma melhor perspectiva de inserção futura no mercado de trabalho.

Destaca-se que as variáveis *locus* de controle internalidade e autoestima apresentaram indicadores de influência mais fortes no modelo. De algum modo, constata-se que o sentimento que temos por nós mesmos, definição de autoestima nos termos de Bandura (1989), e o grau que acreditamos que nós somos responsáveis pelo nosso futuro e pelas coisas que nos acontecem, definição para a *locus* de controle internalidade nos termos de Levenson (1981), influenciam a percepção de sucesso na inserção no mercado de trabalho no futuro.

Na Tabela 1 apresenta-se os indicadores de ajustamento do modelo encontrados na análise realizada.

Indicadores	Valor Observado	Valor Ideal
X <sup>2</sup> /gl	3,07	< 5,00
RMR	0,25	< 0,05
GFI	0,79	> 0,80
AGFI	0,77	> 0,80
CFI	0,73	0,90 – 1,00
RMSEA	0,06	0,05 – 0,08

**Tabela 1. Indicadores de ajustamento do modelo de influência das variáveis relacionadas a Psicologia Positiva sobre a perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho.**

**Fonte: Autor, 2022.**

Ao observar os indicadores de ajustamento do modelo nota-se, de maneira geral, que o modelo apresenta indicadores aceitáveis para avaliação do seu ajustamento estatístico. Considera-se com base na literatura especializada para este tipo de análise o modelo como aceitável (Byrne, 1989; Hair, Anderson, Tatham & Black, 2005).

É fundamental afirmar que os achados na presente investigação contribuem com evidências empíricas para um entendimento já difundido na literatura de que a presença de variáveis consideradas positivas não apenas ocasiona mecanismos de proteção contra o adoecimento (Calvetti, Muller & Nunes, 2007; Joseph, 2015), mas também fomentam o melhor desempenho acadêmico (Sbicigo, Bandeira & Dell'Aglio, 2010) e melhoram os indicadores de produtividade geral (Maciel & Camargo, 2010; Clarke *et. al.*, 2015). A presente contribuição demonstra que a presença de tais variáveis contribui para uma formação de percepção em relação ao futuro através de um olhar mais otimista e positivo.

Acredita-se que essa perspectiva mais otimista em relação ao futuro faça com que o indivíduo tenha um melhor desenvolvimento de seus potenciais e busque encontrar na formação superior os conhecimentos necessários para dar os primeiros passos em sua carreira, nesse sentido a literatura já demonstra benefícios (Bandeira, Natividade & Giacomoni, 2015; Santos & Faro, 2020).

Ressalta-se a importância das outras duas variáveis que compõem o modelo. O sentimento de autoeficácia, que se refere a crença do sujeito sobre a capacidade própria de realizar com sucesso alguma atividade (Bandura, 1977). E *mindfulness*, que se refere a consciência plena dos estados internos e arredores, ou em outras palavras foco no presente (Vanderbos, 2015). A literatura indica a relação entre Autoeficácia e desempenho (Rodrigues & Barrera, 2007; Souza & Brito, 2008; Menezes, Alves, Barbosa & Campos, 2020). E também *mindfulness* sobre a saúde e bem-estar de universitários (Carpena & Menezes, 2018) e no contexto organizacional para incremento do desempenho de equipes (Nunes & Muller, 2015).

A presente investigação acrescenta a esse conjunto de variáveis já investigadas previamente por outros autores, a autoestima, autoeficácia, *locus* de controle internalidade e *mindfulness*. Assim, é fundamental, que as Instituições de Ensino Superior (IES) que se preocupam com a inserção dos seus alunos mercado de trabalho, desenvolvam mecanismos de desenvolvimento de variáveis psicológicas positivas ao longo da formação.

Para atender ao objetivo de estudar se existem diferenças nas variáveis do estudo em relação ao tipo de universidade (pública e privada) do estudante decidiu-se realizar o Teste t de *Student*, trata-se de um teste de comparação de médias entre amostras independentes. Neste caso pretende-se averiguar possíveis diferenças entre estudantes de universidades públicas e estudantes de universidades particulares.

Na Tabela 2 apresentam-se as médias discriminadas para cada variável e o respectivo grupo público ou privado.

Variáveis	Tipo de Universidade			Desvio Padrão
	Universidade	N	Média	
Autoestima	Pública	205	3,49	0,88
	Privada	279	4,01	0,76
Autoeficácia	Pública	205	3,37	0,73
	Privada	279	3,61	0,66
<i>Locus</i>	Pública	205	3,54	0,65
Internalidade	Privada	279	3,90	0,67
<i>Locus Acaso</i>	Pública	205	2,30	0,70

	Privada	279	1,98	0,74
<i>Locus</i>	Pública	205	2,48	0,70
Outros	Privada	279	2,12	0,80
<i>Mindfulness</i>	Pública	205	3,11	0,77
	Privada	279	3,38	0,74

**Tabela 2. Média das variáveis relacionadas a Psicologia Positiva em relação ao tipo de universidade**

A partir da análise da Tabela 2 percebe-se que os estudantes de universidades particulares apresentam médias superiores nas variáveis autoestima, autoeficácia, *locus* internalidade e *mindfulness*. Os estudantes de universidade pública apenas apresentam médias superiores em *locus* de controle em seu fator ‘acaso’ e *locus* de controle em seu fator ‘outros poderosos’ que são componentes apontados como menos saudáveis ou desejáveis da variável *locus* de controle (Dela Coleta, 1987).

Destaca-se que na análise do Teste t de Student verificou-se que as diferenças são significativas em todas as variáveis: autoestima ( $t = -6,96; p < 0,00$ ), autoeficácia ( $t = -3,60; p < 0,00$ ), *locus* de controle em seu fator ‘internalidade’ ( $t = -5,90; p < 0,00$ ), *locus* de controle em seu fator ‘acaso’ ( $t = 4,95; p < 0,00$ ), *locus* de controle em seu fator ‘outros poderosos’ ( $t = 5,09; p < 0,02$ ) e *mindfulness* ( $t = -3,87; p < 0,00$ ). Isso significa que os estudantes de universidades particulares demonstraram melhores indicadores nas variáveis relacionadas a Psicologia Positiva e que a diferença de média observada em relação ao estudante de universidade pública não se atribui ao acaso (Hair, Anderson, Tatham & Black, 2005).

Em um segundo momento decidiu-se estudar uma possível diferença entre os estudantes de universidades públicas e particulares em relação a variável perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho. Na Tabela 3 é possível observar as médias de cada grupo.

Variável	Tipo de Universidade			Desvio Padrão
		N	Média	
Inserção no Mercado	Pública	205	3,37	0,76
	Privada	279	4,04	0,73

### **Tabela 3. Média da variável perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho em relação ao tipo de universidade**

Os resultados verificados na Tabela 3 indicam resultado superior para os estudantes de universidade privada em relação aos estudantes de universidade pública na variável perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho. Aponta-se que o resultado do teste t de Student foi significativo ( $t = -9,87$ ;  $p < 0,00$ ) indicando que a diferença observada entre as médias não se atribui ao acaso (Hair, Anderson, Tatham & Black, 2005). Assim, afirma-se que no presente estudo os estudantes de universidade privada demonstram melhor perspectiva de sucesso em uma futura inserção no mercado de trabalho.

## **4. CONCLUSÃO**

Em termos de contribuição deste estudo, notou-se que são escassos os estudos que consideram o contexto de formação superior no Brasil que apresentam diferenciações entre os contextos públicos e privados de formação.

Na presente investigação constatou-se que os indicadores das variáveis relacionadas a Psicologia Positiva influenciam de forma positiva e significativa a perspectiva de sucesso na inserção ao mercado de trabalho, bem como que o indicador de perspectiva de sucesso na inserção no mercado de trabalho é superior, portanto, melhor, em estudantes vinculados a universidades privadas.

Cabe destacar que os dados encontrados não são generalizáveis e dizem respeito apenas ao público que se investigou. E que não se pretende neste estudo, de nenhum modo, oferecer críticas a um contexto ou outro. Entretanto, a constatação de melhores indicadores em estudantes oriundos do setor privado deve ser destacada. Tal evidência empírica pode servir de base para fomentar outras investigações que considerem tal temática.

Quanto a realização de estudos futuros, sugere-se a consideração de outras variáveis que compõe o movimento teórico da Psicologia Positiva, tais como: engajamento, felicidade subjetiva, satisfação com a vida e bem-estar psicológico. Bem como a consideração de variáveis como a área de formação e a ampliação da amostra. É fundamental que novos esforços sejam realizados para amplificar o entendimento dos contextos de formação superior e questões relativas à transição universidade-mercado de trabalho.

A avaliação realizada ao final da investigação é que se conseguiu alcançar os objetivos previamente definidos. Ou seja, contribui-se com instrumentos adaptados para mensuração das

variáveis consideradas em estudantes universitários e com evidências da importância dos construtos psicológicos nos contextos de formação superior, sobretudo no que tange a inserção futura no mercado de trabalho.

Em relação às diferenças observadas entre os estudantes de universidades públicas e privadas, são constatações que proporcionam reflexões quanto aos contextos e as diferenças em termos de legislação, diretrizes, prioridades, grades curriculares, entre outras. Mas que exigem novas investigações para maior compreensão e conclusões mais amplas sobre a temática. Entretanto, pretendeu-se fomentar a discussão e fornecer elementos para que novos pesquisadores se debruçam sobre o tema.

## 5. REFERÊNCIAS

- Albuquerque, F. J. B., Noriega, J. A. V., Martins, C. R., & Neves, M. T. S. (2008). Locus de controle e bem-estar subjetivo em estudantes universitários da Paraíba. *Psicologia para América Latina*, (13).
- Andrade, E. R., & Souza, E. R. (2010). Autoestima como expressão de saúde mental e dispositivo de mudanças na cultura organizacional da polícia. *Psicologia Clínica*, 22(2), 179-195.
- Bandeira, C. M., Natividade, J. C., & Giacomoni, C. H. (2015). As Relações de Otimismo e Bem-Estar Subjetivo entre Pais e Filhos. *Psico-USF*, 20(2), 249-257.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bandura, A. (1989). *Social cognitive theory*. Greenwich, CT: JAI Press.
- Bandura, A. (2008). *A evolução da teoria social cognitiva*. In: Bandura, A.; Azzi, R. G.; Polydoro, S. A. J. (Org.). *Teoria social cognitiva: conceitos básicos*. Porto Alegre: Artmed, pp. 15-41.
- Barros, V. V., Kozasa, E. H., Souza, I. C. W. & Ronzani, T. M. (2015). Validity Evidence of the Brazilian Version of the Mindful Attention Awareness Scale (MAAS). *Psicologia Reflexão e Crítica*, 28(1), 87-95.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822-848.

- Byrne, B. M. (1989). *A primer of LISREL: Basic applications and programming for confirmatory factor analytic models*. New York: Springer-Verlag.
- Calvetti, P. U., Muller, M. C., & Nunes, M. L. T. (2007). Psicologia da Saúde e Psicologia Positiva: perspectivas e desafios. *Psicologia: ciência e profissão*, 27(4), 706-717.
- Carlomagno, L. L. L., Natividade, J. C., Oliveira, M. Z., & Hutz, C. S. (2014). Relações entre criatividade, esperança, otimismo e desempenho profissional. *Temas em Psicologia*, 22(2), 497-508.
- Carpena, M. X., & Menezes, C. B. (2018). Efeito da Meditação Focada no Estresse e Mindfulness Disposicional em Universitários. *Psic.: Teor. e Pesq.* [online], 34, 1-12.
- Castillo, A. C. & Ramírez, R. B. (2000). Multidimensionalidad del locus de control a los 8 y 9 años de edad. *La Psicología Social en México*, 8, 121-126.
- Clarke, S., Probst, T. M., Guldenmund, F. W., & Passmore, J. (2015). *The Wiley Blackwell Handbook of the Psychology of Occupational Safety and Workplace Health*. John Wiley & Sons.
- Dane, E., & Brummel, B. J. (2013). Examining workplace mindfulness and its relation to job performance and turnover intention. *Human Relations*, 67(1), 105-128.
- De La Coleta, M. F. (1987). Escala multidimensional de locus de controle de Levenson. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 39(2), 79-97.
- Dela Coleta, M. F. (1987). Escala multidimensional de locus de controle de Levenson. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 39(2), 79-97.
- Dini, M. G., Quaresma, R. M. & Ferreira, M. L. (2004) . Adaptação cultural e validação da versão brasileira da escala de autoestima de Rosenberg. *Revista Brasileira de Cirurgia Plástica*, 19(1), 41-52.
- Graziano, L. D. (2005). *A felicidade revisitada: um estudo sobre bem-estar subjetivo na visão da Psicologia Positiva*. Tese de Doutorado - Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.
- Grossman, P., & Van Dam, N. T. (2011). *Mindfulness, by any other name...: trials and tribulations of sati in western psychology and science*. *Contemporary Buddhism: An Interdisciplinary Journal*, 12(1), 219-239.
- Guerreiro, D. P. N. V. (2011). *Necessidade Psicológica de Auto-Estima/Auto-Crítica: relação com bem-estar e Distress Psicológico*. Dissertação de Mestrado. Universidade de Lisboa, Instituto de Psicologia. Lisboa/POR.

- Hair, J. F., Tatham, R. L., Anderson, R. E., & Black, W. (2005). *Análise Multivariada de dados*. Porto Alegre: Bookman.
- Hirayama, M. S., Milani, D., Rodrigues, R. C. M., Barros, N. F., & Alexandre, N. M. C. (2014). A percepção de comportamentos relacionados à atenção plena e a versão brasileira do Freiburg Mindfulness Inventory. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(9), 3899-3914.
- Hutz, C. S., & Zanon, C. (2011). Revisão da adaptação, validação e normatização da escala de autoestima de Rosenberg. *Avaliação Psicológica*, 10(1), 41-49.
- James, W. (1904). A world of pure experience. *Journal of Philosophy, Psychology and Scientific Methods*, 1, 533-543. [Domínio Público]
- Joseph, S. (2015). *Applied Positive Psychology 10 Years On*. In Stephen Joseph (ed.). *Positive Psychology in Practice: Promoting Human Flourishing in Work, Health, Education, and Everyday Life*. New Jersey: John Wiley & Sons. p. 1-8.
- Lambert, L., Passmore, H. A. & Joshanloo, M. (2019). A Positive Psychology Intervention Program in a Culturally-Diverse University: Boosting Happiness and Reducing Fear. *Journal of Happiness Studies*, 20, 1141–1162.
- Lameu, J. N., Salazar, T. L., & Souza, W. F. (2016). Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. *Psicologia da Educação*, (42), 13-22.
- Levenson, H. (1973). Multidimensional locus of control in psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 41, 397-404.
- Machado, F. A., Gurgel, L. G., & Reppold, C. T. (2017). Intervenções em Psicologia Positiva na reabilitação de adultos e idosos: revisão da literatura. *Estudos de Psicologia*, 34(1), 119-130.
- Machado, L., Oliveira, I. R., Peregrino, A., & Cantilino, A. (2019). Common mental disorders and subjective well-being: Emotional training among medical students based on positive psychology. *PLoS ONE*, 14(2).
- Maciel, C. O. & Camargo, C. (2010). Lócus de controle, comportamento empreendedor e desempenho de pequenas empresas. *Revista de Administração Mackenzie*, 11(2), 168-188.
- Martínez, I. M., & Salanova, M. (2006). Autoeficacia en el trabajo: el poder de creer que tú puedes. *Estudios financieros*, 45, 175-202.
- Menezes, A. N.; Alves, B. M.; Barbosa, R. P. C. & Campos, P. C. (2020). A influência da crença de autoeficácia no desempenho dos alunos do IFMG - Bambuí. *Psicologia Escolar e Educacional*, 24, e202380.

- Neves, M. C. C., & Dalgarrondo, P. (2007). Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 56(4), 237-244.
- Nunes, M. P., & Muller, D. H. (2015). A Utilização do Mindfulness nas Organizações – Uma Análise Através da Perspectiva dos Gestores. *Revista Organizações em Contexto*, 11(22), 457-485.
- Paludo, S. S., & Koller, S. H. (2007). Psicologia positiva: uma nova abordagem para antigas questões. *Paidéia*, 17(36), 9-20.
- Robbins, S. P. (2005). *Comportamento organizacional* (11ª ed.). São Paulo: Prentice Hall Brasil.
- Rodrigues, L. C. & Barrera, S. D. (2007). Auto-eficácia e desempenho escolar em alunos do ensino fundamental. *Psicologia em Pesquisa*, 1(2), 41-53.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University.
- Rotter, J. (2011). *Rotter Internal-External Locus of Control Scale*. New York: Springer.
- Santos, L., & Faro, A. (2020). Otimismo: teoria e aplicabilidade para a psicologia. *Revista Psicologia e Saúde*, 12(2), 123-139.
- Sbicigo, J. B., Bandeira, D. R., & Dell'Aglio, D. D. (2010). Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR): validade fatorial e consistência interna. *Psico-USF*, 15(3), 395-403.
- Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. (2010). Psicologia Positiva e os Instrumentos de Avaliação no Contexto Brasileiro. *Psicologia: reflexão e crítica*, 23(3), 440-448.
- Seligman, M. E. (2004). *Felicidade autêntica: Usando a nova Psicologia Positiva para a realização permanente*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Positive psychology, positive prevention, and positive therapy*. In: C. R. Snyder & S. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 3–9). Oxford, England: Oxford University Press.
- Silva Júnior, J. R., & Sguissardi, V. (2005). A nova lei de educação superior: fortalecimento do setor público e regulação do privado/mercantil ou continuidade da privatização e mercantilização do público?. *Revista Brasileira de Educação*, (29), 5-27.
- Silva, Giovanni Gurgel Aciole da. (2006). Uma abordagem da antinomia 'público x privado': descortinando relações para a saúde coletiva. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 10(19), 7-24.
- Souza, I. & Souza, M. A. (2004). Validação da escala de auto eficácia geral percebida. *Revista Universidade Rural, Série Ciências Humanas*, 26 (1-2), 12-17.

Souza, L. F. N. I., & Brito, M. R. F. (2008). Crenças de auto-eficácia, autoconceito e desempenho em matemática. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 25(2), 193-201.

VandenBos, G. R. (2015). *APA dictionary of psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.