

Uma proposta de instrumento para a avaliação do bem-estar acadêmico na
educação a distância

A proposal for an instrument to assess academic well-being in distance education

Propuesta de instrumento para evaluar el bienestar académico en la educación a distancia

Leonor Leandro Lima Costa¹

Edna Duarte²

Ismar Frango³

Abstract: O número de matrícula de discentes na educação a distância (EaD) vem crescendo exponencialmente nos últimos tempos. Contudo, a experiência proporcionada nessa modalidade e o número de desistência são fatores que geram reflexões. A ausência de engajamento poderia ser uma das causas da desistência e a promoção do bem-estar, por sua vez, poderia aumentar o envolvimento e facilitar sua permanência. Nesse contexto, ter indicadores definidos que possibilitem o desenvolvimento de estratégias para uma EaD mais acolhedora, em que as relações humanas sejam estabelecidas e os relacionamentos positivos sejam criados, a fim de estreitar a distância e motivar o aluno em seu processo de aprendizagem, é algo que pode contribuir com o processo de ensino-aprendizagem. Diante do exposto, este estudo, tem como objetivo geral propor um instrumento de avaliação do bem-estar acadêmico com base nas dimensões cognitiva e afetiva da teoria da Psicologia positiva, tendo como público-alvo os alunos de um curso superior na modalidade EaD. Para alcançar o objetivo, foi realizado um levantamento bibliográfico e empregada as etapas propostas para construção de um instrumento. Cabe ressaltar que este estudo é um recorte de uma dissertação. Ao final, apresentou-se o Instrumento de Avaliação do Bem-Estar Acadêmico.

Keywords: Bem-estar acadêmico. Bem-estar subjetivo. Educação a distância. Educação positiva. Psicologia positiva

Resumo: The number of students enrolled in distance education (DE) has grown exponentially in recent times. However, the experience provided in this modality and the number of dropouts are factors that generate reflection. The lack of engagement could be one of the causes of dropout and the promotion of well-being, in turn, could increase engagement and make it easier for students to stay. In this context, having defined indicators that enable the development of strategies for a more welcoming distance learning, in which human relationships are established and positive relationships are created, in order to bridge the gap and motivate students in their learning process, is something that can contribute to the teaching-learning process. In view of the above, the general aim of this study is to propose an instrument for assessing academic well-being based on the cognitive and affective dimensions of the theory of positive psychology, targeting students on a distance learning course. To achieve the objective, a bibliographic survey was carried out and the steps proposed for the construction of an instrument were used. It should be noted that this study is an excerpt from a dissertation. At the end, the Academic Well-Being Assessment Tool was presented.

1 Mestre em Ensino de Ciências, leonor_leandro@hotmail.com.

2 Doutora em Ensino de Ciências, Professora no Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciências da Universidade Cruzeiro do Sul, Professora da Faculdade de Tecnologia de São Caetano do Sul (FATEC), emataruco@gmail.com.

3 Doutor em Engenharia Elétrica, Professor no Programa de Pós-Graduação em Engenharia Elétrica e Computação da Universidade Presbiteriana Mackenzie, ismarfrango@gmail.com.

Palavras-chave: Academic wellbeing. Subjective well-being. Distance education. Positive education. Positive psychology.

Resumen: El número de estudiantes matriculados en educación a distancia (EAD) ha crecido exponencialmente en los últimos tiempos. Sin embargo, la experiencia proporcionada en esta modalidad y el número de abandonos son factores que generan reflexión. La falta de compromiso podría ser una de las causas del abandono y la promoción del bienestar, a su vez, podría aumentar el compromiso y facilitar la permanencia de los estudiantes. En este contexto, disponer de indicadores definidos que permitan desarrollar estrategias para una enseñanza a distancia más acogedora, en la que se establezcan relaciones humanas y se creen relaciones positivas, con el fin de acortar distancias y motivar a los estudiantes en su proceso de aprendizaje, es algo que puede contribuir al proceso de enseñanza-aprendizaje. Por lo anterior, el objetivo general de este estudio es proponer un instrumento de evaluación del bienestar académico basado en las dimensiones cognitiva y afectiva de la teoría de la psicología positiva, dirigido a estudiantes de un curso de educación superior a distancia. Para alcanzar el objetivo, se realizó un relevamiento bibliográfico y se emplearon los pasos propuestos para la construcción de un instrumento. Cabe destacar que este estudio es una sección de una disertación. Al final, se presentó el Instrumento de Evaluación del Bienestar Académico.

Palabras claves: Bienestar académico. Bienestar subjetivo. Educación a distancia. Educación positiva. Psicología positiva.

1 INTRODUCTION

À medida que se viu, ao longo dos anos, um crescimento nos índices de depressão, ansiedade, distúrbios alimentares, abuso de substâncias, entre outros problemas de ordem mental ou física, principalmente entre os jovens, enxergou-se a necessidade de buscar um modelo de educação que fosse além do convencional aprendido nas escolas (Norrish, 2015).

Nesse sentido, a Psicologia Positiva que apresenta como tema central o bem-estar, mensurado pelo florescimento ou pelo aumento da satisfação na vida, poderá contribuir de forma a proporcionar uma melhor compreensão desses aspectos. Ademais, Seligman foi o grande idealizador dessa nova ciência e dedicou-se a estudar os estados afetivos e as virtudes positivas, como a felicidade, a resiliência, o otimismo e a gratidão. Diante disso, a Psicologia Positiva investiga e impulsiona estudos e práticas que buscam a promoção do bem-estar.

Portanto, o bem-estar é um construto cuja formação é estruturada por vários elementos mensuráveis. E é caracterizado pela ausência de estados depressivos e pela presença de estados cognitivos e emoções positivas. Ademais, é definido como um conjunto de medidas objetivas e subjetivas

de emoção positiva, engajamento, sentido, bons relacionamentos e realizações positivas (Seligman, 2011). Apesar de ser um nicho recente, a Psicologia Positiva desperta curiosidade no meio acadêmico como uma alternativa de trabalhar a educação em prol do bem-estar humano (Cintra; Guerra, 2017). Nessa perspectiva, a Psicologia Positiva é considerada um caminho para o bem-estar educacional.

Além disso, a aplicação dos princípios da Psicologia Positiva à educação dá origem à Educação Positiva. Logo, a Educação Positiva pode ser caracterizada pela união da ciência da Psicologia Positiva com a melhor prática de ensino para estimular e apoiar o florescimento de escolas e indivíduos (Norrish, 2015). Ainda, as instituições de ensino são locais privilegiados para a promoção do bem-estar.

Há ainda, o fato que a educação a distância (EaD) vem, nos últimos tempos, apresentando um aumento no número de matrículas e, pela primeira vez, superou a quantidade de ingressantes presenciais na rede privada de ensino em 2019. Adicionalmente, em 2021, discentes que ingressaram no ensino privado por meio de cursos remotos corresponderam a 70,5%. De acordo com o Inep, a pandemia provocada pelo Covid-19 acabou por contribuir com esse cenário; contudo, essa tendência ao crescimento não é recente e teve seu impulso pelo avanço das tecnologias e pelas regulamen-

tações legais sancionadas. Em virtude desse crescimento, é de fundamental importância que o acompanhamento desse aluno seja realizado de maneira efetiva (Bacan; Martins; Santos, 2020; Moran; Valente 2015).

Dessa forma, conhecer esse público é a porta de entrada para a criação de estratégias para manutenção e aprimoramento da qualidade, nessa modalidade. Ademais, de acordo com os princípios da Educação Positiva, uma educação de qualidade não se baseia apenas pelo desempenho acadêmico dos estudantes e das instituições. Uma educação bem-sucedida passa a ser considerada quando também promove o crescimento pessoal e o desenvolvimento positivo dos estudantes como indivíduos e como cidadãos do mundo, abordando a existência humana de forma integral (Cintra; Guerra, 2017).

Neste contexto, a Educação Positiva poderá contribuir com EaD, pois um levantamento realizado pela Associação Brasileira de Educação a Distância (ABED) mostrou que tanto a procura quanto a oferta de cursos EaD tiveram um aumento substancial entre 2020 e 2021. Apesar do período retratar o auge da pandemia da Covid-19, o mercado tende a se consolidar, mesmo após o término das restrições sanitárias (ABED, 2022).

Tendo em vista esse amplo crescimento de oferta e de procura da EaD, surge a preocupação no que diz respeito à interação entre professor e aluno. Sabe-se que essa interação é permitida pelas tecnologias de comunicação, porém, é necessário que, mesmo a distância, o bem-estar do estudante seja considerado durante a aprendizagem. Além disso, a EaD se pauta na colaboração em rede, na disponibilização de recursos digitais, em encontros síncronos e assíncronos e nas metodologias ativas (Prates; Matos, 2020). Ainda, para Paniago (2016), a educação mediada pelas tecnologias conectadas em rede tem como marca a pedagogia permeada pela cultura digital, que possui, entre outras características: flexibilidade, abertura, interlocução, intercâmbio, complexidade, criação e colaboração. Porém, uma prática educativa se interessa também pelos processos, relacionamentos e trocas estabele-

cidas entre os (e pelos) sujeitos participantes do ato educacional.

Diante do exposto, a pergunta norteadora desta pesquisa é: como avaliar o Bem-Estar Acadêmico dos discentes do nível superior na modalidade de EaD, tendo como base a Educação Positiva? Entende-se que um instrumento de avaliação do Bem-Estar Acadêmico possibilite a mensuração dos dados, tornando possível melhorar o conhecimento sobre: o perfil, sentimentos e anseios dos discentes que frequentam um curso superior na modalidade de EaD, e que muitas vezes se sente sozinho e desmotivado. Logo, os indicadores de bem-estar definidos oportuniza o conhecimento desse discente e auxilia na criação de estratégias sólidas para a promoção da qualidade na EaD.

Adicionalmente, o objetivo geral, desta pesquisa, é: Propor um instrumento de avaliação do Bem-Estar Acadêmico com base nas dimensões cognitiva e afetiva da teoria da Psicologia Positiva tendo como público-alvo os alunos de um curso superior na modalidade EaD. Trata-se de um recorte de uma pesquisa que culminou em uma dissertação de mestrado, desenvolvida no Programa de Mestrado Acadêmico em Ensino de Ciências, relacionada a linha de pesquisa de Currículo, Avaliação e Formação de Professores em Ensino de Ciências e Matemática.

Dessa forma, caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa, que busca por meio de uma revisão da literatura compreender o que já foi escrito sobre o tema, e em seguida, se utiliza das etapas descritas por Coluci, Alexandre e Milani (2015) para construir o Instrumento de Avaliação do Bem-Estar Acadêmico.

Para alcançar o objetivo traçado, este estudo foi estruturado em quatro seções, começando com a introdução, que apresentou a pergunta norteadora, a metodologia e o objetivo geral. Em seguida, na seção referencial, descreveu-se o Bem-Estar Subjetivo (BES), com foco em suas dimensões cognitiva e emocional, trazendo à tona seus componentes de satisfação global, afeto positivo e afeto negativo. O BES acaba por abrir caminho à Psicologia Positiva que apresenta, entre outros conceitos

o Florescimento, sendo que aplicada à educação recebe a denominação Educação Positiva. Na seção procedimentos metodológicos foi apresentado como a pesquisa foi conduzida e elaborada, e na seção resultados e discussão foi apresentada a proposta do instrumento de avaliação do Bem-estar Acadêmico. Por fim, foram tecidas as considerações finais, com sugestões para futuras pesquisas.

REFERENCIAL

O Bem-Estar Subjetivo (BES) pode ser descrito como uma avaliação que a própria pessoa faz sobre sua vida a partir de seus valores e critérios pessoais. Viana (2019) explica que o termo subjetivo enfatiza que a avaliação é feita a partir da perspectiva do sujeito. Ainda de acordo com Diener e Lucas (2000), o BES é definido a partir das expectativas, dos valores e das experiências prévias do sujeito, das crenças que possui acerca do quão está satisfeito com a vida.

Essa avaliação pode ser de duas naturezas, a saber: cognitiva e emocional. A primeira refere-se ao julgamento da satisfação com a vida em geral ou referenciada a domínios específicos, como a capacidade física e mental ou os relacionamentos sociais. É vista como o nível de entusiasmo, prazer ou descontentamento e sofrimento presente na vida de uma pessoa, segundo a percepção do que é satisfatório ou não prazeroso (Diener; Scollon; Lucas, 2009). Para avaliar a satisfação com a vida, as pessoas levam em conta os aspectos bons e os ruins. Alguns indivíduos acabam por atribuir uma maior importância aos eventos bons e prazerosos, enquanto outros enfatizam situações negativas e tristes. A ênfase nos prazeres ou desprazeres é particular e influenciada por uma gama de fatores, como estado de humor, pensamentos e sentimentos presentes no momento (Diener; Lucas; Oishi, 2002).

A natureza emocional diz respeito ao equilíbrio entre afetos positivos e negativos vivenciados pelo indivíduo (Diener, 2000). Os afetos são entendidos como a intensidade e frequência com que esses vivenciam emoções positivas e negativas (Lyubomirsky; King;

Diener, 2005). Pessoas com alto nível de BES encontram-se satisfeitas com sua vida e experienciam episódios intensos e frequentes de prazer (afetos positivos); percebem-se como pessoas alegres, confiantes e entusiasmadas. No entanto, sujeitos com baixo nível de BES estão insatisfeitos com a vida e experimentam momentos intensos e frequentes de desprazer (afetos negativos); percebem-se como tristes, desanimados e ansiosos (Naragon-Gainey; Watson, 2016). Diante disso, é possível considerar três componentes primários do BES: satisfação global com a vida, afeto positivo e afeto negativo

Vale ressaltar que as pesquisas sobre o BES foram, em sua maioria, realizadas nos Estados Unidos. Ademais, Seligman et al. (2009) apresentam o bem-estar como um construto diferenciando-o da felicidade. Seligman (2011, p. 25), ainda, pontua: “[...] bem-estar é um construto, e a felicidade é uma coisa real”. Na perspectiva daquele autor, uma coisa real é uma entidade diretamente mensurável. Uma entidade pode ser operacionalizada- o que significa que é definida por um conjunto específico de medidas.

Em seus estudos iniciais sobre o bem-estar, Seligman *et al.* (2009), postulam a teoria da felicidade, definindo-a como algo real, passível de ser classificada a partir de uma escala simples de 1 a 10. No entanto, ao evoluir em seus estudos, o autor concluiu ser mais adequado mudar o termo de felicidade para Bem-Estar. Em sua perspectiva, este último, enquanto construto, abarca diversos elementos mensuráveis, ao contrário da felicidade (Seligman, 2011).

Em sua estrutura, o bem-estar é formado por diversos elementos próprios, diferentes e mensuráveis. Ao longo do tempo foi notado o importante papel da cultura no bem-estar, fazendo emergir a necessidade de compreender a variação desse fenômeno por meio das diferentes culturas. Diante disso, Albuquerque e Tróccoli (2004) desenvolveram a Escala de BES, adaptada à população brasileira. Uma das hipóteses dos autores era que o Brasil estivesse aquém nas pesquisas de bem-estar, justamente pela falta de instrumentos de medidas adequadas para a cultura Brasileira.

Vale ressaltar que, para Galinha e Ribeiro (2005, p. 208), “[...] a investigação sobre o Bem-Estar Subjetivo aponta para o fato de que as pessoas não apenas evitam o mal-estar, mas procuram a Felicidade”. Logo, o estudo do Bem-Estar é conhecido por marcar a mudança da orientação da Psicologia para a Saúde Mental, em certa medida, como uma reação ao enfoque generalizado nos sintomas da doença. Com essa mudança de foco, o BES abre caminho para a Psicologia Positiva.

A Psicologia Positiva tem origem nos Estados Unidos da América (EUA), no final da década de 1990 e objetiva a descoberta e promoção do bem-estar. Com isso, busca descobrir e promover os fatores que permitam ao indivíduo e às comunidades prosperarem e florescerem, sendo conhecida por Ciência da Felicidade, que segundo Seligman (2011), procura compreender o que torna a vida mais digna.

Um conceito importante para o entendimento da Psicologia Positiva é o florescimento. Ele se refere à expansão do potencial humano e à visão da felicidade e Bem-Estar por meio do desenvolvimento de cinco elementos, denominados PERMA, a saber: emoções positivas, engajamento, relacionamentos positivos, propósito de vida e realizações (Seligman, 2011).

Além disso, a Psicologia Positiva nasce como um movimento que rompe com o viés negativo sobre o estudo do comportamento humano e passa a considerar aspectos antes não observados, como a felicidade e as emoções positivas, na tentativa da promoção do Bem-Estar e da qualidade de vida (Nunes, 2007). Diante do exposto, o foco está nas forças e não nas fraquezas do ser humano.

Conforme Nunes (2007, p. 2), ela acaba “[...] desviando-se da tendência da psicologia clínica, de se concentrar na patologia, este recanto da psicologia trata os traços positivos que incorporam o nosso repertório humano”. Nesse sentido, é possível inferir que a Psicologia Positiva pode ser aplicada à vida pessoal e às diversas áreas, como: Educação, Saúde e Gestão Empresarial. Sua abrangência é ilimitada, pois, se há relacionamento humano, ela é passível de ser utilizada.

Nesse sentido, a Educação Positiva pode ser compreendida como a aplicação da Psicologia Positiva nas instituições de ensino (Cintra; Guerra, 2017). Adicionalmente, White e Murray (2015) apresentam a Educação Positiva como um termo usado para descrever intervenções empiricamente validadas e realizadas no ambiente escolar capazes de causar impacto no bem-estar do estudante.

Seligman et al. (2009) afirmam que o Bem-Estar deveria ser tratado nas escolas por três motivos: ele é um antídoto para depressão; seu treino é capaz de aumentar a satisfação com a vida; e, por fim, ele auxilia na aprendizagem e no desenvolvimento de pensamentos mais criativos. De modo geral, a maioria dos jovens frequentam as escolas; logo, esse ambiente se caracteriza como uma oportunidade de alcançar bem-estar em grande escala. Acrescenta-se que a Educação Positiva desenvolvida a partir da Psicologia Positiva tem como objetivo ensinar crianças, jovens e adultos as habilidades e mentalidades que lhes permitirão ter vidas prósperas, gratificantes e resilientes no contexto educacional. Além disso, de acordo com os autores, o aumento no bem-estar tende a melhorar a aprendizagem e o rendimento acadêmico.

Cabe ressaltar que o termo Educação Positiva surgiu de um encontro entre Seligman e membros da equipe da *Geelong Grammar School* (GGs). Segundo Norrish (2015), esse encontro aconteceu em 2008, e a GGS foi a primeira escola a implantar o conceito da Psicologia Positiva em seu currículo. Para Stephen Meek, diretor da GGS, a Educação Positiva é a união da ciência da Psicologia Positiva com uma melhor prática de ensino, que busca estimular e apoiar o florescimento de escolas e indivíduos.

A metodologia aplicada à Educação Positiva tem sua inspiração no modelo de florescimento PERMA e propõe seis domínios centrais a serem aprendidos e desenvolvidos na escola – emoções positivas, engajamento positivo, realização positiva, propósito positivo, relacionamentos positivos e saúde positiva (Norrish, 2015). Logo, compreender os conceitos que envolvem o BES e as dimensões cognitiva e

afetiva, bem como sua relação com a Psicologia Positiva e Educação Positiva, poderá contribuir com o processo de ensino-aprendizagem em um contexto de EaD, de forma a proporcionar informações necessárias para construção de um instrumento.

Uma vez apresentado o referencial, na próxima seção, será descrito os procedimentos metodológicos utilizados. Cabe ressaltar, que o termo Bem-Estar Acadêmico foi conceituado por Pereira e Alchieri (2021) como a percepção e/ou experiência interna do indivíduo sobre seu estado de satisfação e seus aspectos emocionais sobre suas vivências acadêmicas. E neste estudo, o Bem-Estar Subjetivo e Bem-Estar Acadêmico são considerados sinônimos.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

De modo geral, a construção de um instrumento envolve uma série de etapas, que devem ser seguidas, como: (1) o estabelecimento da estrutura conceitual; (2) a definição dos objetivos do instrumento e da população envolvida; (3) a construção dos itens e das escalas de resposta; (4) a seleção e organização dos itens; (5) a estruturação do instrumento; (6) a validade do conteúdo; e (7) o pré-teste (Coluci; Alexandre; Milani, 2015).

Em decorrência disso, de forma a atender o objetivo proposto, nesta pesquisa, cinco etapas foram realizadas. A primeira, denominada Estabelecimento da estrutura conceitual, que trata da conceitualização do construto definido, tendo como base o levantamento bibliográfico realizado, e que trouxe à tona o BES, a Psicologia Positiva, a Educação Positiva e o Bem-Estar Acadêmico. Ademais, permitiu a visualização da divisão do BES nas dimensões afetiva e cognitiva. Além disso, a dimensão afetiva pode ser subdividida em afeto positivo e negativo, e a cognição é definida como algo que envolve a satisfação com a vida.

A partir desse fato, foi realizada uma busca de trabalhos correlatos que apresentassem instrumentos já elaborados com escalas para medir o BES. Neste sentido, em uma pesquisa realizada na base de dados do Google Acadêmico, a partir dos descritores: “avaliação

do Bem-Estar Subjetivo” e “escala de Bem-Estar”, referente ao período de 1999 a 2022, foi possível constatar a existência de 61 artigos que mencionam instrumentos para essa finalidade. A partir dos dados encontrados, realizou-se uma análise e identificou-se os instrumentos que tinham base no construto do BES. Também se distinguiu: as pesquisas nacionais ou traduzidas e/ou adaptadas para o Brasil; o nome do instrumento; o autor; o ano de publicação; o diagnóstico para o qual foi desenvolvido; seu formato; e a amostra utilizada.

Contudo, o levantamento dos trabalhos correlatos existentes indica que há poucos estudos que abordam a população foco deste estudo, os discentes de graduação no contexto da EaD, esse dado reforça a importância do desenvolvimento do instrumento. Indicadores de BES bem definidos podem abrir caminhos para a criação de estratégias de intervenção e promoção do bem-estar e, por consequência, reduzir a evasão nessa modalidade, especialmente em cursos de Licenciatura em Matemática. Isso também proporcionou localizar este trabalho diante das pesquisas já realizadas. Essas atividades correspondem à fase do estabelecimento da estrutura conceitual de acordo com Coluci, Alexandre e Milani (2015).

Além disso, o presente estudo, ao construir o protocolo para a avaliação do BES, visualizou como público-alvo os discentes de um curso de graduação de Licenciatura em Matemática realizado na modalidade EaD, pois a pesquisa foi desenvolvida em um Programa de Mestrado Acadêmico em Ensino de Ciências, na linha de pesquisa Currículo, Avaliação e Formação de Professores em Ensino de Ciências e Matemática, o que justifica a escolha do público. Ainda, busca-se que sua utilização contribua para uma melhor compreensão das influências das dimensões cognitivas e emocionais durante a formação desses discentes, nessa modalidade, em sua atuação docente futura; porém, sua aplicação não se restringe a esse público apenas.

Esse exercício de escolher um público-alvo e um objetivo vincula-se às atividades de definição dos objetivos do instrumento e da população envolvida, que corresponde a 2°

etapa, denominada definição dos objetivos do instrumento e da população envolvida. A 3ª, 4ª e 5ª etapa, denominadas, nesta ordem: Construção dos itens e das escalas de resposta; Seleção e organização dos itens; e Estruturação do instrumento, serão apresentadas na próxima seção, a saber: Resultados e Discussão.

Cabe ressaltar, que as etapas denominadas validade do conteúdo e pré-teste, não são objeto deste estudo. Porém, é necessário registrar que é preciso que seja realizada a análise dos especialistas, que consiste em uma revisão dos itens do instrumento, a fim de verificar se o conteúdo representa o construto, sendo essencial que os juízes sejam especialistas no construto ou na área de construção de instrumentos (Borsa *et al.*, 2017; Pires, 2012). Tal procedimento contribui para o reconhecimento dos aspectos fortes e fracos do instrumento, anteriormente à aplicação empírica (Primi, 2011). E por fim, é importante a realização de um pré-teste, para que possa ser verificada sua viabilidade e possíveis acertos que serão necessários, antes que se possa aplicá-lo em

uma população maior. As duas etapas citadas se apresentam, nesta pesquisa, como sugestão para futuros trabalhos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este artigo apresenta a construção do Instrumento de avaliação do BES com vistas à aplicação em um curso de Licenciatura em Matemática, na modalidade EaD, tendo como base a fundamentação teórica que embasou o construto, conforme sugere Pasquali (2009). Ademais, o referencial norteou a construção dos itens e serviu para dar ênfase aos elementos do BES identificado na literatura como o mais significativo para o discente enquanto participante do ambiente universitário em um contexto de EaD. Vale ressaltar que também poderia ser denominado como Bem-Estar Acadêmico (Pereira; Alchieri, 2021). Além disso, foram considerados outros testes que medem o mesmo construto como fonte para a elaboração da escala (Pasquali, 1997, 1999), mediante levantamento realizado na base do Google Acadêmico, conforme já descrito.

Quadro 1- Dimensões do protocolo de avaliação do BES

Dimensão	Descrição da dimensão	Exemplos de aspectos avaliados na dimensão
Satisfação com o AVA e com a universidade.	Refere-se à questão cognitiva. É a percepção que o aluno possui de satisfação com o AVA e com a universidade.	Aprendizado adequado dos conteúdos propostos. Recebimento das orientações necessárias para conduzir seus estudos. Relacionamento com a instituição (coordenadores/professores/tutores/equipe de apoio).
Afetos positivos no ambiente acadêmico e no AVA.	Refere-se a questões afetivas, compreende as vivências do aluno, resultado de suas emoções, ligadas a sentimentos agradáveis.	Entusiasmo do aluno diante da universidade ao AVA.
Afetos negativos no ambiente acadêmico e no AVA.	Relaciona-se a questões afetivas, compreende as vivências do aluno, resultado de suas emoções ligadas a sentimentos de desprazer.	Desânimo do aluno diante da universidade e do ambiente virtual.

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

A construção do protocolo se baseou na constatação de que o BES possui três dimensões distintas, satisfação com a vida e afetos positivos e negativos (Diener; Suh; Oishi, 1997; Anguas; Reyes, 1997; Martinez; Garcia, 1994). Diante do exposto, optou-se por trabalhar o modelo criado por Albuquerque e Tróccoli (2004). Os autores fizeram sua elaboração partindo de uma escala já existente no exterior, e sua análise ocorreu em um grupo de validação semântica. Com isso, a elaboração do instrumento, apresentado neste trabalho, partiu de algo existente e analisado, de forma a contribuir com a pesquisa apresentando a ênfase na modalidade de EaD.

O método mais utilizado para a mensuração do BES consiste no uso de autorrelato, no qual o indivíduo julga sua satisfação com relação a sua vida e relata a frequência de emoções

afetivas recentes de prazer e desprazer. É importante que se considere também aplicar medida de Bem-Estar em condições constantes ou sistematicamente variadas, pois a situação de mensuração pode influenciar as respostas (Albuquerque; Tróccoli, 2004). O Quadro 1 mostra as dimensões que compõem a escala e descreve de forma resumida a definição e exemplos de cada dimensão.

O instrumento inicial foi composto por duas subescalas, a primeira avaliará a dimensão cognitiva do construto, com foco na satisfação que o aluno sente em relação ao AVA e à universidade em si. A segunda subescala foi composta de afetos positivos e negativos vivenciados pelo aluno na EaD. A chave de resposta para ambas as escalas foi a *likert* de cinco pontos variando de 5 (concordo plenamente) a 1 (discordo plenamente).

Quadro 2- Dimensão cognitiva: satisfação com o AVA e com a universidade

As frases a seguir descrevem opiniões que você pode ter em relação ao Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) e à universidade em si. Para cada afirmação, marque com um X o número que expressa sua opinião sobre sua situação atual na Educação a Distância. Não há respostas certas ou erradas, o importante é que seja o mais sincero possível.								
5 Concordo Plenamente	4 Concordo	3 Não sei	2 Discordo	1 Discordo Plenamente				
				5	4	3	2	1
1. Estou satisfeito em realizar minha graduação na modalidade de Educação a Distância								
2. Estou satisfeito com o Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA).								
3. Minha universidade é excelente.								
4. Estou satisfeito com as atividades extracurriculares que a universidade oferece por meio do ambiente virtual.								
5. Gosto de estudar a distância.					Albuquerque e Tróccoli (2004), adaptado para a EaD			
6. Avalio a Educação a Distância de forma positiva.								
7. Tenho aproveitado as oportunidades que a universidade me oferece.								
8. Sob os aspectos de minha formação, estudar a distância está longe de meu ideal acadêmico.								

9. Estudar a distância está de acordo com o que desejo para mim.					
10. Gosto de estudar a distância.					
11. Estudar a distância é ruim.					
12. Estou insatisfeito com o EaD.					
13. Considero-me uma pessoa feliz estudando a distância.					
14. Estabeleço relações de amizade com os colegas da turma.	Pereira e Alchieri (2021), Angeolini (2019), Díaz e Gómez (2007), e Rubio e Garcia (1992);				
15. Recebo o apoio que preciso para tirar todas minhas dúvidas acadêmicas.					
16. Tenho apoio para lidar com situações que me causam estresse.					
17. A universidade oferece apoio à saúde e ao Bem-Estar.					
18. Sinto-me seguro em relação a minha escolha profissional.					

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Quadro 3- Afetos positivos e negativos no AVA e na universidade

Agora gostaria de saber como você se sente ultimamente com relação aos estudos. Esta escala apresenta algumas palavras que expressam sentimentos e emoções. Leia cada palavra e marque o número que mais expressa seus sentimentos em relação à universidade e ao Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA).								
5	4	3	2	1				
Exatamente	Bastante	Moderadamente	Um pouco	Nem um pouco				
				5	4	3	2	1
19. Sozinho	Pereira e Alchieri (2021), Angeolini (2019);							
20. Autoconfiante								
21. Realizado	Guimarães e Boruchovitch (2004).							
22. Motivado	Zerbini e Abbad (2010).							
23. Empenhado								
24. Entediado								
25. Produtivo								
26. Decidido								
27. Abatido								
28. Bem								
29. Tenso								
30. Ativo								
31. Indeciso								
32. Engajado								

33. Alegre					
34. Animado					
35. Atento	Retirados da subescala de afetos positivos e negativos de Albuquerque e Tróccoli (2004).				
36. Impaciente					
37. Seguro					
38. Amedrontado					
39. Nervoso					
40. Agitado					
41. Ansioso					
42. Empolgado					
43. Apreensivo					
44. Preocupado					
45. Disposto					
46. Determinado					
47. Receoso					
48. Dinâmico					
49. Aborrecido					
50. Vigoroso					
51. Entusiasmado					
52. Triste					
53. Contente					
54. Irritado					
55. Deprimido					
56. Interessado	Retirados da subescala de afetos positivos e negativos de Albuquerque e Tróccoli (2004).				
57. Chateado					
58. Indeciso					
59. Assustado					
60. Estimulado					
61. Inspirado					

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

A escala contará com uma pergunta aberta no final, a saber: “Você é feliz cursando o Ensino Superior na modalidade a distância?” O Quadro 2 apresenta a primeira subescala: Dimensão cognitiva- satisfação com o AVA e com a universidade. O Quadro 3 apresenta a segunda subescala: Afetos positivos e afetos negativos no AVA e na universidade. Os itens de 1 a 13, Quadro 2, foram baseados na escala de

BES de Albuquerque e Tróccoli (2004) e adaptados para o contexto da EaD. Os itens 14 e 15 foram embasados na pesquisa de Angeolini (2019), que aborda os sentimentos dos alunos diante do AVA. Vale ressaltar que, na pesquisa realizada pela autora, 63% dos respondentes informaram que se sentiam sozinhos no ambiente virtual. Ademais, estudos demonstram que a relação com os colegas, incluindo o es-

tabelecimento de amizade, relaciona-se com a satisfação com a vida (Diener; Seligman, 2002). Ter relações pessoais com os outros contribui significativamente para a felicidade.

Os itens 16 e 17 foram elaborados tendo como base o estudo realizado por Díaz e Gómez (2007) e Rubio e García (1992). Eles discutem o apoio social como ferramenta importante em ambientes acadêmicos. Esses pontos também têm como base Pereira e Alchieri (2021), que apresentam em sua escala de Bem-Estar Acadêmico, via aplicação *Web*, o apoio social como um dos fatores que devem se relacionar a seu conteúdo.

As investigações realizadas por Pereira e Alchieri (2021) contribuíram para o desenvolvimento dos itens 18, conforme Quadro 2, e, ainda, para os tópicos 20 e 21, conforme Quadro 3, pois o autor pontua a autoconfiança e a realização acadêmica e profissional como fator relacionado ao conteúdo de Bem-Estar Acadêmico. Os itens encontram base também no estudo realizado por Bardagi e Hutz (2010), que observam correlações entre a satisfação de vida e a escolha da profissão. Os dados encontrados pelos autores sugerem que, quanto mais seguros da escolha profissional os estudantes se sentem, mais elevada é a percepção de satisfação de vida. Esses dados se relacionam diretamente com a pesquisa realizada por Pereira e Alchieri (2021).

O item 19 tem base na pesquisa de Angeolini (2019), citada anteriormente. O item 22 foi elaborado por meio do trabalho de Guimarães e Boruchovitch (2004), que propõe que a motivação dos universitários pode ser também considerada uma variável influente nos cursos superiores oferecidos na modalidade a distância.

Zerbini e Abbad (2010) contribuíram para a elaboração do item 23, uma vez que registram o empenho empreendido pelo próprio aluno como um recurso significativo para a obtenção de resultados na EaD. De acordo com os autores, esse item é mais importante para ações educacionais a distância do que propriamente as presenciais, sendo um importante recurso educacional para essa modalidade; além disso, está intrinsecamente ligado a um dos cinco el-

ementos do PERMA para o desenvolvimento do BES, o engajamento (Seligman, 2011). A subescala de afetos positivos e negativos que compõe a escala de BES, proposta por Albuquerque e Tróccoli (2004), contribuiu para a elaboração dos itens 24 a 61.

Durante o desenvolvimento dos itens, buscou-se atender a uma série de cuidados recomendados na literatura: expressar um comportamento concreto, que contemple uma única ideia por item, de forma compreensível para a população-alvo, e que seja consistente com a fundamentação teórica adotada (Borsa *et al.*, 2017). Assim, a primeira versão da escala foi criada, composta de 61 itens. Com isso, foi possível apresentar a etapa de estrutura do instrumento por meio dos Quadros 2 e 3, que contribuíram para que as etapas denominadas, respectivamente, 3º Construção dos itens e das escalas de resposta; 4º Seleção e organização dos itens; e 5º Estruturação do instrumento fossem realizadas.

Desenvolver um instrumento de avaliação requer procedimentos teóricos, empíricos, experimentais e analíticos ou estatísticos (Pasquali, 1999). Portanto, o aprofundamento da teoria deve ser o primeiro passo para a construção dos itens. Ao considerar que o construto do Bem-Estar não pode ser medido diretamente, são delimitadas as propriedades relevantes definidas a partir dos estudos teóricos e dos fatores considerados importantes, pelo pesquisador, para compor os itens do instrumento. Sendo assim, a teoria deverá ser transformada em itens mensuráveis, ou seja, tópicos que devem ser definidos operacionalmente e, ao final desse processo, submetidos à análise semântica pelo público-alvo e à análise de juízes (especialistas e peritos na área do construto), conforme Pawlowski, Trentini e Bandeira (2007).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, a pergunta norteadora desta pesquisa foi: Como avaliar o Bem-Estar acadêmico dos discentes do nível superior na modalidade de Educação a Distância, tendo como base a Educação Positiva? Entende-se

que levantar indicadores de Bem-Estar definidos oportuniza o conhecimento desse discente e auxilia na criação de estratégias sólidas para a promoção da qualidade na EaD. Ademais, a pesquisa tinha como objetivo geral: Propor um instrumento de avaliação do Bem-Estar Acadêmico com base nas dimensões cognitiva e afetiva da teoria da Psicologia Positiva tendo como público-alvo os alunos de um curso superior na modalidade EaD.

Para responder à pergunta de pesquisa e alcançar o objetivo, foi inicialmente realizado um estudo para identificar os conceitos que emergiam e, com isso, traçar um panorama sobre o Bem-Estar, localizando a teoria de Psicologia Positiva e Educação Positiva. Diante disso, foi possível constatar que o Bem-Estar é um construto que desperta interesse há muito tempo e que serviu de pano de fundo para o surgimento da Psicologia Positiva.

Após esse delineamento, passou-se a analisar instrumentos de avaliação existentes na literatura. Para isso, foi realizada uma revisão no repositório Google Acadêmico, a partir dos descritores “avaliação do Bem-Estar Subjetivo” e “escala de Bem-Estar”, no período de 1999 a 2022. Ao final, foi constatada a existência de 61 artigos que mencionam instrumentos para essa finalidade. A partir dos dados encontrados, uma análise foi realizada; e buscou-se identificar os instrumentos que tinham base no construto do BES, os nacionais ou traduzidos e/ou adaptados para o Brasil, o nome do instrumento, o autor, o ano de publicação, o diagnóstico para o qual foi desenvolvido, seu formato e a amostra utilizada.

A partir dessa análise, percebeu-se que havia um bom número de instrumentos criados e que parte deles eram adaptações de instrumentos internacionais para uso no Brasil. Os achados mostraram que os principais buscam avaliar o Bem-Estar em alguma área específica ou em alguma fase específica da vida e que existem poucos estudos que abordam a população do foco desta pesquisa. Após o levantamento bibliográfico e a análise dos protocolos e escalas já existentes na literatura, deu-se início ao desenvolvimento do instrumento de avaliação, tendo como público-alvo os discentes

de um curso de graduação de Licenciatura em Matemática realizado na modalidade de EaD, pois esta pesquisa foi desenvolvida em um Programa de Mestrado Acadêmico em Ensino de Ciências, na linha de pesquisa Currículo, Avaliação e Formação de Professores em Ensino de Ciências e Matemática, o que justifica a escolha do público. Ainda, entende-se que sua utilização possa contribuir para uma melhor compreensão das influências das dimensões cognitivas e emocionais, durante a formação dos discentes dessa modalidade, em sua atuação docente futura; porém, sua aplicação não se restringe a esse público.

Sendo assim, a criação do instrumento se deu a partir da percepção de lacunas sobre a avaliação do Bem-Estar na EaD. Apesar de um bom número de instrumentos realizarem a investigação do Bem-Estar, notou-se que, para esse público, em especial, há poucas pesquisas relacionadas. Cabe ressaltar que o presente estudo apresentou a construção do questionário, caracterizado como instrumento. Para tanto, partiu da elaboração dos itens e das escalas de resposta até a versão inicial do instrumento, conforme Coluci, Alexandre e Milani (2015), registrando de forma detalhada cada etapa nas seções Procedimentos Metodológicos e Resultados e Discussão.

Almeja-se que, ao final deste processo, o instrumento seja usado na criação de estratégias para a manutenção e o crescimento da qualidade nessa modalidade, uma vez que o número de discentes que optam por cursar o Ensino Superior à distância cresce exponencialmente nos últimos anos. Contudo, a discussão sobre o tema não se encerra neste estudo, sendo necessária sua continuidade, com vistas à realização da validação do instrumento, de forma a traçar as evidências da validade do conteúdo por meio da avaliação dos especialistas e da realização de um estudo piloto com os alunos de um curso superior na modalidade EaD.

Vale ressaltar que há limitações, tendo em vista que a construção de um instrumento de autorrelato é subjetivo e requer compreensão cognitiva do indivíduo no que se refere a seu Bem-Estar. Também é importante esclarecer

que a exata indicação do uso do instrumento deve ser dada somente após os estudos futuros serem realizados. Além disso, sugere-se discussões sobre possíveis nuances dentro dos tipos de cada modalidade EaD. Uma delas é pensar em construções futuras de instrumentos que atendam a cada tipo e metodologia.

Contudo, ao final da pesquisa realizada, considera-se que o Instrumento de Avaliação do Bem-estar Acadêmico na Educação a Distância seja uma das respostas possíveis para pergunta norteadora, conforme os achados. Também se ressalta que o objetivo apresentado foi alcançado com os passos realizados e documentados no decorrer deste artigo.

REFERÊNCIAS

- ABED. **Censo EAD.BR**: relatório analítico da aprendizagem a distância no Brasil 2020. Curitiba: InterSaberes, 2022. Disponível em: https://www.abed.org.br/site/pt/midioteca/censo_ead/2144/2022/04/censoeadbr_-_2020/2021. Acesso em: 11 jun. 2023.
- ALBUQUERQUE, Anelise Salazar; TRÓCCOLI, Bartholomeu Tôres. Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, DF, v. 20, n. 2, p. 153-164, maio/ago. 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/85JvntJ3f8WJMYnPVgZDMVz/abstract/?lang=pt#> Acesso em: 17 abr. 2022.
- ANGEOLINI, Eliane. **Educação a distância e a evasão**: desafios para uma instituição privada de educação superior. 2019. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Cidade de São Paulo, São Paulo, 2019.
- ANGUAS, Ana María. **El significado del bienestar subjetivo, su valoración en México**. 1997. Tese (Doutorado) – Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, 1997. Disponível em https://repositorio.unam.mx/contenidos/el-significado-del-bienestar-subjetivo-su-valoracion-en-mexico-151314?c=3AQjKq&d=false&q=*.*&i=1&v=1&t=search_1&as=1. Acesso em: 4 jul. 2022.
- BACAN, Aline Ribeiro; MARTINS, Gustavo Henrique; SANTOS, Acácia Aparecida Angeli dos. Adaptação ao ensino superior, estratégias de aprendizagem e motivação de alunos EaD. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 40, p. 1-15, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/2023.pcp/a/ccFHhCwgJyL7vkMbRpFT-v7b/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 21 abr.
- BARDAGI, Marúcia Patta; HUTZ, Claudio Simon. Satisfação de vida, comprometimento com a carreira e exploração vocacional em estudantes universitários. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 62, n. 1, p. 159-170, 2010. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2290/229016557016.pdf>. Acesso em: 29 out. 2022.
- BORSA, Juliane Callegaro et al. Construção e adaptação de instrumentos psicológicos: dois caminhos possíveis. In: DAMÁSIO, Bruno Figueiredo. (org.). **Manual de desenvolvimento de instrumentos psicológicos**. São Paulo: Vetor, 2017. v. 1. p. 15-38.
- CINTRA, Clarisse Lourenço; GUERRA, Valeska Martins. Educação Positiva: a aplicação da Psicologia Positiva a instituições educacionais. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 21, n. 3, p. 505-514, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/Y8Z7fc66J5nsG8Wn49zty6B/?lang=pt>. Acesso em: 1 mar. 2022.
- COLUCI, Marina Zambon Orpinelli; ALEXANDRE, Neusa Maria Costa; MILANI, Daniela. Construção de instrumentos de medida na área da saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, p. 925-936, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2015.v20n3/925-936>. Acesso em: 27 jun. 2022.
- VIANA, João Lucas Dias. **Escala de bem-estar subjetivo escolar**: elaboração de itens e estudos psicométricos. 2019. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade São Francisco, Campinas, 2019. Disponível em: <https://www.usf.edu.br/galeria/getImage/385/3734863702879761.pdf>. Acesso em: 25 jan. 2023.

DÍAZ, Esther Martínez; GÓMEZ, Darwin Andrés Díaz. Una aproximación psicosocial al estrés escolar. **Educación y Educadores**, Bogotá, v. 10, n. 2, p. 11-22, 2007. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-12942007000200002. Acesso em: 16 out. 2022.

DIENER, Edward. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. **American Psychologist**, [S. l.], v. 55, n. 1, p. 34-43, 2000. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2000-13324-004>. Acesso em: 5 jun. 2022.

DIENER, Edward; LUCAS, Richard E. Subjective emotional well-being. In: LEWIS, M.; HAVILAND-JONES, J. M.; BARRETT, L. F. (ed.). **Handbook of emotions**. New York: The Guilford Press, 2000. v. 2. p. 325-337. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2008-07784-029>. Acesso em: 25 out. 2023.

DIENER, Edward; SCOLLON, Christie Napa; LUCAS, Richard E. The evolving concept of subjective well-being: the multifaceted nature of happiness. In: DIENER, Edward (ed.). **Assessing well-being: The collected works of Ed Diener**. Washington: APA, 2009. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2009-09430-004>. Acesso em: 25 jan. 2023.

DIENER, Edward; SELIGMAN, Martin E. P. Very happy people. **Psychological science**, [S. l.], v. 13, n. 1, p. 81-84, 2002. Disponível em <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1111/1467-9280.00415>. Acesso em: 29 out. 2022.

DIENER, Edward; SUH, Eunkook; OISHI, Shigehiro. Recent findings on subjective well-being. **Indian Journal of Clinical Psychology**, [S. l.], v. 24, n. 1, p. 25-41, 1997. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/1997-43193-002>. Acesso em: 5 jun. 2022.

FREDRICKSON, Barbara. **Positivity**: Ground-breaking research reveals how to embrace the hidden strength of positive emotions, overcome negativity, and thrive. Danvers: Crown/

Random House, 2009. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2009-03516-000> acesso: 25 ou 2023.

GALINHA, Iolanda; RIBEIRO, J. L. Pais. História e evolução do conceito de bem-estar subjectivo. **Psicologia, saúde e doenças**, Lisboa, v. 6, n. 2, p. 203-214, 2005. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/362/36260208.pdf>. Acesso em: 5 jun. 2022.

GUIMARÃES, Sueli Édi Rufini; BORUCHOVITCH, Evely. O estilo motivacional do professor e a motivação intrínseca dos estudantes: uma perspectiva da teoria da autodeterminação. **Psicologia: reflexão e crítica**, Porto Alegre, v. 17, p. 143-150, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/DwSBb6xK4RknMzkf5qqpZ6Q/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 21 abr. 2023.

LYUBOMIRSKY, Sonja; KING, Laura; DIENER, Edward. The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? **Psychological bulletin**, [S. l.], v. 131, n. 6, p. 803, 2005. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037%2F0033-2909.131.6.803>. Acesso em: 25 jan. 2023.

MARTINEZ, Manuel; GARCIA, Manuel Ramirez. La autopercepción de la salud y el bienestar psicológico como indicador de calidad de vida percibida en la vejez. **Revista Lex Mercatoria Doctrina**, Praxis, Jurisprudencia y Legislación, [S. l.], v. 6, n. 1, p. 55-74, 1994. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2833737>. Acesso em: 27 jun. 2022.

MORAN, José Manuel; VALENTE, José Armando. **Educação a distância**. São Paulo: Summus Editorial, 2015. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=5HymAgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq=Educa%C3%A7%C3%A3o+a+dist%C3%A2ncia&ots=nGIZmTuuTj&sig=zPr1vqOKjJ9dHP4ZnWJQGOBogNo#v=onepage&q=Educa%C3%A7%C3%A3o%20a%20dist%C3%A2ncia&f=false>. Acesso em: 18 jul. 2022.

- NARAGON-GAINEY, Kristin; WATSON, David. Positive affectivity: The disposition to experience pleasurable emotional states. In: SNYDER, C. R. et al. (ed.). **The Oxford Handbook of Positive Psychology**. Oxford: Oxford University Press, 2016. Disponível em: <https://academic.oup.com/edited-volume/34277/chapter-abstract/290617912?redirectedFrom=fulltext&login=false>. Acesso em: 25 jan. 2023.
- NORRISH, Jacolyn. **Positive education**: The Geelong Grammar School journey. Oxford: Oxford University Press. 2015.
- NUNES, Patrícia. **Psicologia positiva**. 2007. Monografia (Licenciatura) – Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, Coimbra, 2007. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0115.pdf>. Acesso em: 18 maio 2022.
- PANIAGO, Maria Cristina Lima. Narrativas eclipsadas e ressignificadas de docentes e discentes sobre/na cibercultura. **Revista de Educação Pública**, São Paulo, v. 59, p. 355-365, 2016. Disponível em: http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S2238-20972016000200355&script=sci_abstract. Acesso em: 25 out. 2023.
- PASQUALI, Luiz. Psicometria. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 43, p. 992-999, 2009. Disponível em <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/Bbp7hnp8TNmBCWh-c7vjbXgm/?lang=en>. Acesso em: 3 jul. 2022.
- PASQUALI, Luiz. Testes referentes a construto: teoria e modelo de construção. In: PASQUALI, Luiz. **Instrumentos psicológicos**: manual prático de elaboração. Brasília, DF: LabPAM, 1999. p. 37-71.
- PASQUALI, Luiz. **Psicometria**: teoria e aplicações. Brasília, DF: Editora Universidade de Brasília, 1997.
- PAWLOWSKI, Josiane; TRENTINI, Clarissa Marcelli; BANDEIRA, Denise Ruschel. Discutindo procedimentos psicométricos a partir da análise de um instrumento de avaliação neuropsicológica breve. **Psico-USF**, Campinas, v. 12, p. 211-219, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psuf/a/DgHGQPq6JKX9kn5kBsztbGS/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 11 nov. 2022.
- PEREIRA, Thayanne Branches; ALCHIERI, João Carlos. Contextualização teórica para categorização de itens no processo de construção e validação de instrumento sobre bem-estar acadêmico. In: JORNADAS INTERNACIONALES DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA UCES, 17., 2021, Buenos Aires. **Actas [...]**. Buenos Aires: ECES, 2021. Disponível em: <http://dspace.uces.edu.ar:8180/jspui/handle/123456789/6003>. Acesso em: 15 jul. 2022.
- PIRES, Jeferson Gervasio. Avaliação Psicológica: Guia de consulta para estudantes e profissionais de psicologia. **Aval. psicol.**, Itatiba, v. 11, n. 1, p. 157-158, abr. 2012. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712012000100015&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 29 out. 2023.
- PRATES, Uaiana; MATOS, João Filipe. A Educação Matemática e a Educação a Distância: uma revisão sistemática da literatura. **Bolema**: Boletim de Educação Matemática, Rio Claro, v. 34, p. 522-543, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bolema/a/fKYVzr9SFFbPVVpjqj6Dwst/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 09 abr. 2022.
- PRIMI, Ricardo. Responsabilidade e ética no uso de padrões de qualidade profissional na avaliação psicológica. In: CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Ano da avaliação psicológica**: textos geradores. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia, 2011. p. 53-57.
- SELIGMAN, Martin E. P. **Florescer** - uma nova e visionária interpretação da felicidade e do bem-estar. Rio de Janeiro: Objetiva. 2011.
- RUBIO, José Maria León; GARCÍA, Francisco Javier Muñoz. Incidência da avaliação acadêmica

sobre a saúde dos estudantes universitários.

Revista de Psicologia General y Aplicada, Sevilla, v. 45, n. 4, p. 429-437, 1992. Disponível em: <https://idus.us.es/handle/11441/34418>. Acesso em: 16 out. 2022.

SELIGMAN, Martin. E. P.; ERNST, Randal M.; GILLHAM, Jane; REIVICH, Karen; LINKINS, Marcar. Positive education: Positive psychology and classroom interventions. **Oxford review of education**, Oxford, v. 35, n. 3, p. 293-311, 2009 Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03054980902934563>. Acesso em: 27 mar. 2022.

ZERBINI, Thaís; ABBAD, Gardênia. Aprendizagem induzida pela instrução em contexto de organizações e trabalho: uma análise crítica da literatura. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 177-193, 2010. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/cpst/article/view/25724>. Acesso em: 21 abr. 2023.

Recebido em 11 de março de 2024

Aceito em 15 de maio de 2024