

**Promoção da Esperança como Fator Autoprotetivo: uma abordagem da Psicologia Positiva****Higor Rodrigues de Faria****Isabela Aparecida Caixeta Gonçalves****Julia Alves**

Centro Universitário de Anápolis- UniEvangélica

Margareth Regina Gomes Veríssimo de Faria

Centro Universitário de Anápolis- UniEvangélica

Pontifícia Universidade Católica de Goiás

Daniela Sacramento Zanini

Pontifícia Universidade Católica de Goiás

Daniela Cristina Campos

Pontifícia Universidade Católica de Goiás

Resumo

Este artigo teve como objetivo a mensuração dos níveis de esperança em um grupo de 15 adolescentes e a verificação de possíveis correlações existentes entre itens da escala de esperança com itens da escala de *coping*. Trata-se de um estudo exploratório realizado com adolescentes estudantes de uma escola pública. Os instrumentos utilizados foram a Escala de Esperança Disposicional que possui doze itens e Escala de *Coping*- (CRI-Y) composta por quarenta e oito itens. Os objetivos foram de mensurar os níveis de esperança e observar a existência de correlações entre os constructos avaliados pelas escalas. Os resultados obtidos demonstraram níveis de esperança acima da média e a Correlação de Pearson indicou correlações significativas entre alguns itens da escala de esperança e escala de *coping*. Os itens de coping que se correlacionaram com esperança indicam que apesar dos adolescentes ainda terem esperanças de resolver os problemas de muitas formas, eles continuam acreditando que se resolverão da pior maneira possível. Por outro lado, permanecem preocupados, pois perderam a esperança das coisas voltarem a ser como antes. Desta forma, existe a possibilidade de se trabalhar temas que podem melhorar os resultados de mais de um constructo que podem contribuir para manter o bem-estar entre os adolescentes.

Palavras-chave: psicologia positiva, esperança, adolescentes, correlação

Promoting Hope as a Self-Protective Factor: a Positive Psychology approach**Abstract**

This article aimed to measure the levels of hope in a group of 15 adolescents and to verify possible correlations between items on the hope scale with items on the coping scale. This is an exploratory study carried out with adolescent students from a public school. The instruments used were the Dispositional Hope Scale, which has twelve items and the Coping Scale (CRI-Y), consisting of forty-eight items. The objectives were to measure the levels of hope and observe the existence of correlations between the constructs evaluated by the scales. The results obtained showed

higorrodriguesdefaria@hotmail.com

isabelapcg@outlook.com

juliaalvess12@hotmail.com

margarethverissimo@gmail.com

dazanini@yahoo.com.br

dcampos1409@gmail.com

levels of hope above the average and Pearson's Correlation indicated significant correlations between some items of the hope scale and coping scale. The coping items that correlated with hope indicate that although adolescents still hope to solve problems in many ways, they continue to believe that they will resolve themselves in the worst possible way. On the other hand, they remain concerned, as they have lost hope of things being as they were before. Thus, there is the possibility of working on themes that can improve the results of more than one construct that can contribute to maintaining well-being among adolescents.

Keywords: positive psychology, hope, adolescents, correlation

Historicamente, as práticas psicológicas são voltadas a um princípio de investigação psicopatológica e de tratamento. A psicologia, por vezes, destinou-se ao estudo dos problemas e das psicopatologias já instaladas. Isso se deu devido ao contexto pós-guerra, posteriormente a Segunda Guerra Mundial, período no qual a psicologia tornou-se uma ciência fundada sobre a ideia da cura de doenças mentais e de reparação de danos (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Tirando o foco de estudo das doenças e dos aspectos vistos como disfuncionais, deu-se início a estruturação de estudos que têm como intuito a prevenção através da promoção de saúde, trabalhando as forças e virtudes das pessoas, visando fortalecer suas competências, evitando o adoecimento psicológico, assim como salientam (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Após as demandas do contexto pós-guerra terem sido satisfeitas, alguns autores começaram a pontuar que a psicologia poderia contribuir também para a promoção da saúde e qualidade de vida, argumentando que a psicologia teria condições de desenvolver estudos sobre as habilidades e virtudes pessoais, destacando a importância das experiências positivas e delimitando a relevância das relações interpessoais positivas, melhorando a qualidade de vida das pessoas e prevenindo possíveis patologias (Paludo & Koller, 2007).

Essa nova abordagem conhecida como psicologia positiva teve surgimento oficial nos anos de 1997/1998 e se deu nos Estados Unidos partindo da iniciativa do psicólogo e professor de psicopatologia Martin E. P. Seligman, que com apoio de outros pesquisadores, como Csikszentmihalyi, deu início ao desenvolvimento de estudos quantitativos tendo como objetivo uma mudança no foco de estudo da psicologia tradicional, deixando de priorizar o estudo dos aspectos adoecidos e dando ênfase no fortalecimento dos aspectos saudáveis dos indivíduos (Scorsolini-Comin, 2012).

A psicologia positiva pode ser entendida como um conjunto de teorias que fundamenta os estudos das características individuais, das

emoções e das instituições positivas, com o objetivo de promover saúde mental e prevenir doenças, além de gerar qualidade de vida às pessoas (Seligman, Steen, Park & Peterson, 2005).

Em consonância a essa ideia, Seligman e Csikszentmihalyi (2000) ressaltam que existem forças humanas que servem como amortecedores contra o surgimento e desenvolvimento de doenças mentais. Para Seligman et al. (2005), a psicologia positiva se propõe a estudar essas forças e virtudes particulares do indivíduo, fazendo com que os psicólogos adotem uma postura mais apreciativa dos potenciais dos indivíduos, da motivação e das capacidades humanas, fortalecendo os fatores de proteção da saúde.

Os fatores de proteção da saúde estudados pela psicologia positiva são amplos e distintos. Dentre eles está a esperança que pode ser definida como o conjunto de cognições focalizadas na obtenção de um objetivo, caracterizada pelo estado emocional positivo em direção ao futuro, que surge em decorrência de uma relação entre as rotas, sendo a capacidade de encontrar caminhos que levam rumo a um objetivo desejado e, ao mesmo tempo, a capacidade de motivar-se para dar início a busca de um determinado objetivo e se manter no caminho para alcançá-lo (Snyder & Lopez, 2009).

A definição de esperança abordada nos estudos da psicologia positiva foi proposta por Snyder, Rand e Sigmon (2002) após a realização de entrevistas informais nas quais se verificou o pensamento de caminhos que podiam ser traçados para a obtenção de determinadas metas preestabelecidas. Seguindo esse princípio, definiu-se esperança como o reflexo da crença de que é possível planejar caminhos que viabilizem o alcance de objetivos e motivar-se a usá-los, servindo como estimulação para o bem-estar e as emoções das pessoas (Snyder, Rand & Sigmon, 2002).

A esperança pode ser entendida como uma das principais bases de funcionamento psíquico e do processo de estruturação da subjetividade, levando as pessoas a crerem em resultados que

sejam positivos às circunstâncias da vida, assim como ressaltam Santos e Reppold (2014) em seu estudo composto por 18 mães de crianças internadas na UTIP (Unidade de Terapia Intensiva Pediátrica). A delimitação dos fatores de proteção presentes em um momento de crise possibilita o desenvolvimento das habilidades dos indivíduos e sua adaptação e superação de eventos difíceis ao longo da vida (Santos & Reppold, 2014).

Um período importante para se trabalhar o desenvolvimento de novas habilidades é a infância e a adolescência devido aos processos de identificação que ocorrem nos mesmos. Essa identificação ou formação de identidade deve ser considerada como a tarefa principal da adolescência, pois é um ponto importante na transição de um adolescente para a vida adulta, madura e produtiva (Schoen-Ferreira, Aznar-Farias & Silveiras, 2003).

Em concordância com a afirmação de Schoen-Ferreira, Aznar-Farias e Silveiras (2003), Pajares, Aznar-Farias, Tucci e Oliveira-Monteiro (2015) destacam que a adolescência é uma fase de transformação e estruturação da identidade com transições psicossociais importantes, e que espaços sociais, como a escola, influenciam no desenvolvimento e promoção da saúde, tendo um potencial para desenvolver ações e valores positivos nos adolescentes.

O estudo de Pajares et al. (2015) apresenta contribuições para a ampliação de pesquisas relacionadas ao desenvolvimento positivo em adolescentes, ressaltando que tal desenvolvimento pode ser constituído como recurso protetivo nas relações dos participantes e atentando para amplas possibilidades de investigações posteriores com adolescentes.

Ao se tratar de um enfoque em adolescentes, há algumas décadas, nota-se o surgimento de abordagens com ênfase no apoio aos jovens, com profissionais que buscavam abordar circunstâncias nas quais as crianças e adolescentes estivessem inseridos, como a família, escolas e a comunidade em geral (Catalano, Berglund, Ryan, Lonczak & Hawkins, 2004). Porém, os programas de prevenção eram realizados com enfoque inicial na prevenção do comportamento problema (Catalano et. al, 2004).

Ainda de acordo com Catalano et. al. (2004), após diversas críticas a esses modelos, surgiram autores que defendiam um enfoque no desenvolvimento positivo da juventude, não focando apenas na prevenção de comportamentos considerados problemáticos. Eles pontuam que promover um desenvolvimento cognitivo, emocional, social e comportamental

das crianças e adolescentes passou a ser considerada a chave para a prevenção desses comportamentos problemáticos que podem surgir e se estender à vida adulta.

Intervir em grupos de jovens e adolescentes, dando oportunidades para que falem sobre si, expressem seus sentimentos, falem sobre suas crenças e sobre suas atitudes é pertinente no processo de aquisição de habilidades e competências que os fortaleçam nas situações do cotidiano, como ressaltam Minto, Pedro, Netto, Bugliani e Gorayeb (2006). Segundo eles, os aspectos sociais, afetivos e cognitivos apresentam influências sobre o comportamento humano e, ao trabalhá-los, implica-se direta e indiretamente na promoção de saúde.

Do mesmo modo, Franco e Rodrigues (2014) defendem a importância de se priorizar, enfatizar e promover as forças e as virtudes de adolescentes, considerando que é possível lhes dar oportunidades para que aperfeiçoem suas próprias potencialidades, conhecendo-se e descobrindo habilidades novas.

Se tratando do constructo esperança, em um estudo com 126 adolescentes de grupos minoritários, os autores Roesch, Duangado, Vaughn, Aldridge e Villodas (2010) ressaltam que adolescentes com alto nível de esperança diferem quantitativamente dos adolescentes com baixo nível de esperança, além de diferirem em relação aos processos de auto regulação, treinamento de habilidades sociais e padrões de socialização.

De acordo com um estudo sobre expressão de esperança em adolescentes inseridos em contexto de acolhimento institucional, mostra-se necessário realizar investigações em adolescentes, principalmente, sobre os que vivenciam situações que fogem do esperado para o seu desenvolvimento. Assim, torna-se indispensável a realização de intervenções em grupos em contextos de institucionalização que tenham como fundamento o constructo esperança, visando seu fortalecimento (Paludo, Mazzoleni & Silva, 2018)

Trabalhar o fortalecimento da esperança no público-alvo adolescente pode gerar muitos benefícios em sua vida em geral. Alguns deles são: influência no desempenho escolar, mudanças nos relacionamentos interpessoais, busca por atividades que previnam doenças físicas e auxílio na construção de ambientes saudáveis (Snyder, Rand e Sigmon, 2002).

Pode ser pertinente a adoção de um olhar mais amplo sobre os focos de estudo e construção de instrumentos na realidade

sociocultural no país e, com isso, gerar contribuições no avanço do conhecimento científico no campo da psicologia positiva, indo além e valorizando o que já se tem de conhecimento sobre os fenômenos de proteção da saúde e sobre os aspectos psicológicos e emocionais positivos (Pires, Nunes & Nunes, 2015).

Pajares et al. (2015) e Calvetti, Muller e Nunes (2007) salientam a importância da implantação de novos estudos na área da psicologia positiva em geral, visando a contribuição no planejamento de ações no âmbito da promoção da saúde.

Por ter um aspecto preventivo, de promoção de saúde e qualidade de vida proposto pela psicologia positiva (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) e visto a importância de trabalhar as forças e virtudes, seria relevante a realização de estudos com adolescentes buscando a comprovação da eficácia de se trabalhar os fatores de proteção da saúde nesse período do desenvolvimento humano e objetivando o aumento dos níveis de esperança e o fortalecimento dos demais aspectos positivos (Franco & Rodrigues, 2014).

Conforme o que foi abordado acima e sabendo que a esperança está relacionada com a capacidade que as pessoas têm de traçar seus planos e de colocá-los em prática, visando alcançar determinados objetivos, o presente estudo tem como intuito mensurar a expressão de esperança de um grupo de adolescentes em uma escola pública e verificar se essa apresenta correlações com *coping*, temas estudados pela psicologia positiva.

Método

Participantes

Os participantes deste estudo foram 15 participantes convidados a participar da pesquisa através da indicação da coordenação da escola. A idade média dos participantes foi de 14 anos, todos cursavam o ensino regular de educação em uma escola pública e apresentavam assiduidade às aulas.

Instrumentos

Os instrumentos utilizados para a construção desse artigo foram a Escala de Esperança Disposicional e Escala de *Coping*- (CRI-Y) Coping Response Inventory-Y.

A Escala de Esperança Disposicional (Pacico, Bastianello, Zanon & Hutz, 2013) contém doze itens, sendo eles formados por escala Likert de

cinco pontos, variando entre totalmente falso e totalmente verdadeiro. Quatro desses itens referem-se a dimensão agência, quatro deles referem-se a dimensão vias e o restante são distratores.

A Escala de Coping- (CRI-Y) Coping Response Inventory-Y tem como objetivo a mensuração dos esforços comportamentais e cognitivos dos indivíduos em situações de enfrentamento de problemas. Ela é tipo Likert de quatro pontos e divide-se em três partes, sendo que a primeira é a descrição de uma situação estressora que ocorreu nos últimos doze meses, a segunda contém dez perguntas sobre a experiência prévia que o participante tem com o problema e a terceira contém quarenta e oito perguntas relacionadas à descrição de comportamentos que são caracterizados como formas de enfrentamento dos problemas descritos pelos adolescentes (Diniz & Zanini, 2010).

Procedimentos

Este trabalho é resultado de um plano de ação do projeto guarda-chuva de pesquisa com o título Avaliação de Desenvolvimento Positivo, Prevenção e Promoção da Saúde, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa e atendendo todas as orientações e normas de elaboração da pesquisa se deu através das orientações fornecidas pela Resolução n. 510 de 07 de abril de 2016 do Conselho Nacional de Saúde, respeitando os direitos humanos e a ética em pesquisa, coibindo quaisquer atitudes de discriminação e estigmatização, bem como ao uso indevido de informações prestadas pelos participantes.

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) foram entregues antes da coleta dos dados, garantindo o consentimento dos pais e o assentimento dos adolescentes em relação a participação na pesquisa a autorização, tanto dos participantes menores de dezoito anos quanto dos seus pais, do uso das informações necessárias na construção de estudos científicos. As informações cabíveis sobre os procedimentos adotados na pesquisa, nomes e contatos dos pesquisadores foram disponibilizadas em ambos os documentos.

É importante ressaltar que esta coleta de dados foi feita antes da pandemia do coronavírus, e depois da suspensão das aulas não foram realizadas novas coletas e o projeto foi suspenso até o retorno das aulas e a vacinação da população, pois a coleta online com adolescentes acaba sendo mais complicada e enviesada.

No primeiro encontro, fez-se o acolhimento dos participantes e foi realizada uma dinâmica com intuito de integrar o grupo. Após a integração dos participantes, foram explicadas as questões mais relevantes da pesquisa, sendo esclarecidas as dúvidas sobre como decorreriam os encontros. Após aceitarem em participar voluntariamente, foram entregues o TALE e duas cópias de TCLE. Uma via do TCLE foi recolhida na semana seguinte assinada pelos pais, garantindo que eles consentiram com a participação de seus filhos nos encontros. A outra via do TCLE, assinada pelos estagiários e pela professora supervisora, foi entregue aos pais. O TALE foi assinado pelos alunos e recolhido após a entrega dos TCLE's assinado pelos pais, confirmando que

eles assentiram em participarem voluntariamente.

Resultados

A partir dos dados obtidos na aplicação das escalas, observou-se que os participantes apresentam médias na escala de esperança acima da média na maioria dos itens. As maiores médias foram para os itens 7 (Eu me preocupo com minha saúde...) e 9 (Minhas experiências no passado me prepararam bem para enfrentar o futuro...). A menor média foi a do item 5 (Eu sou facilmente derrotado em discussões...).

Tabela 1
Médias e desvios padrões das medidas de esperança

	Eu posso pensar em várias formas de lidar com situações difíceis...	Eu me esforço para atingir meus objetivos...	Eu me sinto cansado a maior parte do tempo...	Existem sempre muitas formas de resolver os problemas...	Eu sou facilmente derrotado em discussões...	Eu posso pensar em muitas formas de conseguir as coisas que são muito importantes para a minha vida...	Eu me preocupo com minha saúde...	Mesmo quando os outros desistem, eu sei que posso encontrar alguma forma de resolver os problemas...	Minhas experiências no passado me prepararam bem para enfrentar o futuro...	Eu tenho tido muito sucesso na vida...
Válido	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
N Ausente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Média	3,3333	4,0000	3,4667	3,2667	2,4667	3,8667	4,1333	3,7333	4,1333	2,9333
Mediana	3,0000	4,0000	4,0000	3,0000	3,0000	4,0000	4,0000	4,0000	4,0000	3,0000
Modo	3,00	5,00	4,00	3,00	3,00	3,00	5,00	3,00 ^a	5,00	3,00
Desvio Padrão	,89974	1,13389	1,18723	,88372	1,35576	,91548	,99043	1,09978	,91548	1,09978
Variância	,810	1,286	1,410	,781	1,838	,838	,981	1,210	,838	1,210
Mínimo	2,00	1,00	1,00	2,00	1,00	3,00	2,00	2,00	3,00	1,00
Máximo	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00

a. Ha várias modas. O menor valor é mostrado.

A análise da Tabela 2 foi feita através da Correlação de Pearson entre alguns itens da escala de esperança e alguns itens da escala de coping. Quando um estudo apresenta

correlações significativas com valor de *p value* entre 0,05 e 0,01, pode-se afirmar que as chances de erro estatístico são mínimas (Loureiro & Gameiro, 2011).

O item 4 da escala de esperança (Existem sempre muitas formas de resolver os problemas) apresentou correlação positiva significativa ($r=0.523$; $p=0,045$) com o item 38 da escala de *coping* (Você esperava que o problema se resolvesse da pior maneira possível).

Os itens de *coping* que se correlacionaram

com esperança indicam que apesar dos adolescentes ainda terem esperanças de resolver os problemas de muitas formas, eles continuam acreditando que se resolverão da pior maneira possível. Por outro lado, permanecem preocupados, pois perderam a esperança das coisas voltarem a ser como antes.

Tabela 2
Correlações de Pearson entre Esperança e Coping

Escala de Esperança	Escala de <i>Coping</i>	Correlação	Valor de p
4-Existem sempre muitas formas de resolver os problemas	38-Você esperava que o problema se resolvesse da pior maneira possível	0.523	0,045
11-Frequentemente eu fico me preocupando com alguma coisa	46-Você perdeu a esperança de que as coisas voltariam a ser como antes	0.734	0,002

O item 11 da escala de esperança (Frequentemente eu fico me preocupando com alguma coisa) apresentou correlação positiva significativa ($r=0.734$; $p=0,002$) com o item 46 da escala de *coping* (Você perdeu a esperança de que as coisas voltariam a ser como antes). Pode-se afirmar que os participantes que frequentemente ficam preocupados com alguma coisa, perderam a esperança de que as coisas voltassem a ser como antes.

Discussão

Os objetivos deste estudo foram a mensuração dos níveis de esperança em um grupo de adolescentes de uma escola pública e verificação de correlações existentes entre a escala de esperança e *coping*. Neste estudo, os níveis de esperança entre os adolescentes permaneceram acima da média para a maioria dos itens. O tema esperança é estudado com vários públicos-alvo, sendo grupos de idosos, crianças, adolescentes e adultos em geral, sendo que ela é definida como um emaranhado de cognições voltadas à obtenção de determinado objetivo previamente traçado (Snyder & Lopez, 2009).

No entanto, as estratégias de *coping* que se relacionaram com esperança, foram mais pessimistas: acreditando que as coisas se resolvessem da pior maneira possível e que não retornariam ao que era antes. O constructo *coping* é definido como recursos emocionais, comportamentais e cognitivos que cada indivíduo

possui e emprega com intuito de lidar com situações com carga estressora elevada.

Neste caso, os resultados podem indicar que os recursos emocionais para lidar com os problemas estão mais pessimistas, porém ainda importantes para o momento vivido pelos participantes, pois não diminuíram os níveis de esperança, mas se correlacionaram com itens que indicam a consciência de existirem diferentes formas de resolver os problemas, porém as expectativas para uma resolução mais positiva são baixas e levam a preocupações. As medidas de esperança são importantes, neste caso, funcionando como fatores protetivos, visto que estudos mostram que adolescentes com nível elevado de esperança apresentaram diferenças em relação a processos de auto regulação, habilidades sociais e socialização ao serem comparados com adolescentes com baixos níveis de esperança (Roesch, et. al, 2010).

Em concordância com os benefícios pontuados no estudo de Snyder, Rand e Sigmon (2002), as autoras Querido e Dixe (2016) ressaltam que trabalhar o fortalecimento da esperança gera efeitos positivos na saúde mental das pessoas, servindo de prevenção a depressão e auxiliando na alta hospitalar. Nota-se uma relação positiva entre a esperança e determinantes de uma saúde mental positiva, dando atenção maior aos atributos pessoais de esperança, como a espiritualidade, a qualidade nas relações e o bem-estar (Querido & Dixe, 2016).

A escolha das variáveis da psicologia positiva a serem correlacionadas com esperança se deu

através do entendimento da influência que tais aspectos apresentam sobre a saúde mental. O termo *coping* é usado para designar um conjunto de estratégias utilizadas na administração de situações com carga estressora elevada, sendo que seu conhecimento se mostra importante frente situações de adoecimento (Pereira & Branco, 2016), e neste estudo a esperança não foi afetada pelas medidas mais pessimistas de coping.

Estas relações observadas, indicam que as medidas de esperança permanecem boas apesar da forma de enfrentamento dos problemas não ser das melhores. Porém, a pequena amostra do estudo foi uma de suas limitações, pois quanto menor o tamanho da amostra, maiores serão as chances de se apresentar inexistência de significância estatística errônea (Victor & Paes, 2010), sendo possível que um estudo com amostra reduzida com valor $p=0,05$ reflita efeito maior e mais fundamentado que um estudo com amostra de grande dimensão que apresenta um valor $p=0,01$ (Loureiro & Gameiro, 2011).

Não se obteve acesso a estudos que correlacionassem os constructos usados neste estudo, evidenciando uma possível carência de trabalhos seguindo a mesma linha de raciocínio de que os constructos apresentam similaridades e podem ser trabalhados em conjunto em uma mesma intervenção, refletindo a inovação trazida por este estudo. A psicologia positiva tem como objetivo a estruturação de um olhar diferenciado em relação a aplicação de intervenções com diferentes focos, visando o fortalecimento das potencialidades dos adolescentes e a ampliação das possibilidades de desenvolverem estratégias funcionais e positivas de lidar com as diversas situações as quais serão inseridos ao longo da vida.

Conclusão

Os resultados demonstram a importância de se realizar estudos posteriores, com uma amostra mais representativa, avaliando as possíveis correlações existentes entre as variáveis trabalhadas e a eficácia das intervenções positivas. As correlações significativas encontradas podem indicar semelhanças entre temas distintos estudados pela psicologia positiva, denotando a possibilidade de se fortalecer, através de uma mesma intervenção, mais de um aspecto positivo.

É necessário que se implemente intervenções durante a adolescência visando não somente a resolução de transtornos, mas favorecendo a criação de novas oportunidades para o desenvolvimento de potencialidades efetivas. Ao se realizar intervenções positivas e fortalecer as potencialidades dos adolescentes, permite-se que eles superem os déficits nas suas competências e habilidades, fazendo com que se tornem protagonistas de sua vida, cresçam e se desenvolvam de forma saudável.

Este estudo apresenta relevância ao passo que traz dados empíricos que podem contribuir para estudos posteriores fundamentados na psicologia positiva que tenham como objetivo a promoção de saúde, de qualidade de vida, bem como a prevenção de doenças em adolescentes. Reconhecer, através de estudos científicos, as influências que os aspectos positivos apresentam na vida dos adolescentes, possibilita que, posteriormente, sejam estruturadas uma gama de intervenções focalizadas no fortalecimento dos seus aspectos positivos indivíduos, proporcionando oportunidades de que eles criem estratégias que aprimorem seu desenvolvimento positivo.

Referências

- Bastianello, M. R., & Hutz, C. S. (2015). Do Otimismo Explicativo ao Disposicional: a Perspectiva da Psicologia Positiva. *Psico-USF*, 20(2), 237-247. <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200205>.
- Bastinello, M. R.; Pacico, J. C. & Hutz, C. S. (2014). Optimism, self-esteem and personality: adaptation and validation of the Brazilian Version Of The Revised Life Orientation Test (LOT-R). *Psico-USF*, 19(3), 523-531. Recuperado de <https://doi.org/10.1590/1413-827120140190030>.
- 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. <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v27n4/v27n4a11.pdf>.
- Catalano, R. F., Berglund, M. L., Ryan, J. A. M., Lonczak, H. S., & Hawkins, J. D. (2004). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of positive youth development programs. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 98-124. doi: 10.1177/0002716203260102.
- Diniz, S. S. & Zanini, D. S. (2010). Relação entre fatores de personalidade e estratégias de coping em adolescentes. *Psico-USF*, 15(1), 71-80. Recuperado de <https://doi.org/10.1590/S1413-82712010000100008>.
- Franco, G. R., & Rodrigues, M. C. (2014). Programas de Intervenção na Adolescência: Considerações sobre o Desenvolvimento Positivo do Jovem. *Temas em Psicologia*, 22(4), 677-690. <http://dx.doi.org/10.9788/TP2014.4-01>.
- Lisboa, C., Koller, S. H., Ribas, F. F., Bitencourt, K., Oliveira, L., Porciuncula, L. P., & Marchi, R. B. (2002). Estratégias de coping de crianças vítimas e não vítimas de violência doméstica. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 15(2), 345-362. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722002000200012>.

- Loureiro, L. M. J., & Gameiro, M. G. H. (2011). Critical interpretation of statistical results: beyond statistical significance. *Revista de Enfermagem Referência, serIII* (3), 151-162. Recuperado de http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832011000100016&lng=pt&tlng=en.
- Minto, E. C., Pedro, C. P., Netto, J. R. C., Bugliani, M. A. P., & Gorayeb, R. (2006). Ensino de Habilidades de Vida na Escola: uma experiência com adolescentes. *Psicologia em Estudo*, 11(3), 561-568. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722006000300012>.
- Pacico, J. C., Bastianello, M. R., Zanon, C., & Hutz, C. S. (2013). Adaptação e validação da escala de esperança disposicional para adolescentes. *Psicol. Reflex. Crit.*, 26(3), 488-492. Recuperado de https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-79722013000300008&script=sci_abstract&tlng=pt.
- Pajares, R. C., Aznar-Farias, M., Tucci, A. M., & Oliveira-Monteiro, N. R. (2015). Comportamento Prosocial em Adolescentes Estudantes: uso de um programa de intervenção breve. *Temas em Psicologia*, 23(2), 507-519. <http://dx.doi.org/10.9788/TP2015.2-20>.
- Paludo, S. S.; Koller, S. H. (2007). Psicologia Positiva: uma nova abordagem para antigas questões. *Paidéia*, 17(36), 9-20. <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2007000100002>.
- Paludo, S. S.; Mazzoleni, M.; & Silva, A. P. C. S. (2018). Expressão de Esperança em Adolescentes em Situação de Acolhimento Institucional. *Revista da SPAGESP*, 19(1), 76-89. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702018000100007&lng=pt&tlng=pt.
- Pereira, T. B., & Branco, V. L. R. (2016). As Estratégias de Coping na Promoção à Saúde Mental de Pacientes Oncológicos: Uma Revisão Bibliográfica. *Revista Psicologia e Saúde*, 8(1), 24-31. doi: <http://dx.doi.org/10.20435/2177093X2016104>.
- Pires, J. G.; Nunes, M. F. O.; Nunes, C. H. S. S. (2015). Instrumentos Baseados em Psicologia Positiva no Brasil: uma Revisão Sistemática. *Psico-USF*, 20(2), 287-295. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872012000200006&lng=pt&tlng=pt.
- Querido, A., & Dixe, M. A. (2016). A Esperança na Saúde Mental: uma revisão integrativa da literatura, *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental* (spe3), 95-101. <https://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0124>.
- Roesch, S. C.; Duangado, K. M.; Vaughn, A. A.; Aldridge, A. A. & Villodas, F. (2010). Esperança Disposicional e a Propensão para Enfrentar: uma avaliação diária de adolescentes minoritários. *Cultur Divers Ethnic Minor Psychol*, 16(2), 191-198. doi: [10.1037/a0016114](https://doi.org/10.1037/a0016114).
- Santos, E. M. A. L., & Reppold, C. T. (2014). Estudo Sobre Resiliência de Mães em Unidade de Terapia Intensiva Pediátrica. *Contextos Clínicos*, 7(2): 229-239. doi: 10.4013/ctc.2014.72.10.
- Santos, L., & Faro, A. (2020). Otimismo: Teoria e Aplicabilidade para a Psicologia. *Revista Psicologia e Saúde*, 12(2), 123-139. doi: <http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v0i0.898>.
- Seligman, M. E. P.; Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. Pennsylvania. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. doi: [10.1037 / 0003-066X.55.1.5](https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5).
- Seligman, M. E. P.; Steen, T.; Park, N.; Peterson, C. (2005). *Positive Psychology Progress: empirical validation of interventions*. *American Psychologist*, 60(5), 410-421. doi: 10.1037/0003-066X.60.5.410.
- Schoen-Ferreira, T. H., & Aznar-Farias, M., & Silveiras, E. F. M. (2003). A construção da identidade em adolescentes: um estudo exploratório. *Estudos de Psicologia*, 8(1), 107-115. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2003000100012>.
- Scorsolini-Comin, F. (2012). Por uma Nova Compreensão do Conceito de Bem-estar: Martin Seligman e a Psicologia Positiva. *Paidéia*, 22(53), 433-435. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-863X2012000300015>.
- Snyder, C. R.; Lopez, S. J. (2009). *Psicologia Positiva: uma abordagem científica e prática das qualidades humanas* (1ª ed.). Artmed.
- Snyder, C. R., Rand, K. L., & Sigmon, D. R. (2002). *Hope theory: A member of the positive psychology family*. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (p. 257-276). Oxford University Press.
- Victor, E. S., & Paes, A. T. (2010). Reflexões Sobre a Importância do Valor p – parte 1. *Einstein: Educ Contin Saúde*, 8(3), 109-110. Recuperado de http://apps.einstein.br/revista/arquivos/PDF/1771-EC_V8_N3_pg109-10.pdf.

Recebido em 25/09/2020
 Primeira decisão Editorial 25/11/2020
 Aceite em 02/02/2021