

O FENÔMENO DA FELICIDADE NO SISTEMA DE VALORES PSICOLÓGICOS DOS JOVENS ESTUDANTES

EL FENÓMENO DE LA FELICIDAD EN EL SISTEMA DE VALORES PSICOLÓGICOS DE LOS JÓVENES ESTUDIANTES

THE PHENOMENON OF HAPPINESS IN THE PSYCHOLOGICAL VALUE SYSTEM OF YOUNG STUDENTS



Liudmyla PROSANDIEEVA¹
e-mail: larisa50073@gmail.com



Olena KOSTIUCHENKO²
e-mail: g2069544@gmail.com



Vilena VORONOVA³
e-mail: voronovavv18@gmail.com



Olga DROBOT⁴
e-mail: piterkiev@gmail.com



Viktor KYRYCHENKO⁵
e-mail: vik@zu.edu.ua

Como referenciar este artigo:

Prosandieeva, L., Kostiuchenko, O., Voronova, V., Drobot, O., & Kyrychenko, V. (2026). O fenômeno da felicidade no sistema de valores psicológicos dos jovens estudantes. *Revista on line de Política e Gestão Educacional*, 30(esp2), e026083. <https://doi.org/10.22633/rpge.v30iesp2.21387>



| Submetido em: 02/04/2026
| Revisões requeridas em: 26/05/2026
| Aprovado em: 14/06/2026
| Publicado em: 01/08/2026

Editor: Prof. Dr. Sebastião de Souza Lemes
Editor Adjunto Executivo: Prof. Dr. José Anderson Santos Cruz

¹ Universidade de Administração de Varsóvia, Varsóvia – Polônia. Doutora em Psicologia, Professora Titular.

² Universidade Nacional de Cultura e Artes de Kiev, Kiev – Ucrânia. Doutora em Psicologia, Professora Titular.

³ Universidade Nacional de Cultura e Artes de Kiev, Kiev – Ucrânia. Doutora em Ciências da Comunicação Social, Professora Associada.

⁴ Universidade Nacional V.I. Vernadsky Taurida, Kiev – Ucrânia. Psicóloga, Doutora em Psicologia, Professora Titular.

⁵ Universidade Estadual Ivan Franko de Zhytomyr, Zhytomyr – Ucrânia. Doutor em Psicologia, Professor Associado.

RESUMO: O artigo apresenta uma análise teórica e a generalização de abordagens para a definição de felicidade no sistema de valores sociopsicológicos de jovens estudantes e fundamenta o seu papel na autorrealização. Uma experiência empírica envolvendo estudantes da Universidade Nacional de Cultura e Artes de Kiev, da Universidade Nacional V. I. Vernadsky Taurida e da Universidade Estatal Ivan Franko de Zhytomyr revelou os principais componentes de valor da experiência da felicidade. Os resultados mostraram uma predominância de uma orientação hedônica na percepção da felicidade. Especificamente, 25% dos inquiridos definiram a felicidade como um estado emocional positivo, 42% relataram elevada satisfação nas “Relações” e 58% demonstraram um nível médio de satisfação na “Realização”, de acordo com o modelo PERMA. A saúde foi identificada como o fator mais importante (21%), seguida das relações interpessoais (18%). As conclusões destacam oportunidades de aplicação na prática educativa universitária, particularmente no desenvolvimento de programas de inteligência emocional e resiliência psicológica para melhorar o bem-estar dos estudantes.

PALAVRAS-CHAVE: Felicidade. Experiência de associação livre. Jovens estudantes. Orientação hedônica. Bem-estar psicológico.

RESUMEN: El artículo presenta un análisis teórico y una generalización de los enfoques para la definición de la felicidad en el sistema de valores sociopsicológicos de la juventud estudiantil y fundamenta su papel en la autorrealización. Un experimento empírico en el que participaron estudiantes de la Universidad Nacional de Cultura y Artes de Kiev, la Universidad Nacional «V. I. Vernadsky» de Taurida y la Universidad Estatal «Iván Franko» de Jitomir reveló los principales componentes de valor de la experiencia de la felicidad. Los resultados mostraron un predominio de la orientación hedónica en la percepción de la felicidad. Concretamente, el 25 % de los encuestados definió la felicidad como un estado emocional positivo, el 42 % declaró una alta satisfacción en «Relaciones» y el 58 % mostró un nivel medio de satisfacción en «Logros» según el modelo PERMA. La salud se identificó como el factor más importante (21 %), seguida de las relaciones interpersonales (18 %). Los hallazgos ponen de relieve oportunidades de aplicación en la práctica educativa universitaria, en particular el desarrollo de programas de inteligencia emocional y resiliencia psicológica para mejorar el bienestar de los estudiantes.

PALABRAS CLAVE: Felicidad. Experimento de asociación libre. Juventud estudiantil. Orientación hedónica. Bienestar psicológico.

ABSTRACT: The article presents theoretical analysis and generalization of approaches to the definition of happiness in the system of socio-psychological values of student youth and substantiates its role in self-realisation. An empirical experiment involving students of Kyiv National University of Culture and Arts, V. I. Vernadsky Taurida National University and Zhytomyr Ivan Franko State University revealed the main value components of experiencing happiness. The results showed a predominance of a hedonic orientation in the perception of happiness. Specifically, 25% of respondents defined happiness as a positive emotional state, 42% reported high satisfaction in “Relationships,” and 58% demonstrated an average level of satisfaction in “Achievement” according to the PERMA model. Health was identified as the most important factor (21%), followed by interpersonal relationships (18%). The findings highlight opportunities for application in university educational practice, particularly the development of emotional intelligence and psychological resilience programs to improve students’ well-being.

KEYWORDS: Happiness. Free-associative Experiment. Student Youth. Hedonic Orientation. Psychological Well-being.

INTRODUÇÃO

O tema da felicidade ainda se encontra entre os constructos mais complexos e controversos da psicologia moderna. Nos últimos anos, tem-se dedicado maior atenção ao aspecto sociopsicológico e moral-valorativo de uma vida satisfatória, especialmente no caso dos jovens estudantes.

No ambiente estudantil, constitui-se um sistema hierárquico de valores capaz de regular o comportamento, determinar os modelos pessoais e sociais correspondentes, as formas e os tipos de reação de uma pessoa a um acontecimento ou situação e influenciar a tomada de decisões.

Neste estudo, a categoria “jovens estudantes” não é tratada apenas como um grupo etário. Ela também é compreendida como uma população situada em um ambiente educacional específico, no qual as exigências acadêmicas, as expectativas profissionais, as relações entre pares e a experiência de pertencimento institucional moldam as maneiras pelas quais os jovens definem o bem-estar e a felicidade. Por essa razão, a análise procura relacionar as representações psicológicas da felicidade dos estudantes a questões relevantes para a educação universitária, incluindo regulação emocional, motivação para a aprendizagem, apoio social, resiliência e autodeterminação profissional.

Os psicólogos afirmam que, como resultado da transformação da sociedade contemporânea — marcada pela vivência de grandes cataclismos sociais, pandemias e guerras —, observa-se uma profunda crise da personalidade, relacionada principalmente à ruptura da identidade, sem a qual o sentimento de felicidade é impossível.

Ao mesmo tempo, mesmo diante do crescente interesse pela felicidade, as pesquisas existentes indicam que nem a psicologia geral nem a psicologia educacional formularam um referencial conceitual unificado e um conjunto coerente de medidas voltadas à promoção do surgimento de uma personalidade próspera e psicologicamente saudável.

O objetivo deste artigo é identificar e interpretar os componentes valorativos por meio dos quais estudantes universitários ucranianos compreendem e vivenciam a felicidade, com atenção especial à relação entre felicidade, autorrealização, relações interpessoais, resiliência psicológica e envolvimento educacional. Para atingir esse objetivo, o estudo combina uma revisão teórica das abordagens psicológicas da felicidade com uma análise empírica das associações livres e das respostas a questionários dos estudantes. O artigo, portanto, examina a felicidade não apenas como um estado psicológico individual, mas também como um fator que

pode influenciar a motivação, a adaptação, o bem-estar e a participação dos estudantes na vida educacional universitária.

A ideia de felicidade pessoal no contexto da psicologia contemporânea pode ser mais bem explicada pelas correntes de pensamento que desenvolveram a concepção de felicidade não apenas como uma condição emocional momentânea, mas como uma experiência holística de satisfação com a vida e de plenitude pessoal.

REVISÃO DA LITERATURA

Hernández-Torrano e Tursunbayeva (2026) utilizaram um método de redes psicológicas para analisar os níveis hedônicos e eudaimônicos de bem-estar de 1.549 adultos emergentes e constataram que as duas tradições não se excluem, mas são estreitamente interdependentes.

Chen e Zeng (2022) examinaram a relação entre as duas orientações, o bem-estar afetivo e o sucesso acadêmico dos estudantes, concluindo que, graças à orientação eudaimônica, a relação entre as duas orientações é sempre mais preditiva da busca de objetivos de longo prazo e do envolvimento acadêmico, ao passo que uma orientação hedônica elevada pode reduzir o esforço sustentado e aumentar a procrastinação.

O modelo PERMA, criado por Seligman (2002), pode ser considerado um dos referenciais mais populares para medir a felicidade entre estudantes. Kovich et al. (2023) confirmaram empiricamente que os cinco constructos do PERMA — Emoção Positiva, Engajamento, Relacionamentos, Sentido e Realização — são válidos em uma amostra universitária e que a Realização pode ser apresentada como o preditor mais forte do bem-estar.

Essa observação é coerente com o aspecto da felicidade baseado na realização presente neste estudo, uma vez que os estudantes associam felicidade à autorrealização e ao alcance de objetivos, conforme confirmado por Mota et al. (2023), que verificaram que todos os aspectos do bem-estar psicológico, das relações positivas, dos sentimentos de competência e do propósito estão positivamente relacionados à felicidade subjetiva entre estudantes universitários.

Hobbs et al. (2022) apresentam a discussão final das implicações práticas da pesquisa por meio de uma revisão sistemática de 27 estudos, que concluiu que 85% dos cursos universitários de psicologia positiva produziram efeitos positivos no bem-estar dos estudantes, incluindo maior satisfação com a vida e felicidade.

Esses estudos indicam que a felicidade e o bem-estar psicológico entre estudantes universitários estão estreitamente relacionados aos processos educacionais. Eles se conectam não apenas às emoções individuais, mas também ao envolvimento acadêmico, à construção de projetos de vida, à qualidade das relações interpessoais no ambiente universitário e à capacidade dos estudantes de permanecer psicologicamente resilientes em condições de instabilidade social. Esse referencial sustenta a presente análise ao situar a felicidade na relação mais ampla entre bem-estar psicológico e desenvolvimento educacional dos estudantes.

MATERIAIS E MÉTODOS

O nível filosófico da metodologia da pesquisa baseia-se nos princípios fundamentais do conhecimento científico: determinismo, que permite interpretar o fenômeno da felicidade por meio da interação entre aspectos externos e internos da pesquisa empírica; sistematicidade — a felicidade e seus componentes são conhecidos em função do sistema de valores e sentidos; desenvolvimento — possibilita estudar as mudanças na experiência da felicidade decorrentes das causas que as produzem. O nível científico geral permite estudar a gênese da personalidade e de sua felicidade em função das fontes sociais de influência, que contribuem para a autorrealização criativa e ativa de sua experiência social na comunicação e na atividade, para a determinação de orientações de vida e para a assimilação de valores, atitudes e estratégias de comportamento na sociedade.

Foi adotado um referencial metodológico detalhado para atender aos objetivos da pesquisa. No nível teórico, o estudo baseou-se em uma avaliação crítica de pesquisas acadêmicas anteriores e no processo de generalização e organização das ideias contemporâneas sobre felicidade no sistema de valores sociopsicológicos. O principal foco consistiu em explicar os elementos estruturais e os determinantes da felicidade e em sistematizar os modelos teóricos mais consolidados que esclarecem sua contribuição para o desenvolvimento pessoal, profissional e para o funcionamento geral da vida. No nível empírico, a pesquisa incluiu um questionário estruturado, elaborado com base no instrumento desenvolvido pelos próprios autores, intitulado “Minha Felicidade”, utilizado para apreender as imagens subjetivas dos participantes e suas avaliações. Além disso, a técnica de associação livre foi empregada como método projetivo da psicologia, permitindo identificar reações cognitivo-emocionais espontâneas e orientações valorativas implícitas relacionadas ao sentimento de felicidade. Em seguida, calcularam-se as tendências centrais e as distribuições percentuais por meio de

procedimentos estatísticos quantitativos, e estabeleceram-se padrões hierárquicos de frequência das respostas dos participantes. Essa abordagem metodológica integrada assegurou uma análise multidimensional da estrutura psicológica da felicidade e de seu valor funcional no contexto estudantil.

A coleta de dados combinou o questionário “Arquitetura da Felicidade Estudantil”, elaborado pelos autores, com uma tarefa de associação livre na qual os estudantes completaram a frase “Felicidade é...”. O questionário reuniu dados sobre definições subjetivas de felicidade, parâmetros de satisfação baseados no PERMA e fatores pessoais e sociais associados à felicidade. As respostas foram codificadas em categorias semânticas e, posteriormente, examinadas por meio de distribuições de frequência e análise percentual. Esse procedimento permitiu comparar o conteúdo psicológico da felicidade com dimensões da vida estudantil, incluindo desempenho acadêmico, relacionamentos, autorrealização e recursos psicológicos para enfrentar a instabilidade.

A etapa empírica foi realizada entre 2022 e 2024 com 400 estudantes de 17 a 21 anos da Universidade Nacional de Cultura e Artes de Kyiv, da Universidade Nacional de Taurida V. I. Vernadsky e da Universidade Estatal Ivan Franko de Zhytomyr. Os participantes foram convidados por meio do ambiente acadêmico das instituições e participaram voluntariamente. Antes da coleta de dados, foram informados sobre o objetivo da pesquisa, o caráter voluntário da participação, o tratamento anonimizado das respostas e o uso dos dados agregados para fins científicos. O estudo seguiu os princípios éticos indicados na declaração final dos autores, incluindo consentimento informado, respeito à autonomia dos participantes, confidencialidade das respostas e conformidade com as normas de ética profissional e com a Declaração de Helsinque.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Cabe observar que o conceito de felicidade ainda continua a “lutar” por sua natureza conceitual institucional, pois durante muito tempo foi substituído por construções “teoricamente mais holísticas” (Bianco, 2017, p. 20) em diferentes campos científicos, como “bem-estar psicológico”, “bem-estar”, “qualidade de vida” etc., embora essas construções não esgotem a integralidade de seu conteúdo.

Relatórios recentes do World Happiness Report (Helliwell et al., 2024) mostram que a felicidade mundial depende mais da coesão social e da confiança institucional do que de

indicadores puramente econômicos. Por exemplo, embora a Finlândia permaneça como o país mais feliz do mundo, países como a Ucrânia demonstram uma força psicológica expressiva; apesar do conflito em curso, pesquisas recentes mostram que cerca de 58% dos ucranianos ainda se consideram felizes, percentual que chega a 75% entre os adultos mais jovens, de 18 a 29 anos (Kyiv International Institute of Sociology [KIIS], 2024). Isso complementa as conclusões de longo prazo do Harvard Study of Adult Development, segundo as quais a qualidade das relações sociais é o principal indicador da satisfação com a vida a longo prazo (Waldinger & Schulz, 2023).

“O estado de uma pessoa que corresponde à maior satisfação interna com as condições de sua existência, à plenitude e ao sentido da vida e à realização de seu destino humano” (Bianco, 2017, p. 16).

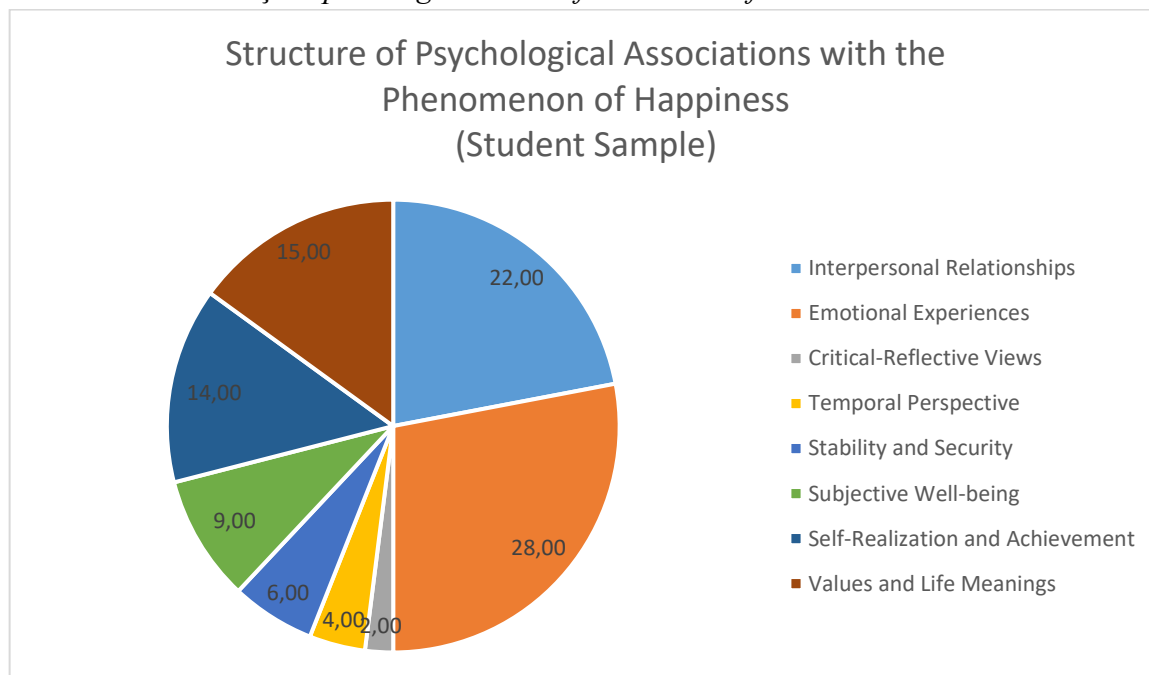
O conceito de felicidade pessoal baseia-se na consciência de que ela constitui o valor mais elevado, relacionado à proporção harmonizada entre “Eu-físico”, “Eu-emocional”, “Eu-cognitivo”, “Eu-social” e “Eu-espiritual” (Prosandieeva, 2013, 2021). Segundo Seligman (2002), a felicidade é um constructo positivista de cinco elementos — PERMA: emoções positivas, engajamento, relacionamentos, sentido e realização.

O estudo empírico foi realizado entre 2022 e 2024 e incluiu 400 estudantes, com idades entre 17 e 21 anos, pertencentes a diferentes áreas e anos de formação da Universidade Nacional de Cultura e Artes de Kyiv, da Universidade Estatal Ivan Franko de Zhytomyr e da Universidade Nacional de Taurida V. I. Vernadsky.

A interpretação do material empírico foi orientada pela especificidade educacional da amostra. Como todos os respondentes eram estudantes universitários, a análise considerou se a felicidade estava associada apenas à satisfação geral com a vida ou também a fatores que estruturam a experiência estudantil, como realização, engajamento, autorrealização profissional, apoio dos pares e da família e capacidade de manter estabilidade psicológica durante os estudos. Esse foco analítico foi especialmente relevante no contexto ucraniano, em que a guerra e a incerteza social intensificam a necessidade de compreender o bem-estar dos estudantes como condição para a aprendizagem, a adaptação e o futuro desenvolvimento profissional.

Figura 1.

Estrutura das associações psicológicas com o fenômeno da felicidade



Nota. Elaborada pelos autores.

Como mostra a Figura 1, as relações interpessoais ocupam posição central na estrutura das representações dos estudantes. Amor, proximidade emocional, apoio social, amizade e família são identificados como fontes fundamentais de felicidade e resiliência psicológica. Além da dimensão emocional, identificou-se um componente motivacional voltado à realização. A felicidade está associada à autorrealização, ao alcance de objetivos, ao desenvolvimento profissional e à sensação de sucesso na vida. Para os estudantes contemporâneos, a felicidade não se reduz a um episódio emocional transitório, mas é compreendida como resultado da agência pessoal, da persistência e da estabilidade psicológica.

De modo geral, as associações psicológicas dos estudantes formam uma estrutura multidimensional do constructo da felicidade, integrando componentes emocionais, relacionais, valorativos e orientados para a realização.

Para coletar os dados empíricos deste estudo, foi desenvolvido o questionário original “Arquitetura da Felicidade Estudantil”, baseado no modelo PERMA de Martin Seligman (2002). Primeiramente, solicitou-se aos estudantes que definissem felicidade em uma ou mais palavras, completando a frase: “Felicidade é...”. Como resultado da pesquisa (Figura 2), verificou-se que os estudantes a definem principalmente como um estado positivo (25%).

De acordo com o sistema PERMA de felicidade, solicitou-se aos estudantes que avaliassem seu nível de satisfação, em uma escala de 10 pontos — de “0”, completamente

insatisfeito, a “5”, parcialmente satisfeito, e “10”, completamente satisfeito — com os componentes/fatores/parâmetros da felicidade. Verificou-se (Figura 2) que um nível elevado de satisfação prevalece entre 42% dos entrevistados no parâmetro “Relacionamentos”; um nível médio, no parâmetro “Realização” (58%); e um nível baixo, no parâmetro “Engajamento” (32%). De modo geral, a maioria dos estudantes (48%) demonstrou nível médio de satisfação em todos os parâmetros.

Sob uma perspectiva educacional, esses resultados sugerem que a felicidade dos estudantes é moldada tanto por dimensões relacionais quanto por dimensões orientadas à realização. O alto nível de satisfação com os relacionamentos indica a importância das redes de apoio social para a manutenção do bem-estar na vida universitária, enquanto a predominância de um nível médio em realização sugere que a autorrealização acadêmica e profissional permanece como área em desenvolvimento. Os indicadores mais baixos de engajamento apontam para a necessidade de estratégias institucionais que fortaleçam a participação dos estudantes em atividades acadêmicas, criativas e profissionais significativas.

Figura 2.

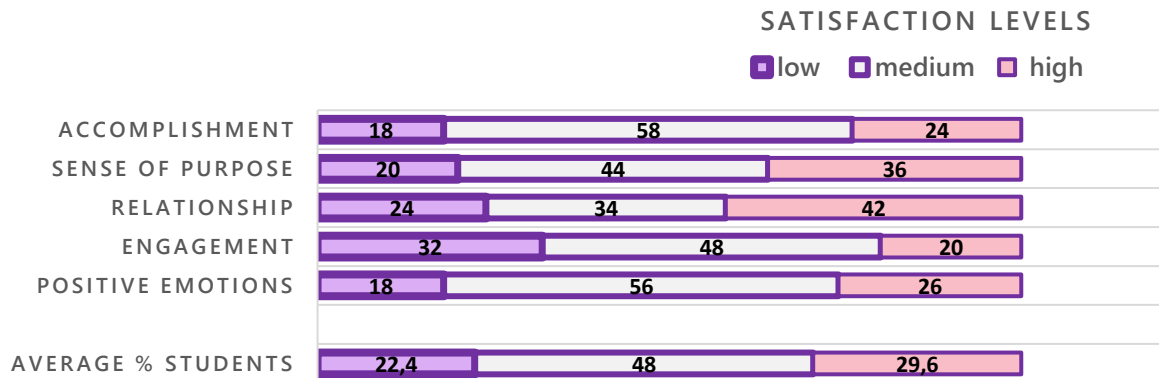
Distribuição de frequência das definições de felicidade entre os estudantes



Nota. Elaborada pelos autores.

Figura 3.

Histograma da distribuição dos estudantes (em %) segundo os níveis de satisfação com os parâmetros da felicidade



Nota. Elaborada pelos autores.

O equivalente significativo da experiência de felicidade é o fenômeno do bem-estar subjetivo do indivíduo (Seligman, 2002; Seligman & Adler, 2019), que avalia a vida cognitiva e afetivamente e depende de modo significativo das orientações e dos valores e objetivos aceitos pessoalmente, os quais determinam a prioridade de determinadas necessidades vitais.

O conceito de fluxo como experiência ótima na psicologia foi aplicado por M. Csikszentmihalyi e seus seguidores no final do século XX (Csikszentmihalyi, 1988; Csikszentmihalyi & Nakamura, 1999). Seu conceito de fluxo é, na realidade, uma teoria da obtenção da felicidade por meio da atividade. M. Csikszentmihalyi e J. Nakamura aplicaram outra forma complexa de experiências relacionadas ao fluxo na psicologia: o engajamento vital (Nakamura & Csikszentmihalyi, 2003, 2020).

Entre o público jovem, o conceito japonês de uma vida longa, feliz e significativa, “Ikigai”, tornou-se relevante, popular e eficaz (García & Miralles, 2017). Hryniv (2014) distingue quatro grupos de abordagens ao estudo do bem-estar psicológico do indivíduo: teorias eudaimônicas e hedônicas; pesquisas do bem-estar psicológico baseadas no funcionamento psicológico positivo do indivíduo; bem-estar psicológico do ponto de vista da preservação das funções psicofisiológicas; e bem-estar como experiência subjetiva holística do indivíduo.

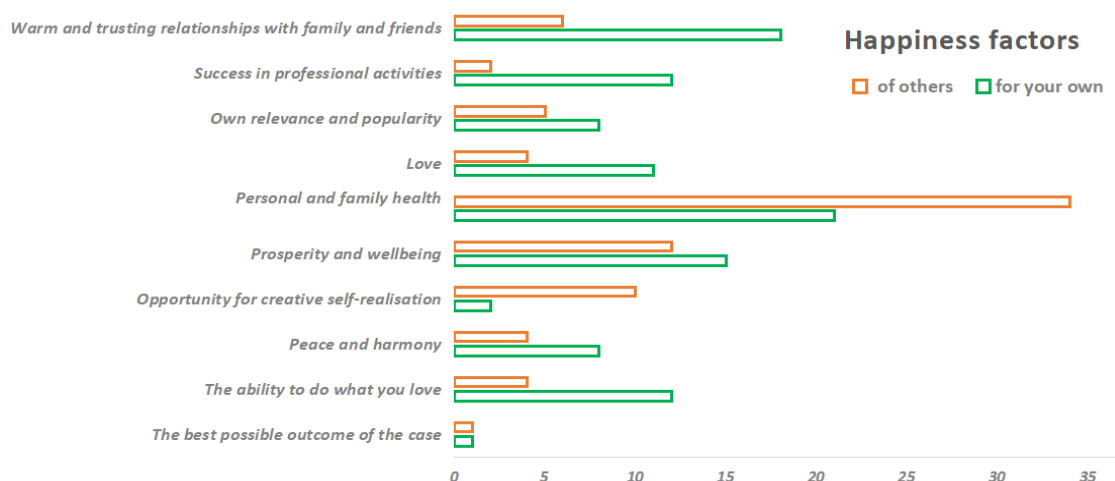
Com base na ideia de Abraham Maslow (1954) de que o conteúdo da felicidade é a satisfação das necessidades, definimos como componentes obrigatórios da felicidade a satisfação — relação entre aquilo que tenho e aquilo que desejo —, que surge como resultado da realização das necessidades dos níveis inferiores (Irkhin et al., 2021). Consideramos o aspecto etário da experiência da felicidade pessoal em combinação com a esfera valorativo-

motivacional e com as particularidades da formação de estratégias e projetos de vida (Drobot, 2024; Kyrychenko, 2024). Uma imagem de bem-estar e felicidade forma-se pelo prisma dos próprios valores e de uma visão de mundo integral (Kostiuchenko, 2022, 2023).

Para identificar os componentes valorativos da experiência da felicidade, solicitou-se aos respondentes que indicassem: 1) valores, necessidades e desejos cuja realização contribuiria para sua felicidade; 2) o fator mais importante para sua própria felicidade; e 3) o fator mais importante para a felicidade da maioria das pessoas que conhecem. A saúde mostrou-se o fator mais importante para a própria felicidade (21%) e para a felicidade dos outros (34%). Relações calorosas e de confiança com familiares e amigos também são importantes para a própria felicidade em 18% dos casos, mas apenas 6% acreditam que esse fator seja importante para os outros (Figura 3).

Figura 4.

Histograma da distribuição parcial dos fatores que influenciam a felicidade dos respondentes (linha 1) e da maioria das pessoas conhecidas pelos respondentes (linha 2)



Nota. Elaborada pelos autores.

O mesmo número de respondentes (12%) considera o sucesso na autorrealização profissional e a oportunidade de fazer aquilo de que gosta como os fatores mais importantes para sua própria felicidade, mas, para os outros respondentes, a distribuição da importância desses fatores é diferente (2% e 4%, respectivamente). Em nosso estudo anterior (2020–2021), entre os diferentes grupos de valores — adaptabilidade, socialização e individualização —, prevaleceu o primeiro, com preferência pelos valores “saúde”, “segurança material”, “autoconfiança”, “saturação emocional da vida ou do processo” e “sobrevivência” (Kostiuchenko & Bryl, 2020). Isso demonstra que os valores mais importantes para os jovens estudantes são a saúde multifacetada, incluindo relações saudáveis. Também existem diferenças

significativas na definição dos próprios valores e dos valores dos outros, o que indica uma revisão dos valores priorizados por tanto tempo — sucesso, poder e dinheiro — em comparação com vínculos familiares e de amizade, saúde e bem-estar.

O fenômeno apresentado pode ser acompanhado por meio do exame de seus padrões semânticos e da possibilidade de constructos individuais específicos adquirirem um significado avaliativo singular (Kyrychenko, 2024). Em nossa pesquisa de 2025, baseada em uma amostra de adolescentes e jovens adultos, constatamos que objetos, fenômenos e pessoas que ajudam o indivíduo a alcançar o sucesso também constituem recursos fundamentais para permanecer internamente feliz.

Segundo nosso estudo realizado em 2023, quando expostos à realidade da guerra, os jovens passaram a atribuir às noções de saúde física e saúde mental um nível mais elevado de significado avaliativo, considerando-as pré-requisitos fundamentais para o sucesso na vida (Kyrychenko, 2024).

Nesse sentido, os achados mostram que o ambiente universitário pode funcionar como um espaço importante de apoio à estabilidade psicológica dos jovens. Programas voltados à inteligência emocional, ao apoio entre pares, à resiliência, às práticas reflexivas e à autodeterminação profissional podem ajudar a transformar a experiência da felicidade de um estado emocional meramente hedônico em um recurso para a aprendizagem, a adaptação e o desenvolvimento pessoal. A relevância educacional do estudo reside, portanto, na identificação dos componentes da felicidade que podem ser fortalecidos por meio do apoio psicológico e pedagógico oferecido pela universidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo determinou que a felicidade, como formação pessoal integral, ocupa um lugar importante na consciência dos estudantes e funciona como condição para a autorrealização em diferentes esferas da vida. Ela inclui dimensões espirituais, como sentido, autoidentificação e missão de vida; dimensões sociais, como relações de qualidade, confiança e benevolência; dimensões intelectuais, como curiosidade e entusiasmo; dimensões emocionais, como a capacidade de vivenciar e regular uma ampla variedade de emoções; e dimensões físicas, especialmente saúde, capacidade para o trabalho e resistência. No ambiente estudantil, essas dimensões também estão relacionadas à motivação para a aprendizagem, à persistência acadêmica, às expectativas profissionais e à formação de projetos de vida.

Os resultados empíricos mostraram que as representações de felicidade dos estudantes são predominantemente hedônicas, pois muitos respondentes associam felicidade a emoções positivas, alegria, satisfação e proximidade interpessoal. Ao mesmo tempo, os dados também revelam componentes eudaimônicos e educacionalmente relevantes, especialmente realização, autorrealização, desenvolvimento profissional e busca de sentido. Os resultados do questionário baseado no PERMA indicam que os relacionamentos constituem uma fonte particularmente forte de satisfação, enquanto realização e engajamento requerem maior atenção na prática universitária. Esses achados sugerem que a felicidade entre estudantes deve ser compreendida como um constructo multidimensional que combina bem-estar emocional, apoio social, orientações valorativas e desenvolvimento educacional.

Por fim, a felicidade no sistema de valores dos estudantes não deve ser interpretada apenas como um estado final ou como uma experiência emocional individual. Ela também é um processo de autorrealização por meio do qual o sucesso profissional, a resiliência psicológica, o pertencimento social e a harmonia interna se combinam em um único vetor semântico. O estudo mostra, portanto, que a relevância educacional da felicidade reside em sua relação com a capacidade dos estudantes de permanecer envolvidos na aprendizagem, construir objetivos orientados para o futuro, manter relações de apoio e enfrentar a instabilidade social. Esses achados podem subsidiar práticas universitárias voltadas ao desenvolvimento da inteligência emocional, da resiliência, do apoio psicológico e da participação estudantil significativa. O estudo é limitado por seu foco em estudantes ucranianos em um contexto marcado pela guerra e pela incerteza social; pesquisas futuras devem comparar diferentes contextos educacionais e examinar como intervenções universitárias podem fortalecer os componentes da felicidade identificados nesta pesquisa.

REFERÊNCIAS

- Bianko, O. (2017). The phenomenon of happiness in positive psychology: Analysis and problematic aspects of concept application. *Humanitarium*, 39(1), 15–22.
- Chen, H., & Zeng, Z. (2022). Associations of hedonic and eudaimonic orientations with subjective experience and objective functioning in academic settings: The mediating roles of academic behavioral engagement and procrastination. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 948768. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.948768>
- Csikszentmihalyi, M. (1988). The flow experience and its significance for human psychology. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness* (pp. 15–35). Cambridge University Press.
- Csikszentmihalyi, M., & Nakamura, J. (1999). Emerging goals and the self-regulation of behavior. In R. Wyer (Ed.), *Advances in social cognition* (Vol. 12, pp. 107–118). Erlbaum.
- Drobot, O. V. (2024). Development of modern psychological education in the cognitive direction of teaching scientific disciplines. *Scientific Perspectives: Journal: Psychology*, 7(49), 1180–1191. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-7\(49\)-1180-1191](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-7(49)-1180-1191)
- García, H., & Miralles, F. (2017). *Ikigai: The Japanese secret for a long and happy life* (H. Cleary, Trans.). Penguin.
- Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., De Neve, J.-E., Aknin, L. B., & Wang, S. (Eds.). (2024). *World happiness report 2024*. University of Oxford.
- Hernández-Torrano, D., & Tursunbayeva, X. (2026). The structure of emerging adults' well-being: A psychological network approach of hedonic and eudaimonic dimensions. *Journal of Happiness Studies*, 27, Article 38. <https://doi.org/10.1007/s10902-025-00994-1>
- Hobbs, C., Armitage, J., Hood, B., & Jelbert, S. (2022). A systematic review of the effect of university positive psychology courses on student psychological wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 1023140. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1023140>
- Hryniv, O. (2014). Analysis of approaches to the study of psychological well-being of a personality. *Collection of Scientific Papers: Philosophy, Sociology, Psychology*, 19(1), 25–34.
- Irkhin, Y. B., Bielavina, T. I., Kostiuchenko, O. V., Bryl, M. M., Orlovska, O. A., & Bila, I. M. (2021). Actitudes disfuncionales en el panorama general del bienestar psicológico. *Apuntes Universitarios*, 12(1), 316–334. <https://doi.org/10.17162/au.v12i1.972>
- Kyiv International Institute of Sociology. (2024). *Dynamics of self-assessed happiness among the Ukrainian population from 2001 to 2024* [Press release]. KIIS. <https://kiis.com.ua/?cat=reports&id=1508&lang=ukr&page=2>

- Kostiuchenko, O. V. (2022). Perceptual components of happiness. In The Ukrainian Institute of Happiness Research (Ed.), *Proceedings of the third international scientific conference "Happiness and contemporary society"* (pp. 115–118). SPOLOM. <https://doi.org/10.31108/7.2022.21>
- Kostiuchenko, O. V. (2023). Value orientations as the basis of the experience of happiness. In *Proceedings of the fourth international scientific conference "Happiness and contemporary society"* (pp. 139–144). SPOLOM.
- Kostiuchenko, O. V., & Bryl, M. M. (2020). The psycholinguistic characteristics identified at students' value orientations by the means of metaphor. *Psychological Journal*, 6(8), 9–23. <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.8.1>
- Kovich, M., Simpson, V. L., Foli, K. J., Hass, Z., & Phillips, R. G. (2023). Application of the PERMA model of well-being in undergraduate students. *International Journal of Community Well-Being*, 6(1), 1–20. <https://doi.org/10.1007/s42413-022-00184-4>
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. Harper & Row.
- Mota, E., Brandão, T., & Remondes-Costa, S. (2023). Understanding happiness among university students: The role of general health, psychological well-being, and sociodemographic variables. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 11(1), 1–14. <https://doi.org/10.13129/2282-1619/mjcp-3589>
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2003). The construction of meaning through vital engagement. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 83–104). American Psychological Association.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2020). The experience of flow. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* (3rd ed., pp. 195–206). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.16>
- Prosandieeva, L. Ie. (2013). Value in the mental being of a person. *Current Issues in Psychology*, 12(16), 391–397.
- Prosandieeva, L. Ie. (2021). *Genesis of personal self-value in the process of socialization*. NAKKKIM.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.
- Seligman, M. E. P., & Adler, A. (2019). Positive education. In Global Council for Happiness and Wellbeing (Eds.), *Global happiness and wellbeing policy report 2019* (pp. 52–71). Sustainable Development Solutions Network.
- Waldinger, R., & Schulz, M. (2023). *The good life*. Simon & Schuster.

APÊNDICE

Questionário Arquitetura da Felicidade Estudantil

I. Definição subjetiva

1. Complete a seguinte frase: “Para mim, felicidade é...”

II. Autoavaliação por meio do modelo PERMA

2. Avalie seu nível de satisfação com cada parâmetro em uma escala de 0 a 10 — em que 0 significa “completamente insatisfeito”, 5 significa “parcialmente satisfeito” e 10 significa “completamente satisfeito”:

P (Emoções positivas): Com que frequência você sente alegria, satisfação, paz e interesse em sua vida cotidiana?

E (Engajamento): Você possui atividades — estudos ou *hobbies* — nas quais se envolve completamente, perdendo a noção do tempo, em um estado de fluxo?

R (Relacionamentos): Em que medida você está satisfeito com a qualidade da comunicação e do apoio recebido de amigos, familiares e colegas?

M (Sentido): Você sente que suas atividades são importantes e servem a um propósito maior — por exemplo, valor social ou autorrealização?

A (Realização): Em que medida você está satisfeito com seu sucesso nos estudos ou com seus objetivos pessoais?

III. Recursos e prioridades

3. Selecione seus TRÊS principais componentes — um de cada categoria — cuja concretização aumentaria mais significativamente sua felicidade neste momento:

Valores: autodesenvolvimento, liberdade, amor, integridade, criatividade, outro.

Necessidades: independência financeira, sono/descanso de qualidade, sensação de segurança, reconhecimento social, outra.

Desejos: viajar, concluir o curso com sucesso, comprar um item específico, fazer novas amizades, outro.

IV. Fatores principais — pessoais e sociais

4. Identifique o ÚNICO fator mais importante para a SUA PRÓPRIA felicidade — aquele sem o qual todo o restante perde o sentido: boa saúde, sua e de seus entes queridos; ter uma pessoa significativa/apoio familiar; oportunidade de seguir sua paixão ou atividade favorita; bem-estar material e estabilidade financeira; liberdade de escolha e ação; outro.

5. Em sua opinião, qual é o fator mais importante para a felicidade da MAIORIA das pessoas que você conhece — amigos, colegas de turma ou de trabalho?

CRediT Author Statement

- ☐ **Reconhecimentos:** Não se aplica.
 - ☐ **Financiamento:** O desenvolvimento desta pesquisa não recebeu apoio financeiro de nenhuma agência de fomento.
 - ☐ **Conflitos de interesse:** Não se aplica.
 - ☐ **Aprovação ética:** Todos os participantes das medições empíricas (respondentes) foram informados sobre o objetivo do estudo e deram seu consentimento para a participação voluntária, o processamento e o uso dos resultados obtidos. A pesquisa foi realizada de acordo com o Código de Ética do Cientista Ucrâniano, o Artigo 42 da Lei da Ucrânia “Sobre a Educação”, as normas de ética profissional e a Declaração de Helsinque de 1964.
 - ☐ **Disponibilidade de dados e material:** As fontes de dados estão disponíveis publicamente nos respectivos *sites*.
 - ☐ **Contribuições dos autores:** Liudmyla Prosandieeva: Conceituação, supervisão, referencial teórico, preparação do manuscrito. Olena Kostiuchenko: Revisão da literatura, delineamento metodológico, análise de dados. Vilena Voronova: Especialização pedagógica, revisão crítica, revisão do manuscrito. Olga Drobot: Coleta de dados, análise, visualização de materiais educacionais. Viktor Kyrychenko: Coleta de dados, análise, visualização de materiais educacionais.
-

Processamento e editoração: Editora Ibero-Americana de Educação
Revisão, formatação, normalização e tradução

