

## EDUCAÇÃO POSITIVA E O DESENVOLVIMENTO SOCIOEMOCIONAL DOS ESTUDANTES: PRÁTICAS PEDAGÓGICAS PARA O FORTALECIMENTO DA EMPATIA, RESILIÊNCIA E AUTOESTIMA

POSITIVE EDUCATION AND STUDENTS' SOCIO-EMOTIONAL DEVELOPMENT: PEDAGOGICAL PRACTICES FOR STRENGTHENING EMPATHY, RESILIENCE, AND SELF-ESTEEM

EDUCACIÓN POSITIVA Y EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES: PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA EMPATÍA, LA RESILIENCIA Y LA AUTOESTIMA

Maria Inês da Silva Cardoso<sup>1</sup>

Deivid Alves Magdalena<sup>2</sup>

Saulo Dias Ramos<sup>3</sup>

Ivanilza Bandeira Gomes<sup>4</sup>

Marinete de Oliveira Leonel<sup>5</sup>

Valdete Aparecida de Paula Oliveira<sup>6</sup>

**RESUMO:** Este artigo, de natureza bibliográfica e abordagem qualitativa, tem como objetivo refletir sobre a contribuição da educação positiva para o desenvolvimento socioemocional dos estudantes, analisando de que maneira práticas fundamentadas na psicologia positiva favorecem dimensões como empatia, resiliência e autoestima. A pesquisa foi realizada a partir da revisão de produções científicas recentes, priorizando publicações dos últimos cinco anos, sem abrir mão de autores clássicos como Paulo Freire, Lev Vygotsky e Martin Seligman, que oferecem fundamentos sólidos para a compreensão da temática. Os resultados evidenciam que a empatia, quando estimulada intencionalmente em atividades pedagógicas, contribui para a formação de vínculos sociais mais respeitosos e colaborativos, reduzindo conflitos e ampliando o sentimento de pertencimento no ambiente escolar. Da mesma forma, a resiliência se mostra decisiva para que os estudantes enfrentem adversidades acadêmicas e sociais de forma equilibrada, transformando frustrações em oportunidades de aprendizado e fortalecimento pessoal. A autoestima, por sua vez, aparece como elemento essencial para a autoconfiança e a motivação, sendo fortalecida pelo reconhecimento genuíno das conquistas e talentos dos alunos. Conclui-se que a educação positiva, ao integrar práticas que valorizam emoções e virtudes humanas, amplia a função social da escola, tornando-a um espaço de humanização, inclusão e equidade. Dessa forma, reafirma-se a relevância de inserir a educação positiva como estratégia pedagógica contínua, capaz de promover não apenas aprendizagem acadêmica, mas também o florescimento integral dos estudantes.

150

**Palavras-chave:** Educação positiva. Desenvolvimento socioemocional. Empatia. Resiliência. Autoestima.

<sup>1</sup>Mestranda em Intervenção Psicológica no Desenvolvimento e na Educação UNEATLANTICO.

<sup>2</sup>Mestrando em educação uneatlantico.

<sup>3</sup>Mestrando em Educação UNIB.

<sup>4</sup>Mestranda em formação de professores Unini.

<sup>5</sup>Mestranda em Educação UNINI.

<sup>6</sup>Mestre em formação de professores UNEATLANTICO

**ABSTRACT:** This bibliographic article, with a qualitative approach, aims to reflect on the contribution of positive education to the socio-emotional development of students, analyzing how practices based on positive psychology foster dimensions such as empathy, resilience, and self-esteem. The research was conducted through a review of recent scientific publications, prioritizing studies from the last five years, while also considering classic authors such as Paulo Freire, Lev Vygotsky, and Martin Seligman, who provide solid theoretical foundations for the theme. The results show that empathy, when intentionally stimulated in pedagogical activities, contributes to building more respectful and collaborative social bonds, reducing conflicts and enhancing the sense of belonging within the school environment. Likewise, resilience is essential for students to face academic and social adversities in a balanced way, turning frustrations into opportunities for learning and personal growth. Self-esteem, in turn, emerges as a key factor for self-confidence and motivation, strengthened by the genuine recognition of students' achievements and talents. It is concluded that positive education, by integrating practices that value emotions and human virtues, expands the school's social role, making it a space of humanization, inclusion, and equity. Thus, it reaffirms the importance of implementing positive education as a continuous pedagogical strategy, capable of promoting not only academic learning but also the integral flourishing of students.

**Keywords:** Positive education. Socio-emotional development. Empathy. Resilience. Self-esteem.

**RESUMEN:** Este artículo, de carácter bibliográfico y enfoque cualitativo, tiene como objetivo reflexionar sobre la contribución de la educación positiva al desarrollo socioemocional de los estudiantes, analizando cómo las prácticas basadas en la psicología positiva favorecen dimensiones como la empatía, la resiliencia y la autoestima. La investigación se llevó a cabo a partir de la revisión de producciones científicas recientes, priorizando publicaciones de los últimos cinco años, sin dejar de considerar a autores clásicos como Paulo Freire, Lev Vygotsky y Martin Seligman, que aportan fundamentos sólidos para la comprensión del tema. Los resultados muestran que la empatía, cuando se estimula intencionalmente en actividades pedagógicas, contribuye a la construcción de vínculos sociales más respetuosos y colaborativos, reduciendo los conflictos y ampliando el sentimiento de pertenencia en el entorno escolar. De la misma manera, la resiliencia se muestra esencial para que los estudiantes enfrenten de manera equilibrada las adversidades académicas y sociales, transformando frustraciones en oportunidades de aprendizaje y fortalecimiento personal. La autoestima, a su vez, aparece como un elemento central para la autoconfianza y la motivación, siendo fortalecida por el reconocimiento genuino de los logros y talentos de los alumnos. Se concluye que la educación positiva, al integrar prácticas que valoran las emociones y virtudes humanas, amplía la función social de la escuela, convirtiéndola en un espacio de humanización, inclusión y equidad. Así, se reafirma la relevancia de incorporar la educación positiva como una estrategia pedagógica continua, capaz de promover no solo el aprendizaje académico, sino también el florecimiento integral de los estudiantes.

**Palabras clave:** Educación positiva. Desarrollo socioemocional. Empatía. Resiliencia. Autoestima.

## INTRODUÇÃO

Falar em educação positiva é reconhecer que o processo de ensinar e aprender vai além da simples transmissão de conteúdos curriculares. Trata-se de compreender que a escola é também um espaço de formação integral, no qual valores, emoções e relações interpessoais assumem um papel determinante no desenvolvimento humano. Inspirada nos pressupostos da psicologia positiva, a educação positiva busca potencializar as forças e virtudes dos indivíduos, favorecendo ambientes mais saudáveis, cooperativos e produtivos, em que cada estudante possa descobrir e aprimorar suas competências emocionais e sociais.

O conceito de desenvolvimento socioemocional vem ganhando relevância no cenário educacional contemporâneo, especialmente diante dos desafios da sociedade atual, marcada pela competitividade, pela velocidade das mudanças e pela diversidade cultural. A formação socioemocional compreende dimensões como a empatia, a resiliência, a autoestima, a cooperação e a capacidade de autorregulação, que são fundamentais para o bem-estar individual e coletivo. Nesse sentido, a educação positiva surge como uma abordagem pedagógica inovadora que articula teoria e prática em favor da construção de vínculos mais humanizados e de uma aprendizagem significativa.

Ao considerar os pressupostos da psicologia positiva, desenvolvida por Martin Seligman e seus colaboradores, nota-se a valorização das potencialidades e emoções positivas como pilares para o florescimento humano. No contexto escolar, essa perspectiva convida professores e gestores a repensarem suas práticas, deslocando o foco das fragilidades e dificuldades para o reconhecimento das forças e talentos dos estudantes. Tal mudança de olhar não apenas fortalece o processo de ensino-aprendizagem, como também promove ambientes escolares mais inclusivos, solidários e preparados para lidar com os desafios emocionais da vida cotidiana.

A ênfase em práticas educativas voltadas à empatia amplia a capacidade dos estudantes de se colocarem no lugar do outro, favorecendo relações mais respeitadas e solidárias dentro e fora da escola. A vivência de experiências empáticas contribui para a construção de uma cultura escolar que valoriza a diversidade e reduz atitudes de exclusão ou preconceito. Ao mesmo tempo, a empatia fortalece a escuta ativa, a colaboração e o trabalho em equipe, competências cada vez mais exigidas na sociedade do século XXI.

Outro eixo fundamental da educação positiva é a resiliência, entendida como a habilidade de enfrentar dificuldades, superar adversidades e aprender com os desafios. No ambiente escolar, estimular a resiliência significa preparar os estudantes para lidarem com

frustrações, erros e obstáculos de forma construtiva, sem que tais situações comprometam sua autoestima ou seu desejo de aprender. Essa competência, quando cultivada, torna-se essencial para a vida adulta, pois possibilita maior equilíbrio emocional e uma postura mais crítica e responsável diante da complexidade social.

A autoestima e o sentimento de autoconfiança também ocupam posição central no processo formativo. Estudantes que se percebem valorizados, capazes e reconhecidos em suas singularidades tendem a desenvolver maior motivação para aprender, além de estabelecer relações mais saudáveis consigo mesmos e com os outros. Nesse sentido, práticas pedagógicas que reforçam a autoestima favorecem não apenas o rendimento escolar, mas também a saúde mental e a capacidade de autorrealização. A escola, portanto, torna-se um espaço privilegiado para cultivar tais virtudes, contribuindo para a formação integral do sujeito.

Diante desse cenário, este artigo propõe refletir sobre como a educação positiva pode contribuir para o desenvolvimento socioemocional dos estudantes, analisando de que maneira práticas baseadas na psicologia positiva fortalecem dimensões como empatia, resiliência e autoestima. Busca-se, assim, ampliar o debate acadêmico sobre a importância de integrar aspectos emocionais e relacionais ao currículo escolar, reforçando o papel da escola como promotora de bem-estar, equidade e cidadania. Mais do que um exercício teórico, pretende-se apontar caminhos para uma prática pedagógica comprometida com a humanização e a transformação social.

## MÉTODOS

Este artigo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza bibliográfica, de abordagem qualitativa, cujo objetivo foi reunir, analisar e discutir produções acadêmicas que tratam da educação positiva e do desenvolvimento socioemocional dos estudantes. A opção por essa metodologia justifica-se pela necessidade de compreender o tema a partir das contribuições já sistematizadas na literatura científica, sem o envolvimento direto de sujeitos de pesquisa. Dessa forma, buscou-se construir um panorama consistente, que permita refletir sobre as práticas pedagógicas baseadas na psicologia positiva e seus impactos na empatia, resiliência e autoestima.

O processo de levantamento bibliográfico foi realizado em diferentes bases de dados digitais de acesso aberto e indexadas, como o Google Acadêmico, a Biblioteca Digital de Teses e Dissertações (BDTD), a plataforma Scielo e o Portal de Periódicos da CAPES. Foram

utilizadas palavras-chave em português e inglês, como “educação positiva”, “psicologia positiva”, “desenvolvimento socioemocional”, “empatia”, “resiliência”, “autoestima” e “school positive education”. Essa escolha buscou assegurar a abrangência da pesquisa e contemplar diferentes perspectivas sobre a temática em âmbito nacional e internacional.

A seleção dos materiais levou em consideração critérios de inclusão previamente definidos, entre os quais destacam-se: publicações realizadas prioritariamente nos últimos cinco anos, por refletirem os debates mais atuais sobre a área; estudos que relacionassem diretamente a psicologia positiva ao contexto educacional; e produções que apresentassem resultados consistentes sobre práticas pedagógicas voltadas ao desenvolvimento socioemocional. Como complemento, autores clássicos da psicologia e da educação, como Martin Seligman, Lev Vygotsky e Paulo Freire, também foram considerados por sua relevância teórica e atemporalidade.

Quanto aos critérios de exclusão, foram descartados trabalhos repetitivos, produções que não dialogassem diretamente com o recorte proposto ou que se limitassem a apresentar reflexões superficiais sobre a educação positiva, sem análise crítica ou aplicabilidade ao campo educacional. Também não foram considerados textos de caráter opinativo sem fundamentação científica ou que não estivessem alinhados ao rigor acadêmico exigido. Esse processo de

154

filtragem permitiu maior consistência e confiabilidade ao estudo.

Após o levantamento, os textos selecionados foram submetidos a uma leitura exploratória, crítica e interpretativa, buscando identificar pontos de convergência e divergência entre os autores, bem como estratégias pedagógicas, desafios e contribuições práticas para a educação positiva. Para organizar a análise, os achados foram agrupados em eixos temáticos relacionados às dimensões centrais da pesquisa: empatia, resiliência e autoestima. Essa categorização facilitou a sistematização das ideias e a construção da discussão apresentada nas seções seguintes do artigo.

Por se tratar de uma pesquisa bibliográfica, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, visto que não envolveu coleta de dados com seres humanos. Entretanto, todas as obras utilizadas foram devidamente respeitadas quanto à autoria e integridade, com citações registradas conforme as normas acadêmicas vigentes. A metodologia, portanto, buscou não apenas mapear o estado da arte sobre a educação positiva, mas também oferecer uma leitura crítica e propositiva, que contribua para o fortalecimento de práticas pedagógicas inclusivas e humanizadoras.

## RESULTADOS

Ao analisar estudos recentes sobre a temática, percebe-se que a resiliência tem sido constantemente apontada como um fator decisivo para o bem-estar e a adaptação de estudantes em diferentes contextos educacionais. Maronezi (2023), por exemplo, investigou a relação entre resiliência e otimismo em universitários e constatou que esses elementos se apresentam como atributos positivos fundamentais no enfrentamento de situações adversas, permitindo que o estudante desenvolva uma postura mais equilibrada diante de pressões acadêmicas. Esse achado reforça que a educação positiva, ao incentivar práticas que destacam forças internas e emoções construtivas, contribui diretamente para consolidar um perfil estudantil mais confiante e preparado para superar obstáculos inevitáveis ao longo da vida escolar (MARONEZI, 2023).

Complementando esse panorama, Pasqualotto et al. (2022) identificaram que há uma associação significativa entre resiliência acadêmica, afetos positivos e autoestima. Os estudantes que cultivavam estratégias de perseverança, reflexão e busca de ajuda não apenas demonstravam maior resistência frente a situações de estresse, como também apresentavam níveis mais elevados de satisfação com a vida e otimismo. Tais resultados indicam que práticas pedagógicas fundamentadas na psicologia positiva, ao estimular perseverança e autorreflexão, podem potencializar dimensões emocionais que favorecem tanto o rendimento acadêmico quanto o equilíbrio psicológico dos estudantes (PASQUALOTTO et al., 2022).

155

A empatia também desponta como uma competência central nas práticas de educação positiva. Rodrigues (2012), em pesquisa realizada com crianças da educação infantil, mostrou que atividades planejadas em rodas de conversa, dramatizações e leituras compartilhadas resultaram em avanços significativos no desenvolvimento da empatia. O estudo evidenciou que, ao trabalhar o reconhecimento das emoções do outro desde a infância, a escola contribui para formar cidadãos mais sensíveis, colaborativos e conscientes da importância da convivência respeitosa. Tal prática, portanto, vai além de uma habilidade social: constitui um pilar para a formação de vínculos saudáveis e duradouros (RODRIGUES, 2012).

Outro aspecto relevante é que a vivência empática em sala de aula também se relaciona com a redução de comportamentos agressivos. O estudo de Rodrigues (2012) evidenciou que, ao incorporar estratégias para estimular empatia, houve uma diminuição de atitudes agressivas em crianças de cinco e seis anos, especialmente nos momentos de conflito interpessoal. Isso revela que a educação positiva não atua apenas na dimensão emocional individual, mas influencia

diretamente o clima escolar, promovendo um ambiente mais seguro e harmonioso, no qual a autoestima e a resiliência podem florescer.

Em revisão narrativa recente, Gianfelice (2024) destacou a conexão entre resiliência, bem-estar subjetivo e autoestima, mostrando que indivíduos resilientes tendem a avaliar suas próprias vidas de forma mais positiva, com menores índices de ansiedade e depressão. Essa constatação reforça que a educação positiva, ao valorizar práticas como a gratidão e o reconhecimento das conquistas, contribui para a consolidação de uma autoimagem mais equilibrada. Assim, ao inserir tais práticas no currículo escolar, é possível construir trajetórias de aprendizagem que favoreçam o bem-estar integral, indo além dos resultados acadêmicos tradicionais (GIANFELICE, 2024).

Freitas, Lopes e Andrade (2024), em estudo sobre a contribuição da educação positiva para a autonomia das crianças, demonstraram que estratégias de reforço positivo, diálogo respeitoso e participação ativa fortalecem a autoconfiança dos estudantes. Durante o período de pandemia, tais práticas mostraram-se ainda mais essenciais, pois auxiliaram os alunos a manterem sua motivação e autoestima, mesmo diante das incertezas e dificuldades. Os autores reforçam que o cultivo de emoções positivas não elimina os desafios, mas oferece ferramentas para enfrentá-los com mais equilíbrio, fortalecendo a resiliência e a capacidade de adaptação (FREITAS; LOPES; ANDRADE, 2024).

156

Ainda no campo da autoestima, Baptista, Yunes e Fernandes (2021) ressaltam que contextos vulneráveis podem comprometer o desenvolvimento emocional dos estudantes, mas que intervenções fundamentadas na psicologia positiva, conduzidas por professores que atuam como mediadores afetivos, são capazes de reverter cenários de baixa autoconfiança. Ao reconhecer individualidades, valorizar talentos e oferecer feedbacks construtivos, em vez de punições, esses educadores promovem transformações significativas no ambiente escolar. Essa mudança de postura é essencial para fortalecer a autoestima e criar um espaço de pertencimento para todos os alunos (BAPTISTA; YUNES; FERNANDES, 2021).

Além disso, estudos mostram que a prática da gratidão em ambiente escolar, como atividades de reflexão e registros semanais sobre experiências positivas, tem impactos consistentes na autoestima e no sentimento de pertencimento. Gianfelice (2024) destaca que tais exercícios contribuem não apenas para melhorar o humor e reduzir sintomas de estresse, mas também para sustentar ganhos de resiliência e empatia ao longo do tempo. A constância



dessas práticas possibilita que os estudantes internalizem um olhar mais construtivo sobre si mesmos e sobre suas relações interpessoais (GIANFELICE, 2024).

Outro resultado relevante foi observado em intervenções que utilizaram estratégias de regulação emocional, como descrito por Detôni et al. (2022). Os autores verificaram que alunos submetidos a programas focados na expressão saudável de emoções demonstraram avanços em autoconfiança e empatia. Essa constatação reforça que trabalhar habilidades socioemocionais de maneira estruturada promove transformações profundas na forma como os estudantes percebem a si mesmos e ao outro, fortalecendo laços de cooperação e solidariedade, além de contribuir para o desenvolvimento acadêmico (DETÔNI et al., 2022).

A análise de Gianfelice (2024) também evidencia que a resiliência funciona como mediadora entre adversidades sociais e bem-estar psicológico. Em contextos de pobreza ou exclusão, estudantes resilientes apresentaram menor propensão à evasão escolar, maior capacidade de lidar com frustrações e uma percepção mais otimista sobre seu futuro. Esses resultados demonstram que investir em práticas educativas que estimulem a resiliência significa não apenas apoiar os estudantes no presente, mas também abrir perspectivas para trajetórias de vida mais promissoras (GIANFELICE, 2024).

Um ponto de destaque é o papel da empatia como promotora de convivência escolar saudável. O estudo de Rodrigues (2012) revelou que práticas pedagógicas que envolvem dramatizações, leitura de histórias e exercícios de escuta ativa favorecem a compreensão do ponto de vista alheio, fortalecendo laços entre colegas e diminuindo situações de conflito. Esse dado é essencial para se compreender que o desenvolvimento da empatia não ocorre de forma espontânea, mas demanda estímulo e orientação no ambiente escolar. Dessa forma, quando a escola assume como princípio pedagógico o cultivo da empatia, ela contribui não apenas para a formação de cidadãos mais sensíveis, mas também para a construção de um clima institucional mais colaborativo e respeitoso (RODRIGUES, 2012).

O estudo de Pasqualotto et al. (2022) mostrou que estudantes com altos índices de resiliência acadêmica apresentavam também maior autoestima, afetos positivos e satisfação com a vida. Esses achados indicam que a resiliência, quando incentivada por práticas pedagógicas intencionais, funciona como um eixo de sustentação para o bem-estar emocional. Assim, programas escolares que trabalham a perseverança, a reflexão crítica e a busca de ajuda entre pares podem contribuir significativamente para que os estudantes enfrentem desafios



acadêmicos com menos sofrimento e mais confiança em suas próprias capacidades (PASQUALOTTO et al., 2022).

A autoestima, por sua vez, mostrou-se fortemente relacionada ao reconhecimento oferecido por professores e colegas no ambiente escolar. Freitas, Lopes e Andrade (2024) demonstraram que estratégias de reforço positivo e celebração de conquistas individuais elevam a percepção de valor próprio dos estudantes, fortalecendo sua autoconfiança e motivação para aprender. Esse reconhecimento, quando genuíno, é capaz de gerar mudanças duradouras na autoimagem do aluno, estimulando-o a desenvolver relações mais saudáveis consigo mesmo e com o mundo ao seu redor (FREITAS; LOPES; ANDRADE, 2024).

Os resultados também indicam que práticas de educação positiva podem atuar de forma preventiva em relação a problemas de saúde mental. Gianfelice (2024) identificou que estudantes que participam de programas estruturados de promoção de emoções positivas apresentam menores níveis de ansiedade e depressão, além de maior sensação de suporte social. Isso mostra que investir em atividades que fortaleçam a autoestima e a resiliência não apenas melhora o desempenho escolar, mas também reduz riscos de adoecimento psicológico, ampliando a qualidade de vida e o bem-estar dos alunos (GIANFELICE, 2024).

No que diz respeito à empatia, a literatura evidencia que ela não se limita ao reconhecimento das emoções do outro, mas também à capacidade de agir em prol do bem-estar coletivo. Rodrigues (2012) ressalta que programas que incentivam a solidariedade e a cooperação em sala de aula ajudam a desenvolver a responsabilidade social dos alunos, ampliando sua visão de mundo e sua consciência cidadã. Assim, a empatia, quando cultivada em espaços educativos, extrapola o campo das emoções e se consolida como uma competência ética e social indispensável na contemporaneidade (RODRIGUES, 2012).

Outro resultado relevante se refere ao impacto da resiliência em contextos de vulnerabilidade social. Baptista, Yunes e Fernandes (2021) destacam que estudantes expostos a cenários de pobreza, violência ou instabilidade familiar, quando apoiados por práticas pedagógicas que valorizam suas potencialidades, apresentam menos prejuízos emocionais e maior confiança em suas trajetórias. Esse dado reforça a ideia de que a escola, ao adotar uma perspectiva da educação positiva, pode se tornar um espaço de compensação das desigualdades sociais, fortalecendo não apenas o desempenho acadêmico, mas também a esperança e a confiança no futuro (BAPTISTA; YUNES; FERNANDES, 2021).

A autoestima, novamente, mostra-se influenciada pela forma como a escola reconhece as conquistas e os esforços de cada estudante. Pasqualotto et al. (2022) observaram que subescalas da resiliência, como “perseverança” e “reflexão e busca de ajuda”, estão diretamente relacionadas à percepção de autoeficácia. Isso significa que quanto mais os alunos são estimulados a persistir e refletir sobre seus erros, maior é a sua autoconfiança. Dessa forma, a escola que promove uma cultura de valorização do esforço e da superação, em vez da simples cobrança de resultados, cria condições para fortalecer a autoestima e reduzir sentimentos de fracasso ou incapacidade (PASQUALOTTO et al., 2022).

Freitas, Lopes e Andrade (2024) reforçam que a educação positiva é um instrumento essencial para a autonomia estudantil, pois ao incentivar práticas de autorreflexão, tomada de decisão e autoconhecimento, contribui para a formação de sujeitos mais confiantes e responsáveis por suas escolhas. A autoestima, nesse sentido, deixa de ser apenas um sentimento individual e passa a ser uma competência social, uma vez que indivíduos autônomos e confiantes têm maior capacidade de colaborar e interagir de forma saudável em grupo (FREITAS; LOPES; ANDRADE, 2024).

A literatura analisada também mostra que a empatia e a resiliência estão fortemente conectadas ao desenvolvimento de relações interpessoais significativas. Gianfelice (2024) aponta que estudantes resilientes, por se sentirem mais seguros e capazes, tendem a demonstrar maior empatia e disponibilidade para auxiliar colegas em situações de dificuldade. Esse dado revela que o fortalecimento de uma competência pode potencializar a outra, criando um círculo virtuoso que beneficia tanto os indivíduos quanto a coletividade escolar. Esse entrelaçamento demonstra a potência da educação positiva na formação integral do ser humano (GIANFELICE, 2024).

Por fim, cabe destacar que os resultados aqui apresentados convergem para a conclusão de que práticas fundamentadas na educação positiva têm efeitos consistentes e duradouros sobre empatia, resiliência e autoestima. Gianfelice (2024) e Freitas, Lopes e Andrade (2024) ressaltam que atividades contínuas de gratidão, reconhecimento e autorreflexão geram ganhos que se mantêm mesmo após o término formal das intervenções, embora ainda haja a necessidade de mais estudos longitudinais em contexto brasileiro. Tais evidências reforçam que a incorporação da educação positiva ao cotidiano escolar não deve ser vista como ação pontual, mas como um processo contínuo e estruturado, capaz de transformar o ambiente educativo em um espaço de

pertencimento, valorização e crescimento humano (GIANFELICE, 2024; FREITAS; LOPES; ANDRADE, 2024).

## DISCUSSÃO

Os resultados obtidos neste estudo reforçam que a educação positiva desempenha papel crucial no fortalecimento do desenvolvimento socioemocional dos estudantes, ao potencializar virtudes como empatia, resiliência e autoestima. Pesquisas recentes, como as de Pasqualotto et al. (2022), demonstram que a resiliência acadêmica está associada à satisfação com a vida e ao bem-estar subjetivo, indicando que práticas que valorizam o reconhecimento e a perseverança ampliam não apenas os resultados acadêmicos, mas também a saúde mental dos alunos. Essa constatação mostra que a escola precisa assumir um papel mais ativo na promoção do bem-estar, indo além de seu compromisso tradicional com o currículo.

A análise da literatura evidenciou que a empatia, quando trabalhada de forma intencional, contribui significativamente para a redução de conflitos escolares e para a formação de ambientes mais cooperativos (RODRIGUES, 2012). Esse achado sugere que não basta esperar que os estudantes desenvolvam empatia naturalmente; é necessário que as escolas implementem estratégias pedagógicas específicas, como rodas de diálogo, dramatizações e práticas de escuta ativa. Tais ações, ao integrarem o cotidiano escolar, podem transformar as interações em sala de aula, favorecendo o respeito mútuo e a valorização da diversidade.

160

Outro ponto de destaque foi a relação entre autoestima e reconhecimento escolar, que se mostrou fundamental para a motivação e para a autoconfiança dos estudantes (FREITAS; LOPES; ANDRADE, 2024). Esses resultados confirmam o que Freire já defendia ao afirmar que o ato de ensinar precisa estar ancorado em uma postura dialógica, na qual o aluno é valorizado como sujeito histórico e produtor de conhecimento. Nesse sentido, a psicologia positiva se conecta com teorias pedagógicas críticas, ao enfatizar que o reconhecimento e a valorização do aluno são centrais para a aprendizagem significativa.

A literatura também aponta que a resiliência funciona como um mediador entre adversidades e bem-estar, o que é particularmente relevante em contextos de vulnerabilidade social (BAPTISTA; YUNES; FERNANDES, 2021). Os resultados demonstram que, quando a escola investe em práticas que valorizam potencialidades em vez de fragilidades, os estudantes não apenas superam barreiras pessoais e socioeconômicas, mas também desenvolvem confiança em seu futuro. Esse aspecto é especialmente importante em sociedades marcadas por

desigualdades, onde a escola pode assumir o papel de agente compensador das iniquidades sociais.

No entanto, apesar dos avanços observados, a incorporação da educação positiva nas práticas pedagógicas ainda encontra desafios estruturais. Muitos professores relatam falta de formação adequada para trabalhar competências socioemocionais e ausência de suporte institucional para implementar projetos consistentes (DETÔNI et al., 2022). Essa limitação evidencia a necessidade de políticas públicas voltadas à formação continuada, que capacitem os docentes a lidar de forma prática com os princípios da psicologia positiva, garantindo que a proposta não fique restrita ao campo teórico.

Outro limite encontrado diz respeito à escassez de estudos longitudinais que avaliem os efeitos da educação positiva em longo prazo no contexto escolar brasileiro (GIANFELICE, 2024). Embora os resultados mostrem benefícios imediatos, ainda não se sabe em que medida esses ganhos são mantidos ao longo da trajetória acadêmica dos estudantes. Esse aspecto indica um campo fértil para futuras pesquisas, que poderiam investigar a permanência das mudanças emocionais e comportamentais promovidas por tais práticas.

Além disso, é importante destacar que a educação positiva não deve ser compreendida como substituta das metodologias tradicionais, mas como complemento integrador que amplia a visão da escola sobre o desenvolvimento humano. Os resultados apresentados demonstram que práticas voltadas para o fortalecimento socioemocional caminham lado a lado com a aprendizagem cognitiva, criando condições para um processo educacional mais completo. Essa integração entre dimensões cognitivas e emocionais, defendida também por Vygotsky, amplia o papel da escola como espaço de humanização e socialização.

Um aspecto particularmente interessante identificado nos estudos é a relação entre empatia e resiliência, que se mostram competências mutuamente fortalecidas (GIANFELICE, 2024). Alunos resilientes tendem a demonstrar maior sensibilidade ao sofrimento dos colegas, enquanto a vivência empática reforça a capacidade de superar dificuldades pessoais. Essa relação cíclica demonstra que as dimensões socioemocionais não devem ser trabalhadas isoladamente, mas de forma integrada, em projetos que promovam uma cultura escolar mais solidária e colaborativa.

Outro ponto a ser ressaltado é que os benefícios da educação positiva vão além do âmbito individual, alcançando também o clima institucional. Quando a escola valoriza empatia, autoestima e resiliência, os relacionamentos interpessoais tornam-se mais respeitosos, e o

ambiente escolar se torna um espaço de pertencimento. Esse aspecto tem implicações diretas na prevenção da evasão escolar e no fortalecimento da cidadania, evidenciando que investir no desenvolvimento socioemocional dos estudantes é também investir na transformação da sociedade como um todo.

Em síntese, os resultados discutidos revelam que a educação positiva, fundamentada na psicologia positiva e em práticas humanizadoras, representa uma estratégia pedagógica promissora para a formação integral dos estudantes. Apesar das limitações identificadas, os benefícios relatados pela literatura indicam que o fortalecimento da empatia, da resiliência e da autoestima deve ser compreendido como prioridade educacional. Nesse sentido, a escola, ao adotar tais práticas, amplia sua função social e reafirma seu compromisso com a equidade, a inclusão e a construção de uma sociedade mais justa e solidária.

## CONCLUSÃO

A análise desenvolvida ao longo deste artigo evidenciou que a educação positiva representa uma estratégia pedagógica relevante para fortalecer o desenvolvimento socioemocional dos estudantes, especialmente no que se refere à empatia, à resiliência e à autoestima. Os resultados mostraram que práticas fundamentadas na psicologia positiva, quando incorporadas ao cotidiano escolar, contribuem para a formação de sujeitos mais confiantes, cooperativos e preparados para enfrentar os desafios da vida contemporânea. Nesse sentido, a escola se reafirma como espaço de humanização, que vai além da transmissão de conteúdos, promovendo também o florescimento das virtudes humanas.

Os achados reforçam que a empatia, ao ser estimulada por meio de atividades intencionais como rodas de conversa, dramatizações e práticas de escuta ativa, favorece a construção de relações mais respeitosas e colaborativas. Da mesma forma, a resiliência mostrou-se decisiva para que os estudantes consigam lidar de forma equilibrada com adversidades, frustrações e exigências acadêmicas, sem que tais experiências abalem sua motivação. A autoestima, por sua vez, emergiu como elemento central para a autoconfiança e para a motivação intrínseca, fortalecida pelo reconhecimento genuíno dos esforços e conquistas dos alunos.

Contudo, a implementação de uma educação positiva não está isenta de desafios. A carência de formação continuada para os docentes, aliada à ausência de suporte institucional e de políticas públicas consistentes, limita a efetivação dessas práticas em larga escala. Além

disso, a escassez de estudos longitudinais no Brasil ainda impede a compreensão mais ampla sobre a permanência dos efeitos da educação positiva ao longo do tempo. Esses limites apontam para a necessidade de investimentos em pesquisas e em capacitação docente, de modo que a proposta não permaneça apenas no plano teórico, mas se concretize em experiências reais e transformadoras.

A partir dessa reflexão, fica evidente que a educação positiva não deve ser vista como substituta das práticas pedagógicas tradicionais, mas como um complemento indispensável, capaz de integrar dimensões cognitivas e socioemocionais do desenvolvimento humano. Ao favorecer o cultivo de virtudes, a construção de vínculos e a valorização das potencialidades individuais, a escola amplia sua função social e se torna um espaço de pertencimento, inclusão e equidade. Essa integração, fundamentada em teorias contemporâneas e clássicas da educação, permite que o processo de aprendizagem seja compreendido em sua totalidade, contemplando tanto o saber acadêmico quanto o emocional.

Em conclusão, reafirma-se que a educação positiva é um caminho promissor para a transformação da escola e da sociedade, pois contribui para formar cidadãos mais empáticos, resilientes e autoconfiantes. Ao reconhecer o estudante como sujeito integral, a escola assume sua responsabilidade de promover não apenas o conhecimento, mas também o bem-estar e a dignidade. Essa perspectiva amplia os horizontes da prática pedagógica e abre possibilidades para um futuro educacional mais humano, solidário e democrático, no qual o desenvolvimento socioemocional se consolida como elemento inseparável da formação integral.

## REFERÊNCIAS

BAPTISTA, C. R.; YUNES, M. A. M.; FERNANDES, G. Resiliência e processos educativos: um olhar para práticas escolares em contextos de vulnerabilidade social. *Revista Desenvolvimento em Questão*, v. 19, n. 56, p. 233-253, 2021.

DETÔNI, L. C.; OLIVEIRA, M. C.; SOUZA, F. P.; LOPES, R. S. Regulação emocional e desenvolvimento socioemocional: práticas pedagógicas no contexto escolar. *Revista de Educação e Linguagens*, v. 11, n. 21, p. 58-75, 2022.

FREITAS, D. S.; LOPES, G. L.; ANDRADE, L. S. Psicologia e Educação Positiva: a contribuição da educação positiva para a autonomia das crianças. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação (REASE)*, v. 10, n. 6, p. 120-137, 2024.

GIANFELICE, L. F. Resiliência, bem-estar subjetivo e fatores de risco e proteção: um estudo com estudantes em contexto educacional. *Psicologia: USP*, v. 35, p. 1-18, 2024.

MARONEZI, V. Resiliência e otimismo em estudantes universitários: atributos positivos para adaptação acadêmica. *Educere et Educare*, v. 18, n. 44, p. 1-15, 2023.

PASQUALOTTO, A. C.; OLIVEIRA, T. R.; SILVA, J. P.; REIS, F. R. Resiliência acadêmica, afetos positivos, satisfação com a vida e otimismo: relações em estudantes universitários. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 15, p. e25211625216, 2022.

RODRIGUES, A. C. M. A empatia em crianças pré-escolares: efeitos de uma intervenção educativa. *Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano*, v. 22, n. 1, p. 39-46, 2012.

SELIGMAN, M. E. P. *Florescer: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.

VYGOTSKY, L. S. *A formação social da mente*. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

FREIRE, P. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. 66. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2019.