

**FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENSINO**

MÉGUI MASCARELO SUDO

**BEM-ESTAR E FLORESCIMENTO: RELATOS DISCENTES SOBRE
A EXPERIÊNCIA NA LICENCIATURA EM LETRAS - LÍNGUAS ADICIONAIS DA
UNIPAMPA**

**Bagé
2023**

MÉGUI MASCARELO SUDO

**BEM-ESTAR E FLORESCIMENTO: RELATOS DISCENTES SOBRE
A EXPERIÊNCIA NA LICENCIATURA EM LETRAS - LÍNGUAS ADICIONAIS DA
UNIPAMPA**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ensino da Fundação Universidade Federal do Pampa como requisito parcial para a obtenção do Título de Mestre em Ensino.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Valesca Brasil Irala

**Bagé
2023**

Ficha catalográfica elaborada automaticamente com os dados fornecidos
pelo(a) autor(a) através do Módulo de Biblioteca do
Sistema GURI (Gestão Unificada de Recursos Institucionais) .

S943b Sudo, Mégui Mascarelo

Bem-estar e florescimento: relatos discentes sobre a
experiência na licenciatura em letras - línguas adicionais da
UNIPAMPA / Mégui Mascarelo Sudo.

306 p.

Dissertação(Mestrado)-- Universidade Federal do Pampa,
MESTRADO EM ENSINO, 2024.

"Orientação: Valesca Brasil Irala".

1. Bem-estar. 2. Florescimento. 3. Psicologia Positiva. 4.
Experiência acadêmica. 5. Curso de graduação. I. Título.

MÉGUI MASCARELO SUDO

BEM-ESTAR E FLORESCIMENTO: RELATOS DISCENTES SOBRE A EXPERIÊNCIA NA LICENCIATURA EM LETRAS - LÍNGUAS ADICIONAIS DA UNIPAMPA

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ensino da Universidade Federal do Pampa, como requisito parcial para obtenção do Título de Mestre em Ensino.

Dissertação defendida e aprovada em: 20 de maio de 2024.

Banca examinadora:

Profa. Dra. Valesca Brasil Irala

Orientadora
(UNIPAMPA)

Profa. Dra. Ana Cláudia Uchôa Araújo

(IFCE)

Profa. Dra. Luciana Martins Teixeira Lindner

(UNIPAMPA)



Assinado eletronicamente por **VALESCA BRASIL IRALA, Coordenador(a) do Programa**, em 20/05/2024, às 14:20, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normativas legais aplicáveis.



Assinado eletronicamente por **Ana Cláudia Uchôa Araújo, Usuário Externo**, em 20/05/2024, às 16:18, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normativas legais aplicáveis.



Assinado eletronicamente por **LUCIANA MARTINS TEIXEIRA LINDNER, PROFESSOR DO MAGISTERIO SUPERIOR**, em 21/05/2024, às 09:19, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normativas legais aplicáveis.



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.unipampa.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **1436540** e o código CRC **8FE0C4E2**.

Por isso eu canto
E Deus vai me curando das feridas
Até o sofrimento Ele usa em meu favor
A dor produz em nós peso de glória

Por isso eu canto
Enquanto eu enfrento tempestades
Conheço a paz que vai além de toda explicação
E quando essa chuva terminar
Eu vou, vou florescer
(Florescer - Vocal Livre)

AGRADECIMENTO

O caminho para o florescimento parte de um sentido que queremos encontrar ou que nos encontra e semeia em nós engajamento, uma entrega ao processo marcada por podas e crescimento dos ramos. Nesse processo, alguns galhos se entrelaçam e se ajudam a desabrochar. Às vezes a seca ou a tempestade comprometem o seu vigor, mas quando tudo isso passa, as pétalas ressurgem e os primeiros frutos aparecem. Se hoje pude desabrochar neste *campus* da Unipampa, no solo do Mestrado Acadêmico em Ensino, eu devo imensa gratidão a muitas pessoas, que de uma forma ou de outra regaram a semente da esperança no plantio, na germinação e no florescimento ao longo dessa estação da minha vida. Em primeiro lugar, Àquele que me criou para florescer. Sim, Deus é o princípio e o fim de todas essas coisas. Foi com a Sua força que superei mais uma tempestade, mesmo quando o que eu pensava era desistir, de tudo.

Aos meus amados pais, Gerônimo e Marta Terezinha, que investiram todas as suas forças, tempo e recursos no cultivo da minha educação, para que hoje eu pudesse chegar até aqui, com mais uma etapa da minha formação concluída.

À minha irmã, Ketlin e sua família, pelos momentos de acolhida e passeios quando tudo o que eu estava precisando era de uma garoa. Em especial, ao meu sobrinho Vincenzo, que trouxe luz à minha vida: titia te ama pra sempre, broinho!

Ao meu esposo, Anderson, por compreender o momento que eu estava vivendo, como quem espera a plantinha vingar, e por aceitar dividir a minha atenção com o meu desenvolvimento acadêmico e profissional. Isso significou muito para mim!

À minha orientadora, Prof^a. Dr^a. Valesca Brasil Irala, que, com empatia, soube esperar pelo meu florescimento. Tens parte significativa no meu desenvolvimento desde a graduação.

À banca examinadora, ao apoio dos demais professores e aos alunos participantes.

Aos meus colegas do mestrado, em especial, à nossa Panelinha Positiva “Caren, Luciane e Mégui”, Dilce, Marcelo, Juliana, Larissa, pela parceria de vocês!

À minha família na fé do distrito de Bagé, dos PGs “Sem Fronteiras”, “Jornada” e “IASD Metaverso”: que ajudemos muitas pessoas a florescerem para o Reino!

À Stella Ibañez, ao Marcelo Moreira Jr. e à Jaqueline Hoffmeister, bem como às instituições por onde passei e à Nação Fluente, por me conduzirem ao florescimento pessoal, acadêmico e profissional. À minha amada vó Lourdes e amigos!

RESUMO

Esta pesquisa aborda a relevância da consciência acerca do bem-estar e florescimento na experiência acadêmica de estudantes do curso de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA), Campus Bagé. O estudo visa compreender como esses conceitos são percebidos e manifestos nos relatos discentes e de que modo influenciam a jornada de formação desses futuros professores que se encontravam em diferentes períodos da graduação. O objetivo geral deste trabalho é investigar os domínios do Bem-estar relacionados ao Florescimento acadêmico, na perspectiva da Psicologia Positiva, dos estudantes do referido curso. Os objetivos específicos consistem em: 1) Verificar, nos relatos analisados, como se dá a presença do conceito de bem-estar e florescimento nas experiências dos estudantes; 2) Estabelecer semelhanças e diferenças entre os relatos estudantis de acordo com o período acadêmico em que se encontram (no início, meio e fim da graduação) que apontem para questões de bem-estar acadêmico e florescimento; 3) Apresentar implicações para a prática universitária a partir da análise dos dados realizados. A pesquisa adotou abordagem descritiva e mista, combinando métodos quantitativos e qualitativos. Foram realizados levantamentos *online* e entrevistas semiestruturadas para coletar os dados. A análise foi realizada com o auxílio do *software* Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires (IRaMuTeQ), utilizando-se a análise estatística e de similitude, e da plataforma WordArt.com para elaboração de nuvens de palavras; os procedimentos foram executados em função de três períodos, a saber, fase inicial, intermediária e final do percurso formativo considerando o início do primeiro semestre de 2023, no qual os levantamentos e entrevistas foram realizados. Os resultados revelaram *insights* sobre a percepção dos alunos em relação ao seu bem-estar e florescimento acadêmicos, incluindo: a) fatores como apoio emocional, engajamento acadêmico, relações positivas e sentido de propósito contribuem para o bem-estar dos estudantes; b) reconhecimento da importância de abordagens educacionais que valorizem o bem-estar e o autoconhecimento para o sucesso dos estudantes; c) necessidade de considerar o aspecto emocional na formação acadêmica, visando o desenvolvimento integral dos alunos; d) ênfase na promoção do bem-estar

acadêmico para o florescimento dos alunos, proporcionando uma experiência mais satisfatória; e) importância de estratégias para promover o bem-estar acadêmico, visando o crescimento pessoal e profissional dos estudantes. Com base nos resultados, foi possível destacar a importância do bem-estar e do florescimento na formação acadêmica dos alunos do curso em questão. Busca-se encorajar professores e equipes de suporte a construir uma cultura que contemple o Bem-estar e Florescimento em suas experiências profissionais e construir, segundo aspectos culturais em que o curso está inserido, desenvolverem cada vez melhores abordagens de ensino e políticas que promovam um ambiente saudável e inclusivo, preparando os alunos para uma vida plena e bem-sucedida. Recomenda-se a investigação mais aprofundada da relação entre bem-estar acadêmico e desempenho dos alunos, bem como a inserção da cultura do bem-estar e florescimento no contexto do ensino superior como perspectivas futuras de pesquisa.

Palavras-chave: Bem-estar. Florescimento. Psicologia Positiva. Experiência acadêmica. Curso de graduação.

ABSTRACT

This research addresses the relevance of awareness about well-being and flourishing in the academic experience of students in the Bachelor's Degree in Additional Languages - English, Spanish and Respective Literatures at Federal University of Pampa (UNIPAMPA), Bagé Campus. The study aims to understand how these concepts are perceived and manifested in students' reports and how those important features of life influence the academic journey of those individuals from different stages of their undergraduate studies. The general objective of this work is to investigate the Well-being domains related to Academic Flourishing, from the perspective of Positive Psychology, of students in the aforementioned course. The specific objectives consist of: 1) verify, in the analyzed speeches, how the presence of the concept of well-being and flourishing occurs in the experiences of students; 2) establish similarities and differences between student reports according to the academic period in which they are (at the beginning, middle, and end of the program) that point to issues of academic well-being and flourishing; and 3) present implications of university practice based on the analysis of the data collected. The research adopted a descriptive and mixed approach, combining quantitative and qualitative methods. Online surveys and semistructured interviews were conducted to collect the data. The analysis was performed with the aid of the Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires (IRaMuTeQ) software, using statistical and similarity analysis, and the WordArt.com platform for the elaboration of word clouds; the procedures were executed based on three periods, namely, initial, intermediate, and final phase of the course considering the beginning of the first semester of 2023, in which the surveys and interviews were conducted. The results revealed insights into the perception of students regarding their academic well-being and flourishing, including: a) factors such as emotional support, academic engagement, positive relationships, and sense of purpose contribute to students' well-being; b) recognition of the importance of educational approaches that value well-being and self-knowledge for students' success; c) need to consider the emotional aspect in academic training, aiming at the integral development of students; d) emphasis on promoting academic well-being for student flourishing, providing a more satisfactory experience; e) importance of strategies to promote academic well-being, aiming at the personal and professional growth of

students. Based on the results, it was possible to highlight the importance of well-being and flourishing in the academic training of students in the considered course. It is sought to encourage professors, lecturers, and support teams to build a culture that contemplates well-being and flourishing in their professional experiences and to develop, according to the cultural scenario in which the course is inserted, increasingly better teaching approaches and policies that promote a healthy and inclusive environment, preparing students for a full and successful life. Further investigation into the relationship between academic well-being and student performance is recommended, as well as the integration of the culture of well-being and flourishing into the context of higher education as future research perspectives.

Keywords: Well-being. Flourishing. Positive Psychology. Academic experience. Undergraduate course.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Vantagens do Survey, de acordo com Denscombe (2010).....	44
Figura 2 - Código QR e link de acesso para o formulário de pesquisa.....	53
Figura 3 - Gráfico de Zipf evidenciando a distribuição das frequências das palavras no conjunto de textos (início do curso).....	90
Figura 4 - Outras formas ativas relacionadas ao tema da pesquisa que tiveram frequência igual a um no corpus “início de curso”.....	94
Figura 5 - Gráfico da Análise de Similitude de acordo com a coocorrência de formas ativas (estágio inicial).....	96
Figura 6 - Gráfico de Zipf evidenciando a distribuição das frequências das palavras no conjunto de textos (estágio intermediário do curso).....	100
Figura 7 - Formas ativas e suplementares relacionadas ao tema da pesquisa que tiveram frequência igual a um no corpus “início de curso”.....	106
Figura 8 - Gráfico da Análise de Similitude de acordo com a coocorrência de formas ativas (estágio intermediário).....	108
Figura 9 - Gráfico de Zipf evidenciando a distribuição das frequências das palavras no conjunto de textos (estágio final do curso).....	125
Figura 10 - Formas ativas e suplementares relacionadas ao tema da pesquisa que tiveram frequência igual a um no corpus “início de curso”.....	131
Figura 11 - Gráfico da Análise de Similitude de acordo com a coocorrência de formas ativas (estágio final).....	132
Figura 12 - Estrada P.E.R.M.A com as rotas de florescimento acadêmico conforme resultados da revisão de escopo e pesquisa com graduandos no primeiro semestre de 2023.....	150

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Resumo da conceituação dos cinco pilares do Bem-Estar.....	25
Quadro 2 - Conceitos de Bem-estar e Florescimento no contexto acadêmico.....	28
Quadro 3 - Conceitos de Bem-estar e Florescimento, conforme revisão de escopo e seus respectivos sinônimos.....	32
Quadro 4 - Descrição dos recursos do programa IRaMuTeQ, desenvolvido por Pierre Ratinaud (2009).....	57
Quadro 5 - Frequência de conceitos relacionados aos conceitos variáveis (extraídos da revisão de escopo) percebidos na experiência acadêmica.....	62
Quadro 6 - Frequência de conceitos relacionados aos pilares do Bem-estar e Florescimento percebidos na experiência acadêmica.....	66
Quadro 7 - Perfil predominante dos participantes da primeira etapa da pesquisa....	76
Quadro 8 - Pilares dos Bem-estar e Florescimento e seus respectivos sinônimos e definições.....	80
Quadro 9 - Perfil dos respondentes da segunda etapa da pesquisa.....	88
Quadro 10 - Frequência de formas ativas diretamente relacionadas ao objeto de pesquisa.....	92
Quadro 11 - Frequência de formas ativas relacionadas ao objeto de pesquisa.....	102
Quadro 12 - Frequência de formas suplementares que estão relacionadas ao objeto de pesquisa.....	103
Quadro 13 - Frequência de formas ativas relacionadas ao objeto de pesquisa.....	126
Quadro 14 - Frequência de formas ativas com frequência menor que n=10 relacionadas ao objeto de pesquisa.....	128
Quadro 15 - Estratégias intencionais para implementação de uma cultura de educação positiva no contexto escolar, conforme Starkey (2023).....	154
Quadro 16 - Estudos publicados na sexta edição do <i>Journal of Positive Psychology</i> (Parks, 2011) elencados e suas estratégias de aplicação da Psicologia Positiva no Ensino Superior.....	156

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Número de respondentes de acordo com o gênero.....	193
Gráfico 2 - Número de respondentes de acordo com a raça (IBGE).....	194
Gráfico 3 - Número de respondentes de acordo com o ano de ingresso.....	194
Gráfico 4 - Número de respondentes de acordo com o tempo estimado até à conclusão do curso.....	195
Gráfico 5 - Número de respondentes de acordo com a residência.....	195
Gráfico 6 - Frequência de conceitos variáveis percebidos na experiência acadêmica.....	196
Gráfico 7 - Frequência de conceitos relacionados aos pilares do Bem-estar e Florescimento percebidos na experiência acadêmica.....	197

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	17
2 CONCEITOS GERAIS E REVISÃO DE ESCOPO.....	23
2.1 A Psicologia Positiva e a teoria do Bem-estar, de Seligman.....	23
2.2 Conceito de Florescimento, conforme Seligman.....	26
2.3 Conceitos de Bem-estar e Florescimento, conforme revisão de escopo.....	27
2.3.1 Descrição dos conceitos selecionados para compor a coleta de dados.....	32
3 METODOLOGIA.....	43
3.1 Tipo de pesquisa.....	43
3.2 Estratégia de pesquisa.....	43
3.3 Técnicas para coletas de dados quantitativos e qualitativos.....	45
3.3.1 Questões constantes do survey.....	46
3.3.2 Questões constantes da entrevista semiestruturada.....	54
3.3.3 Emprego do programa informático IRaMuTeQ para análise das respostas.....	56
da entrevista.....	56
4 ANÁLISE DOS DADOS.....	60
4.1 Quadro geral do perfil dos respondentes do questionário e seus resultados.....	60
objetivos e subjetivos.....	60
4.1.1 Conceitos (variáveis) percebidos na experiência acadêmica.....	62
4.1.2 Conceitos relacionados aos pilares do bem-estar e florescimento percebidos na experiência acadêmica.....	65
4.1.3 Quadro geral dos resultados subjetivos do formulário.....	68
4.1.3.1 Percepções de alunos em estágio inicial do curso.....	69
4.1.3.2 Percepções de alunos em estágio intermediário do curso.....	71
4.1.3.3 Percepções de alunos em estágio final do curso.....	73
4.2 Abstração dos principais pontos identificados no questionário.....	76
4.2.1 Análise das respostas subjetivas fornecidas no questionário.....	79
4.3 Quadro geral do perfil dos respondentes da entrevista e seus resultados.....	87
4.3.1 Método de análise de dados.....	89
4.3.1.1 Início do percurso formativo.....	89
4.3.1.2 Fase intermediária do percurso formativo.....	100
4.3.1.2.1 Contexto acadêmico e emocional.....	109
4.3.1.2.2 Desenvolvimento pessoal e profissional.....	113
4.3.1.2.3 Interações sociais e institucionais.....	116
4.3.1.2.4 Aprendizado e comunidade.....	120
4.3.1.3 Fase final do percurso formativo.....	124
4.3.1.3.1 Rede complexa de experiências acadêmicas.....	134
4.3.1.3.2 Fatores emocionais e pessoais.....	135
4.3.1.3.3 Relações interpessoais e rede de apoio.....	137
4.3.1.3.4 Processo de autorreflexão e crescimento.....	138
4.3.1.3.5 Desafios e superação.....	139
4.3.1.3.6 Aspectos práticos da formação acadêmica.....	141
4.3.1.3.7 Amplitude do aprendizado além do convencional.....	143

4.3.1.4. Análise comparativa entre os três períodos.....	145
4.3.1.5 Implicações para as práticas universitárias a partir da análise dos dados realizados.....	148
4.3.1.5.1 Propostas para pensar o desenvolvimento de políticas institucionais.....	154
5. CONCLUSÃO.....	165
REFERÊNCIAS.....	171
APÊNDICE A.....	193
APÊNDICE B.....	198
APÊNDICE C.....	204

1 INTRODUÇÃO

Diversos estudos têm explorado o conceito de bem-estar no meio acadêmico, em sua maioria nas áreas da saúde mental, saúde pública e medicina. Essa tem sido uma preocupação crescente, principalmente desde que se iniciou a pandemia do Coronavírus (COVID-19). Tais estudos, ainda que tenham em comum o “bem-estar”, abordam o assunto sob diferentes perspectivas, seja a da percepção da instrução (Donohue; Bornman, 2021), a motivação (Hudig *et al.*, 2021), a experiência da aprendizagem *online* (Mustika *et al.*, 2021), os espaços relacionais (Worsley; Harrison; Corcoran, 2021) entre outros. A partir de uma revisão sistemática na base de dados *Dimensions*, verificou-se um pequeno número de artigos disponíveis com livre acesso que retratam o tema em curso de formação de professores, que seria o contexto mais próximo da licenciatura, principalmente em línguas adicionais.

A essa realidade, acrescenta-se o fato de que a graduação representa um momento de grande expectativa, por parte de discentes, de bom desempenho e sucesso em um ambiente que tem como uma de suas características a competitividade (Burns; Dagnall; Holt, 2020). Isso implica em questões emocionais que muitas vezes os estudantes não se veem preparados ou capazes de gerenciar, sendo a interação desse grupo um espaço para o compartilhamento dessas problemáticas.

A partir de então, formam-se grupos que compartilham de experiências semelhantes e suas percepções são validadas e, por vezes, não se desenvolve um posicionamento otimista em direção ao seu bem-estar ao longo da trajetória. Conforme o referido estudo (Burns; Dagnall; Holt, 2020), tem-se dado maior atenção a esse assunto, porque os relatórios indicavam, no seu contexto, consideráveis dificuldades relacionadas à saúde mental dos alunos.

Enquanto pesquisadora, aluna e professora, justifico meu interesse em aprofundar a compreensão acerca do bem-estar porque a saúde mental foi um aspecto muito determinante na minha formação desde a graduação - e mesmo desde o ensino fundamental. Se não fosse pelo acompanhamento psicológico e, particularmente falando, também do desenvolvimento da minha espiritualidade, minha caminhada teria sido ainda mais marcada pela desistência e frustração,

mesmo em se tratando de metas almeçadas. Além disso, ao ministrar disciplinas em diferentes níveis, percebi que esse fator se mostrava, em alguns alunos, um dos principais obstáculos para a continuidade de um curso, seja ele livre ou de graduação. Nas escolas, a motivação e engajamento eram relativamente afetados pela dificuldade em se gerenciar as emoções resultantes dos desafios que se apresentam nas mais diversas esferas da atuação humana. Em geral, essas dificuldades são externalizadas em conversas informais, em postagens nas redes sociais, enfatizando-se a dificuldade, a insegurança, ou seja, a percepção negativa de cada experiência.

Esta pesquisa floresceu após a revisão de minha proposta primeira de pré-projeto em diálogos com a orientadora, a partir dos quais senti-me movida a aprofundar minha compreensão sobre um assunto que, a bem da verdade, sempre me chamou a atenção, desde a graduação: as emoções no ensino de língua inglesa. Naquela época, eu gostava de ler um livro cujo título já prefigurava um domínio que só não me encanta mais do que ensinar inglês: “Affect in Language Learning” (Afeto no Aprendizado de Línguas), de Jane Arnold (1999), do qual gostaria de mencionar um trecho que dialoga diretamente com o objeto desta pesquisa, ainda que em diferentes níveis de ensino:

Teachers are powerful in ways we are not always aware of. And so is what they teach us. It is with this potential power in mind - the power our schooling has to affect our growth and learning - that the topic of this chapter is presented. Indeed, school is a place where we learn not only subject matter. It is a place where we learn about ourselves and also life.

Quite easily and unintentionally, teachers can affect the lives and personal growth of learners of any age by what transpires in the classroom. The infinite episodes, positive and negative, that students experience in the many hours spent in school, can greatly impact their lives. Unfortunately in school, at home and everywhere else, a good many of us hear far more critical than encouraging remarks about ourselves and others too. The outcome is that our self-esteem suffers, which can cause us to feel unsure about trying new ventures or can interfere with learning, relationships, succeeding and numerous other crucial things in life. And having negative feelings about ourselves can lead to having negative feelings about others. This results in not feeling that we can be ourselves and therefore in not being able to know ourselves, conditions which cause great unhappiness and impede our personal growth. Furthermore, what students study in school may seem meaningless and boring, with no application to their lives.¹

¹ Os professores têm um poderoso impacto em maneiras das quais nem sempre estamos cientes. E o mesmo acontece com o que eles nos ensinam. É com esse potencial em mente - o poder que a nossa escolarização tem de afetar nosso crescimento e aprendizado - que o tema deste capítulo é apresentado. De fato, a escola é um lugar onde aprendemos não apenas o conteúdo das disciplinas. É um lugar onde aprendemos sobre nós mesmos e também sobre a vida.

Seja na minha formação acadêmica ou na minha trajetória profissional, antes mesmo de me tornar professora, sempre prezei por aspectos semelhantes aos cinco pilares do Bem-estar (Seligman, 2012), sem mesmo saber que eram classificados como tal. Decisões profissionais importantes foram tomadas tendo por base a minha realização.

Durante a graduação, realizei alguns estudos no campo da Linguística da Enunciação, nas quais se exploravam a subjetividade do aluno de inglês expressa em seu sentir e crer no processo de aprendizagem no contexto de instituto de idiomas, bem como a relação entre reciprocidade e intersubjetividade na interação professor-aluno em sala de aula de língua inglesa. De um modo ou de outro, minhas pesquisas sempre se inclinaram para assuntos de ordem subjetiva do indivíduo.

No presente trabalho, novamente volto minha atenção para experiência do aluno, porém dentro do contexto universitário, mais precisamente do curso de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas, porque esse foi o principal cenário em que atuei, como professora substituta temporária, antes e durante a pandemia e onde pude notar significativas diferenças no *modus operandi* da sala de aula. Nesse sentido, entende-se ser esse ambiente o de maior familiaridade, haja vista que além de docente no curso de Letras, eu também já fui aluna, entre os anos 2010 e 2015 (outrora Letras Português, Inglês e Respectivas Literaturas).

Para Seligman *et al.* (2009), as escolas possuem influente posição na promoção do bem-estar da comunidade escolar e, de maneira mais ampla, da comunidade na qual está inserida. Semelhante percepção é encontrada em João dos Santos, psicopedagogo português, que propôs uma abordagem que valoriza as

Facilmente e sem intenção, os professores podem afetar as vidas e o crescimento pessoal dos aprendizes de qualquer idade pelo que acontece na sala de aula. Os inúmeros episódios, positivos e negativos, que os alunos experimentam nas muitas horas passadas na escola podem ter um grande impacto em suas vidas. Infelizmente, na escola, em casa e em todos os outros lugares, muitos de nós ouvem críticas muito mais frequentemente do que comentários encorajadores sobre nós mesmos e sobre os outros também. O resultado é que nossa autoestima sofre, o que pode nos fazer sentir inseguros sobre tentar novos empreendimentos ou pode interferir no aprendizado, nos relacionamentos, no sucesso e em muitas outras coisas importantes na vida. E ter sentimentos negativos sobre nós mesmos pode levar a ter sentimentos negativos sobre os outros. Isso resulta em não sentir que podemos ser nós mesmos e, portanto, em não sermos capazes de nos conhecer, condições que causam grande infelicidade e impedem nosso crescimento pessoal. Além disso, o que os alunos estudam na escola pode parecer sem sentido e entediante, sem aplicação para suas vidas.

potencialidades da criança, o que ela pode oferecer de melhor, de modo que, ao longo da experiência de aprendizagem, envolvendo integração social e cultural, possa alcançar a felicidade (Santos, 1982). Para esse autor, a educação é relacional, dialogando com a proposta de Seligman dos cinco pilares do Bem-estar, sendo um deles o das relações positivas, que veremos na Seção 2, Subseção 2.1, Quadro 1. Aplica-se, aqui, a mesma percepção com relação às universidades, pois é de interesse dessas também o desenvolvimento das potencialidades dos alunos e o que esses podem oferecer de melhor, seja através de projetos de ensino, pesquisa e/ou extensão. Verifica-se essa intenção no Estatuto da Unipampa de 2022, mais precisamente em seu Título II (Dos Fins), conforme segue:

TÍTULO II DOS FINS

Art. 9º A UNIPAMPA, comunidade de docentes, discentes e pessoal técnicoadministrativo em educação, tem por finalidade precípua a educação superior e a produção de conhecimento filosófico, científico, artístico e tecnológico, integradas no ensino, na pesquisa e na extensão. Art. 10 Para a consecução de seus fins, em ações multicampi, a UNIPAMPA realizará: I. ensino superior, visando à formação de excelência, acadêmica e profissional, inicial e continuada, nos diferentes campos do saber, estimulando a criação cultural e o desenvolvimento do espírito científico e do pensamento reflexivo; II. pesquisa e atividades criadoras, nas ciências, nas letras e nas artes; III. estudos da problemática social, econômica e ambiental da região, do país e do planeta; IV. extensão universitária, visando o desenvolvimento social, cultural, científico, tecnológico e econômico de sua área de abrangência, bem como do estado e do país, aberta à participação da comunidade externa e articulada com entidades públicas e privadas, de âmbito regional, nacional e mundial; V. educação para o desenvolvimento sustentável, estimulando saberes que promovam condições dignas de vida humana, social e ambiental, no contexto local, regional, nacional e mundial; VI. oferta permanente de oportunidades de informação e de acesso ao conhecimento, aos bens culturais e às tecnologias; VII. a valorização da solidariedade, da cooperação, da diversidade e da paz entre indivíduos, grupos sociais e nações. Art. 11 Com vistas a afirmar os princípios e realizar as finalidades definidas neste Estatuto, a UNIPAMPA deverá conceber, implementar e avaliar, de forma participativa e permanente, o seu Plano de Desenvolvimento Institucional (Unipampa, 2022, p. 2-3).

Com base nisso, interessa-me descobrir se os graduandos do curso de Licenciatura em Línguas Adicionais da Unipampa-Campus Bagé percebem o seu bem-estar e sua relação com seu florescimento, bem como compreender que conceitos esses discentes relacionam com os dois primeiros termos. Para Seligman (2012), o bem-estar e o florescimento têm a ver com desenvolver-se sobre cinco pilares do bem-estar: emoções positivas, engajamento, relações positivas, sentido e realização.

Este estudo tem, portanto, como objetivo geral compreender, por meio dos relatos estudantis, a experiência acadêmica no Curso de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas da UNIPAMPA. A partir disso, pretende-se propor uma reflexão sobre as implicações desse conhecimento sobre as práticas universitárias com vistas à promoção do bem-estar acadêmico e florescimento no ambiente universitário.

Entende-se, aqui, como experiência acadêmica a relação entre expectativa e vivência do indivíduo enquanto graduando com matrícula ativa no curso, considerando a concepção de Seligman (2009) de Instituição de Ensino como ambiente propício para a promoção do florescimento, aqui aplicado ao âmbito acadêmico e humano. Incorporam-se a esse entendimento e à relação “expectativa-vivência” elementos semelhantes aos apontados por Neves e Stephenton (2023, p. 29), resultantes de uma pesquisa realizada no Reino Unido com graduandos proveniente de diferentes países: “exames e apoio à avaliação, qualidade de ensino e aprendizagem, suporte à saúde mental, impacto de greves, preocupações com comunicação, desenvolvimento de carreira e desafios relacionados ao custo de vida”.

Além disso, concebe-se experiência a partir do entendimento de dois autores: Bondía (2002), que conceitua a experiência como um processo de saber e autoconhecimento, entendendo-a como vivências que influenciam os sujeitos por meio de um histórico complexo, afetando seu compartimento e subjetividade. Essa perspectiva incentiva a refletir criticamente por meio da práxis, experiência e sentidos e, de fato, as vivências são compreendidas, aqui, como fatores determinantes para a relação expectativa e vivência ao longo da graduação. Por outro lado, Scott (1999) aborda a experiência como uma categoria de análise, enfatizando a natureza compartilhada e linguística dos eventos vividos, onde significados e sentidos são articulados, tornando-se objetos de pensamento, o que foi justamente promovido ao longo do relato objetivo, escrito e falado neste estudo.

Com a finalidade de nos aproximarmos dessa compreensão desejada, tem-se como objetivos específicos: 1) Verificar, nos relatos analisados, como se dá a presença do conceito de bem-estar e florescimento (Seligman, 2012) nas experiências dos estudantes; 2) Estabelecer semelhanças e diferenças entre os relatos estudantis de acordo com o período acadêmico em que se encontram (no início, meio e fim da graduação) que apontem para questões de bem-estar

acadêmico e florescimento; 3) Apresentar implicações para a prática universitária a partir da análise dos dados realizados.

A metodologia empregada para a obtenção de dados pertinentes para esta pesquisa foi dividida em duas etapas: a realização de um questionário e de uma entrevista semiestruturada com alunos de diferentes períodos do curso de Licenciatura em Letras Línguas Adicionais da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA), no Campus Bagé. Em um segundo momento, iniciou-se a análise dos dados objetivos e subjetivos que dialogam com as nossas perguntas. A partir dessa análise desenvolveu-se uma discussão sobre as implicações para a prática universitária a partir da análise dos dados visando à promoção de bem-estar acadêmico e construção, por parte da instituição, dos professores, bem como dos alunos, de uma consciência para o seu florescimento.

Este trabalho está organizado nas seguintes seções: Introdução; Explicação acerca da revisão de escopo produzida sobre pesquisas empíricas que abordam o conceito de Bem-estar e/ou Florescimento, a fim de identificar as abordagens teóricas e os instrumentos de pesquisa adotados; Exposição da teoria do Bem-estar e do Florescimento na perspectiva de Seligman (2012); Detalhamento da metodologia; Resultados do *Survey* e da entrevista semiestruturada, seção essa que serviu, também, para a análise dos dados e reflexão sobre possíveis caminhos para se desenvolver a consciência do Bem-estar Acadêmico para o Florescimento; Exposição das implicações para a prática universitária; Discussão a respeito da trajetória da pesquisa, dos resultados e identificação de lacunas que ainda podem ser exploradas em pesquisas futuras.

No próximo capítulo, são apresentados os conceitos gerais e a revisão de escopo realizada com a finalidade de se identificar as concepções de bem-estar e florescimento e os instrumentos utilizados para a investigação desses elementos na experiência da graduação.

2 CONCEITOS GERAIS E REVISÃO DE ESCOPO

Nesta seção, aprofundamos nossas leituras e compreensão acerca das teorias do Bem-estar e do Florescimento (Seligman, 2012). Essas têm sido relacionadas a conceitos pertinentes que ajudam a pensar um trabalho docente e administrativo das instituições de ensino que visam a desenvolver o bem-estar acadêmico para o florescimento na graduação. Objetiva-se, também, com essa revisão, identificar os tipos de instrumentos utilizados em pesquisas empíricas que propunham analisar o conceito de bem-estar e/ou florescimento na vida dos discentes que se encontravam no contexto educacional da graduação. A partir dessa investigação, pretendeu-se responder à seguinte pergunta de pesquisa: **Como se constituem os relatos discentes sobre a vivência acadêmica de alunos do curso de graduação em Línguas Adicionais da Unipampa - Campus Bagé, considerando o bem-estar e o florescimento acadêmico?**

Dividimos esta seção em três subseções: 2.1) A Psicologia Positiva e a teoria do Bem-estar, de Seligman; 2.2) Conceito de Florescimento, conforme Seligman; 2.3) Conceitos de Bem-estar e Florescimento conforme revisão de escopo.

Após a exposição das teorias de base, intenção e pergunta de pesquisa, prosseguimos com o aprofundamento do referencial teórico, a começar pelo Bem-estar na perspectiva da Psicologia Positiva, de acordo com Martin Seligman.

2.1 A Psicologia Positiva e a teoria do Bem-estar, de Seligman

Até fins da década de noventa, a Psicologia tinha uma preocupação quase exclusiva pelo tratamento de condições negativas já presentes na vida do paciente (Seligman, 2012). Após participar de um “movimento científico e profissional” emergente chamado Psicologia Positiva (Seligman, 2012, p. 13), Martin Elias Peter Seligman se mobilizou para uma Psicologia que se preocupasse em compreender que fatores levam o sujeito a entender que sua vida vale a pena e que estratégias empregar para promover condições para esse alvo. Nas palavras do autor, “o intuito de compreender o bem-estar e produzir as condições capacitadoras de vida de modo algum se iguala ao de compreender o sofrimento e desfazer as condições debilitantes da vida” (2012, p. 13).

Enquanto professora, tenho percebido, tanto na minha própria atuação em sala de aula, como nos relatos de colegas professores, que uma abordagem que direciona a perspectiva do aluno para aspectos positivos do processo de aprendizagem tem apresentado resultados que convergem para a conclusão de Seligman:

A psicologia positiva torna as pessoas felizes. Lecionar a psicologia positiva, pesquisá-la, usá-la na prática como *coach* ou terapeuta, oferecer exercícios de **psicologia positiva a alunos em sala de aula**, criar filhos a partir da psicologia positiva, ensinar sargentos a instruir sobre o crescimento pós-traumático, reunir-se com outros psicólogos positivos e apenas ler sobre a psicologia positiva — tudo isso torna as pessoas mais felizes. As pessoas que trabalham com a psicologia positiva são as que desfrutam do mais alto bem-estar que conheço. (2012, p. 13, grifos nossos)

A Psicologia Positiva se relaciona com o Bem-estar, conceito que exploramos nesta seção e também com o Florescimento, pois ela entende que o florescimento humano é constituído por estes componentes: “felicidade, fluidez, sentido, amor, gratidão, realização, crescimento, melhores relacionamentos” (Seligman, 2012, p. 13). Ainda, segundo o autor, é válido e significativo aplicar esses princípios no propósito de se “vislumbrar a imagem de um futuro florescimento humano” (2012, p. 14). Como sabiamente Ribeiro (2019, n.p) traduz esse intento, em contraste com a psicologia tradicional, tem-se que:

A partir destes estudos recorrentes acerca das faculdades mentais, é possível minimizar sintomas, todavia, a finalidade da vida, e os aspectos da vivência designam que as pessoas querem mais do que minimizar sintomas, ou seja, as pessoas estão em uma jornada em busca da felicidade.

Partindo desse pressuposto, entende-se que essa linha da Psicologia pode ser aplicada em diversos âmbitos de interação humana, e não seria diferente na educação. Surge, então, a Educação Positiva, que consiste na aplicação de estratégias baseadas nos preceitos da Psicologia Positiva, visando o desenvolvimento do bem-estar do aluno a partir do modelo PERMA (Emoção Positiva, Engajamento, Relacionamento, Sentido e Realização), que abrange elementos do bem-estar estudados por Seligman (Krüger, 2020).

Sendo o bem-estar uma preocupação desse viés da Psicologia, importa discorrer especificamente sobre esse conceito para que possamos compreender

que bem-estar é esse que promove o florescimento. Ademais, o que é florescimento? Esse último será objeto de esclarecimento da próxima subseção. Até lá, é necessário discorrer sobre o tema do bem-estar.

A teoria do Bem-estar, de Seligman (2012, p. 23), explica que esse conceito se trata de um construto, “que por sua vez tem diversos elementos mensuráveis, cada um deles uma coisa real e cada um deles contribuindo para formar o bem-estar, mas nenhum deles o definindo”. Para o pesquisador (2012, p. 24), cinco são os pilares do bem-estar: "emoção positiva, engajamento, sentido, relacionamentos positivos e realização", e cada um deles tem como característica o fato de serem independentes entre si, justificam a si mesmos e não constituem motivo para alcançar algum dos outros quatro elementos e, por fim, contribuem para o bem-estar. De forma resumida, o autor (Seligman, 2012) entende que:

Quadro 1 - Resumo da conceituação dos cinco pilares do Bem-Estar

(continua)

Emoção positiva	Trata-se da “felicidade e a satisfação com a vida” (p. 24). É mensurado subjetivamente, e não por meio de evidências objetivas. (...) “Como o elemento hedônico ou aprazível, a emoção positiva abrange todas as variáveis subjetivas do bem-estar: prazer, êxtase, conforto, afeição e outras afins” (p. 24).
Engajamento	Semelhantemente à Emoção positiva, é um fator mensurado subjetivamente. Por outro lado, o engajamento está ligado à “um estado de envolvimento” percebido em retrospectiva, diferente do “estado subjetivo para o prazer”, que é percebido no momento presente (p. 24). Em outras palavras, só é possível perceber o engajamento após a atividade realizada, uma vez que ele é caracterizado por uma condição em que o pensar e o sentir sobre a referida tarefa não estão presentes no consciente do indivíduo no momento da execução dessa atividade.
Sentido	Corresponde ao “pertencer e servir a algo que se acredita ser maior do que o eu”; subjetivo, quando não é uma percepção definitiva; lógica e objetiva, quando apresenta fundamentação lógica (p. 21).

Quadro 1 - Resumo da conceituação dos cinco pilares do Bem-Estar

(continuação)

Realização	De modo resumido, seria “a vitória pela vitória”. Assim como os demais elementos do bem-estar, a “realização (ou conquista) é buscada por ela própria, mesmo quando não produz emoção positiva, sentido ou relacionamentos positivos”. Pode ser momentânea ou prolongada, no que o autor chama de “vida realizadora” (p. 25).
Relacionamentos positivos	Estado do bem-estar promovido por uma ação que impacta positivamente a vida de outra(s) pessoa(s).

Fonte: Elaborado pela autora, adaptado de Seligman (2012)

Desses cinco pilares, somente “Emoções positivas” e “Engajamento” são mensurados subjetivamente, o que significa que a avaliação ou mensuração de um fenômeno se dá com base nas experiências, percepções e opiniões individuais de uma pessoa, em oposição a critérios objetivos ou universais. Por outro lado, “Sentido”, “Realização” e “Relacionamentos positivos” não dependem exclusivamente de sensações individuais para evidenciar a sua presença (ou não) na experiência. O desenvolvimento desse construto na vida dos alunos é o meio pelo qual a Educação Positiva, na perspectiva aqui adotada para o referencial teórico (SELIGMAN, 2012), deseja levar alunos ao florescimento, o qual constitui o tópico da subseção a seguir, onde abordaremos seus preditores.

2.2 Conceito de Florescimento, conforme Seligman

Segundo o exposto na subseção anterior, o Florescimento é, para Seligman (2012) o interesse da Psicologia Positiva e o resultado do desenvolvimento dos cinco pilares do bem-estar na vida de um indivíduo. Em seu livro, “Florescer: Uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar”, Seligman dedica uma subseção para de fato discorrer acerca desse conceito.

O psicólogo (2012) define Florescimento com base em estudos de Felicia Huppert e Timothy So (2009), da Universidade de Cambridge, os quais afirmam que o florescimento é alcançado quando uma pessoa tiver desenvolvido todas as cinco características essenciais (a saber: emoções positivas, engajamento, interesse,

sentido e propósito) e três das características adicionais, baseados em Kashdan, Biswas-Diener e King (2009) (quais sejam: autoestima, otimismo, resiliência, vitalidade, autodeterminação e relacionamentos positivos). Essa pesquisa buscou investigar, em países da Europa, o índice de florescimento da população, com base nessas características e concluíram que a Dinamarca apresentava a maior porcentagem dessas. Por essa razão, afirmou-se, nesse contexto, que a população da Dinamarca era a que mais florescia.

Seligman (2012, p. 32), após mencionar esse estudo, evidencia uma intenção da sua área:

Conforme melhora a nossa capacidade de avaliar a emoção positiva, o engajamento, o sentido, a realização e os relacionamentos positivos, podemos questionar com rigor quantas pessoas em um país, cidade ou corporação estão florescendo. Podemos questionar com rigor quando um indivíduo está florescendo ao longo de sua vida. Podemos questionar com rigor se uma campanha de caridade está aumentando o florescimento de seus beneficiários. **Podemos questionar com rigor se nossos sistemas escolares estão ajudando nossos filhos a florescer.** (grifos nossos)

Nesse trecho, verifica-se que as instituições de ensino são campos de florescimento, pois elas participam diretamente do processo educativo e formativo da pessoa, desde a sua infância até à sua formação profissional. Além disso, como o próprio excerto sugere, é um processo que se estende ao longo da vida, no qual convém questionar o que realmente faz alguém feliz, segundo Seligman (2012).

Tendo esse desafio em mente, a próxima subseção será dedicada a conhecer as pesquisas que têm trazido essa questão em seu cerne, após um levantamento de artigos da base de dados *Dimensions*.

2.3 Conceitos de Bem-estar e Florescimento, conforme revisão de escopo

Um dos maiores impactos da pandemia do Covid-19, ou Coronavírus, se deu sobre o pilar emocional da vida. Essa realidade se refletiu em todos os contextos de interação, seja ela familiar, laboral e, não seria diferente, a acadêmica, especialmente devido à brusca adaptação ao ensino remoto durante o período de isolamento social, que envolveu atividades realizadas em ambientes digitais, os quais demandou um domínio nunca antes visto de ferramentas ligadas à tecnologia da informação.

Tal impacto foi observado também por meio de pesquisas que aplicam conceitos de Bem-estar e de Florescimento. No Quadro 2, verifica-se que os conceitos de Bem-estar e Florescimento se relacionam com distintas circunstâncias, sejam elas relacionadas a) ao impacto de uma forma de arte sobre os cinco pilares do Bem-estar, que, na perspectiva de Seligman, aponta para o florescimento; b) ao ensino da autoliderança para o bem-estar e florescimento; c) aos valores mais importantes de um indivíduo; ou ainda d) ao período de transição para o ensino superior, que justifica a inserção de alunos em outros espaços - bem-estar e florescimento seriam promovidos por espaços físicos e relacionais apropriados.

No Quadro 2, disponibilizamos um resumo das abordagens teóricas acerca do Bem-estar e Florescimento empregadas em pesquisas empíricas com alunos de graduação.

Quadro 2 - Conceitos de Bem-estar e Florescimento no contexto acadêmico

(continua)

Bem-estar e Florescimento	Art-16 (Popa <i>et al.</i> , 2021)	O bem-estar é um construto que, quando desenvolvido, promove satisfação, participação ativa do indivíduo, aprendizagem e criatividade (Seligman <i>et al.</i> , 2009; Kern <i>et al.</i> , 2015); bem como opera para a prevenção da depressão. Esses atributos cooperam com o florescimento. Nesta pesquisa, o Bem-estar é concebido por meio dos cinco pilares - PERMA - propostos por Seligman (2012). Esse construto auxilia, de acordo com os autores, na aprendizagem “dos significados de ser diferente e crescer em resiliência emocional, flexibilidade e receptividade a outras culturas por meio de filmes” (Popa, 2021, p. 1).
	Art-18 (Gan <i>et al.</i> , 2022)	Auxiliar no ensino de autoliderança é interesse da teoria e da prática da Psicologia Positiva, cujo foco é o bem-estar e o florescimento. (Seligman, 2011; Wong; Roy, 2018; Lomas <i>et al.</i> , 2020).

Quadro 2 - Conceitos de Bem-estar e Florescimento no contexto acadêmico

(continuação)

Bem-estar e Florescimento	Art-19 (Worsley; Harrison; Corcoran, 2021)	A transição para o ensino superior requer uma significativa adaptação a novos ambientes e situações sociais. (Richardson <i>et al.</i> , 2012). Portanto, espaços físicos se tornam também espaços relacionais, que influenciam no bem-estar relacional. Bem-estar é definido como sentir-se bem e funcionar de maneira integralmente bem (Atkinson, 2019). A presença do entre-espaço, do senso de pertencimento e de comunidade, bem como de suporte pastoral são fundamentais para o florescimento dos alunos, conforme o estudo conclui.
	Art-25 (Gooday <i>et al.</i> , 2019)	Os pesquisadores analisam a influência dos fatores de risco e resiliência sobre “o sucesso acadêmico de alunos do primeiro ano” da graduação (p. 1). Nesse estudo, menciona-se o desafio quanto a identificar a necessidade dos alunos, que podem variar entre desenvolvimento de resiliência e promoção de saúde mental. Justifica-se o interesse desse estudo uma vez que o período entre os 16 e 24 anos, de acordo com a autora, representa ser o de maior risco para psicopatologias.
	Art-27 (Allen <i>et al.</i> , 2022)	Os conceitos de Bem-estar e Florescimento são abordados na seção de discussão, uma vez que foram aspectos afetados de maneira direta e negativa durante a pandemia da COVID-19. Bem-estar, para McNaught (2011), tem a ver com uma experiência individual baseada no que se considera mais importante. O florescimento é interrompido em razão das formaturas canceladas (senso de realização), incerteza sobre o futuro profissional (sentido) e relações saudáveis e satisfatórias impactadas (relações positivas).

Quadro 2 - Conceitos de Bem-estar e Florescimento no contexto acadêmico

(continuação)

Bem-estar e Florescimento	Art-63 (Morgan; Simmons, 2021)	<p>O bem-estar e florescimento estão associados ao conceito de PERMA(H) (Norrish <i>et al.</i>, 2013; Lai <i>et al.</i>, 2018), que é a inserção do fator saúde mental e físico aos demais cinco pilares propostos por Seligman (2011): Emoções Positivas, Engajamento, Relações Positivas, Sentido e Conquista. Está relacionado, também, à saúde e bem-estar do aluno, professor e família (Vella-Brodrick <i>et al.</i>, 2014; Williams <i>et al.</i>, 2015; Dubroja; O'connor; Mckenzie, 2016). Elencam-se, com base em Hoare, Bott e Robinson (2017), as seguintes ações desencadeadoras de bem-estar e florescimento: compartilhamento de oportunidades, conceitos e estrutura do bem-estar; estímulo do bem-estar ao longo de atividades acadêmicas e do uso de pontos fortes e habilidades do aluno; ensino explícito das habilidades de bem-estar em sala de aula; inserção da educação positiva em toda a comunidade escolar, incluindo as práticas e políticas escolares. Os tópicos abordados na intervenção descrita em Morgan e Simmons (2021) consistiam em: Perspectivas hedônicas e eudaimônicas; Emoções positivas; Gratidão e reformulação positiva; Consciência plena e autocompaixão; Saúde física; Aliviando o estresse; Resiliência; Esperança e otimismo.</p>
---------------------------	--------------------------------	---

Quadro 2 - Conceitos de Bem-estar e Florescimento no contexto acadêmico

(continuação)

	Art-89 (Devis-Rozental; Farquharson, 2020)	As autoras abordam as teorias a seguir: inteligência emocional (Goleman, 1996), inteligência social (Goleman, 2007), sabedoria prática (Schwartz; Sharpe, 2010), psicologia positiva (Seligman, 2011) e conceitos humanísticos (Rogers, 1961). Além disso, um trabalho de reflexão que permita o desenvolvimento de pensamentos e a possibilidade de as emoções serem sentidas; espaço para a compreensão de si. Associação entre emoção e cognição. Suporte a alunos em meio a situações desafiadoras de modo a encorajá-los a construírem novas perspectivas. Fatores que promovem, de acordo com as pesquisadoras, o bem-estar e florescimento: ambiente humanizado e o professor enquanto modelo de inteligência socioemocional.
	Art-101 (Lambert <i>et al.</i> , 2019)	A concepção de bem-estar “refere-se tanto a hedonismo (a satisfação com a vida e o sentir-se bem) e eudaimonismo ou florescimento (sentido na vida, crescimento pessoal, transcendência além de si, relacionamentos positivos)” (p. 2). Em outras palavras, a pesquisa se apoia no “bem-estar eudaimônico (também referido por florescimento, abrangendo competência, engajamento, sentido/propósito, otimismo, autoaceitação e ter relacionamentos gratificantes), e bem-estar hedônico (a frequência de emoções positivas)”, conforme Kashdan, Biswas-Diener e King (2008).

Fonte: Elaborado pela autora (2022) com base nas pesquisas identificadas na revisão de escopo também desenvolvida pela autora.

Na próxima subseção, aprofundaremos alguns dos conceitos constantes do Quadro 2, os quais foram selecionados para compor o questionário e a entrevista, conforme subseções 3.3.1 e 3.3.2.

2.3.1 Descrição dos conceitos selecionados para compor a coleta de dados

Dedicamos esta subseção a detalhar os conceitos que selecionamos para constituir os instrumentos de coleta de dados, os quais são elucidados nas subseções 3.3.1 e 3.3.2, a partir dos estudos mencionados anteriormente nesta seção. Iniciamos pelos fatores variáveis (resultantes da revisão de escopo) e, posteriormente, apresentamos os conceitos invariáveis (resultantes da Psicologia Positiva). Faz-se necessário ressaltar que os conceitos no Quadro 3 tiveram como base a revisão de escopo, porém os mesmos sofreram uma adaptação lexical, a fim de torná-los mais compreensíveis aos graduandos nas mais diferentes etapas de formação. A partir dessas noções, os participantes do questionário e da entrevista foram convidados a trazer suas percepções e narrativas concernentes à sua experiência enquanto alunos do curso, levando em conta os aspectos abordados ao longo do levantamento e da entrevista.

Além disso, com o intento de tornar mais didática a explanação desses conceitos adaptados, propomos o Quadro 3, com os termos e seus respectivos termos de base, abstraídos da revisão de escopo mencionada no Quadro 2 (p. 28).

Quadro 3 - Conceitos de Bem-estar e Florescimento, conforme revisão de escopo e seus respectivos sinônimos

(continua)

Pertencimento/amizades	Art-19 (Worsley; Harrison; Corcoran, 2021): Estruturas físicas e relacionais
Diferenças culturais	Art-16 (Popa <i>et al.</i> , 2021): Competência intercultural
Autorreflexão e avaliação	Art-18 (Gan <i>et al.</i> , 2022): Competências para a vida - autorreflexão e avaliação
Liderança	Art-18 (Gan <i>et al.</i> , 2022): Competências para a vida - liderança

Quadro 3 - Conceitos de Bem-estar e Florescimento, conforme revisão de escopo e seus respectivos sinônimos

(continuação)

Felicidade/Infelicidade	Art-18 (Gan <i>et al.</i> , 2022): Competências para a vida - Felicidade/Infelicidade
Ambiente de convivência	Art-19 (Worsley; Harrison; Corcoran, 2021): Estruturas físicas e sociais
Relação interpessoal	Art-19 (Worsley; Harrison; Corcoran, 2021): Estruturas físicas e sociais
Sucesso/Insucesso acadêmico	Art-25 (Goodday <i>et al.</i> , 2019): Fatores de risco e resiliência - Indicadores de sucesso acadêmico
Estado emocional/físico	Art-27 (Allen <i>et al.</i> , 2022): Bem-estar subjetivo (aqui acrescido do aspecto físico, uma vez que o artigo trata desse assunto em relação à pandemia da Covid-19)
Papel e prática do(a) professor(a)	Art-89 (Devis-Rozental; Farquharson, 2020): Inteligência socioemocional - Relações aluno-professor
Organização institucional	Art-89 (Devis-Rozental; Farquharson, 2020): Inteligência socioemocional - Fatores de risco e resiliência

Fonte: Autora (2023)

Após essa correlação construída por meio do Quadro 3, faz-se necessário descrever mais detalhadamente cada um dos conceitos propostos pelos artigos, os quais se encontram adaptados na coluna da esquerda. Seguimos a mesma ordem conforme a sua disposição na coluna da direita.

O ambiente de acomodação universitária (A-19), de acordo com Worsley, Harrison e Corcoran (2021) pode contribuir para os sentimentos de impotência ou solidão dos estudantes, mas conexões sociais fortes com outros estudantes podem se tornar resistentes a esses sintomas e melhorar o bem-estar. Os ambientes de acomodação precisam se tornar lugares de pertencimento e incorporar espaços relacionais projetados com interações diversas em mente. No entanto, um alto percentual de jovens valoriza compartilhar um espaço de convivência com pessoas que eles gostam mais do que a especificação da acomodação.

No referido artigo (A-19), o autor considera quatro categorias de acomodações (duas de dormitórios e outras duas de corredores) para a análise dentro do âmbito universitário: Em termos de dormitórios, existem o que Baum e Valins (1977) chamam de alojamentos de corredor, por exemplo, em que são compartilhados espaços como banheiros e salas de convivência por cerca de 34 estudantes, enquanto que nos alojamentos de suíte, aproximadamente de quatro a seis estudantes dividem instalações comuns.

De acordo com esse trabalho, os estudantes que residiam em alojamentos de corredor relataram enfrentar sentimentos de impotência devido a vários fatores, como a necessidade de compartilhar espaços comuns com um grande número de colegas, a falta de controle sobre as interações sociais no próprio andar e a dificuldade em evitar interações indesejadas. Descobertas semelhantes foram apresentadas por Valins e Baum (1973), os quais observaram que a arquitetura interna dos alojamentos de corredor obrigava os residentes a interagir com um número excessivo de pessoas, resultando em sentimentos de estresse devido ao ambiente socialmente sobrecarregado. Esses estudos indicam que alojamentos de corredor podem estar associados a resultados menos satisfatórios. No entanto, é importante ressaltar que essas conclusões são baseadas em pesquisas antigas e não consideram o papel das residências estudantis em um contexto contemporâneo do ensino superior.

As outras duas categorias são mencionadas por Brown *et al.* (2019). Consoante esse autor, foi observado que os estudantes que vivem em residências que possuem corredores sociais, onde há espaços comuns para interação e uma certa limitação da privacidade, apresentaram resultados acadêmicos mais positivos em comparação àqueles que residem em residências isoladas baseadas em apartamentos, onde há uma maior ênfase na privacidade individual com portas trancadas sucessivamente e espaços comuns mínimos.

Referente à competência intercultural (A-16), para Popa *et al.* (2021), esta é amplamente debatida e possui uma base teórica sólida, com mais de 300 construtos teóricos relacionados a esse tema (Spitzberg; Changnon, 2009). Bennett (2008) propôs uma definição que destaca as habilidades cognitivas, afetivas e comportamentais necessárias para interações efetivas considerando a diversidade.

A competência intercultural está fundamentada no Modelo de Desenvolvimento da Sensibilidade Intercultural (Bennett, 1986), que enfatiza a

adoção de uma perspectiva global e o estabelecimento de relações harmoniosas com pessoas de diferentes culturas (Armstrong, 2020). Essa competência está associada a habilidades como empatia (Meleady *et al.*, 2020), minimização de preconceitos e etnocentrismo (Gregersen-Hermans, 2017), tolerância à ambiguidade (Romijn; Slot; Leseman *et al.*, 2021), gerenciamento de emoções, principalmente o estresse (Schwarzenthal *et al.*, 2020) e habilidades de comunicação em ambientes interculturais (Stier, 2006).

Ademais, a inteligência cultural é destacada como um aspecto relevante da competência intercultural (Li, 2020), envolvendo a capacidade de adaptação a contextos culturais diversos. No entanto, é importante ressaltar que a delimitação conceitual da competência intercultural ainda é pouco explorada, havendo sobreposição com outros termos relacionados, tais como "sensibilidade intercultural, efetividade intercultural, habilidades interculturais, adaptação intercultural, competência global, competência multicultural, relações interculturais, proficiência cultural, agilidade intercultural e até mesmo o equívoco da inteligência cultural" (Bennett, 2015, p. 483).

Em relação à autorreflexão e avaliação (A-18), Gan *et al.* (2022) realizaram um estudo no qual foi investigada a eficácia de um curso obrigatório oferecido por uma universidade britânica em um país em desenvolvimento no sudeste asiático. O curso teve como objetivo principal promover o crescimento pessoal dos estudantes do primeiro ano de graduação, abordando aspectos como a autoconsciência, emoções positivas e eficácia pessoal. Os resultados mostraram que, ao final do curso, houve uma melhora de 2,5% nas pontuações de habilidades para a vida percebidas pelos alunos, incluindo a autoconsciência. Embora o impacto imediato no bem-estar subjetivo e na satisfação de vida tenha sido considerado modesto, os dados qualitativos indicaram que os estudantes esperavam benefícios a longo prazo para a felicidade e a satisfação de vida. Esses achados sugerem que abordagens educacionais inovadoras, como o desenvolvimento da autoconsciência, são bem recebidas pelos estudantes asiáticos e podem ter um impacto positivo em suas habilidades, comportamentos, atitudes e valores.

Nesse estudo, a autoconsciência foi identificada como um dos resultados desejados pretendidos pelo curso institucional obrigatório. Através do curso, os alunos foram expostos a atividades e abordagens destinadas a desenvolver sua autoconsciência, juntamente com outras habilidades para a vida. Embora o artigo

não forneça uma definição precisa de autoconsciência, é possível inferir que se refere à capacidade dos estudantes de estarem conscientes de si mesmos, de suas emoções e de seu impacto nos outros. Essa ênfase na autoconsciência reflete o reconhecimento de sua importância no aprimoramento do bem-estar e no desenvolvimento pessoal dos alunos.

Como base para essa compreensão, o referido artigo (A-18) se apoia na ideia de que a autorreflexão seria caracterizada como o processo de introspecção e contemplação por meio do qual os indivíduos analisam seus pensamentos, emoções e comportamentos. Envolve o desenvolvimento da autoconsciência, compreensão das próprias forças e fraquezas, e reflexão sobre experiências pessoais e valores. A autorreflexão é um aspecto crucial do florescimento e do bem-estar, que englobam felicidade, satisfação, adaptabilidade, crescimento pessoal e social, bem como resiliência diante da adversidade.

Autores relevantes nesse contexto incluem Fredrickson e Losada (2005), que destacam a importância tanto do afeto positivo quanto do afeto negativo no florescimento humano. O afeto positivo, conforme descrito por Fredrickson e Losada (2005), engloba emoções como gratidão, alegria, amor, esperança e interesse. King (2004) e Seligman *et al.* (2005) também enfatizam o papel do afeto positivo no florescimento. Além disso, a literatura estabelece uma conexão entre o florescimento e o comportamento ético ou moral, evidenciada pela sobreposição entre as qualidades associadas ao florescimento e aquelas encontradas em estudos sobre comportamento pró-social, exemplos morais (como positividade, esperança, otimismo, fé, aceitação do conflito, humildade, dedicação a um propósito duradouro, perdão, amor, abertura à influência social, honestidade, justiça, caridade, harmonia, e a união entre reflexão e ação em relação aos compromissos morais). Tais qualidades são identificadas em uma ou mais das fontes de florescimento mencionadas.

No que diz respeito à Liderança, conceito esse que estamos relacionando ao de autoliderança (Art-18), uma pesquisa realizada pelo McKinsey Global Institute Dondi *et al.* (2021), identifica a autoliderança e as habilidades interpessoais como duas das quatro categorias de habilidades essenciais para garantir o futuro dos formandos no mercado de trabalho.

A definição de autoliderança fornecida por Dondi *et al.* (2021) inclui elementos de bem-estar, como otimismo, perseverança e habilidade para lidar com

incertezas, bem como habilidades de vida, como compreender seus pontos fortes, promover mudanças e orientação para a conquista. No contexto do estudo, a autoliderança está relacionada à capacidade do indivíduo de assumir o controle de seu próprio desenvolvimento, ser adaptável às mudanças e possuir as habilidades e mentalidade necessárias para ter sucesso em um mundo em rápida transformação e incerto.

O texto também ressalta que as instituições de ensino superior, apesar de serem encarregadas de preparar os formandos para o mercado de trabalho, não estão conseguindo desenvolver de forma eficaz a proficiência em habilidades de autoliderança entre os estudantes. Isso sugere que há uma lacuna na abordagem educacional atual quando se trata de cultivar essas habilidades importantes que estão intimamente relacionadas ao emprego, renda e satisfação no trabalho.

Em geral, o texto enfatiza a importância da autoliderança como uma habilidade que pode ajudar os formandos a prosperar no mercado de trabalho e destaca a necessidade de as universidades concentrarem-se no desenvolvimento e promoção de habilidades de autoliderança entre seus estudantes.

Com relação ao impacto da felicidade ou infelicidade no bem-estar e florescimento dos graduandos, o Art-18 menciona a medição da felicidade por meio da "Escala de Felicidade Subjetiva" (SHS) (Lyubomirsky; Lepper, 1999) e a satisfação com a vida por meio da "Escala de Satisfação com a Vida" (SWLS) (Diener *et al.*, 1985). A SHS é uma escala unidimensional que considera a felicidade a partir da perspectiva do respondente, levando em conta as diferenças culturais entre sociedades ocidentais e orientais. Ela inclui quatro afirmações relacionadas à felicidade (conforme categorias: vida no geral, comparado aos semelhantes, aproveitar a vida independente das circunstâncias e não estar deprimidos), e pontuações mais altas indicam maior felicidade. Por outro lado, a SWLS mede a satisfação com a vida, que é definida como a avaliação cognitiva da vida como um todo. Essa ferramenta solicita aos participantes que classifiquem sua satisfação com a vida de forma geral e inclui cinco afirmações, avaliadas de 1 (totalmente em desacordo) a 7 (totalmente de acordo): a) proximidade com os ideais da pessoa; b) qualidade das condições de vida; c) satisfação com a vida; d) realização de objetivos importantes; e e) ausência de arrependimentos (Kobau *et. al*, 2010, tradução nossa), com pontuações mais altas refletindo níveis mais elevados de satisfação com a vida. O texto também ressalta que a cultura desempenha um papel

significativo no bem-estar e na aprendizagem, e um estudo mencionado no texto indica que as tradições culturais podem influenciar a motivação para aprender e a satisfação tanto em fatores externos quanto intrínsecos.

Em resumo, o texto aborda os conceitos de felicidade e satisfação com a vida por meio das escalas de medição mencionadas (SHS e SWLS) e destaca a importância de considerar os fatores culturais ao estudar o bem-estar e os resultados da aprendizagem.

Acerca do ambiente de convivência e da relação interpessoal, o Art-19 (Worsley; Harrison; Corcoran, 2021) faz referência às estruturas físicas e sociais das acomodações estudantis universitárias, especialmente os alojamentos estudantis, e sua influência na saúde mental e bem-estar dos estudantes. A pesquisa enfatiza que o design físico e *layout* das acomodações compartilhadas podem ter efeitos significativos nos relacionamentos interpessoais dos estudantes, na saúde mental e na adaptação à vida universitária.

O trabalho de Festinger *et al.* (1950) investigou a influência do ambiente construído no bem-estar, especialmente como os moradores que viviam em blocos de apartamentos em uma universidade tinham mais probabilidade de formar amizades entre si se morassem mais próximos fisicamente e funcionalmente. O ambiente construído afeta os movimentos diários das pessoas, facilitando encontros casuais entre os moradores, levando a relacionamentos interpessoais positivos e amigáveis.

Outros estudos, como os conduzidos por Baum e Davis (1980) e Baum e Valins (1977), exploraram o design interno das acomodações compartilhadas e seus efeitos nos relacionamentos interpessoais. Por exemplo, a inserção de uma parede no meio de corredores longos para dividi-los em corredores menores facilitou a formação de grupos de amizade. Os dormitórios de design de corredor, onde os estudantes compartilham áreas comuns com um grande número de pessoas, foram associados a sentimentos de impotência e estresse.

Em um estudo longitudinal, Easterbrook e Vignoles (2014) concentraram-se em características físicas do design que incentivavam o uso de áreas comuns em acomodações compartilhadas. A disponibilidade de áreas comuns compartilhadas e a ausência de banheiros privativos aumentaram a frequência de encontros casuais entre os estudantes, levando a laços interpessoais mais fortes e sentimentos aprimorados de bem-estar.

Além disso, Brown, Volk e Spratto (2019) compararam os resultados de estudantes que residiam em alojamentos com corredores sociais (caracterizados por espaços comuns para interação) e alojamentos baseados em apartamentos isolados (caracterizados por portas com travas sucessivas e espaço comum mínimo). Estudantes em alojamentos com corredores sociais relataram melhores resultados acadêmicos do que aqueles em alojamentos baseados em apartamentos isolados.

Em resumo, o conceito de ambiente de convívio no texto refere-se ao *design* físico, *layout* e disponibilidade de espaços comuns dentro de acomodações estudantis universitárias, como os alojamentos estudantis. Explora como esses fatores podem influenciar a saúde mental dos estudantes, bem-estar, relacionamentos interpessoais e resultados acadêmicos durante sua transição para a vida universitária. Os estudos mencionados fornecem discussões relevantes sobre a importância do ambiente de convívio na formação das experiências dos estudantes e na adaptação geral à vida universitária.

Referente aos conceitos de sucesso e insucesso acadêmicos, busca-se embasamento no Art-25 (Goodday *et al.*, 2019), no qual verificam-se os fatores que levam ingressantes da graduação ao bem-estar e sucesso acadêmicos. Entre esses fatores, encontram-se fatores pessoais (por exemplo, características sociodemográficas, autoestima) (Rosenberg, 1965), fatores familiares (por exemplo, histórico de doenças mentais na família, educação dos pais) (Perris *et al.*, 1980), fatores ambientais (por exemplo, relacionamentos com colegas, estresse percebido) (Hurst; Baranik; Daniel, 2013; Haslam *et al.*, 2009; Hjemdal *et al.*, 2006), saúde psicológica e emocional (por exemplo, ansiedade (Spitzer *et al.*, 2006), sintomas depressivos (Kroenke; Spitzer; Williams, 2001), motivação para aprender (Posner *et al.*, 2011) e hábitos e comportamentos de estilo de vida (por exemplo, consumo de álcool, exercícios e sono (Espie *et al.*, 2014).

A partir do Art-27 (Allen *et al.*, 2022), foi possível abstrair, no que tange ao estado mental de estudantes universitários, que esse foi, durante a pandemia do Covid-19, profundamente afetado, conforme Aristovnik *et al.* (2020), levando ao medo, ansiedade, estresse, solidão (Burns *et al.*, 2020), uso de substâncias, consumo excessivo de álcool, ganho de peso, depressão e até ideação suicida, segundo Fancourt *et al.* (2020). Interessante ressaltar que, consoante Voltmer *et al.* (2021), a saúde mental também apresentou comprometimentos resultantes do

estado mental anterior à pandemia. Outros pesquisadores, como Browning *et al.* (2022) e Villani *et al.* (2021), destacaram casos de declínio na saúde mental entre graduandos no período pandêmico.

Os desafios enfrentados pelos estudantes se estenderam além do âmbito psicológico, pois eles experimentaram interrupções em suas vidas cotidianas, educação e bem-estar físico. O acesso limitado a necessidades básicas como comida e medicamentos (Wright *et al.*, 2020), bem como a transição para o ensino *online* e o acesso restrito ao campus, afetaram seu estado psicológico, conforme Cao *et al.* (2020) e físico. Apesar de o Art-27 não se voltar a esse aspecto (estado físico), compreender e abordar ambos os pilares da vida dos estudantes universitários durante e após a pandemia é crucial, pois as repercussões provavelmente serão amplas e duradouras no ensino superior (Gewalt *et al.*, 2022).

O impacto do papel do docente no bem-estar dos estudantes é um foco central no Art-89 (Devis-Rozental; Farquharson, 2020). As experiências de estudantes universitários no desenvolvimento da inteligência sócio-emocional (ISE) foram exploradas, revelando que novas experiências, instigadas pelos docentes, contribuíram para aumentar a confiança entre os estudantes. Essa influência positiva coincide com a observação de um docente que notou que os estudantes prosperaram com novos conhecimentos até o final do programa. Notavelmente, embora a confiança seja um aspecto fundamental da inteligência socioemocional, o estudo reconhece que outras dimensões também desempenham um papel em programas de educação superior. Autores como Devis-Rozental (2017, 2018) e Macaskill (2013) enfatizam a importância da inteligência socioemocional dos estudantes ao lidar com transições e ter sucesso em seus estudos, especialmente durante o período crítico de transição para a universidade.

Clarke (2016), por sua vez, destaca a relevância das "habilidades interpessoais" para a empregabilidade, alinhando-se à ideia de que a inteligência socioemocional contribui para atributos como comunicação eficaz e trabalho em equipe. Além disso, as dinâmicas em evolução entre estudantes e educadores, resultantes do aumento das mensalidades e mudanças governamentais em termos de políticas educacionais, conforme discutido por Bunce, Baird e Jones (2016), iluminam a mudança na relação de poder e destacam a relevância de investigar o impacto do docente no bem-estar dos estudantes. Essas considerações, em conjunto, destacam o papel fundamental dos docentes na moldagem da inteligência

socioemocional dos estudantes, com implicações potenciais para o bem-estar geral e o sucesso deles.

Além da influência do papel do professor, o artigo Art-89 argumenta que a organização institucional pode, da mesma forma, ter um impacto significativo no bem-estar dos estudantes, especialmente em termos de comunicação, organização e suporte. Os autores sugerem que uma abordagem onde a cultura da organização coloca o bem-estar dos estudantes no centro pode ter um impacto positivo na inteligência socioemocional (ISE) dos estudantes, podendo ter implicações para a qualidade do ensino e aprendizagem, realização e sucesso.

Em termos de impactos específicos, os autores sugerem que os alunos que se sentem valorizados, apoiados e encorajados são mais propensos a ter um bom desempenho acadêmico e desenvolver uma forte inteligência socioemocional. Por outro lado, experiências negativas, como falta de organização e comunicação, podem afetar a confiança, autoestima e resiliência dos alunos e até mesmo levar a uma alta taxa de abandono.

Os autores também citam Smith e Ulus (2019), que identificaram o desenvolvimento e aprimoramento da inteligência socioemocional do próprio professor como uma área importante para melhoria no ensino superior. Isso sugere que as universidades devem se concentrar em apoiar o bem-estar de seus funcionários, bem como de seus alunos, a fim de criar um ambiente de aprendizado positivo e de apoio para todos.

Nota-se que Bem-estar e Florescimento apresentam, em cada pesquisa, distintos focos (vale lembrar: autoliderança, espaço relacional, saúde mental e resiliência, experiências individuais, hedonismo e eudaimonismo e inteligência social e emocional). Por outro lado, assemelham-se pelo fato de cada uma explorar ao menos um dos pilares do Bem-estar (Seligman, 2012): Emoções positivas, Engajamento, Relações positivas, Sentido e Conquista (PERMA). As definições apresentadas aqui para cada um dos conceitos elencados na revisão de escopo, além dos pilares PERMA, foram empregados para avaliar as respostas subjetivas dos alunos, tanto no formulário do *Survey online* como na entrevista.

A Psicologia Positiva, apesar de não ignorar as enfermidades, detém esse olhar voltado para a promoção de uma vida melhor, tanto no que diz respeito às relações, às emoções, quanto à trajetória do indivíduo. Portanto, o estudo da teoria do Bem-estar auxilia na estruturação do conhecimento teórico de uma área que lida

diretamente com a subjetividade humana, caracterizada pela não-linearidade, pela não-padronização (as pesquisas constantes do Quadro 3 podem servir de exemplo), pelo inconstante e, por vezes, pelo incompreensível.

Compreende-se, neste trabalho, que o bem-estar, na perspectiva aqui adotada, não pretende simplesmente caracterizar o estado emocional do sujeito, identificar problemas, senão traçar caminhos, inclusive preventivos, que lhe possibilitam chegar ao Florescimento, o objetivo da Psicologia Positiva.

No próximo capítulo, discutiremos acerca da metodologia empregada nesta pesquisa, especificando o tipo, a estratégia e os métodos de coleta de dados.

3 METODOLOGIA

Este capítulo descreve os seguintes itens que determinaram a condução da pesquisa, isto é, tipo de pesquisa, estratégia de pesquisa, método de obtenção de dados e o método de análise de dados.

3.1 Tipo de pesquisa

Quanto aos objetivos da pesquisa, ela se enquadra no tipo descritivo, uma vez que se pretende identificar, no relato discente, a manifestação dos cinco domínios do bem-estar para o florescimento, conforme a teoria do Bem-estar, de Seligman. A pesquisa descritiva se preocupa em retratar as características de um fenômeno e a sua frequência, bem como de que maneira se dá sua relação com outros eventos (Cervo; Bervian; Silva, 2007).

No que diz respeito à abordagem, este trabalho se preocupou em descrever a frequência com que determinado evento ocorre; por outro lado, a pesquisa também se desenvolveu em cima de respostas subjetivas, que atende ao objetivo deste trabalho de analisar o relato dos alunos. Portanto, trata-se de uma pesquisa do tipo mista. De acordo com Denscombe (2010), a pesquisa mista se trata da combinação de métodos quantitativos e qualitativos para a obtenção de dados, os quais não são necessariamente opostos, mas trabalham juntos a) para a acurácia, para uma visão mais ampla do contexto pesquisado, b) para amenizar as lacunas de ambos os tipos de pesquisa (qualitativa ou quantitativa), c) para o avanço da análise, uma vez que um tipo de dado pode complementar o outro e, por fim, d) essa combinação auxilia a selecionar sujeitos para uma outra etapa da pesquisa, se for o caso.

3.2 Estratégia de pesquisa

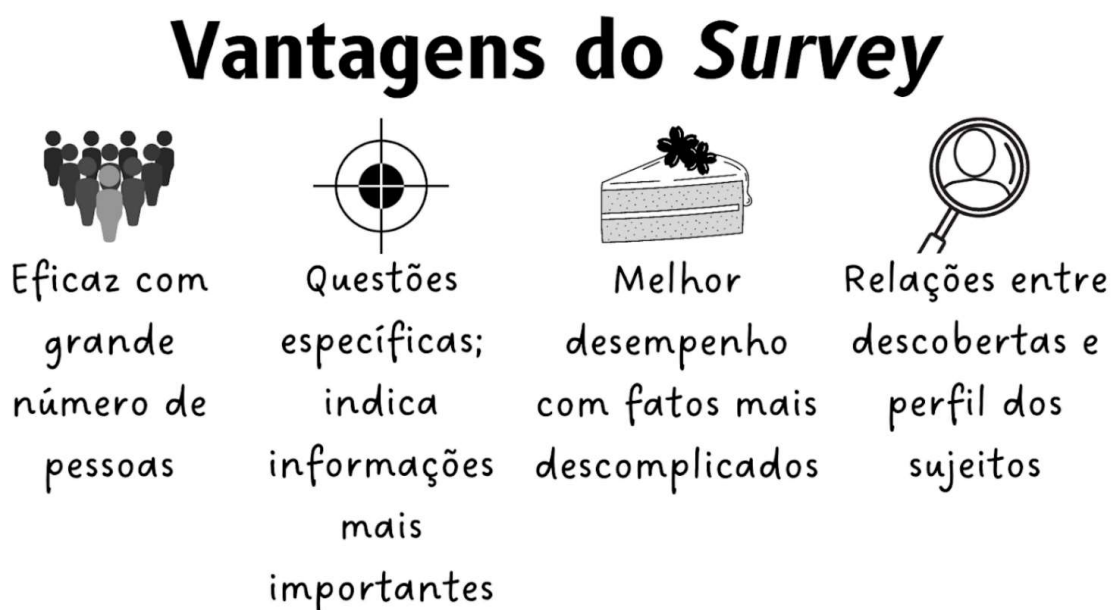
A pesquisa teve duas etapas: inicialmente, para verificar, em ampla escala, se ocorre a consciência, no discurso discente, sobre seu bem-estar acadêmico e, conseqüentemente, seu florescimento, empregou-se um *survey* (questionário, levantamento) com os alunos de todos os períodos do curso de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas da

Unipampa-Campus Bagé. Justifica-se a opção pelo *survey*, uma vez que esse colabora para a obtenção de dados envolvendo um significativo número de sujeitos (Denscombe, 2010). A seguir, apresenta-se um resumo da conceituação de *Survey*, de acordo com o referido autor:

- é utilizado para se construir uma compreensão detalhada acerca de um contexto;
- trata-se de uma abordagem comum e popular que contribui para os propósitos de mapeamento “do mundo social e físico” (2010, p.11);
- é considerado, pelo autor, como uma estratégia - não um método;
- é abrangente e inclusivo, fornece um retrato do contexto a ser considerado em um determinado momento e se relaciona com a pesquisa empírica;
- consiste em uma estratégia concretizada na forma de “questionários, entrevistas, documentos e observações” (2010, p. 12);
- apresenta-se como uma ferramenta útil para levantar dados concretos sobre o que as pessoas pertencentes a um determinado grupo fazem, pensam e quem são.

Na Figura 1, expõem-se as vantagens da pesquisa *survey*, enfatizando-se aspectos que caracterizam a pesquisa nesse estágio inicial.

Figura 1 - Vantagens do *Survey*, de acordo com Denscombe (2010)



Dentre os tipos de *survey*, o autor aponta: postal, *online*, via chamada telefônica, aplicado em grupo, observacional e documental (Denscombe, 2010). Haja vista que o programa de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas da universidade se dá em período integral, e naquele período, a pesquisadora ministrava aulas na rede municipal de ensino, também em turno integral, o modelo que se mostrou mais viável foi o *online*, por meio de formulário, neste contexto, *Google Forms*. Essa ferramenta oferece vantagens no que tange a) à autonomia, autoria do pesquisador em relação à construção do questionário (Mota, 2019); b) à economia de recursos, colaborando, inclusive, com a preservação do meio ambiente, uma vez que dispensa cópias impressas; c) à facilidade no armazenamento de respostas, bem como no seu acesso em ambiente virtual e gratuito (Monteiro; Santos, 2019); d) à coleta e tratamento dos dados, pois oferece facilidades para envio do questionário aos participantes (Andres, *et al.*, 2020) e, também, na organização das respostas (Mota, 2019).

Como precisávamos obter um panorama geral do relato discente sobre bem-estar e florescimento, explorando quais conceitos poderiam estar presentes nesse cenário e comparando como essa descrição ocorreria entre diferentes grupos que compunham o universo amostral da pesquisa naquele momento, optou-se, aqui, por realizar um *survey* exploratório e descritivo. Além disso, dadas as restrições de tempo para a execução da pesquisa, adotou-se o estudo de corte transversal nesse estágio. Justificam-se essas opções com base em Pinsonneault e Kraemer (1993), que propõem a classificação do *survey*, quanto ao seu propósito, em explanatório, exploratório e descritivo. O primeiro preocupa-se em testar uma teoria, o segundo, em investigar conceitos presentes no objeto de estudo, bem como na forma como devem ser medidos e, finalmente, o descritivo retrata como determinado fenômeno se expressa em um contexto.

3.3 Técnicas para coletas de dados quantitativos e qualitativos

Esta subseção é dedicada a descrever instrumentos de pesquisa utilizados com a finalidade de avaliar a percepção de alunos da graduação quanto à sua

experiência no curso. Essa informação serve de suporte para uma das etapas da pesquisa: verificar os relatos dos alunos do Curso de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais, da Unipampa - Campus Bagé, que dão indícios de que um ou mais dos pilares do Bem-estar para o florescimento se mostra mais sensível.

Por entender que um construto como o do bem-estar acompanha um ritmo mais ou menos semelhante ao da formação pessoal, acadêmica e profissional de um indivíduo, presume-se que essa avaliação aqui proposta deveria ocorrer em etapas que correspondem ao início, meio e fim de, pelo menos, um semestre acadêmico, como identificado em Gan *et al.* (2022). Reconhece-se que o ideal seria acompanhar os indícios dessa construção entre os discentes do curso mais de uma vez, ao longo de seu percurso formativo; porém, devido à limitação do tempo, o instrumento de pesquisa, elaborado com base em uma revisão de escopo, abrangeu estratégias exequíveis ao longo de um semestre. Nesse período, buscou-se respostas de alunos em estágio inicial, intermediário e final da sua trajetória acadêmica na graduação.

Com base em um levantamento sobre instrumentos de pesquisa qualitativa que permita perceber o impacto dos discursos sobre o bem-estar e florescimento acadêmico sob o prisma da Psicologia Positiva, de Seligman, e os conceitos mencionados na subseção 2.3, Quadro 1 (página 25), os seguintes instrumentos foram elaborados.

3.3.1 Questões constantes do *survey*

Após a descrição do método empregado na etapa inicial, procede-se com a enumeração dos itens integrantes do questionário. Para a construção das perguntas, buscou-se inspiração em pesquisas que compunham a revisão de escopo, as quais empregavam os conceitos de bem-estar e florescimento. Procede-se, a seguir, com a exposição do questionário, o qual apresenta seis momentos; todos de resposta obrigatória:

1. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido;
2. Perfil;

3. Conceitos presentes na experiência discente com base na revisão de escopo (Mascarelo Sudo; Irala, 2023);
4. Questão inspirada nos cinco pilares - P.E.R.M.A - do bem-estar, conforme Seligman (2012) e P.E.R.M.A. Profiler, de Kern e Butler (2015);
5. Questão de livre resposta sobre a percepção da experiência do aluno, levando em conta os temas abordados nos itens anteriores; e
6. Interesse em participar da segunda etapa - entrevista.

Etapa 01:

Levantamento

1. TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Olá, discente! Meu nome é Mégui Mascarelo Sudo, discente do programa de Mestrado Acadêmico em Ensino. Você é convidado a participar da pesquisa "Percepção sobre bem-estar e florescimento ao longo da experiência no curso de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais" que integra o projeto de pesquisa "BEM-ESTAR E FLORESCIMENTO: O RELATO SOBRE A EXPERIÊNCIA NA LICENCIATURA EM LETRAS - LÍNGUAS ADICIONAIS". Ao fazê-lo, você receberá horas complementares ao término do questionário.

Este levantamento tem o propósito de construir uma base de dados sobre o perfil dos alunos do referido curso e verificar como se constitui sua consciência sobre Bem-estar e Florescimento (Seligman, 2012).

Essas informações são imprescindíveis para a pesquisa em andamento que tem como propósito conhecer os fatores atrelados a esses dois conceitos na experiência discente no curso de Línguas Adicionais e, a partir disso, elaborar um material sobre ações que promovam o bem-estar e florescimento do estudante. Tais noções, de acordo com pesquisas na área da saúde e psicologia, estão relacionadas ao sucesso acadêmico.

Desde já, agradecemos sua participação, que contribuirá significativamente para aprimoramentos da experiência universitária.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Por favor, leia este documento com bastante atenção antes de assiná-lo. Caso haja alguma palavra ou frase que o (a) senhor (a) não consiga entender, converse com o pesquisador responsável pelo estudo ou com um membro da equipe desta pesquisa para esclarecê-los.

A proposta deste termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) é explicar tudo sobre o relato de caso e solicitar a sua permissão para que o mesmo seja publicado em meios científicos como dissertação de mestrado, revistas, eventos científicos na área do ensino, educação, saúde ou afins.

Se você aceitar esse relato de caso, os procedimentos envolvidos em sua participação são responder a uma série de questões objetivas e subjetivas por escrito ou por meio de seleção de respostas pré-definidas. Por fim, você também é convidado a informar contato para possível participação em entrevista em dia e horário a combinar.

*A participação neste levantamento envolve o risco de quebra de confidencialidade (algum dado que possa identificar você pode ser exposto publicamente). Para minimizar esse risco, **NENHUM DADO QUE POSSA IDENTIFICÁ-LO(A), COMO NOME, CODINOME, INICIAIS, REGISTROS INDIVIDUAIS, INFORMAÇÕES POSTAIS, NÚMEROS DE TELEFONES, ENDEREÇOS ELETRÔNICOS**, entre outros serão utilizadas sem sua autorização.*

Por outro lado, este levantamento pode trazer benefícios. Os possíveis benefícios resultantes da participação na pesquisa são a construção de uma base de dados que representa a realidade da experiência do discente (em um curso que oferece habilitação em duas línguas adicionais, oferece atividades presenciais e à distância), a partir da qual serão pensadas práticas institucionais, docentes e discentes que contribuam para uma vivência de emoções positivas, relações positivas, sentido, conquista e engajamento, a qual visa ao sucesso acadêmico.

Sua participação neste relato de caso é totalmente voluntária, ou seja, não é obrigatória. Caso você decida não participar, ou ainda, desistir de participar e retirar seu consentimento durante a realização do levantamento, não haverá nenhum prejuízo ao atendimento que você recebe ou possa vir a receber na instituição.

2. Perfil:

- a. Gênero: () Feminino () Masculino () Outro*
- b. Idade?*
- c. Lugar de procedência:*
- d. Raça: () Branco () Pardo () Preto () Amarelo () Indígena*
- e. Em que ano você ingressou no curso de Licenciatura em Línguas Adicionais?
() 2014 () 2015 () 2016 () 2017 () 2018 () 2019 () 2020 () 2021
() 2022*
- f. Quantos semestres ainda faltam para você concluir o curso de Licenciatura em Línguas Adicionais? () 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 () 8 ()
Estou finalizando o curso.*
- g. Como você define sua residência enquanto discente do curso de licenciatura em Línguas Adicionais? () Aluguel de quarto/apartamento (sozinho) ()
Aluguel dividido com colega de quarto/apartamento () Residência da família () Residência de parente próximo () Residência de parente distante*

O item 2 (Perfil) está relacionado com a identificação do perfil dos participantes. A idade se justifica, de acordo com Sandberg (2017), por ser um preditor de engajamento no processo de participação no questionário. Além disso, associando-se o conceito de espaço relacional considerado por Worsley (2019) a um dado socioeconômico, é possível abstrair um panorama maior do perfil desse aluno que poderá mostrar ter desenvolvido, ou não, sua consciência sobre bem-estar e florescimento, estando esses provavelmente atrelados ao ambiente de convivência. Convém mencionar que fatores como raça e gênero, entre outros, são associados a desigualdades que influenciam em vantagens ou desvantagens acadêmicas (Gore; Walker, 2020).

3. *Quais dessas expressões a seguir você percebe como presentes em sua experiência acadêmica? Pode selecionar mais de um.*

- () *Pertencimento/amizades*
- () *Diferenças culturais*
- () *Autorreflexão e avaliação*
- () *Liderança*
- () *Felicidade/Infelicidade*
- () *Ambiente de convivência*
- () *Relação interpessoal*
- () *Sucesso/Insucesso acadêmico*
- () *Estado emocional/físico*
- () *Saúde mental*
- () *Inteligência socioemocional*
- () *Papel e práticas do(a) professor(a)*
- () *Organização institucional*

O item 3, por sua vez, busca promover maior neutralidade possível por meio da seleção de palavras associadas ao tema. Tal posicionamento se justifica com apoio de Georgiou (2021), que afirma que a linguagem utilizada influencia a nossa percepção sobre o que nos rodeia. Portanto, com a intenção de evitar qualquer indução a alguma resposta, preferiu-se usar palavras que apresentam uma semântica relativamente mais neutra. Depois de informar seu perfil estudantil, o item 3 colabora com a investigação sobre o quanto o discente relaciona sua experiência acadêmica aos conceitos obtidos por meio da revisão de escopo (Mascarelo Sudo; Irala, 2023), que abrem espaço para uma consciência de bem-estar e florescimento acadêmicos.

À semelhança do item 4, o item 3 deveria apresentar a alternativa “() Não relaciono minha experiência acadêmica a nenhum desses conceitos.”. Reconhece-se que a presença dessa opção contribuiria com a uniformidade das questões.

4. *Questão inspirada nos pilares P.E.R.M.A. do Bem-estar (Seligman, 2012) e critérios de avaliação do P.E.R.M.A. Profiler (Kern; Butler, 2015).*

Quais dessas palavras/expressões a seguir você percebe como presentes em sua experiência acadêmica? Pode selecionar mais de um.

- () Senso de propósito (atingir uma meta futura)*
- () Emoções positivas*
- () Senso de realização*
- () Engajar-se de maneira ativa em componentes curriculares e/ou projetos de pesquisa, ensino e extensão*
- () Conexão com outros (estabelecer relações interpessoais mais profundas)*
- () Transcendência (conexão com algo maior que si)*
- () Estabelecer relações interpessoais, ainda que superficiais*
- () Ver sentido no que se faz*
- () Visualizar progressos e conquistas nas diferentes etapas*
- () Impacto nas suas habilidades, comportamentos, atitudes e valores*
- () Alcance de objetivos pessoais*
- () Foco nas atividades e projetos*
- () Sentir-se satisfeito(a) com as tarefas acadêmicas*
- () Demonstrar interesse*
- () Dar e receber suporte*
- () Ser capaz de se organizar e agir a fim de atingir metas (autoeficácia)*
- () Não relaciono minha jornada acadêmica a nenhum desses itens*

Nesse nível, em que o aluno já informou conceitos mais amplos e genéricos sobre estados e comportamentos, é possível que ele comece a construir um nível de percepção dos pilares que entendemos, neste contexto, serem invariáveis. Esses pilares - PERMA - compõem a teoria de base dos estudos identificados na revisão de escopo, neste caso, a Psicologia Positiva.

Após as perguntas objetivas propostas aos respondentes, solicitou-se que esses também desenvolvessem uma reflexão sobre sua experiência acadêmica. Nessa resposta eles são convidados a discorrer sobre aspectos mencionados nas questões anteriores e que se fazem mais presentes em sua trajetória. Segue a pergunta:

5. *Escreva uma pequena reflexão sobre sua experiência acadêmica, ressaltando os aspectos trazidos nas questões anteriores que mais se fazem presentes e que você acha relevantes compartilhar.*

Na subseção 3.2.2. será descrito o instrumento de coleta de dados qualitativos. Para participar dessa etapa, o discente teve a opção, no formulário *online* do *Survey*, de indicar interesse, ou não, em ser entrevistado, respondendo à última pergunta fornecendo seu contato de *WhatsApp*. Segue a descrição da última pergunta disposta no formulário:

6. *Interesse em participar da entrevista*

Estamos quase no fim...

Estamos convidando você para participar da próxima etapa da pesquisa (recebendo MAIS HORAS COMPLEMENTARES PARA ESSE MOMENTO). O estágio seguinte consiste em uma entrevista. Por meio dessa entrevista, seu relato servirá de base de dados subjetivos, mais detalhados, que nos ajudarão a identificar que fatores influenciam para diferentes níveis do bem-estar e florescimento acadêmico.

Você aceita participar dessa segunda etapa em dia, horário e local a combinar?

Sim

Não

Por gentileza, informe o seu WhatsApp. Essa será a forma de contato para combinarmos a entrevista, a qual consistirá em sete perguntas.

O link para esse questionário foi enviado aos alunos do curso de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas por email por três vezes, a partir de uma base de dados de emails de alunos matriculados e ativos no curso. Além disso, foram realizadas visitas a pelo menos uma disciplina de diferentes semestres. Nessas visitas, foram entregues material impresso contendo um código QR e o link l1nq.com/bemestarLA. Na Figura 2, é possível visualizar o código QR utilizado no período do convite para as entrevistas.

Figura 2 - Código QR e link de acesso para o formulário de pesquisa



11nq.com/bemestarLA

Fonte: Autora (2022)

Posteriormente, as pesquisadoras entraram em contato com os respondentes que demonstraram interesse em realizar a entrevista. Assim, foi possível agendar cada uma das entrevistas, que poderiam ser presenciais ou por chamada de vídeo. Nem todos os alunos que se interessaram em participar responderam ao contato realizado por meio do número do *WhatsApp* informado.

Dos 90 alunos com matrícula ativa, 29 responderam o formulário, dos quais 21 mostraram interesse em participar da entrevista. Desses 21 graduandos, 17 de fato deram retorno ao nosso contato individual pelo *WhatsApp* no sentido de agendar e realizar a entrevista. Em todos os casos, considerando os horários possíveis para a pesquisadora responsável pela entrevista e para os participantes, preferiu-se que as conversas fossem realizadas pelo *Google Meet*.

O procedimento adotado para a coleta de dados objetivos revela uma abordagem detalhada e sensível na busca por compreender a relação entre a experiência acadêmica dos participantes e os conceitos de bem-estar e florescimento. A estrutura do questionário, com seus diferentes momentos, permite a identificação de nuances no perfil dos participantes e na percepção que eles têm dos elementos relacionados ao bem-estar. A inclusão de questões inspiradas nos pilares PERMA, bem como na avaliação do PERMA-Profiler, demonstra a busca por abranger dimensões importantes nesse contexto. Além disso, a oferta de participação em uma segunda etapa de entrevistas aprofundadas acrescenta uma camada mais rica à pesquisa, permitindo a exploração das experiências dos participantes de maneira mais subjetiva e detalhada.

A inserção de fatores socioeconômicos, como idade, gênero e raça, mostra um compromisso em capturar uma visão holística da experiência acadêmica. No entanto, é importante considerar que as respostas podem ser influenciadas pela subjetividade do participante e pela forma como as perguntas são formuladas, o que pode impactar a objetividade dos resultados. Em suma, o procedimento adotado demonstra uma abordagem cuidadosa e abrangente na busca por compreender os aspectos que influenciam o bem-estar dos estudantes em seu ambiente acadêmico.

Na próxima seção, encontra-se a descrição do instrumento de coleta de dados subjetivos, onde os relatos de experiência dos graduandos do curso de Licenciatura em Línguas Adicionais foram explorados com maior profundidade.

3.3.2 Questões constantes da entrevista semiestruturada

A segunda etapa da pesquisa foi definida com base no resultado da revisão de escopo, a qual fornece orientação sobre instrumentos que servem para obter dados mais subjetivos, para analisar os relatos coletados. Dessarte, a análise dessas informações contribuirá para uma discussão sobre as implicações de abordagens embasadas pela teoria do Bem-estar e Florescimento na prática universitária, envolvendo a instituição, docentes e discentes para o bem-estar acadêmico visando ao florescimento desses.

Compreendendo a importância de se coletar o maior número de dados dentro de um espaço amostral correspondente a um único curso de licenciatura, optou-se pela condução de uma entrevista semiestruturada - uma das principais ferramentas apontadas pela revisão de escopo - com os participantes da primeira fase. Esses participantes indicariam uma via de comunicação para receber a entrevista.

A entrevista visa proporcionar um espaço para uma descrição mais subjetiva dessa consciência indicada no levantamento. Dentre as cinco primeiras perguntas, cada uma será focada em um dos cinco pilares - PERMA -, e a última trabalhará a reflexão do aluno sobre os aspectos variáveis do bem-estar para o florescimento. Ressalta-se a necessidade de explicitar aos participantes o sigilo das respostas fornecidas às pesquisadoras, aspecto esse descrito em Termo de consentimento livre e esclarecido.

A seguir, procedemos com a exposição dos itens que compõem a entrevista.

Etapa 02:

Entrevista Semiestruturada

Pensando a sua trajetória no Curso de Licenciatura em Línguas Adicionais

Olá. Estamos na segunda etapa da pesquisa sobre bem-estar e florescimento (conceitos esses propostos por Martin Seligman, representante da Psicologia Positiva) na experiência da graduação em Licenciatura em Línguas Adicionais.

A primeira etapa consistiu em um questionário de levantamento. Nela perguntou-se acerca da sua disposição em participar da segunda etapa, a entrevista. Agradecemos por responder ao questionário e por interessar-se em realizar o segundo estágio.

I) Perfil do respondente:

- 1) Qual é o seu nome completo?*
- 2) Qual nome você gostaria de escolher para que sua identidade não seja revelada nos dados da pesquisa?*
- 3) Qual é a sua idade?*
- 4) Em que ano você entrou no curso de Letras - Línguas Adicionais?*
- 5) Você pretende concluir o curso dentro do tempo mínimo previsto de quatro anos?*
- 6) Qual é a sua condição de moradia em Bagé (com quem mora; distância do campus; meios de transporte que usa para chegar até à universidade; espaço com privacidade para estudar em casa; acesso à Internet; computador; relação com as pessoas com as quais reside, se for o caso)?*
- 7) Como você se autodeclara com relação à cor ou raça, conforme a classificação do IBGE?*
- 8) Qual é a sua cidade ou cidade/estado de origem antes de ingressar no curso?*

II) Questões subjetivas correspondentes aos pilares fundamentais do bem-estar e florescimento e conceitos relacionados (de acordo com revisão de escopo).

- 1) a. Fale sobre as emoções positivas que você já vivenciou ou vivencia e que estejam ligadas à sua experiência acadêmica.*

- b. Que tipos de emoções negativas você já vivenciou na sua experiência acadêmica?*
- 2) *a. Você pode mencionar momentos específicos que fizeram você se engajar mais com a universidade, seja em disciplinas ou em outras tarefas acadêmicas?*
- b. Houve momentos em que se esperava engajamento e não houve? Que situações foram essas?*
- 3) *Como você percebe a influência das suas relações interpessoais no contexto acadêmico sobre a sua experiência no curso?*
- 4) *Como você percebe o sentido/propósito de cada etapa da sua trajetória acadêmica, se isso for perceptível para você?*
- 5) *Que tipos de conquistas você percebe ter alcançado desde que iniciou seus estudos no curso de licenciatura?*
- 6) *Considere os seguintes aspectos:*
- Pertencimento/amizades; Diferenças Culturais; Autorreflexão e Avaliação; Liderança; Felicidade e Infelicidade; Ambiente de convivência; Relação Interpessoal; Sucesso/Insucesso Acadêmico; Estado Emocional/Físico; Saúde Mental; Inteligência socioemocional; Papel e Práticas do Professor; Organização Institucional*
- a. Quais desses fatores mais têm contribuído para o seu bem-estar acadêmico e sucesso em suas atividades acadêmicas. Por quê?*
- b. Quais desses aspectos você percebe que falharam em atingir esse objetivo na sua experiência acadêmica? Por quê?*
- 7) *Fale livremente sobre a sua visão da experiência acadêmica levando em conta os assuntos abordados durante a entrevista.*

Certo. Agradecemos sua participação na entrevista, a segunda e última etapa da pesquisa. O nome verdadeiro não será divulgado nos dados da pesquisa. Em breve emitiremos um atestado de horas complementares para você e enviaremos para o seu e-mail. Tenha um bom dia (ou boa tarde).

3.3.3 Emprego do programa informático IRaMuTeQ para análise das respostas da entrevista

Após a coleta dos dados, procedemos com a análise das respostas via IRaMuTeQ, a qual se justifica pela sua funcionalidade quanto aos tipos de análise e o método de organização das informações (Camargo; Justo, 2013, p. 515):

Este programa informático viabiliza diferentes tipos de análise de dados textuais, desde aquelas bem simples, como a lexicografia básica (cálculo de frequência de palavras), até análises multivariadas (classificação hierárquica descendente, análises de similitude). Ele organiza a distribuição do vocabulário de forma facilmente compreensível e visualmente clara (análise de similitude e nuvem de palavras).

Tendo esses aspectos em conta, são apresentadas características do *software* (Camargo; Justo, 2013), conforme Quadro 4:

Quadro 4 - Descrição dos recursos do programa IRaMuTeQ, desenvolvido por Pierre Ratinaud (2009)

(continua)

Recurso	Descrição
Análises lexicais clássicas	Trabalha-se a identificação, reformatação das unidades textuais e as transforma em unidades de contexto, que podem ser iniciais (UCI) ou elementares (UCE); reconhece o número de palavras, “frequência média e número de hapax (palavras com frequência um)”; além disso, “pesquisa o vocabulário” e trabalha a redução das palavras em sua raiz (lematização); “cria dicionário de formas reduzidas, identifica formas ativas e suplementares.” (p. 515)
Análise de especificidades	Produz-se associação direta entre “os textos do banco de dados” e “variáveis descritoras dos seus produtores”, a partir das quais é possível analisar por meio de contrastes, “a produção textual, (...) na qual o corpus é dividido em função de uma variável escolhida pelo pesquisador” (p. 515).
Método da Classificação Hierárquica Descendente (CHD)	“(…) proposto por Reinert (1990) e utilizado pelo <i>software</i> ALCESTE”, o programa “classifica os segmentos de texto em função dos seus respectivos vocabulários” e a frequência das formas reduzidas (“palavras já lematizadas”) serve de base para organizar (repartir) cada conjunto (p. 516).

Quadro 4 - Descrição dos recursos do programa IRaMuTeQ, desenvolvido por Pierre Ratinaud (2009)

(continuação)

Análise de similitude	Baseia-se “na teoria dos grafos, possibilita identificar as coocorrências entre as palavras, e seu resultado traz indicações da conexidade entre as palavras”, tal procedimento auxilia no reconhecimento “da estrutura de um corpus textual”, no qual se distingue “também as partes comuns e as especificidades em função das variáveis ilustrativas (descritivas) identificadas na análise” (p. 516), de acordo com Marchand e Ratinaud (2012).
Nuvem de palavras	É um recurso que “agrupa e (...) organiza graficamente “ as palavras “em função da sua frequência.” Trata-se de “uma análise lexical mais simples, porém graficamente bastante interessante, na medida em que possibilita rápida identificação das palavras-chave de um corpus” (p. 516).

Fonte: Elaborado com base em Camargo; Justo (2013) e Marchand; Ratinaud (2012).

O emprego desse instrumento de análise possibilita uma apuração mais eficiente do reconhecimento de vocábulos, os distintos grupos de palavras, identificação dos grupos de participantes com base em variáveis. Além disso, é possível analisar gráficos, entre outros recursos, bem como gerar nuvens de palavras. Portanto, é perceptível o nível de eficiência, dada a diversidade de meios de geração de dados e recursos para o tratamento, organização e análise dos dados textuais obtidos.

Neste momento, é importante retomar o questionário referente ao perfil do aluno, mais precisamente ao período do curso em que se encontra, conforme objetivo da pesquisa, porque elas serviram de variáveis para nossa análise, pois supomos que elas, à medida que seus dados são cruzados, podem revelar diferentes perspectivas que contribuem para a reflexão proposta sobre as implicações da abordagem em Bem-estar e Florescimento na prática universitária. Ao que chamamos de variáveis estão relacionadas representações de algumas realidades individuais encontradas em diferentes grupos e semestres.

A partir dessa compreensão, decidiu-se utilizar o método de “Análise estatística”, “Análise de similitude”, e “Nuvem de palavras”. Com base nos resultados, acreditamos ser possível extrair fatores que contribuem para o

bem-estar dos alunos, considerando as variáveis, e pensar práticas que impulsionem esses fatores.

Este capítulo detalhou a metodologia da pesquisa, que adotou uma abordagem descritiva e mista, combinando métodos quantitativos e qualitativos para investigar os domínios do bem-estar relacionados ao florescimento acadêmico presentes no relato discente sobre sua experiência no referido curso. Dividida em duas etapas, a pesquisa envolveu um levantamento *online* inicial para avaliar a conscientização dos alunos sobre seu bem-estar acadêmico, seguido por entrevistas semiestruturadas para aprofundar as percepções dos participantes. Os dados quantitativos foram coletados por meio de um questionário *online*, enquanto os dados qualitativos foram obtidos através de entrevista. A análise dos dados qualitativos foi realizada com o auxílio do *software* IRaMuTeQ, permitindo a identificação de padrões e relações nas respostas dos participantes. Em suma, o capítulo 3 descreveu de forma abrangente a metodologia empregada, desde a coleta até a análise dos dados, visando compreender a percepção dos alunos sobre seu bem-estar e florescimento no contexto acadêmico.

No próximo capítulo, detalharemos os dados objetivos e subjetivos por meio do formulário *online* e das entrevistas. Após a exposição dos dados coletados, será realizada a interpretação desses à luz do referencial teórico e dos objetivos desta pesquisa.

4 ANÁLISE DOS DADOS

Ao adentrarmos a etapa de análise dos dados, torna-se possível traçar um panorama minucioso do contexto investigado, através do qual se pode identificar características semelhantes ou diferentes nos relatos obtidos e que serão nossos objetos de apreciação. A partir disso, dados foram abstraídos para a discussão das implicações, nas práticas acadêmicas, da referente teoria voltada para a promoção do bem-estar e florescimento de graduandos, ainda que neste contexto nosso recorte se limite a alunos do curso de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas da Unipampa - Campus Bagé.

Antes de discorrer acerca do aprofundamento das respostas do formulário e das entrevistas utilizando-nos de três técnicas do *software* IRaMuTeQ, vale disponibilizar aqui o quadro geral do perfil dos respondentes do formulário e das entrevistas, bem como dos conceitos percebidos por eles em sua trajetória acadêmica.

4.1 Quadro geral do perfil dos respondentes do questionário e seus resultados objetivos e subjetivos

A pesquisa fora divulgada por email (enviado nos dias 05, 09 e 20 de janeiro), bem como em visitas presenciais ou por chamada de vídeo a disciplinas, tais como Organização Escolar e Trabalho Docente, Fundamentos de Espanhol II, Fundamentos de Inglês II, Estágio de Inglês II, Ensino de Línguas Adicionais, nas quais foi disponibilizado um material impresso com *QR code* e *link* de acesso. Somente na aula de Estágio de Inglês, que naquele dia foi ministrado de maneira remota e síncrona, a pesquisa foi brevemente explicada e o *link* disponibilizado. A pesquisa esteve aberta do dia 05 de janeiro de 2023 até 31 de março de 2023. Dito isso, passamos a elencar os resultados gerais referentes ao perfil dos respondentes e os conceitos por eles elencados tendo em vista sua trajetória acadêmica.

De acordo com o gráfico no Gráfico 1, disposto no Apêndice A (p. 193), a maioria dos respondentes corresponde a graduandos que se identificam como do gênero feminino (n=19), representando aproximadamente o dobro de graduandos que se identificam como do gênero masculino (n=10).

Em um contexto acadêmico onde a maioria dos discentes do curso se identifica como do gênero feminino, é relevante e interessante destacar que o número de respondentes que se identificam como do gênero masculino, representando aproximadamente a metade do total, constitui um número considerável. Esta proporção adquire significância quando se reconhece que a distribuição no curso é assimétrica, com um predomínio considerável de discentes do gênero feminino.

Com relação à idade, considerando as ocorrências do resultado do formulário, a média de idade corresponde aos 24 anos. Decidiu-se por não exibir o resultado detalhado a fim de evitar identificação dos participantes.

Referente ao item “raça”, o gráfico no Gráfico 2 (Apêndice A, p. 194) demonstra que significativa maioria dos respondentes são representados por discentes que se identificam como brancos (n=20), enquanto aqueles que se identificam como pretos e pardos são representados por 5 e 4 respondentes, respectivamente.

De acordo com o Gráfico 3 (Apêndice A, p. 194), observa-se que discentes ingressantes no ano de 2021 (n=9) correspondem à maioria, seguido de 2020 (n=6), 2018 (n=5), 2022 (n=4), 2019 e 2016 (n=2), 2017 (n=1) e, por fim, não houve representantes que iniciaram a graduação em 2014 e 2015.

No Gráfico 4 (Apêndice A, p. 195), exibimos os resultados referentes ao tempo que os discentes participantes estimam passar pelo curso até a conclusão no momento da sua resposta ao questionário, o qual se deu dentro do período de janeiro a março de 2023. O gráfico foi organizado de maneira a dispor o número de semestre em ordem decrescente, sinalizando que à medida que os resultados se encontram mais à lateral direita, representa que o discente está mais próximo da conclusão da sua trajetória acadêmica.

É possível notar que a maioria se encontra aparentemente na metade do seu percurso, onde seis (6) respondentes indicaram faltar quatro e três (4 e 3) semestres; cinco (5) sinalizaram uma estimativa de seis (6) semestres; seis estimavam ter quatro (4) semestres; quatro (4) discentes, um (1) semestre; três (3) graduandos, dois (2) semestres; dois (2) alunos, cinco (5) semestres e dois (2) discentes, sete (7) semestres.

Nesta subseção, tratamos da situação de moradia dos discentes, classificada em cinco modelos, conforme Gráfico 5 (Apêndice A, p. 195). Com base no Gráfico

5, em barras horizontais, obtivemos os seguintes números no formulário: Aluguel individual (n=4), Aluguel compartilhado (n=1), Residência da família (n=23), Residência de parente próximo (n=1), Residência de parente distante (n=0).

Identifica-se, portanto, que a maioria expressiva corresponde a alunos que residem com seus familiares. Esse conceito é explorado com maior detalhamento ao longo da entrevista com os alunos que aceitaram participar dessa.

Na próxima seção, demonstramos os resultados conforme os conceitos relacionados ao bem-estar e florescimento extraídos da revisão de escopo. Tais conceitos são considerados como variáveis, pois foram expressos em artigos que focam em diferentes temáticas de pesquisa sobre o tema na vida acadêmica de graduandos, diferente dos cinco pilares do Bem-estar, que constituem os fundamentos da teoria sobre a qual este estudo se apoia.

4.1.1 Conceitos (variáveis) percebidos na experiência acadêmica

Neste estágio do capítulo, dedicamo-nos a compartilhar os resultados sobre os conceitos variáveis percebidos pelos estudantes em sua experiência acadêmica (Gráfico 6, Apêndice A, p. 196). É possível notar que a maioria dos estudantes conseguem notar o impacto do senso de pertencimento e amizades sobre sua experiência acadêmica e um menor número de pessoas indicam a liderança como tendo relevante impacto em sua vivência no ambiente universitário. No Quadro 5, os resultados foram dispostos em ordem de frequência.

Quadro 5 - Frequência de conceitos relacionados aos conceitos variáveis (extraídos da revisão de escopo) percebidos na experiência acadêmica

(continua)

Conceito	Frequência
Pertencimento e amizades	23
Papel e práticas do professor	22
Saúde mental	21
Diferenças culturais	20
Autorreflexão e autoavaliação	20

Quadro 5 - Frequência de conceitos relacionados aos conceitos variáveis (extraídos da revisão de escopo) percebidos na experiência acadêmica

(continuação)

Sucesso e insucesso acadêmico	19
Felicidade e infelicidade	18
Estado emocional e físico	18
Ambiente de convivência	16
Inteligência socioemocional	15
Relação interpessoal	13
Organização institucional	9
Liderança	5

Fonte: Autora (2023)

Embora os elementos “ambiente de convivência” e “relações interpessoais” sejam menos frequentemente mencionados, o fator “pertencimento e amizades” emergiu como o mais proeminente entre os estudantes. Tal observação sugere que, quando confrontados com conceitos dispostos de forma isolada, a interconexão entre eles pode não ser prontamente evidente para os indivíduos que, embora envolvidos no âmbito desta pesquisa, possam necessitar de familiaridade com o tema em questão.

Por outro lado, conforme abordado por Worsley, Harrison e Corcoran (2021), fazendo referência a Unite Students (2017), a importância de compartilhar acomodações com indivíduos com quem se possui afinidade é destacada como significativamente superior aos aspectos físicos das próprias acomodações. Essa percepção pode ser refletida por certos respondentes do nosso questionário, mesmo considerando que o ambiente em análise, localizado no campus universitário onde a presente pesquisa foi conduzida, não oferece configurações de alojamento compartilhado.

Os referidos autores (Worsley; Harrison; Corcoran, 2021) também discutem uma descoberta realizada por Festinger *et al.* (1950), a qual postula que a distância entre blocos no campus, assim como entre as acomodações, cria oportunidades para encontros fortuitos que podem culminar na formação de relações interpessoais

e amigadas. No contexto do campus universitário objeto desta pesquisa, embora não haja alojamentos disponíveis, existem distâncias relativas entre alguns blocos, assim como entre os conjuntos de blocos e algumas instalações, como o restaurante universitário e a cantina. Isso favorece a circulação em grupos e encontros casuais entre os colegas.

A relação entre o papel dos professores universitários na influência do desenvolvimento do aluno, de modo especial a sua inteligência emocional, e o fato de ser o segundo item mais listado no formulário, após o pertencimento e amigadas, é significativa na jornada acadêmica dos respondentes. Isso sugere que esse grupo reconhece a importância da interação com seus professores e mentores na formação não apenas de suas habilidades acadêmicas, mas também de suas habilidades emocionais.

Esses profissionais desempenham um papel crucial no ambiente de aprendizado dos estudantes, não apenas fornecendo conhecimento disciplinar, interdisciplinar, multidisciplinar ou transdisciplinar, mas também modelando comportamentos, atitudes e habilidades emocionais. Os alunos podem observar e absorver as atitudes e comportamentos dos seus professores, o que pode influenciar diretamente seu próprio desempenho emocional e social.

Para esses alunos, esses elementos podem ser especialmente determinantes, pois estão se preparando para se tornarem futuros educadores. Eles reconhecem a importância não somente do saber em si, mas também do ambiente emocional e relacional dentro e fora da sala de aula. A conexão entre os alunos e os professores, marcada pela compreensão mútua, apoio e respeito, pode contribuir significativamente para o bem-estar emocional dos alunos e seu sucesso acadêmico, confirmando a visão de Devis-Rozental e Farquharson (2020) do professor enquanto líder cultural. Essa concepção dialoga com o conceito construído na contemporaneidade, onde existe a dualidade “chefe x líder”, assim também podemos conceber que mais do que professor, o profissional é um líder de um grupo e de pessoas enquanto sujeitos, com suas particularidades.

Ocupando a terceira posição entre os elementos discutidos, destaca-se a relevância do estado mental, considerando que a transição para a vida universitária, caracterizada por uma maior autonomia, tem um impacto significativo nas emoções e bem-estar psicológico dos indivíduos, especialmente para aqueles que se deslocam de outras localidades, dentro ou fora do país. Conforme destacado por

Burns *et al.* (2020), essa transição pode representar um ponto crucial na vida dos estudantes, marcado pela aquisição de uma autonomia substancial sobre suas escolhas comportamentais, o que pode influenciar profundamente seu estado mental.

Particularmente para aqueles que se mudam para novas localidades, como é o caso de alguns estudantes universitários, essa mudança radical na independência implica em assumir responsabilidades integrais sobre diversos aspectos da vida, como a gestão alimentar, preocupações financeiras e a adaptação ao funcionamento social em um contexto acadêmico. Esses fatores estão intrinsecamente interligados, formando elementos básicos para a manutenção da sua rotina enquanto graduando.

Dessa forma, compreender o impacto da transição para a vida universitária sobre o estado mental dos estudantes é crucial, não somente para promover, como também para revisar intervenções eficazes e políticas de apoio que possam mitigar potenciais desafios e contribuir para o bem-estar holístico dos estudantes durante essa fase considerada divisor de águas em suas vidas.

Faz-se necessário indicar que o instrumento de coleta de dados apresenta alguns pontos de melhoria, como a presença da opção “*Não relaciono minha jornada acadêmica a nenhum desses itens.*” para a questão explorada nesta subseção. Na subseção a seguir, apresentamos o quantitativo referente a percepção da influência de conceitos diretamente relacionados aos cinco pilares do bem-estar conforme a teoria de Martin Seligman.

4.1.2 Conceitos relacionados aos pilares do bem-estar e florescimento percebidos na experiência acadêmica

Neste tópico, abordamos a relação entre os conceitos que traduzem os pilares do Bem-estar e Florescimento e o número de respondentes que apontaram aquele aspecto como presente em sua experiência. Consoante o Gráfico 7 (Apêndice A, p. 197), temos estes números organizados no Quadro 6 (p. 66):

Quadro 6 - Frequência de conceitos relacionados aos pilares do Bem-estar e Florescimento percebidos na experiência acadêmica

Conceito	Frequência
Alcance de objetivos	23
Senso de propósito	21
Percepção de sentido	20
Percepção de progresso	19
Impacto nas suas habilidades, comportamentos, atitudes e valores	18
Foco nas atividades e projetos	18
Organização para atingimento de metas	18
Engajamento ativo	17
Demonstrar interesse	17
Conexão com os outros	15
Dar e receber suporte	15
Senso de realização	14
Satisfação com as atividades	13
Relações interpessoais	12
Emoções positivas	10
Transcendência	10
Não relaciono minha jornada acadêmica a esses conceitos	1

Fonte: Autora (2023)

Considerando os três aspectos apontados com maior frequência, tem-se o “alcance de objetivos” em primeiro lugar, seguido de “senso de propósito” e, em terceiro lugar, “percepção de sentido”. Essa constatação é interessante, pois ela não dialoga diretamente com os resultados obtidos na subseção anterior, referente aos conceitos relacionados aos pilares variáveis do Bem-estar e Florescimento acadêmicos. Nesse contexto, existe um reconhecimento maior de aspectos mais objetivos e que não são vistos como tão próximos dos fatores mais circunstanciais, como “pertencimento e amizades”, “papel e prática do professor” e “estado mental”. Pelo contrário, termos ligados a esses três últimos conceitos foram os menos frequentes, a saber, “transcendência”, “relações interpessoais” e “satisfação com as atividades”.

Conforme mencionado anteriormente, esses conceitos foram adaptados para termos mais conhecidos entre os alunos, de modo que os pilares foram desdobrados em sinônimos. Ao considerarmos os três mais mencionados, é possível constatar que eles são mais diretamente relacionados aos pilares “sentido” e “conquista”.

Esses resultados, por sua vez, apontam para uma variação na percepção da presença e relevância de determinados conceitos na experiência acadêmica dependendo dos demais conceitos que os circundam. Acerca da predominância dos fatores “Pertencimento e amizades” e “Alcance de objetivos”, é possível dizer que corresponde a um reflexo do fato de que uma comunidade acadêmica solidária e inclusiva pode proporcionar o suporte necessário para que os estudantes alcancem suas metas, enquanto as conquistas individuais e coletivas contribuem para a construção do senso de pertencimento. Ambos são componentes vitais para uma experiência universitária positiva e gratificante.

Amizades desempenham um papel fundamental no desenvolvimento do pertencimento. Ter amigos na graduação pode oferecer apoio emocional, compartilhamento de experiências e uma rede de apoio que ajuda a liviar o estresse e a solidão. O “alcance de objetivos”, relacionado ao senso de conquista dentro do acrônimo PERMA, por sua vez, é crucial para a experiência acadêmica, pois não apenas impulsiona a motivação e a persistência dos graduandos, mas também contribui para o desenvolvimento pessoal fortalecendo a autoestima e preparando os indivíduos para os desafios que enfrentarão após a graduação.

Na próxima subseção, trazemos um resumo das respostas subjetivas fornecidas no formulário. A versão completa se encontra no Apêndice A.

4.1.3 Quadro geral dos resultados subjetivos do formulário

Além das questões objetivas, os respondentes também foram convidados a contribuir, no mesmo formulário, com uma reflexão sobre sua experiência enquanto graduandos do curso de Licenciatura em Línguas Adicionais na Unipampa-Campus Bagé. A questão respondida foi: “Escreva uma pequena reflexão sobre sua experiência acadêmica, ressaltando os aspectos trazidos nas questões anteriores que mais se fazem presentes e que você acha relevantes compartilhar”. Esses dados fornecem um panorama dos fatores prevaletentes na avaliação subjetiva dos graduandos participantes em relação à sua vivência no referido curso. Em razão de nosso objetivo estar focado em desenvolvermos nossa compreensão do relato de experiência em função do período (início, metade ou fim do percurso formativo), os comentários foram dispostos nesses três grupos.

A fim de estabelecer essa divisão, tomaram-se, como critério, o ano de início e o número de semestres restantes para a finalização do curso, conforme informado pelos próprios respondentes no formulário. Dessa forma, estabeleceu-se que:

1. Identificação dos anos de ingresso e semestres restantes: o ano de ingresso de cada aluno e quantos semestres ainda faltavam para a conclusão foram verificados, sem considerar o ano de 2023, visto que a coleta se deu em janeiro desse ano.
2. Classificação dos períodos: com base nos semestres restantes, cada aluno é classificado em uma das três categorias de período: Início, Metade ou Fim.
3. Critérios de classificação:
 - a. Início: alunos que ainda têm uma quantidade significativa de semestres pela frente (mais de $\frac{2}{3}$ dos semestres) até completar o curso.
 - b. Metade: alunos que já percorreram aproximadamente metade do curso (entre $\frac{1}{3}$ e $\frac{2}{3}$ dos semestres) até finalizá-lo, indicando que se encontram em uma fase intermediária.

c. Fim: Alunos que estão nos estágios finais do curso, com poucos semestres restantes (até $\frac{1}{3}$ dos semestres).

Por exemplo:

- Um aluno que ingressou em 2021 e tem 6 semestres restantes é classificado como em fase inicial, pois apesar de haver, em tese, completado 4 semestres, ele teria mais que a metade do percurso inteiro para finalizá-lo.
- Um aluno que ingressou em 2020 e tem 4 semestres restantes é classificado como que em estágio intermediário do curso, pois está entre $\frac{1}{3}$ e $\frac{2}{3}$ do total do curso.
- Um aluno que ingressou em 2020 e tem 3 semestres restantes é classificado como em estágio final, porque considerando que o curso pode ser concluído em no mínimo 8 semestres, ele já terá percorrido em torno de $\frac{2}{3}$ da formação.

A partir desses critérios, os dados foram organizados em três subtópicos, conforme subseções 4.1.3.1 a 4.1.3.3, onde os temas predominantes nos comentários dos alunos são ressaltados, discutidos e demonstrados por meio de trechos das referidas respostas.

4.1.3.1 Percepções de alunos em estágio inicial do curso

Com base nos oito comentários obtidos, foi possível perceber a predominância de temas como o caráter desafiador do curso, a experiência de superação de obstáculos e o crescimento pessoal e profissional.

No que tange ao primeiro aspecto elencado, os alunos expressaram enfrentar desafios significativos em sua jornada acadêmica, desde dificuldades iniciais de adaptação até problemas de saúde e pessoais que afetaram seu progresso. Apesar das dificuldades enfrentadas, os alunos mostraram resiliência e capacidade de superar obstáculos, como a transição para o ensino presencial e a busca por um ambiente mais acolhedor e favorável ao aprendizado. Ademais, há um reconhecimento do valor da experiência acadêmica para o desenvolvimento pessoal e profissional, com reflexões sobre o aprendizado, amizades feitas e a importância

de persistir na realização dos objetivos almejados. Esses elementos são identificados nos comentários a seguir:

1. "Quando ingressei na faculdade, [...] Além do fator 'modelo EAD', esse cansaço adicional de sempre ter um obstáculo para frequentar as aulas me desmotivava consideravelmente."
2. "Minha situação em casa se tornou bastante complicada nesse período, e mais uma vez desisti de tudo."
3. "Eu agora faço parte de uma turma ótima, me sinto confortável conhecendo meus professores e não me resta nenhuma dúvida de que estou onde deveria estar."
4. "Estou aprendendo a conviver com pessoas diferentes, que nem sempre precisam ter muitas pessoas no nosso lado e um só pessoa já baste, nunca desistir daquilo que você sonha."
5. "As vezes sinto que é um ambiente competitivo, onde todos estamos um contra os outros para ver quem se sai melhor, o que ao meu ver acaba prejudicando um pouco o acolhimento que deveria existir em sala de aula."

Dentre os estudos obtidos da revisão de escopo, dois se destacam por se aproximarem do cenário descrito neste estágio da formação acadêmica em que os respondentes estavam inseridos: Gan *et al.* (2022), no qual se investiga, entre alunos do primeiro ano da graduação, a eficácia de intervenções voltadas para o bem-estar e habilidades de vida, além do talento acadêmico, demonstrando uma preocupação com o desenvolvimento holístico dos estudantes desde o início de sua jornada universitária; e Goodday *et al.* (2019), uma pesquisa que abrange todos os alunos do primeiro ano de graduação na Queen's University, na qual se propõe uma investigação longitudinal sobre o bem-estar dos alunos e seu sucesso acadêmico, fornecendo *insights* sobre a adaptação inicial dos estudantes à vida universitária e seu impacto no bem-estar e desempenho acadêmico.

4.1.3.2 Percepções de alunos em estágio intermediário do curso

Apesar de sete alunos correspondentes a esse grupo haver respondido o formulário, um deles não forneceu resposta para essa questão, resultando em seis

comentários. Ainda assim, verificou-se a preponderância de temas como o crescimento pessoal e transformação, desafios e realidade acadêmica, autoconhecimento e autorreflexão.

Os alunos expressaram uma jornada de crescimento pessoal e transformação ao longo de sua experiência acadêmica, destacando como a universidade moldou suas perspectivas e os ajudou a descobrir suas paixões e aptidões. Reconhece-se, também, que a vida acadêmica não é perfeita e enfrenta desafios, como cobranças excessivas e deficiências em certas áreas de ensino, outrossim ressaltam os momentos de apoio e incentivo por parte de professores e colegas. Há, de modo semelhante, uma ênfase na importância do autoconhecimento e autorreflexão durante a jornada acadêmica, destacando como os alunos têm aprendido sobre suas competências e crescido tanto pessoal como profissionalmente.

1. "A universidade me transformou, formou uma das minhas faces, amo ser professora, amo ser aluna da Unipampa e tenho muito orgulho dessa instituição."
2. "Os professores me ajudam bastante a evoluir em diferentes etapas — podemos dizer assim — então, percebo que cresço a cada semestre, tanto como profissional quanto como pessoa."
3. "É interessante ressaltar a importância de construir o diálogo em sala de aula devido a necessidade das relações humanas e a sensibilidade destas."
4. "Particularmente minha experiência acadêmica tem sido enriquecedora em termos de conhecimento, podendo haver algumas deficiências no ensino de línguas e nas metodologias de ensino."
5. "Eu acredito que o aspecto que mais se sobressai é minha autorreflexão acerca das minhas competências."

A pesquisa de Devis-Rosental e Farquharson (2020) corrobora também com esta subseção, principalmente nos excertos 2 e 3, dada a importância do apoio ao estudante para o seu desenvolvimento integral, o qual resulta em melhor desempenho acadêmico, o qual, por sua vez, implica na percepção de valor dessa experiência pelo aluno - valor esse associado ao bem-estar acadêmico e florescimento.

Nessa pesquisa, também encontramos dados e argumentação teórica que aponta para a capacidade dos estudantes de serem “autorreflexivos”. Esse tema foi recorrente nas entrevistas realizadas por esses pesquisadores, nos quais se verifica estudantes descrevendo e definindo a Inteligência Socioemocional (ISE), bem como discutindo seu desenvolvimento e aprimoramento na prática. De acordo com Brackett, Rivers e Salovey (2011) e Schutte, Malouff e Thronsteinsson (2013), a reflexão é vista como uma maneira de dar sentido às experiências e desenvolver o pensamento e o comportamento, além de aumentar o engajamento acadêmico e o sucesso.

Para esses estudantes, a reflexão era uma parte essencial de ser e de tornar inteligente socioemocionalmente. No entanto, alguns participantes expressaram preocupação de que o termo “reflexão” havia se tornado muito geral e superutilizado, perdendo seu valor. Isso está alinhado com as preocupações de Devis-Rosental (2018) e Mortiboys (2010, 2012) sobre a superutilização do conceito de “reflexão”.

O estudo em questão destacou também a importância de permitir tempo e espaço para que os alunos desenvolvessem sua ISE por meio da reflexão profunda e significativa. No entanto, “alguns programas educacionais não proporcionavam essa oportunidade, pois as reflexões dos alunos eram temporais, pontuadas de modo a carregarem um sentido diferente” (Devis-Rosental; Farquharson, 2020, p. 301, tradução nossa). Nesse sentido, “um dos professores reconheceu essa questão ao dizer que o termo era demasiadamente utilizado, que as pessoas não entendiam o que ele deveria significar” (Devis-Rosental; Farquharson, 2020, p.301, tradução nossa).

Foi discutida nessa pesquisa a falta de compreensão sobre as habilidades de pensamento crítico necessárias para a reflexão profunda. A literatura sugere que, além dos efeitos positivos para o desenvolvimento da ISE, a reflexão contribui para a aprendizagem significativa dos alunos sobre suas emoções, conforme apontado por Grant e Kinman (2013) e Rees (2013). Reconhece-se que a narrativa pessoal ou atividade de *mindfulness* pode ser igualmente eficaz, conforme discutido por Devis-Rosental (2018). Dessa forma, os autores concordam com Dewey (1933) e Gibbs (1988) que a reflexão não é somente um processo cognitivo, mas também envolve emoções.

É interessante notar que, assim como nos trechos das entrevistas na seção do grupo em estágio intermediário, conforme seção 4.3.1.2, não somente o apoio aos alunos é mencionado, como também a experiência de transformação e crescimento pessoal e profissional, bem como de autorreflexão (excertos 1, 4 e 5). Essas percepções também são apontadas e discutidas por Stretcher Sigmar *et al.* (2012), o qual destaca a importância da observação, do aprendizado experiencial, da instrução acadêmica e da interação com professores e colegas para a construção de si enquanto pessoa, aluno e futuro profissional de sua área. Nesse sentido, Hastings e Cohn (2015) enfatizam a interligação entre desenvolvimento intelectual e emocional, uma vez que o senso de conquista é um dos pilares do Bem-estar e Florescimento (SELIGMAN, 2012).

4.1.3.3 Percepções de alunos em estágio final do curso

Nesta subseção apresentamos o maior número de respostas obtidas (um total de 12 comentários), dentre as quais percebemos a predominância de temas como a experiência acadêmica, desafios e superação de obstáculos, desenvolvimento pessoal e profissional, importância das relações interpessoais e o foco no futuro profissional.

Os respondentes compartilham uma jornada acadêmica marcada por desafios e reflexões profundas sobre seu desenvolvimento pessoal e profissional. Ao longo dos anos na universidade, os alunos enfrentaram dificuldades, como equilibrar estudos com trabalho, lidar com problemas de saúde mental e adaptação ao ensino remoto durante a pandemia. Apesar dos obstáculos, reconhecem a importância das relações interpessoais como um suporte emocional fundamental. A experiência acadêmica moldou suas identidades e perspectivas sobre a profissão de professor, levando-os a uma conscientização crescente sobre seu futuro profissional. Apesar das dificuldades enfrentadas, eles estão se preparando para a conclusão do curso universitário, conscientes dos impactos positivos e negativos que a vida acadêmica teve em suas jornadas até o momento.

1. "Por um bom tempo a vida acadêmica foi o centro da minha vida..."
2. "Agora que me encontro praticamente na reta final do curso, percebo muitos impactos, positivos e negativos que a vida acadêmica até o momento..."

3. "Minha experiência acadêmica tem muito a ver com quem eu sou hoje."
4. "É mais que apenas estudar, às vezes eu quero estudar e simplesmente não consigo, não sai."
5. "Tive altos e baixos no curso, especialmente durante a pandemia."
6. "Não me adaptei às aulas *online*, sofro de ansiedade e tive momentos bem complicados."
7. "Hoje entendo que o processo de graduação e a experiência acadêmica que vivemos dentro da universidade tem a capacidade de nos moldar como cidadão, realçar nossas habilidades e acima de tudo nos ajuda a (re)construir a nossa identidade."
8. "Admito que entrei na universidade com alguns traumas e crenças erradas da minha futura profissão..."
9. "Acredito que as relações de amizade dentro da universidade são ótimas, já que estamos sempre ajudando um ao outro."
10. "No entanto, levei quase oito semestres para começar a me preocupar com o meu futuro profissional..."
11. "Agora que me encontro praticamente na reta final do curso, percebo muitos impactos, positivos e negativos que a vida acadêmica até o momento, reviu muitos conceitos e inclusive a minha maneira de agir antes da faculdade..."
12. "Acredito que por estar dentro de uma instituição federal, já é um sucesso. Nessa instituição, ao meu ver, acabamos por abrir nossas mentes, ouvidos e olhos para diferentes realidades, opiniões, ideias e ideais. As convivências, ainda que superficiais, sempre adicionam algo a nossa jornada acadêmica; pois para mim, nada é por acaso e nem perdido, tudo pode ser agregado e transformado em algo que nos ajudará a alcançar êxito."

Dialogando com comentários, como os de número 5 e 6, o artigo de Allen *et al.* (2022) aborda o impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental e no bem-estar dos estudantes universitários, destacando os desafios adicionais enfrentados por eles durante esse período. Isso se relaciona com os trechos fornecidos pelos respondentes, alunos ou estudantes, que descrevem as dificuldades específicas encontradas durante a pandemia, como o equilíbrio entre estudos e trabalho, a adaptação ao ensino remoto, o isolamento social e a incerteza sobre o futuro profissional.

A experiência acadêmica dos estudantes, conforme mencionada pelos respondentes, também é afetada pelas mudanças significativas no ensino causadas pela pandemia, como a transição para o ensino virtual. Além disso, os trechos do artigo de Allen *et al.* (2022) que destacam a importância das relações interpessoais para o apoio emocional durante esse período difícil corroboram com as experiências compartilhadas pelos estudantes, que valorizam as relações de amizade dentro da universidade como uma fonte de suporte.

O foco no futuro profissional, mencionado pelos respondentes ao descreverem suas aspirações como professores e suas preocupações com o impacto da pandemia em suas carreiras, também ecoa as preocupações levantadas no estudo de Allen *et al.* (2022) sobre o impacto incerto da pandemia no mercado de trabalho e nas perspectivas de carreira dos estudantes universitários.

O artigo de Gan *et al.* (2022), apesar de consistir na análise dos resultados de um curso aplicado para alunos do primeiro ano, discute a importância do desenvolvimento de habilidades de autoliderança e habilidades interpessoais e de um currículo que contemple a Psicologia Positiva, aspectos que foram direta ou indiretamente mencionados nas respostas. A Psicologia Positiva é mencionada como uma abordagem no ensino de habilidades de bem-estar e vida em adição às habilidades acadêmicas tradicionais.

Ademais, os desafios enfrentados pelos alunos, como equilibrar estudos com trabalho, lidar com problemas de saúde mental e dificuldades de adaptação ao ensino remoto durante a pandemia (e vale destacar que os alunos em fase final de curso passaram todos por uma dessas duas experiências: transição presencial-*online*-presencial ou *online*-presencial), também refletem a necessidade de desenvolvimento das habilidades mencionadas e adaptação a mudanças (GAN *et al.*, 2022). A essas habilidades, acrescenta-se a importância das relações interpessoais como um suporte emocional fundamental e da aspiração em alcançar objetivos.

Como uma proposta para a superação dos obstáculos e desenvolvimento acadêmico no que diz respeito ao conhecimento acadêmico e *soft skills*, o estudo de Lambert *et al.* (2018) destaca a implementação de intervenções de Psicologia Positiva (PPI) em ambientes educacionais para promover o bem-estar entre os alunos. Essas intervenções podem, conforme o autor, ajudar os alunos a lidar com desafios acadêmicos, como o ensino remoto durante a pandemia, promovendo

emoções positivas, fortalecendo relacionamentos interpessoais e desenvolvendo habilidades socioemocionais importantes para o sucesso profissional.

Nesta subseção, foram apresentadas respostas subjetivas de estudantes sobre suas experiências acadêmicas. Os dados fornecidos revelam diferentes aspectos relacionados ao papel do professor, senso de propósito, alcance de objetivos pessoais, conquistas, relações positivas, engajamento, emoções positivas e sentido. Essas respostas fornecem uma visão panorâmica sobre a percepção que o aluno têm de sua experiência acadêmica na prática, permitindo reflexões sobre os fatores que apresentam relevante impacto sobre a vivência acadêmica discente.

Na próxima seção, apresentamos uma síntese das principais descobertas do questionário, que incluem informações demográficas sobre os participantes, ano de ingresso no curso, tempo estimado para a conclusão do mesmo, bem como que fator predominam entre os mencionados como pilares do Bem-estar e categorias variáveis do Bem-estar e Florescimento.

4.2 Abstração dos principais pontos identificados no questionário

Nesta seção, apresentamos uma síntese das principais descobertas obtidas a partir dos dados coletados por meio do formulário de pesquisa. Os resultados fornecem uma visão abrangente dos participantes do estudo e das percepções relacionadas à sua experiência acadêmica. No Quadro 7, apresentamos uma tabela que resume as categorias mais significativas derivadas das respostas dos participantes.

Quadro 7 - Perfil predominante dos participantes da primeira etapa da pesquisa

(continua)

Categoria	Maior Resultado
Gênero	Gênero feminino (n=19)
Idade	Média de idade: 24 anos
Raça	Branco (n=20)

Quadro 7 - Perfil predominante dos participantes da primeira etapa da pesquisa

(continuação)

Ano de Ingresso no Curso	Ingresso em 2021 (n=9)
Tempo Estimado para Conclusão do Curso	Metade do curso (4 a 6 semestres)
Modelos de Residência	Residência da família (n=23)
Conceitos Percebidos na Experiência Acadêmica	Pertencimento e amizades (n=23)
Conceitos Relacionados aos Pilares do Bem-Estar e Florescimento	Alcance de objetivos (n=21)

Fonte: Autora (2023)

Com base nos resultados observados, é possível perceber a predominância de discentes que se identificam como do gênero feminino no curso, o que é confirmado em uma busca realizada com base nas matrículas ativas no curso considerado no campus Bagé. Consoante esse documento, dos 90 discentes, 61 se declararam como representantes do gênero feminino; 29, por sua vez, do gênero masculino, enquanto nenhum discente deixou essa informação em branco. Tal observação suscita a oportunidade de examinar a dinâmica de gênero dentro do ambiente acadêmico, especialmente considerando a possibilidade de que, historicamente, as mulheres tendem a predominar na área do magistério (Thornton; Bricheno, 2009) e podem se sentir mais inclinadas a compartilhar suas experiências de forma subjetiva e aberta, em contraste com seus colegas do gênero masculino. Essa última proposição encontra evidências em estudos, tais como de Simon e Nath (2004).

Além disso, conforme dados obtidos, tem-se que: de 19 a 24 anos: 56 alunos; de 25 a 30: 25 alunos; e de 31 a 49: nove alunos. A constatação de que a média de idade dos participantes é de 24 anos nos leva a considerar que o curso é frequentado predominantemente por jovens adultos, apesar de essa não ser precisamente a idade da maioria dos alunos com matrícula ativa na data de 04 de dezembro de 2023. Esse grupo demográfico tende a ser particularmente sensível às transformações decorrentes da experiência acadêmica, as quais podem ter impactos substanciais em suas vidas emocionais, interpessoais e profissionais. Essa observação oferece uma perspectiva valiosa para analisar o curso e suas

influências nas trajetórias de vida dos estudantes. Após uma breve busca de artigos que ressaltam a faixa etária como um dado relevante para esses estudos, verificou-se que a média de idade que predomina é entre 17 e 25 anos, conforme Pallamparty e Wishkoski *et al.* (2022), Pallamparthy e Basavareddy (2019), Ebeuwa-Okoh (2010) e Burgoyne, O'Flynn e Boylan (2010), somente para mencionar alguns.

Referente à raça, aproximadamente dois terços dos respondentes identificam-se como brancos. Semelhantemente aos dados obtidos referentes ao gênero, essa informação pode sugerir pontos a serem investigados acerca da dinâmica de raças/etnias no contexto universitário, tendo em conta o histórico de políticas voltadas ao atendimento de diversos grupos.

Quanto ao ano de ingresso, verifica-se que a maioria representa os ingressantes do ano de 2021, que se encontram praticamente na metade do curso, os quais tiveram contato com a pesquisadora enquanto essa foi docente substituta na disciplina de Fundamentos de Inglês no início do semestre. Não somente isso, é possível também presumir que o fato de o projeto AME (Acolhida e Mentoria Estudantil), coordenado pela Professora Dra. Valesca Brasil Irala na época, ter sido iniciado com o envolvimento de alunos daquele ano, esses podem ter se sentido mais encorajados a contribuir com a pesquisa, dada as suas experiências enquanto alunos e mentores.

De acordo com uma busca por dados relativos ao número de matrículas ativas no curso aqui considerado, verificaram-se 64 matrículas de alunos que se declaram brancos, 12 matrículas de alunos que se declaram pretos, nove matrículas de alunos que se declaram pardos, duas matrículas de alunos que se declaram indígenas, e três matrículas de alunos que optaram pela não declaração de etnia. Nesse sentido, vale propor pesquisas que aprofundem o tema do bem-estar consoante essa dinâmica raças/etnias no contexto da universidade, a exemplo de um estudo conduzido na África do Sul, o qual indica que o bem-estar é analisado em relação às diferenças raciais, de gênero e sociais sob a perspectiva da abordagem de capacidades. Através dessa lente, Gore e Walker (2020) exploram como a identidade dos estudantes, incluindo raça, gênero e classe social, interage para formar vantagens ou desvantagens. Além disso, destaca a importância de compreender as oportunidades reais dos estudantes e como essas oportunidades são afetadas por fatores estruturais, sociais e pessoais.

No que tange à relação entre os alunos morarem em casa dos familiares e sua experiência acadêmica, essa pode variar de acordo com diversos fatores, incluindo a cultura, a personalidade do aluno, a situação financeira, o nível de apoio familiar e outros elementos. No entanto, é importante notar que a experiência de cada aluno é única, e morar com familiares pode ser ou não a melhor opção para todos. Alguns estudantes podem preferir a independência, enquanto outros podem enfrentar desafios de equilibrar as expectativas da família com suas próprias metas acadêmicas e pessoais. Essa relação entre morar com familiares e a experiência acadêmica depende de como cada estudante lida com os aspectos financeiros, sociais e emocionais dessa situação. O importante é que o ambiente de moradia esteja alinhado com as metas e necessidades individuais do aluno, e que exista um sistema de apoio para ajudá-los a ter sucesso em sua jornada acadêmica.

A fim de termos acesso a um panorama inicial da percepção da experiência acadêmica com base nos dados de perfil dos respondentes e as respostas subjetivas fornecidas por esses, compreendemos que um levantamento de palavras-chave relacionadas aos pilares do Bem-estar e do Florescimento (conforme subseções 2.1 e 2.2). Dessarte, podemos verificar na subseção 4.2.1 a seguir, que conceitos predominam.

4.2.1 Análise das respostas subjetivas fornecidas no questionário

Para a análise dos dados, dispomos de uma tabela com os termos empregados por Martin Seligman (2012) e os pilares do Bem-estar e Florescimento conforme revisão de escopo (Mascarelo Sudo; Irala, 2023), os quais se encontram na coluna da esquerda, e seus sinônimos ou definições. Esses dados foram utilizados para a verificação das respostas à penúltima pergunta do questionário, o qual solicitava uma resposta subjetiva concernente à experiência acadêmica do discente². Para identificar os pilares ao longo dos comentários, fez-se necessária a elaboração do Quadro 8 (p. 80), o qual servirá de norte para esse estágio da análise.

² Cujas respostas estão dispostas em três grupos, conforme subseções 4.1.3.1 a 4.1.3.3.

Quadro 8 - Pilares do Bem-estar e Florescimento e seus respectivos sinônimos e definições

(continua)

Cinco Pilares do Bem-estar (aqui admitidos como pilares constantes)	Sinônimos e definições (SELIGMAN, 2012)
Emoções Positivas	Felicidade, Satisfação
Engajamento	Prazer, Êxtase, Conforto, Afeição
Relacionamentos Positivos	Impacto positivo na vida de outras pessoas
Sentido	Pertencer, Servir algo maior que nós mesmos
Conquista	Realização
Pilares do Bem-estar e Florescimento (com base na revisão de escopo, podem variar quanto ao contexto de pesquisa)	Sinônimos e definições, conforme revisão de escopo
Amizade e pertencimento	Conexões sociais fortes com outros estudantes; lugar de pertencimento, espaços relacionais projetados com interações diversas; convivência com pessoas que eles gostam mais do que a especificação da acomodação (Worsley; Harrison; Corcoran, 2021)

Quadro 8 - Pilares dos Bem-estar e Florescimento e seus respectivos sinônimos e definições

(continua)

Competência intercultural	Relacionada a habilidades cognitivas, afetivas e comportamentais necessárias para interações efetivas considerando a diversidade (Bennett, 2008); adoção de uma perspectiva global e o estabelecimento de relações harmoniosas com pessoas de diferentes culturas (Armstrong, 2020); empatia (Meleady <i>et al.</i> , 2020), minimização de preconceitos e etnocentrismo (Gregersen-Hermans, 2017), tolerância à ambiguidade (Romijn <i>et al.</i> , 2021), gerenciamento de emoções, principalmente o estresse (Schwarzenthal <i>et al.</i> , 2020) e habilidades de comunicação em ambientes interculturais (Stier, 2009). A Inteligência intercultural envolve a capacidade de adaptação a contextos culturais diversos (Li, 2020).
Autorreflexão e avaliação	Autoconsciência, emoções positivas e eficácia pessoal; capacidade dos estudantes de estarem conscientes de si mesmos, de suas emoções e de seu impacto nos outros; processo de introspecção e contemplação por meio do qual os indivíduos analisam seus pensamentos, emoções e comportamentos. Envolve o desenvolvimento da autoconsciência, compreensão das próprias forças e fraquezas, e reflexão sobre experiências pessoais e valores. A autorreflexão é um aspecto crucial do florescimento e do bem-estar, que englobam felicidade, satisfação, adaptabilidade, crescimento pessoal e social e resiliência diante da adversidade (Gan <i>et al.</i> , 2022).
Afeto positivo	Gratidão, alegria, amor, esperança e interesse (Frederickson; Losada, 2005).

Quadro 8 - Pilares dos Bem-estar e Florescimento e seus respectivos sinônimos e definições

(continua)

Autoliderança	Otimismo, perseverança e habilidade para lidar com incertezas, bem como habilidades de vida, como compreender seus pontos fortes, promover mudanças e orientação para a conquista (Dondi, 2021).
Felicidade / Infelicidade	Satisfação como avaliação cognitiva da vida como um todo. Está sujeita a tradições culturais e podem influenciar a motivação para a aprender e a satisfação tanto em fatores externos quanto intrínsecos (Diener <i>et al.</i> , 1985).
Ambiente de convivência e relação interpessoal	Estruturas físicas e sociais das acomodações estudantis universitárias, especialmente os alojamentos estudantis, e sua influência na saúde mental e bem-estar dos estudantes Worsley, Harrison e Corcoran (2021); promoção de relacionamentos interpessoais positivos e amigáveis (Festinger <i>et al.</i> , 1950); laços interpessoais mais fortes e sentimentos aprimorados de bem-estar.
Sucesso / Insucesso acadêmicos	Fatores pessoais (por exemplo, características sociodemográficas, autoestima) (Rosenberg, 1965), fatores familiares (por exemplo, histórico de doenças mentais na família, educação dos pais) (Perris <i>et al.</i> , 1980), fatores ambientais (por exemplo, relacionamentos com colegas, estresse percebido) (Hurst; Baranik; Daniel, 2013; Haslam <i>Et Al.</i> , 2009; Hjemdal <i>Et Al.</i> , 2006), saúde psicológica e emocional (por exemplo, ansiedade (Spitzer <i>et al.</i> , 2006), sintomas depressivos (Kroenke; Spitzer; Williams, 2001), motivação para aprender (Posner <i>et al.</i> , 2011) e hábitos e comportamentos de estilo de vida (por exemplo, consumo de álcool, exercícios, sono) (Espie <i>et al.</i> , 2014).

Quadro 8 - Pilares dos Bem-estar e Florescimento e seus respectivos sinônimos e definições

(continuação)

Estado mental	Ausência ou presença de elementos como medo, ansiedade, estresse, solidão (Burns <i>et al.</i> , 2020)
Organização Institucional e Papel do docente	Novas experiências, instigadas pelos docentes, que contribuem para a aumentar a confiança dos estudantes; comunicação, organização e suporte; organização que coloca o bem-estar dos estudantes no centro; valorização, apoio e encorajamento (Devis-Rozental; Farquharson, 2020). Para Smith e Ulus (2019), a melhoria no ensino superior está atrelada ao desenvolvimento e aprimoramento da inteligência socioemocional do próprio professor.

Fonte: Elaborado pelas autora com base em Seligman (2012) e nas pesquisas identificadas na revisão de escopo também desenvolvida pela autora (2024).

Após uma contagem de palavras repetidas, considerando os temas que se evidenciaram em cada resposta subjetiva no formulário, conduzida no site “rotasul.net”, verificou-se que a análise das respostas dos estudantes do curso de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas revela um conjunto variado de elementos que permeiam a experiência acadêmica. A partir dos dados obtidos, é possível observar uma ênfase em cinco principais áreas: autorreflexão, sentido, relações positivas, emoções positivas e conquistas. Vamos discorrer brevemente sobre cada um dos fatores:

- **Autorreflexão:** a autorreflexão emerge como um elemento proeminente na narrativa dos discentes, refletindo sobre suas experiências, desafios e crescimento pessoal ao longo do curso. A autorreflexão é citada em 15 respostas, evidenciando a importância desse processo na formação acadêmica.
- **Sentido:** o sentido, entendido como a percepção de propósito e significado na jornada acadêmica, é mencionado em 13 respostas. Os discentes expressam

a busca por significado em seus estudos, vislumbrando objetivos futuros e a relevância do curso para suas vidas pessoais e profissionais.

- **Relações Positivas:** o elemento de relações positivas é destacado em 13 respostas, evidenciando a importância das interações sociais no ambiente acadêmico. A formação de amizades sólidas, o apoio mútuo entre colegas e a relação com os professores são fatores que contribuem para uma experiência positiva.
- **Emoções Positivas:** emoções positivas são citadas em 13 respostas, indicando a influência do aspecto emocional na vivência acadêmica. A satisfação, a felicidade e a superação de desafios emocionais são elementos que contribuem para a construção de uma experiência acadêmica mais positiva.
- **Conquista:** o sentimento de conquista é mencionado em 10 respostas, sugerindo que os discentes percebem seus avanços e realizações ao longo do curso como aspectos relevantes de sua experiência acadêmica.

Outros elementos, como o papel do professor, organização institucional, engajamento, ambiente e estado mental, pertencimento, sucesso e competência intercultural também são abordados nas respostas, embora com menor frequência. Os resultados destacam a importância de os professores e pesquisadores considerarem esses elementos ao planejar estratégias de ensino e práticas docentes. Promover a autorreflexão, facilitar o sentido na aprendizagem, fomentar relações positivas, gerenciar emoções de forma construtiva e reconhecer conquistas são aspectos cruciais para o desenvolvimento acadêmico e bem-estar dos discentes.

Ao alinhar as práticas pedagógicas com os cinco pilares do Bem-estar (relações positivas, emoções positivas, engajamento, sentido e conquistas), conforme proposto por Seligman, os educadores podem contribuir para um ambiente acadêmico mais enriquecedor e promissor. Além disso, a compreensão das nuances da experiência dos alunos permite ajustes na abordagem pedagógica, visando um apoio mais eficaz e uma formação mais integral. Um estudo muito interessante que aponta o impacto das crenças dos professores em relação aos alunos sobre vários aspectos da experiência formativa deles, inclusive do bem-estar,

pode ser encontrado em Wolf e Brown (2023), ainda que o contexto objeto desse estudo não abranja o Ensino Superior.

Os educadores desempenham, para as autoras, um papel crucial na construção de conexões positivas com os alunos, as quais têm um impacto significativo em suas experiências de aprendizagem. Ao refletir sobre seus próprios preconceitos, os professores podem aumentar sua consciência e reduzir a influência desses vieses nas interações com os alunos (Wolf; Brown, 2023). Participar de programas de capacitação em competência cultural pode auxiliar os educadores a compreender e valorizar a diversidade cultural em suas salas de aula, promovendo relações mais inclusivas e respeitosas (Wolf; Brown, 2023). Estabelecer confiança e empatia com os alunos, oferecer suporte personalizado de acordo com as necessidades individuais de cada estudante e defender políticas que combatam desigualdades sistêmicas são estratégias essenciais para fomentar relações positivas entre professores e alunos, resultando em melhorias nos resultados de aprendizagem (Gehlbach *et al.*, 2016; Wolf; Brown, 2023).

Mais diretamente relacionado ao bem-estar do estudante, estudo de van Petegem *et al.* (2007) destaca a importância da percepção dos alunos sobre as atitudes e comportamentos dos professores em relação ao seu próprio trabalho. Eles descobriram que o bem-estar dos alunos era menor em salas de aula onde os alunos percebiam que os professores estavam incertos ou insatisfeitos com seu trabalho, mesmo que os professores relatassem estar muito satisfeitos e confiantes. Isso ressalta como a percepção dos alunos pode desempenhar um papel crucial em suas experiências na sala de aula, independentemente do estado emocional real dos professores.

Essa dinâmica ressalta a relação bidirecional entre as crenças dos professores e as percepções dos alunos. A qualidade dos relacionamentos entre professores e alunos atua como um mediador nessa relação, influenciando tanto o bem-estar dos professores quanto o dos alunos (Spilt *et al.*, 2012). Por essa razão, a fim de que se construa um ambiente promotor de bem-estar aos alunos, é necessário que esse construto seja percebido, avaliado e desenvolvido na experiência profissional do professor, como uma cultura construída partindo da equipe administrativa, passando pelas equipes - incluindo a pedagógica e de apoio - até chegar nos alunos de modo mais genuíno e, conseqüentemente, efetivo.

Dentro do âmbito universitário norte-americano, a revisão de Dean e Forray (2019) revela que a forma como os professores universitários enxergam seus alunos de graduação tem um impacto considerável nos resultados acadêmicos dos estudantes (Canning *et al.*, 2019). Foi observado que essas percepções dos professores, mesmo que de forma inconsciente, podem gerar diferenças significativas nas notas dos alunos, especialmente entre grupos historicamente menos representados, como nativos americanos, hispânicos e afro-americanos (Claro; Paunesku; Dweck, 2016; Dweck, 2006). Essas percepções têm o potencial de afetar a motivação dos alunos e prejudicar seu desempenho acadêmico, mesmo que não sejam expressas de maneira explícita ou intencionalmente discriminatória (Dean; Forray, 2019).

Ainda assim, conforme Norrish (2015), a abordagem educacional ideal não exclui os conteúdos tradicionais, mas os integra a uma perspectiva mais ampla que contempla o bem-estar, resiliência e autoconhecimento. Esses aspectos são corroborados pelos dados coletados, nos quais elementos como autorreflexão, sentido, relações positivas, emoções positivas e conquistas emergem como essenciais na experiência acadêmica dos discentes.

A falta de menção explícita a fatores promotores de bem-estar no Ensino Superior na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) destaca uma possível lacuna na abordagem legislativa sobre esse ciclo formativo. Isso suscita questionamentos relevantes sobre a visão do meio acadêmico em relação à formação integral, incluindo dimensões emocionais. A ênfase nas *soft skills*, consoante Souza, Beceveli Junior e Santos (2023), demonstra a crescente importância dessas habilidades comportamentais e emocionais no mercado de trabalho, e a necessidade de incorporá-las no ambiente acadêmico.

A referência ao estatuto da Universidade Federal do Pampa, que expressa o objetivo de valorizar a solidariedade, cooperação, diversidade e paz, aproxima-se da abordagem proposta por Norrish (2015) e destaca uma preocupação explícita com a formação integral dos estudantes. Esse alinhamento entre os princípios da universidade e a abordagem educacional proposta reforça a importância de considerar não apenas o aspecto cognitivo, mas também o emocional na formação acadêmica. Diante desse cenário, a análise sugere que a abordagem educacional que valoriza o bem-estar, florescimento e autoconhecimento não apenas enriquece

a experiência acadêmica, mas também contribui para o desenvolvimento de habilidades fundamentais para o sucesso profissional e pessoal dos estudantes.

A análise dos resultados obtidos nas respostas dos discentes do curso de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas, em conjunto com a citação de Norrish (2015) e a referência à legislação brasileira, traz à tona reflexões pertinentes sobre a abordagem no Ensino Superior e a importância do bem-estar, florescimento e autoconhecimento na formação integral dos estudantes. Tais reflexões propostas, sem a pretensão de serem definitivas, servem de possíveis retratos que nos ajudam a representar o contexto do curso e instituição referidos e podem servir de base para futuras investigações sobre a dinâmica de gênero, raça/etnia, o desenvolvimento emocional e interpessoal, e a interação entre a experiência acadêmica e a vida profissional.

Na próxima seção, apresentamos os resultados e análise das respostas obtidas por meio das entrevistas conduzidas com os respondentes que demonstraram interesse em participar dessa etapa.

4.3 Quadro geral do perfil dos respondentes da entrevista e seus resultados

Com o intuito de obter informações mais detalhadas acerca da experiência individual dos discentes, optou-se pela entrevista semiestruturada, a qual oferece certa flexibilidade na condução das questões. Dessa forma, é possível esclarecer conceitos ou buscar aprofundamento da resposta, quando necessário.

Para proceder com o convite, os alunos que demonstraram interesse em participar desse processo informaram seus números de *WhatsApp*, a partir dos quais foi estabelecido contato para agendamento dos encontros, os quais poderiam ser presenciais ou por meio de reuniões via *Google Meet*. De 29 respondentes do formulário, 21 aceitaram participar dessa etapa e, desse montante, 17 efetivamente agendaram e contribuíram com suas respostas. Todos os discentes optaram pela reunião via *Google Meet*. Cada um dos 17 encontros foi gravado e, posteriormente, transcritos.

A fim de fornecer um panorama geral dos respondentes da entrevista, organizamos, no Quadro 9 (p. 88), os dados quanto à idade, gênero, raça (conforme

IBGE), ano de ingresso, quanto tempo entendiam faltar para o fim do curso, residência e procedência (se já vivia em Bagé antes de iniciar o curso ou não).

Quadro 9 - Perfil dos respondentes da segunda etapa da pesquisa

Categoria	Resultado
Idade	20-22 (8); 23-29 (5); 30-35 (3); 40-49 (1)
Gênero	Masculino (5); Feminino (12)
Raça (IBGE)	Branco (13); Preto (3); Pardo (1)
Ano de ingresso	2016 (2); 2017 (2); 2018 (3); 2019 (1); 2020 (4); 2021 (6)
Tempo para término (semestres)	7 (1); 6 (1); 5 (1); 4 (5); 3 (3); 2 (3); 1(3)
Residência	Família (12); Aluguel Individual (4); Aluguel Dividido (1)
Procedência	Bagé (13); De outras localidades (4)

Fonte: Autora (2024)

Esse quadro oferece diversas possibilidades de investigações e análises, como a relação entre as experiências e residência, idade, gênero, raça e procedência, que poderão compor futuros estudos para a compreensão da aplicação da Psicologia Positiva no contexto universitário. Considerando o objetivo deste trabalho especificamente, o foco será nos períodos acadêmicos em que o aluno se encontra, quais sejam: início, meio e fim da graduação.

Na próxima subseção, exploramos a análise dos dados subjetivos por meio do sistema de análises *Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires* (IRaMuTeQ), o qual contribui com a organização dos conceitos utilizados pelos respondentes em função de sua ocorrência, similitude, aproximação e classe. Esse procedimento fornece, mediante representações gráficas, um panorama dos termos empregados que auxilia na interpretação das respostas dos alunos, em especial quando se tratam de interações mais prolongadas.

4.3.1 Método de análise de dados

A análise dos dados foi conduzida utilizando o *software Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires (IRaMuTeQ)*, conforme indicado por Camargo e Justo (2013). O principal propósito deste *software* é examinar a estrutura e organização do discurso, revelando as relações entre os domínios lexicais mais frequentemente expressos pelos participantes da pesquisa. Decidiu-se por empregar a “Análise estatística” e a “Análise de similitude”, e, por meio do aplicativo *WordArt.com*³ a “Nuvem de palavras”, as quais foram separadas por períodos (início, meio e fim) do percurso formativo.

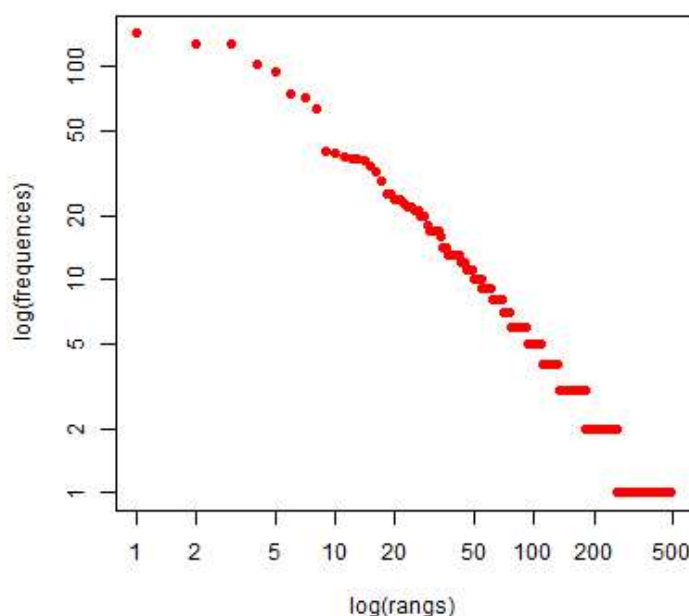
Iniciamos, na próxima subseção, com as análises concernentes às respostas fornecidas pelos alunos que se encontravam no início do curso na data da entrevista (realizada no início do primeiro semestre de 2023). Em cada uma das subseções, o trecho será identificado com o seguinte código: “*n_” seguido do número segundo a ordem em que a entrevista foi realizada.

4.3.1.1 Início do percurso formativo

Utilizou-se o programa IRaMuTeQ para facilitar a análise do conjunto de textos e examinar as conclusões obtidas (Salviati, 2017). A primeira avaliação apresenta as estatísticas textuais, indicando a presença de dois textos no corpus, correspondendo ao número de entrevistados. O total de ocorrências é de 2689, com 485 formas diferentes, 226 hapax e uma média de 1344.50 ocorrências por texto. A Figura 3 (p. 90) ilustra o gráfico gerado durante essa análise, com as formas em eixo “x” e a frequência em eixo “y”.

³ Justifica-se esta escolha pelo fato de o aplicativo proporcionar uma aparência mais interessante para o tipo de dado que buscamos exibir, nesse caso, o hapax de formas ativas.

Figura 3 - Gráfico de Zipf evidenciando a distribuição das frequências das palavras no conjunto de textos (início do curso)



Fonte: Autora (2024)

Considerando que esse foi um corpus significativamente pequeno, as formas classificadas como ativa pelo sistema não se encontram substantivamente próximas dos conceitos que interessam à pesquisa. Consoante resultado desse levantamento, as seguintes palavras “ser” (n=75), “não” (n=63), e “estar” (n=40) são as que se destacam em termos de frequência.

De acordo com relatório de ocorrências, fornecido pelo IRaMuTeQ, disponível na análise estatística, pode-se traçar conexões entre as formas ativas e o contexto onde elas ocorrem. O verbo “ser” ocorre em relação a ideias de identidade; à sensação de estar no lugar certo, de se sentir confortável e feliz com as escolhas feitas; reflexão sobre a própria jornada acadêmica e profissional. O advérbio “não” tem ligação com a falta de completude em relação a algumas atividades acadêmicas; sensação de não ser suficiente; resistência em relação a certas exigências dos professores; e dúvidas em relação ao futuro profissional como professor. O verbo “estar” liga-se a sentimentos de inclusão, amizades significativas, desafios emocionais e físicos, e a influência da prática dos professores e da

organização institucional. Reflete um forte senso de pertencimento, felicidade, e o impacto positivo das relações interpessoais e do desenvolvimento pessoal, destacando a importância da qualidade no trabalho acadêmico e a satisfação com o progresso, apesar das dificuldades.

Não é incomum que, durante o estágio inicial de sua formação, os estudantes experimentem considerável instabilidade ao se adaptarem ao novo ambiente, estabelecendo novas relações e desenvolvendo uma nova rotina. Uma abordagem dialógica com os alunos iniciantes neste período inicial pode facilitar sua compreensão das expectativas do curso e dos professores, assim como dos diferentes estilos de ensino e metodologias empregadas. Isso enfatiza o significado dessas abordagens na formação do aluno, bem como suas contribuições para o desenvolvimento profissional, além de abordar as diversas demandas de emprego na área.

Além disso, é benéfico tornar explícitos os objetivos de curto, médio e longo prazo das disciplinas, tanto para facilitar a avaliação professor-aluno quanto para promover a autoavaliação do discente ao longo do curso. Mais crucial ainda é oferecer uma transição para o ensino superior que represente uma adaptação gradual do aluno ao contexto, auxiliando-o na organização, na preservação de sua saúde mental e na melhor assimilação do conteúdo oferecido pelas disciplinas e projetos. Esse ajuste gradativo não apenas promove uma melhor integração do aluno ao ambiente acadêmico, mas também pode contribuir significativamente para seu bem-estar geral e seu sucesso acadêmico.

Esse resultado está alinhado com a pesquisa de van Rooji, Jansen e van de Grift (2018), o qual destaca a importância do ajustamento acadêmico na previsão do desempenho acadêmico dos estudantes universitários em seu primeiro ano, como média de notas e créditos obtidos. Além disso, o estudo também enfatiza o papel crucial da satisfação com o programa de graduação na previsão da intenção de persistir dos alunos. Além disso, sugere a importância de desenvolver habilidades de estudo autorregulado (com ações conscientes e intencionais em torno de seu comportamento e mentalidade na experiência acadêmica) desde o primeiro ano, visando melhorar o ajustamento acadêmico e, conseqüentemente, o sucesso dos alunos.

Por outro lado, é possível identificar, entre as formas ativas, notável recorrência de palavras como “sentir”, “curso”, “professor”, “aprender”, “bem”,

“trabalhar”, “amizade”, entre outras, as quais são expostas no Quadro 10 (palavra x frequência), ordenada em ordem decrescente quanto à frequência. Vale ressaltar que as formas são lematizadas, ou seja, são reduzidas ao seu lema ou base comum (Camargo; Justo, 2018).

Quadro 10 - Frequência de formas ativas diretamente relacionadas ao objeto de pesquisa

(continua)

Palavra / conceito	Frequência	Palavra / conceito	Frequência
Sentir	14	Facilidade	4
Curso	13	Diferenças culturais	3
Professor	11	Organização Institucional	3
Aprender	10	Pertencimento	3
Bem	10	Colegas	3
Trabalhar	10	Conhecer	3
Amizade	9	Conseguir	3
Aula	9	Crescer	3
Semestre	7	Tímido (3) + Timidez (3)	6
Sensação	7	Desafio	3
Universidade	7	Ansiedade	2
Aluno	6	Autorreflexão	2
Faculdade	6	Avaliação	2
Feliz	6	Papel e prática do professor	2
Fácil	6	Ajuda	2
Matéria	6	Capaz	2
Licenciatura	5	Evolução	2
Língua	5	Propósito	2
Passar	5	Autorreflexão e avaliação	1

Quadro 10 - Frequência de formas ativas diretamente relacionadas ao objeto de pesquisa

(continuação)

Realizar	5	Relação interpessoal	1
Acreditar	4	Sucesso ou insucesso	1
Estado emocional e físico	4	Conquista	1
Ambiente de convivência	4	Pertencimento e amizade	1
Mudança	4	Sentido	1

Fonte: Autora (2024)

Os dados mostram que, no início da graduação, os alunos estão fortemente focados em suas emoções e responsabilidades acadêmicas, com termos como "sentir," "feliz," "trabalhar" e "curso" sendo frequentes. Esse foco reflete a intensidade emocional e a consciência das tarefas acadêmicas, o que aponta para a necessidade de abordagens que auxiliem no ajustamento acadêmico (suporte na transição de um contexto formativo para outro e no desenvolvimento do estudo autorregulado, adaptação, familiarização, orientação, acolhimento, mentoria, entre outros). Além disso, a importância de termos como "amizade", "colegas" e "pertencimento" ressalta a necessidade de interações sociais e um ambiente inclusivo, fundamentais para a saúde mental e o sucesso acadêmico. Promover suporte emocional e um ambiente acolhedor pode ajudar os alunos a se sentirem mais conectados e motivados, facilitando seu bem-estar e desempenho.

Na Figura 4 (p. 94), outras formas ativas de interesse da pesquisa que tiveram frequência igual a um (n=1) seguem representadas conforme abstraído da análise de estatística do IRaMuTeQ, em uma nuvem de palavras produzida no *WordArt.com*, um gerador de nuvem de palavras *online*.

Figura 4 - Outras formas ativas relacionadas ao tema da pesquisa que tiveram frequência igual a um no corpus “início de curso”



Fonte: Autora (2024)

É possível notar a predominância de termos referentes a sentimentos, positivos ou negativos (por exemplo, animado, calmo, alegre, estresse, tranquilamente, legal, tristeza, desgaste, paciência, transbordar, etc.), e elementos pertencentes ao percurso acadêmico (cadeira, acadêmico, atrasar e formação).

Inserida na contagem das formas suplementares, o termo “pessoa”, considerado também um substantivo pelo programa, porém localizado entre as formas suplementares, teve frequência igual a 13. Essa observação denota que os três termos mais utilizados nas respostas dos alunos em estágio inicial foram “curso”, “pessoa” e “sentir”, seguido de “professor”.

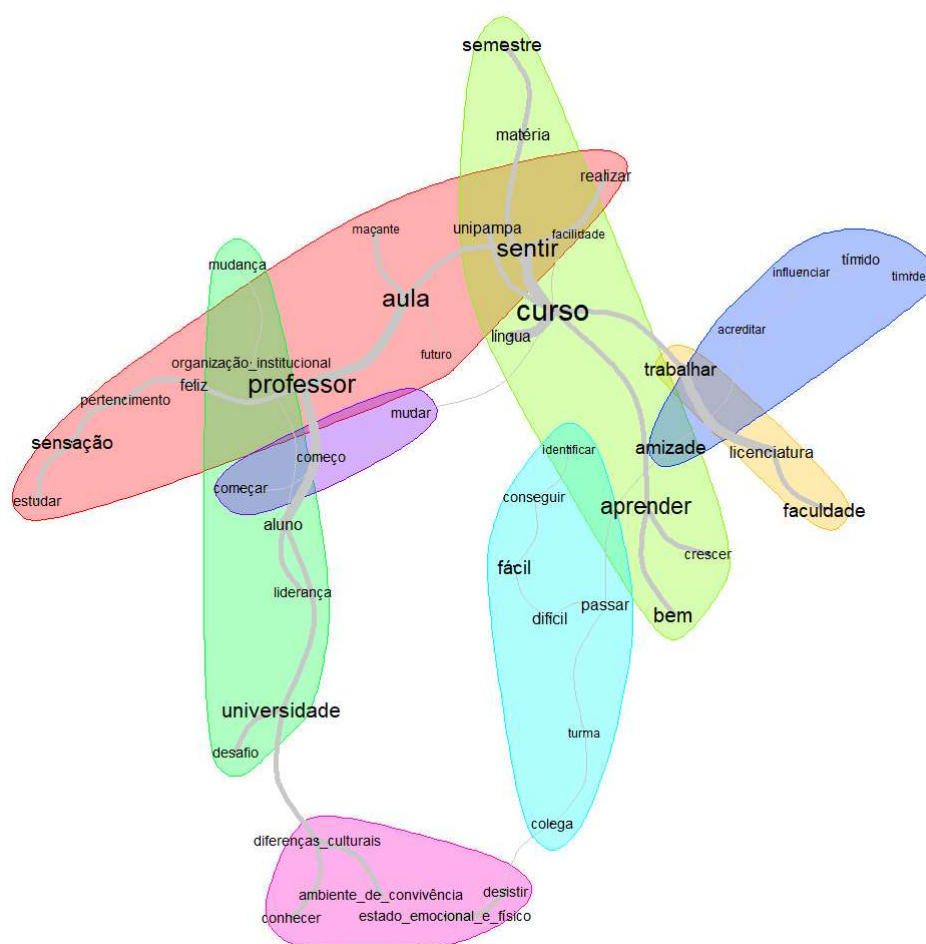
A seguir, encontra-se disposta a Análise de Similitude, uma técnica que se fundamenta na teoria dos grafos, amplamente utilizada por estudiosos das representações sociais, opera com a equação $G(V,E)$, onde G representa o grafo constituído por vértices (V) e as conexões entre eles (E) (Degenne; Vergès, 1973; Camargo; Justo, 2018). Essa metodologia possibilita a detecção de coocorrências entre palavras, oferecendo *insights* sobre a conectividade e a estrutura do conteúdo textual (Camargo; Justo, 2018). Adicionalmente, ela viabiliza a identificação de

elementos comuns e particularidades com base em variáveis descritivas na análise (Marchand; Ratinaud, 2012 Apud Camargo; Justo, 2018).

Quando dispostos em gráficos, especialmente o modelo de apresentação “graphopt”, as conexões entre as formas ativas nos mostram quais temas se destacam entre os diferentes períodos, o que facilita a identificação das principais necessidades em cada estágio. Essas informações são valiosas para a elaboração da “Estrada P.E.R.M.A com as rotas de florescimento acadêmico conforme resultados da revisão de escopo e pesquisa com graduandos no primeiro semestre de 2023”, disponível na Figura 12.

Para esse procedimento, selecionaram-se palavras de frequência entre três e quatorze. Desse grupo, retiraram-se as seguintes palavras: “lá”, “até”, “já”, “ao”, “ali”, “ainda”, “como”, “logo”, “fosse”, “aqui”, “porque”, pelo fato de elas não demonstrarem relevância para a análise. Além disso, foram disponibilizadas apenas palavras com frequência igual ou maior a três. A representação gráfica da análise de similitude (*layout* de coocorrência) está registrada na Figura 5 (p. 96), a qual segue o modelo de apresentação “graphopt”.

Figura 5 - Gráfico da Análise de Similitude de acordo com a coocorrência de formas ativas (estágio inicial)



Fonte: Autora (2024)

A partir da Figura 5, confirma-se que os termos em destaque são “sentir”, “curso” e “professor” dentro dos relatos dos dois discentes representantes do estágio inicial do curso. Nesse cenário, percebe-se um vínculo maior entre o termo “sentir” e os termos “curso” e “aula”, o que traz indícios, no contexto desses respondentes, de que a sua percepção subjetiva é mais profunda no que diz respeito à sua experiência individual com o curso e, mais precisamente aos elementos associados a “aulas”, “matéria”, “semestre”, tanto no momento presente quanto em relação ao futuro. Com a finalidade de ilustrar de modo mais detalhado essa interligação, alguns trechos foram selecionados e listados de A a I⁴:

⁴ Os trechos exibidos foram retirados do corpus de análise, de onde foram removidas formas aplicadas como um hábito linguístico (por exemplo: “né”, “tipo”, “também”, quando estes não carregam sentido em si, mas são usados apenas como um recurso linguístico acessório).

- A. *n_04: “Eu acho que as amizades, porque eu fiz bastante amizades lá. É, as minhas responsabilidades também; eu aprendi ter mais responsabilidades, não só lá, mas na minha vida (...). Eu também deixei um pouco a minha timidez de lado, porque eu sou bastante tímida assim, num lugar novo que eu conheço, eu me sinto uma pessoa que me desafia mais, sabe?”
- B. *n_04: “(...) eu me sinto realizada porque não era o que eu queria e, quando eu cheguei lá, eu mudei totalmente o meu aspecto; então, eu me sinto realizada porque por mais que eu não queira aquilo, o curso veio e transbordou várias coisas.”
- C. *n_04: “(...) geralmente quando a gente está na sala de aula e a gente acha que vai ser só maçante, bastante maçante, e as cadeiras que eu faço, pelo menos, os professores sempre modificam, fazem aulas interativas e legais para que não fique maçante e chato.”
- D. *n_10: “Eu me sinto feliz no curso como um todo, eu me sinto alegre em ir para UNIPAMPA em ir frequentar as aulas, e ver meus colegas, assim, me deixa feliz; é um ponto alto do meu dia eu posso dizer, mas, acima de tudo, na UNIPAMPA eu tenho uma sensação de pertencimento, eu sinto confortável no curso que eu estou, eu sinto que estou fazendo a coisa certa na minha vida. Uma sensação agradável, uma sensação de conforto talvez. Não é uma coisa assim estudar letras línguas adicionais, não é algo que me consome por inteira, apesar de cansaço que, logicamente, eu chego no final do dia. É um cansaço misturado com realização.”
- E. *n_10: “(...) às vezes eu me sinto cobrada demais pelos professores, mas em parte por vezes, assim, do que eles exigem coisas que nem sempre eu sou capaz de realizar, ou realizar de forma correta do jeito como eles esperam como se estivessem abaixo das expectativas.”
- F. *n_10: “Com alguns professores eu posso dizer que tenho amizade até, uma porque eu me sinto tratada com um certo carinho já, passa da linha do respeito, é muito positiva. Já com outros, é uma relação estritamente profissional, estritamente sala de aula, professor e aluno. E no geral com os meus colegas é tudo muito tranquilo (...).”
- G. *n_10: “Bastante ansiedade, especialmente em relação a trabalho, uma sensação de não ser o suficiente, e sentir que mesmo eu me esforçando às

vezes não é o que precisa para eu completar uma matéria, não é o que precisa para eu fazer uma prova, não é o que precisa para eu fazer um trabalho, é... e por vezes já me bateu um questionamento porque é uma licenciatura então apesar de eu não querer ou não trabalhar na área, é... eu to fazendo uma formação voltada para a sala de aula e as vezes bate um sentimento de sei lá um desânimo quanto ao futuro, levando em consideração a minha futura carreira, assim, sendo professora... e vendo a situação do professor nesse país, às vezes bate uma tristeza assim e a gente se vê pensando um pouco demais.”

- H. *n_10: “Eu diria que diretamente que por várias vezes já especialmente em dois mil e vinte e um, quando foi o começo, que ainda estava o formato EAD. É, especialmente ali, por várias vezes eu tive muita vontade de só desistir, e jogar tudo para o alto, e, graças a alguns colegas, graças aos meus familiares, e graças até alguns professores também, eu acabei persistindo.”
- I. *n_10: “Quando tu trabalha com licenciatura, tu tá trabalhando com outros seres humanos diretamente, tu tá trabalhando numa escola, tu tá trabalhando com outras pessoinhas. E tu precisa entender que tua visão de mundo nem sempre vai ser a mais certa, ou nem sempre vai ser a mais ideal pra aquela situação. Tu acaba aprendendo a lidar com essas diferenças, a lidar com essa, é difícil de achar uma palavra pra isso, mas tu aprende na marra quase, que existem outras pessoas, que existem outros pontos de vista, e que nenhum deles está necessariamente errado ou certo, ou mais errado ou mais certo. Por isso que eu diria que a licenciatura te muda, tu passa a enxergar as coisas por outros pontos de vista.”

Com base nesses excertos, é possível depreender que as sensações quanto à própria capacidade, aos desafios, à rotina de estudos, perfil, perspectiva de carreira se sobressaem na percepção do aluno em etapa inicial do curso. Além disso, embora o conceito “papel e prática do professor” não tenha sido mencionado com frequência, a recorrência do termo “professor” indica a importância e relevância desse agente, além das amizades, no início da construção da vivência acadêmica, inclusive em prol da permanência do estudante. Paralelamente, constata-se o caráter do principal aprendizado: gerenciar transformações internas ao indivíduo e diferenças presentes no ambiente de convivência.

Reconhece-se a limitação dos dados aqui apresentados, o que se justifica pelo menor número de respondentes enquadrados nesse estágio, ainda que essa subseção tenha lançado relativa luz sobre a compreensão da experiência acadêmica de dois estudantes que se encontravam nessa fase quando da entrevista. Por outro lado, foi possível abstrair alguns elementos a partir das respostas obtidas: o desafio (excerto A), valor percebido (excerto B), interatividade nas aulas (excerto C), cansaço e realização (excerto D), cobrança além da capacidade (excerto E), ansiedade e sensação de insuficiência (excerto G), imagem da carreira do magistério (excerto G), vontade de desistir (excerto H) e transformação (excerto I). Esses elementos dialogam com a pesquisa de van Rooji, Jansen e van de Grift (2018).

Esse é um período bastante crítico, esses autores mencionam estudos que apontam para os seguintes dados: a) as taxas de desistências durante o primeiro ano universitário são altas em âmbito global (Inspectie Van Het Onderwijs, 2016); b) a transição tranquila do ensino médio é crucial para o sucesso dos alunos (Lowe, Cook, 2003; Rienties *et al.*, 2011). Van Rooji, Jansen e van de Grift (2018), empregando a perspectiva de Ramsay *et al.* (2007), define o ajustamento acadêmico como a habilidade dos alunos de se adaptarem ao novo ambiente acadêmico e lidar com suas demandas. Esse ajustamento compreende, por sua vez, quatro elementos: motivação para aprender e estabelecer metas claras, dedicação às atividades acadêmicas, empenho para enfrentar as exigências acadêmicas e contentamento com o ambiente acadêmico (Baker; Siryk, 1984). Esses elementos constituem fragilidades no aluno ingressante pois se tratam de habilidades não desenvolvidas (e, possivelmente, desconhecidas por muitos estudantes), haja vista que o principal foco de instituições de ensino tende a ser a construção de conhecimentos embasados nas competências cognitivas.

Uma abordagem que associe a teoria do Bem-estar e do Ajustamento acadêmico podem trazer benefícios para a experiência acadêmica do estudante, bem como colaborar para a sua permanência no curso. É interessante verificar que existe uma aproximação entre as duas teorias, uma vez que ambas abrangem o pilar da conquista, do sentido e da emoção positiva.

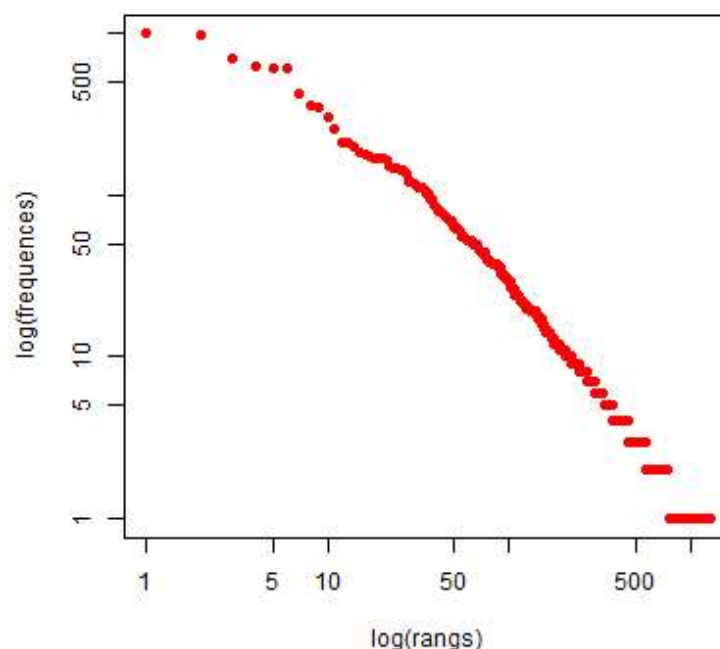
Na próxima subseção, discorre-se acerca dos elementos que caracterizam a experiência acadêmica no estágio intermediário da graduação, com base nas respostas dos participantes da entrevista pertencentes a esse grupo.

4.3.1.2 Fase intermediária do percurso formativo

Semelhante ao procedimento executado para a análise do corpus anterior (início do percurso formativo), utilizou-se o IRaMuTeQ para o processamento dos dados, bem como a análise estatística, a análise de similitude e a nuvem de palavras (esta última, por meio da plataforma *WordArt*) para a organização e interpretação das informações obtidas.

Nesta seção, o foco está nas respostas fornecidas por alunos que, à época da coleta de dados, encontravam-se no estágio intermediário do curso. De acordo com a análise estatística, o número de textos corresponde a 6, enquanto o número de ocorrências foi de 17569, com número de formas igual a 1278; o número de hápax totalizou em 525. Por fim, a média de ocorrência foi de 2928.17. O gráfico na Figura 6 representa a relação entre as formas (eixo x) e sua frequência (eixo y).

Figura 6 - Gráfico de Zipf evidenciando a distribuição das frequências das palavras no conjunto de textos (estágio intermediário do curso)



Fonte: Autora (2024)

Consoante a contagem da frequência de termos deste corpus, verificou-se que, nas três primeiras colocações, tem-se “ser” (n=598), “não” (n=348), e “ter”

(n=304). Ao conferir o relatório de concordância, percebe-se que o verbo “ser” está ligado a ideia de sentimento de confiança ao ingressar na universidade; autoestima melhorada; descoberta de extroversão; evoluções dentro do curso; reflexão sobre o papel e prática do professor; estado emocional; experiência acadêmica que proporciona reflexão sobre cultura e diversidade; aprender, ter novas informações e discernir assuntos; plantar sementes de conhecimento; percepção e aproveitamento das atividades acadêmicas; visão acadêmica e atuação na área do ensino; foco na aplicação das atividades acadêmicas; e desenvolvimento da visão acadêmica e da atuação como docente.

A forma “não” se apresenta associado à expressão de falta de lembrança de detalhes específicos; indicação de negação em relação a determinadas situações ou sentimentos; descrição de momentos de insatisfação e tristeza; manifestação de discordância com atitudes de professores e colegas; sensação de inadequação e insuficiência; experiência de desafios e inseguranças acadêmicas; crítica à postura de superioridade de alguns professores; relato de momentos de indignação com situações no curso; sentimento de desânimo e falta de esperança em certos momentos; e avaliação negativa de algumas práticas institucionais.

Por último, “ter” está atrelado a lembranças de situações vivenciadas na universidade, sensação de evolução e superação ao enfrentar desafios; experiência de conquistar pequenos objetivos ao longo do tempo; a percepção de evolução no idioma e na prática docente; capacidade de aliar teoria e prática na sala de aula; experiência de aprendizado e mudança de conceitos; oportunidades de interagir com colegas e trocar experiências; boa relação com funcionários da instituição; visão de pertencimento ao ambiente acadêmico; percepção da importância do estado emocional dos alunos; e sensação de confiança e autoestima ao ingressar na universidade.

No Quadro 11 (p. 102), estão elencadas as formas ativas em função de sua frequência, em ordem decrescente. Devido à extensão da lista, optou-se por listar as 50 formas ativas, além das três primeiras já mencionadas, que se mostram mais relevantes para a pesquisa.

Quadro 11 - Frequência de formas ativas relacionadas ao objeto de pesquisa

(continua)

Palavra / conceito	Frequência	Palavra / conceito	Frequência
Gente	145	Melhor	33
Professor	118	Aprender	33
Sentir	108	Universidade	31
Pessoa	94	Certo	30
Curso	69	Espanhol	30
Semestre	62	Vida	30
Sempre	60	Tudo	29
Querer	56	Ajudar	27
Acreditar	54	Bastante	26
Ver	54	Aqui	24
Bom	52	Dentro	24
Relação	52	Hoje	24
Aula	50	Talvez	24
Conseguir	50	Verdade	24
Falar	50	Diferente	23
Pensar	49	Deixar	22
Agora	46	Entender	22
Acadêmico	44	Atividade	21
Colega	40	Lugar	21
Dizer	39	Língua	21
Trabalho	37	Super	21
Aluno	36	Contar	20
Ficar	35	Entrar	20
Realmente	35	Gastar	20

Quadro 11 - Frequência de formas ativas relacionadas ao objeto de pesquisa

(continuação)

Forma	34	Mundo	20
-------	----	-------	----

Fonte: Autora (2024)

Dessa relação, foram excluídas as seguintes formas: “assim”, “achar”, “mais”, “coisa”, “como”, “então”, “porque”, “também”, “questão”, “mesmo”, “quando”, “só”, “ali”, “já”, “aí”, “lá”, “tipo”, “algo”, “ao”, “até” e “fosse”.

Os dados indicam que a experiência acadêmica dos estudantes de graduação é fortemente influenciada por aspectos sociais, emocionais e acadêmicos. As relações interpessoais com colegas e professores são fundamentais para a evolução do aluno durante sua formação, principalmente nesse estágio, onde as perspectivas acadêmicas e profissionais estão começando a se tornar mais claras e relações significativas, que abram portas para oportunidade, são cruciais, assim como a qualidade do ensino e a estrutura dos cursos. Palavras como "gente", "professor", "sentir" e "relação" destacam a importância das conexões humanas, enquanto termos como "aprender", "conseguir" e "pensar" refletem o engajamento com o aprendizado e as conquistas acadêmicas.

Entre as palavras da referida lista, podemos encontrar palavras que tomamos como conceitos associados ao Bem-estar e Florescimento Acadêmicos: “autoavaliação”, “autorrefletindo”, “emoções negativas”, “espaço universitário”, “felicidade e infelicidade”, “práticas do professor” e “sucesso acadêmico”.

Diferentemente da análise anterior, o sistema considerou os conceitos unidos por *underline* como formas suplementares do tipo “nr”, o qual não foi possível localizar nas configurações para classificar como forma ativa, tendo em vista que esses termos configuravam conceitos direta ou indiretamente ligados aos pilares do Bem-estar e Florescimento no âmbito acadêmico. No quadro 12, elencamos essas formas de acordo com sua frequência.

Quadro 12 - Frequência de formas suplementares que estão relacionadas ao objeto de pesquisa

(continua)

Palavra / conceito	Frequência	Palavra / conceito	Frequência
--------------------	------------	--------------------	------------

Quadro 12 - Frequência de formas suplementares que estão relacionadas ao objeto de pesquisa

(continua)

Organização Institucional	11	Autoavaliação	1
Saúde mental	10	Autorrefletindo	1
Papel e prática do professor	8	Emoções negativas	1
Ambiente de convivência	6	Espaço universitário	1
Diferenças culturais	6	Experiência como professor	1
Estado emocional	6	Experiência da licenciatura	1
Relações interpessoais	6	Experiência docente	1
Autorreflexão	5	Experiência satisfatória	1
Autorreflexão e avaliação	5	Experiências boas	1
Estado emocional e físico	4	Experiências positivas	1
Pertencimento e amizade	4	Felicidade e infelicidade	1
Emoções positivas	3	Incesso acadêmico	1
Experiência acadêmica	3	Papel do professor	1
Experiência única	3	Papel docente	1
Inteligência socioemocional	2	Práticas do professor	1
Sucesso ou insucesso	2	Relação interpessoal	1
Vida acadêmica	2	Sucesso acadêmico	1

Quadro 12 - Frequência de formas suplementares que estão relacionadas ao objeto de pesquisa

(continuação)

Ambiente das aulas online	1	Vínculos afetivos	1
Ambiente de sala de aula	1	Âmbito social	1
Ambiente virtual	1		

Fonte: Autora (2024)

Considerando tanto formas ativas quanto suplementares que ocorreram uma vez somente (haja vista que algumas formas suplementares precisaram receber a classificação de forma ativa para que alguns conceitos importantes pudessem ser incluídos na análise), selecionaram-se as trinta mais relevantes ao longo do corpus, o qual resultou na nuvem de palavras na Figura 7 (p. 106), as quais evidenciam elementos pertinentes a relações positivas e significativas, bem como o desenvolvimento acadêmico e profissional (união, colaboração, integração, experiência docente, aprendizagem, responsabilidade, formação, etc.).

Figura 7 - Formas ativas e suplementares relacionadas ao tema da pesquisa que tiveram frequência igual a um no corpus “fase intermediária do curso”



Fonte: Autora (2024)

A nuvem de palavras torna-se uma ferramenta de visualização dos temas mais abrangentes, ainda que neste caso, seja ela composta de palavras que tiveram ocorrência igual a um. Essa imagem nos fornece um panorama geral dos itens pertinentes aos relatos desse grupo de respondentes.

Apesar de essas formas estarem dispostas, na Figura 7 e nos Quadros 10 e 11, de acordo com a frequência no corpus em ordem decrescente, o número referente a essa frequência não corresponde necessariamente ao número de alunos que a mencionaram. Por outro lado, é interessante notar que enquanto neste estágio, as formas mais frequentes são “gente” (n=145), “professor” (n=118) e sentir (n=108), e, dentre os conceitos considerados pela pesquisa, tem-se “organização institucional” (n=11), seguido de “saúde mental” (n=10) e “papel e prática do professor” (n=8), os termos mais mencionados no estágio anterior foram “sentir” (n=14), “curso” (n=13) e “professor” (n=11), além de “estado emocional e físico” (n=4), “ambiente de convivência” (n=4) e “organização institucional” (n=3) ocuparem as três primeiras posições. Esse comparativo demonstra que, enquanto conceitos

mais amplos quase se igualam entre os dois estágios, os pilares variáveis apresentam dois focos diferentes: “estado emocional e físico”, no estágio inicial, e “organização institucional” no estágio intermediário.

A coocorrência das palavras obtidas por meio da análise de similitude é representada na imagem da Figura 8, para o qual foi selecionado o modo de apresentação “graphopt”. As formas anteriormente consideradas suplementares foram configuradas, em uma segunda execução da análise, como ativas, de modo que elas pudessem ser incluídas no gráfico da Figura 8, na página 108.

selecionamos e listamos nas subseções 4.3.1.2.1 a 4.3.1.2.4 alguns segmentos específicos⁵, os quais foram inclusos em cada tópico.

4.3.1.2.1 Contexto acadêmico e emocional

A recorrência do advérbio “mais” junto a palavras como “melhor”, “positivo” e “difícil” sugere um foco em avaliações e intensificações, seja em contextos de desafio ou de superação. Ligado também a “sentir”, “sentimento” e “emoção”, indica uma dimensão emocional significativa nos discursos, onde as avaliações não são apenas intelectuais ou acadêmicas, mas também emocionais.

- J. *n_09: “(...) a finalidade do porquê que eu estou fazendo aquilo e eu sinto que quando eu sei o porquê eu aprendo muito melhor e tiro mais proveito daquilo, faço até mesmo de forma bem melhor e eu acredito que faço mesmo de forma melhor porque eu sinto que as minhas notas quando eu tive esse (...) as minhas notas foram melhorando muito mais, a minha dificuldade também ela, de fazer assim de realizar alguma atividade e tal, ela foi diminuindo drasticamente (...).”
- K. *n_12: “(...) porque eu consigo cada vez mais evoluir dentro da universidade ao ver que a cada semestre que passa eu evoluo e eu consigo acompanhar; então isso é muito bom acho que esse sentimento de alegria, felicidade, autoestima e confiança são esses que mais dominam quando os sentimentos são positivos.”
- L. *n_12: “(...) elas são muito desafiadores para mim, então, me sinto às vezes ansioso, e estressado por conta dessas provas, ter que falar em público um idioma que eu não domino bem eu sempre domino bastante o inglês eu tenho mais facilidade, o espanhol é um pouco mais difícil para mim mesmo que eu não tenha ficado para trás durante o semestre então eu acho que esse sentimento de estresse, de ansiedade, de não se sentir capaz muitas vezes diante de um trabalho ou uma prova, acho que um semestre inteiro quando a gente vê o plano de ensino, é são os que mais assim que (...) são presentes.”

⁵ Os trechos exibidos foram retirados do corpus de análise, de onde foram removidas formas aplicadas como um hábito linguístico (por exemplo: “né”, “tipo”, “também”, quando estes não carregam sentido em si, mas são usados apenas como um recurso linguístico acessório).

A conexão de “sentir” com termos acadêmicos, tais como “semestre”, conforme o excerto L, e “acadêmico”, e de progressão, nomeadamente “começo” e “trajetória”, aponta para a importância das experiências emocionais no percurso educacional. Isso sugere que o processo de aprender é vivenciado intensamente, com altos e baixos emocionais.

Os relatos dos alunos mostram que compreender o propósito por trás de suas atividades acadêmicas os ajuda a aprender de forma mais eficaz e a obter melhores resultados. Essa consciência do propósito não só influencia positivamente seu desempenho acadêmico, mas também afeta suas emoções, gerando sentimentos de alegria, felicidade, autoestima e confiança quando associados a experiências positivas.

Para Armellini, Teixeira Antunes, e Howe (2021, p. 4), “ser um participante ativo no contexto de abordar tarefas significativas e interativas é valorizado pelos alunos, pois leva a uma melhor compreensão do conteúdo do módulo” (tradução nossa). Existem poucos estudos que avaliam profundamente o impacto da percepção, por parte dos alunos, de sentido sobre seu desempenho acadêmico, bem como seu bem-estar e florescimento. Ainda assim, vale aplicar no âmbito estudantil o impacto que a percepção de sentido tem sobre a performance acadêmica e profissional.

Na visão de Stairs e Galpin (2010), o engajamento resulta da alegria, desafio e sentido. Em outras palavras, quem consegue perceber seu emprego como algo dotado de sentido são mais propensos a sentirem-se engajados. Esse senso de significância é, na perspectiva dos autores, afetada pela maneira como compreendemos o propósito de nosso trabalho. Seligman (2006) da mesma forma defende que quanto mais se tiver clareza de um propósito na vida e do quão significativo seu trabalho é, mais impacto positivo ocorre na satisfação com a vida profissional.

Por outro lado, em situações desafiadoras, como lidar com provas difíceis ou enfrentar a ansiedade ao falar em público, os alunos expressam sentimentos de estresse, ansiedade e insegurança. Esses sentimentos, embora difíceis, são parte integrante da experiência acadêmica e refletem os altos e baixos emocionais enfrentados durante o percurso universitário.

Assim como os indivíduos veem seu trabalho de diferentes formas, principalmente aqueles que o veem como um chamado, e podem encontrar

significado e engajamento nele (Stairs; Gilpin, 2010), os alunos que entendem o propósito por trás de suas atividades acadêmicas também estão mais propensos a se engajar e a obter melhores resultados. Essa consciência do sentido e propósito não apenas influencia positivamente o desempenho acadêmico, mas também afeta as emoções dos alunos, gerando sentimentos de alegria, felicidade autoestima e confiança quando associados a experiências positivas. Umarji *et al.* (2021) traz uma revisão de teorias de motivação, emoção e autorregulação, reconhecendo a complexidade das experiências dos alunos e como fatores, tais como sentido e propósito, percebidos podem influenciar seu engajamento e desempenho acadêmico.

De modo mais específico, esse estudo recorre à teoria da expectativa-valor de Eccles (2005)⁶, que destaca a influência das expectativas de sucesso e do valor subjetivo da tarefa nos comportamentos relacionados à conquista. Isso implica que a percepção da habilidade pessoal e o valor atribuído a uma tarefa podem afetar diretamente a motivação e o engajamento em alcançar essa meta. Além disso, a teoria do comportamento planejado de Ajzen e Fishbein (1975) discute como as atitudes e as normas sociais moldam as intenções de comportamento, sendo essencial considerar a especificidade do comportamento em estudo.

Ao relacionar essas teorias, pode-se entender que as emoções desempenham um papel significativo na busca de metas acadêmicas, influenciando tanto a intensidade do esforço quanto a satisfação ou arrependimento após o alcance ou a falta de sucesso em uma meta. Finalmente, o conceito de autocontrole, proposto por Pintrich e De Groot (1990), destaca a importância das estratégias e autorregulação, como o gerenciamento de recursos acadêmicos e o uso de estratégias cognitivas, para garantir a realização efetiva das metas estabelecidas. Essa interconexão entre teorias destaca a complexidade do processo de busca de metas acadêmicas e a necessidade de considerar diversos fatores,

⁶ A atualização da teoria da expectativa-valor de Eccles, agora denominada SEVT (*Situated Expectancy Value Theory*, ou Teoria de Expectativa-Valor Situada) (ECCLES, 2020), introduz uma abordagem mais abrangente e dinâmica para compreender as escolhas, persistência e desempenho relacionadas à conquista. Enquanto a teoria original enfocava predominantemente os fatores cognitivos e motivacionais subjacentes às escolhas e desempenho, a SEVT amplia o escopo ao incorporar perspectivas da cognição social, ciências do desenvolvimento e aspecto socioculturais. Além disso, a SEVT enfatiza a influência do contexto imediato e das situações específicas na tomada de decisão e na formação de hierarquias de valores e expectativas. Ela reconhece a interdependência entre fatores situacionais, individuais e culturais, ampliando a compreensão sobre como esses elementos moldam as escolhas e comportamentos relacionados à conquista ao longo do tempo.

como crenças individuais, emoções e estratégias de autorregulação, ao analisar o comportamento dos alunos.

M. *n_05: “eu gostaria de seguir um pouco mais na direção da pesquisa porque eu quero marcar presença no meio acadêmico mesmo sabendo que o curso é uma licenciatura e não um bacharel. Quanto eu mais avanço os semestres, pouco mais de frustração eu sinto; entretanto, eu acumulo bastante conhecimento de certa forma, nitidamente que eu cumpro todos os semestres como todos os alunos da UNIPAMPA, e eu acho de qualquer curso, tendem a ser semestres estressantes e maçantes; entretanto ao longo dos semestres vão surgindo oportunidades de acumular conhecimento e oportunidades, então quanto ao propósito do curso eu sinto um certo propósito em buscar esse conhecimento extra e tanto que por isso que eu me matriculo em “n” eletivas ao longo do caminho.”

N. *n_09: “(...) e as minhas amigadas também, elas deixam a minha trajetória acadêmica muito mais leve tanto porque eles estão passando pela mesma coisa que eu: alguns com mais dificuldade outro com mesma dificuldade em certas coisas, mesmo assim a gente consegue se equilibrar, se ajudando e eu sinto que isso é extremamente importante e para mim isso é fundamental, é com certeza é fundamental.”

Os relatos dos alunos refletem a importância da Pesquisa e do meio acadêmico em suas trajetórias, mesmo que por vezes o programa não corresponda ao que um aluno poderia almejar, considerando-se os vieses do bacharelado e da licenciatura e que isso ou outro aspecto configure um obstáculo na experiência em questão. Por essa razão, é válido mencionar a teoria atualizada de Eccles (2020), uma vez que não se trata de um curso que atende as expectativas do aluno quanto ao tipo de habilitação, mas oferece a possibilidade de trabalhar com a pesquisa. A Teoria da Expectativa-Valor Situada destaca a influência do contexto imediato e das situações específicas na tomada de decisão e na formação de hierarquias de valores e expectativas. Reconhece-se nela a interdependência entre fatores situacionais, individuais e culturais, oferecendo uma compreensão mais abrangente de como esses elementos moldam as escolhas e comportamentos relacionados à realização de tarefas e às conquistas ao longo do tempo.

Ademais, a interação com os colegas de curso desempenha um papel crucial em tornar a jornada acadêmica mais leve. A troca de experiências e o apoio mútuo

entre os amigos ajudam os alunos a lidar com as dificuldades enfrentadas ao longo do caminho. Essa rede de apoio entre os colegas é percebida como fundamental para o sucesso e o bem-estar acadêmico dos estudantes. Essa percepção está alinhada com as pesquisas de Hastings e Cohn (2015) e Schreiner (2015), que destacam o impacto positivo das relações interpessoais no ambiente de aprendizagem, incluindo a redução do estresse e a promoção de experiências significativas.

Em resumo, os trechos aqui listados revelam a importância das dimensões emocionais no âmbito educacional, sugerindo que a aprendizagem é um processo complexo e multifacetado, onde as emoções não apenas acompanham, mas influenciam significativamente o desempenho acadêmico, a motivação e a capacidade de superar desafios. A capacidade de navegar por essas experiências emocionais, reconhecendo-as e integrando-as ao processo de aprendizagem, emerge como um aspecto fundamental para o desenvolvimento pessoal e acadêmico.

4.3.1.2.2 Desenvolvimento pessoal e profissional

As palavras “bem”, “saúde mental”, e “conquista” ligadas a “mais” refletem preocupações com o bem-estar geral e a superação de desafios. O destaque para línguas (“espanhol” e “inglês”) pode indicar a valorização de habilidades globais como parte desse desenvolvimento.

- O. *n_14: “eu me sinto feliz quando eu estou perto dos meus colegas ali, porque é um grupo que eu me dou bem, (...), às vezes eu me sinto mais leve, (...), porque tem outros contatos, assim, com outras pessoas”
- P. *n_09: “Eu me sinto feliz quando eu estou perto dos meus colegas que fazem as atividades acadêmicas serem mais leves mais fáceis de serem enfrentadas e tal isso tudo influencia nela, na minha saúde mental mas eu acredito que mesmo assim tem dias em que muitas das minhas questões fora da universidade (...). Eu acho que eu sou uma pessoa muito nervosa, então eu acho que às vezes acaba atrapalhando assim bastante, questões de que eu deva me expor bastante, então acaba me prejudicando, não sei se eu vejo mais assim, eu vejo mais essa questão do nervosismo e é isso só (...).”

Q. *n_06: “Então isso foi uma conquista, em relação a espanhol também foi uma conquista, em outras disciplinas entender um pouco mais as pessoas e como você pode ensinar e como você pode aprender, isso foi bem, bem relevante e foi muito legal para mim. Amizades, isso contribui muito para que me mantenha no curso.”

A ligação entre “dar”, “professor” e “poder” sugere uma reflexão sobre a autoridade e a capacidade dos professores de influenciar positivamente. Palavras como “grande”, “sentimento”, e “emoção” reforçam o impacto emocional do ensino.

R. *n_09: “(...) minha prática assim tipo ficou foi assim sendo aprimorado nesse um ano assim de presencial que nós tivemos e para mim foi de super valor, me valorizou muito eu podia aproveitar muito mais, conseguir dar aulas melhores com uma melhor qualidade e me aprofundi mais no idioma, do inglês no caso, que é o que eu dou aula e eu sinto que foi essa a minha conquista, sabe? Eu sinto que me tornei uma professora melhor, tanto é que minhas avaliações que os comentários dos pais me elogiando muito, elogiando minhas aulas, os meus alunos me elogiando muito mais do que eles me elogiavam antes, sabe? O carinho que eles tinham por mim já era algo grande, porque eu dava aula somente pra criança e aí eu comecei a dar aula para adolescente, para adulto e todos eles eu recebia a mesma avaliação e aí eu pensava ‘Bom, realmente eu evolui’. Se não fosse a faculdade, se não fosse eu ter estudado, eu não teria essa conquista, eu não teria essa avaliação provavelmente, sabe? E eu acho que essa essas foram as minhas maiores conquistas, (...)”

S. *n_06: “(...) agora uma coisa que pra mim é assim eu sempre vou dizer foi o conhecer, o aprender assim, a ter novas informações, a discernir mais os assuntos, a poder dialogar de maneira que as pessoas conseguem te entender, eu acredito que é isso assim, eu me emociono às vezes em falar porque é como se você, digamos assim, como se você plantasse uma sementinha e visse aquela (...) árvore frutífera e ver aquilo crescer e foi isso que aconteceu em mim assim, como se eu fosse um casulo e agora estou saindo desse casulo, embora com algumas consequências, digamos, mas conseguindo sair e me tornar um pouco melhor, eu acho que é isso. É mais o emocional mesmo, assim que certas coisas marcam, certas falas, certos comportamentos, isso gera uma consequência, tristeza, um estado emocional

bem complexo, bem complicado. Só que, apesar de tudo, eu encontrei pessoas e professores maravilhosos nesse meu trajeto.”

Em suma, os trechos mencionados “O” a “S” ilustram uma consciência coletiva sobre a importância do equilíbrio emocional, do apoio mútuo e da capacitação por meio da educação. O reconhecimento das conquistas, a valorização das habilidades linguísticas e a apreciação do impacto dos professores revelam uma compreensão abrangente de que o desenvolvimento pessoal e profissional transcende o meramente acadêmico, abraçando também o emocional e o relacional. Os excertos “R” e “S” destacam a importância do desenvolvimento pessoal e profissional dos alunos, evidenciando a conexão entre o bem-estar emocional, a conquista acadêmica e a capacitação para o exercício da profissão docente.

A recorrência do advérbio “mais” associado a palavras como “melhor”, “positivo” e “difícil” revela uma busca por intensificação e avaliação ao longo da jornada acadêmica. Isso sugere uma consciência dos alunos sobre a importância de avaliar seu progresso e enfrentar desafios de maneira mais intensa, visando aprimorar suas habilidades e alcançar objetivos mais ambiciosos.

Além disso, a ligação entre “bem”, “saúde mental” e “conquista”, ressalta a preocupação dos estudantes com o equilíbrio emocional e o reconhecimento das próprias conquistas. Isso reflete uma compreensão profunda de que o desenvolvimento pessoal e profissional não pode ser dissociado do bem-estar emocional.

A relação entre “dar”, “professor” e “poder” indica uma reflexão sobre a autoridade e a capacidade dos professores de influenciar positivamente os alunos. Isso evidencia a importância do papel do educador na formação dos estudantes e na promoção de um ambiente de aprendizado emocionalmente significativo.

Em suma, os alunos demonstram uma compreensão abrangente de que o desenvolvimento pessoal e profissional vai além do aspecto puramente acadêmico, abrangendo também o emocional e o relacional. Essa consciência coletiva ressalta a importância de uma abordagem mais holística da educação, que valorize tanto a formação intelectual quanto o bem-estar emocional dos estudantes.

Os fatores apontados nesta seção dialogam com a importância da inteligência social e emocional (ISE, ou SEI em inglês) no ambiente de aprendizado, especialmente no ensino superior. Devis-Rozental e Farquharson (2020) ressalta a

significância de aprender em pequenos grupos, promovendo conexões sociais e criando um senso de pertencimento entre os estudantes. Essa abordagem de aprendizagem colaborativa não apenas aprimora o desempenho acadêmico, mas também contribui para o desenvolvimento da ISE.

Além disso, os excertos ressaltam o papel dos educadores em modelar e facilitar traços de ISE, como comunicação eficaz e empatia. Os estudantes aprendem não apenas com a instrução acadêmica, mas também observando e interagindo com seus colegas e instrutores. Esse processo de aprendizado experiencial ajuda os alunos a desenvolver habilidades sociais essenciais necessárias para o sucesso pessoal e profissional (Sigmar; Hynes; Hill *et al.*, 2012).

O referido estudo enfatiza o impacto emocional das experiências de aprendizado, reconhecendo a interconexão entre conquista acadêmica, bem-estar emocional e crescimento pessoal. Os estudantes reconhecem a importância de gerenciar emoções complexas e estressores, indicando uma compreensão holística da educação que engloba tanto o desenvolvimento intelectual quanto o emocional (Hastings; Cohn, 2015). Apesar de haver esse reconhecimento, sua aplicação na prática se mostra desafiadora, principalmente aos discentes que procedem de outras cidades ou estados, vivenciando essa experiência longe da família, da sua rede de apoio e relacionamentos, dependendo de auxílios, empregos temporários que nem sempre correspondem à sua formação.

O que se quer dizer é que, nesse cenário, as incertezas, instabilidades, inseguranças que circundam os passos desses alunos podem conduzi-los a quadros de ansiedade, estresse, depressão, que possivelmente implicam em desistências. Nesse sentido, a clareza do valor das atividades curriculares e extracurriculares para a sua formação e as relações positivas/significativas são determinantes para a persistência de um aluno no seu processo formativo.

4.3.1.2.3 Interações sociais e institucionais

A rede de palavras envolvendo “pessoa”, “grupo” e “universidade” destaca a importância das interações sociais e institucionais. Termos como “falar”, “relação”, “entender” e “conhecer” enfatizam a comunicação e o conhecimento mútuo como fundamentais.

- T. *n_05: “De certa forma positivas, (...) quanto por mais incrível que pareça, quanto mais amargurado eu me sinto, minha produção acadêmica aumenta, com pouco, sei lá, quanto menos eu me envolvo com as pessoas, mais tempo tenho para estudar, mais tempo tenho para produzir, então se torna uma coisa positiva.”
- U. *n_06: “ah, sim, muito porque eu acredito que num ambiente desse que as pessoas são um pouco mais esclarecidas e buscam entender as coisas não deveria ter isso. Ai, eu acho que o fato de entender hoje as coisas e eu sempre tentei me colocar o máximo possível no lugar da outra pessoa, e hoje o fato de entender que nem sempre é assim que (...) de entender mesmo a relação que as pessoas têm, aquele convívio e estar no meio de pessoas mais jovens e aprender outras coisas que antes você achava que era errado e nem sempre é errado, na verdade alguns valores, entendeu, que você vê ali, isso me deixa mais, o aprender mesmo, isso me deixa muito contente e a convivência com as pessoas mais jovens às vezes e a empatia de alguns professores e o jeito que eles falam e ensinam, isso dá assim uma força para você continuar e estar ali.”
- V. *n_09: “(...) e aí a gente tinha que dissertar sobre vários assuntos assim e aí algumas vezes foram propostas várias atividades quase iguais assim, só que algumas eram em duplas, outras eram individuais, e tu tinha que discursar pra turma e isso pra mim era algo que era um desafio bem grande porque eu me travava muito, porque tinha muitas pessoas ali que falavam muito bem e tal e eu ficava com vergonha e toda tensa, por mais que eu já estivesse no quarto semestre e todos eles estavam junto comigo desde o primeiro semestre, mas eu sentia que eu ainda tinha tipo um... não era muito receptiva com idioma e eu senti que não era muito capaz e não foram aulas ministradas assim, sabe? Mas foi dentro de uma disciplina em si mas isso valeu muito como um ensinamento, como prova para mim.”
- W. *n_12: “(...) a liderança, porque eu aprendi a ajudar mais as pessoas, enxergar mais, a estender a mão, a guiar o meu grupo; quando eu faço, eu consigo ser mais proativo, a enxergar o que cada um pode fazer para mim, para o trabalho fluir, não só ficar ‘eu vou fazer isso e vocês façam isso’, não, é tipo ‘vamos ver o que cada um vai, é possível fazer’, a enxergar melhor o

grupo e poder juntar todos para que o trabalho seja melhor e render melhor, (...).”

- X. *n_12: “(...) consigo enxergar mais isso e acho que isso me deu um senso de liderança mais forte que eu não tinha; o ambiente de convivência também é muito bom lá na universidade, é sempre muito bom estar com as pessoas (...).”
- Y. *_12: “(...) o professor não trata a gente como muitos professores tratam a gente, como filho quando a gente está no ensino médio ou fundamental. É uma coisa, uma relação diferente e a gente não pode dizer ‘Professora não consegui fazer por causa disso’ mas o professor diz que não, que ele não pode fazer nada, que teve o prazo, assim como todos, e se ele te der aquela colher de chá ele vai ter que dar para todos, e não é certo; e isso deixa a gente às vezes um pouco abalado emocionalmente e mentalmente porque a gente às vezes, tipo, eu não vou conseguir dar conta, eu tenho minha vida fora e como é que eu vou lidar com isso e tudo mais.”
- Z. *n_17: “(...) o professor ele tem que ser, sim, tu tem que ter um afetivo com o aluno porque isso acaba proporcionando uma relação mais saudável em sala de aula e conseqüentemente propõe com que o aluno se interesse mais pela disciplina e busque meios que ele possa dar continuidade ao conhecimento dele (...).”

Os trechos das entrevistas refletem uma visão dual sobre o isolamento e o envolvimento social. Enquanto um entrevistado nota um aumento na produtividade acadêmica à custa de menos interações sociais, outros expressam como o convívio e a aprendizagem em grupo podem ser transformadores, tanto no desenvolvimento de habilidades de liderança quanto na reavaliação de valores pessoais.

A liderança é mencionada como uma competência desenvolvida no contexto universitário, especialmente na oportunidade de guiar e ajudar os outros. Isso ilustra como as experiências grupais na universidade podem servir como um laboratório para o desenvolvimento de habilidades interpessoais, incluindo a capacidade de liderança e proatividade. Essa habilidade é considerada, por Benson e Scales (2009), um importante fator promotor de sucesso, tanto acadêmico quanto profissional, por ser uma *soft skill* valorizada no mercado de trabalho.

Em resumo, as entrevistas destacam o papel crucial das interações sociais e institucionais no ambiente universitário. A comunicação, o conhecimento mútuo, e a

formação de relações afetivas são apresentados como componentes essenciais para o sucesso acadêmico e o desenvolvimento pessoal, evidenciando que a aprendizagem transcende os conteúdos curriculares para incluir também a aprendizagem social e emocional.

Nesse sentido, o fator “competência intercultural” oferece uma perspectiva na qual o aluno é preparado para atuar em ambientes de trabalho cada vez mais marcados pela diversidade. A competência intercultural refere-se à capacidade de indivíduos interagirem de forma eficaz e apropriada em uma variedade de contextos culturais, abrangendo habilidades cognitivas, afetivas e comportamentais (Bennett, 2008). Essa competência envolve a compreensão, aceitação e valorização das diferenças culturais, bem como a capacidade de se adaptar a diferentes ambientes culturais (Spitzberg; Changnon, 2009). Tal característica, a da flexibilidade, tem significativo peso para o sucesso de um futuro professor, o qual precisará, dependendo da organização na qual exercer sua função, lidar com diversas turmas, idades, localidades, culturas, visões de mundo, além da cultura da própria instituição, suas normas, valores, missões e estruturas.

Uma educação que transcende o conteúdo curricular reconhece a importância da competência intercultural no desenvolvimento integral (Santos *et al.*, 2013) dos alunos, não apenas no aspecto acadêmico, mas também no aspecto pessoal e social. Ao promover a competência intercultural, as instituições educacionais capacitam os alunos a se comunicarem eficazmente em ambientes culturalmente diversos, a desenvolverem empatia e respeito pelas distintas perspectivas culturais e a se tornarem mais adaptáveis e flexíveis diante de novas situações (Armstrong, 2020). Da mesma forma, a competência intercultural está intrinsecamente ligada à noção de inteligência cultural, que se refere à capacidade dos indivíduos de se adaptarem eficientemente a diferentes contextos culturais (LI, 2020). Essa perspectiva enfatiza a importância de não apenas compreender as diferenças culturais, mas também de agir de forma competente em ambientes interculturais (Ang *et al.*, 2015). Em uma carreira cada vez menos limitada por barreiras geográficas, desenvolver essas habilidades é um “*must*”⁷.

⁷ *Must*, em inglês, é um verbo modal que confere ao verbo principal a ideia de obrigação, alta probabilidade ou certeza. No contexto desse parágrafo, indica “pré-requisito básico”.

4.3.1.2.4 Aprendizado e comunidade

A conexão exclusiva de “gente” com atividades e aspectos do campus sugere a percepção ou percepções dos respondentes sobre a sua relação com a experiência acadêmica; é o como eles enxergam a si agindo ou sendo afetado negativa ou positivamente nessa trajetória. A ligação com “curso” e “pensar” indica que essas interações são vistas como essenciais para o processo de aprendizagem. A proximidade do termo “gente” com o advérbio “mais” e palavras como “atividade”, “campus”, “amizade”, “precisar”, “palavra”, “descobrir” e “trabalho” reflete uma forte ênfase na dimensão comunitária e colaborativa dentro desse ambiente. Essas conexões podem indicar a importância das relações interpessoais, do envolvimento em atividades conjuntas e da construção de uma comunidade de aprendizagem e suporte mútuo.

AA. *n_17: “(...) mas aos poucos a gente está construindo eu estou construindo a minha trajetória de forma bem sucessiva; pertencimento acredito que a gente precisa dessas relações, a gente precisa estar acolhido; então acho que (...) pertencimento e amizades é um dos fatores que mais nos agregam à nossa caminhada acadêmica e é necessário também.”

BB. *n_12: “(...) eu acho que é algo muito, muito bom por mais que como eu digo a gente não consiga conciliar, às vezes a gente está mal por outras coisas e seja difícil, é muito bom porque eu sinto que eu aprendo, eu aprendo muita coisa, assim, muitos professores eu aprendo, não só intelectualmente falando, mas também como pessoa, a gente aprende muitas coisas, como a gente conhece pessoas novas descobre novos mundos através dessas pessoas, por exemplo eu não falei, mas também tem o negócio de diferenças culturais eu conheci muita gente de fora daqui por exemplo, a maioria das amizades que eu fiz não são daqui da minha cidade, eles são de outras partes do estado e algumas pessoas também são de fora do estado (...)”

CC. *n_09: “(...) então eu sinto que eu dependo cem por cento, eu diria, da minha saúde_mental, e ela acaba que é influenciada por todos aqueles outros fatores; eu me sentir bem na UNIPAMPA por conta das relações que eu tenho, dos meus colegas que fazem as atividades acadêmicas serem mais leves, mais fáceis de serem enfrentadas e tal, isso tudo influencia nela,

na minha saúde_mental, mas eu acredito que, mesmo assim, tem dias em que muitas das minhas questões fora da universidade, questões não acadêmicas, elas influenciam bastante, (...).”

DD. *n_06: “(...) relação_interpessoal eu acredito ser um pouco difícil de falar mas eu acho que pra mim é tranquilo também por conta das amizades que eu fiz, e eu com as pessoas que eu trouxe para estar perto para mim, ficou um pouco mais fácil.”

EE. *n_09: “E eu sinto que é todo o ambiente também, os professores, pessoal da UNIPAMPA, os meus colegas, tudo isso contribui eu ter mais experiência de fazer as coisas os trabalhos, planejar, tal e tal coisa, e participar dos projetos, assim, que toda essa experiência com as relações com o ambiente com o conhecimento que tenho (...).”

FF.*n_09: “(...) eu acho que com os meus amigos que eu fiz na Universidade, inclusive que vale a pena ressaltar que todos eles, só tem um na verdade que eu estudei no jardim de infância com ele e ele foi para outra cidade e ele voltou e foi meu colega e a gente entrou no mesmo ano. Isso foi um super acaso, mas o resto todos eu fiz amizade por conta do curso porque nós todos entramos juntos e estamos juntos até agora, e eles influenciam noventa por cento no meu desempenho acadêmico na minha vida acadêmica, porque eu, eles com certeza eles tornam a minha jornada acadêmica cem por cento mais leve, vamos dizer assim, sem dúvidas nenhuma, eles tornam muito muito muito mais leve; eu acho que eu não teria passado o segundo semestre que era *online* e aí conseqüentemente me parecia que era muito mais trabalho *online* do que agora no presencial; presencial não sei se é por conta do semestre também mas eu sinto que as questões são bem... as atividades bem mais objetivas do que no online e eu não teria passado no segundo semestre se não fosse por eles, porque a gente se juntava em chamada e se ajudava pelo Google Meet e a gente se ajudava e etc. e aquilo foi essencial para mim para eu conseguir seguir no curso (...).”

A ligação de “gente” com “curso” e a associação desse último com termos como “antes”, “mundo”, “entrar”, “ajudar” e “pensar” sugere que o curso não é visto apenas como sequências de conteúdo acadêmico, mas também como portais para novas perspectivas, mundos e oportunidades de crescimento pessoal e profissional.

- GG. *n_12: “(...) agora recém a gente está começando a dar aula, na metade do curso, então acho que preparar mais a gente para o que a gente realmente vai fazer do que muita muita teoria, muita muita leitura, muito isso, muito aquele outro para aproveitar muito pouco.”
- HH. *n_12: “Eu acho eu sempre tive contato com muitas pessoas, todo mundo de qualquer classe social, eu estudei por muito tempo em colégio particular então eu lidei muito com pessoas de classe mais alta, e depois eu fui para o ensino público e lidei com pessoas de classe média baixa, e assim hoje em dia, eu noto que talvez por eu ter tido essa relação com pessoas de muitos, muitas classes e diferentes pensamentos, porque como eu sempre tive muitas amizades, muitos conhecidos com pessoas de todos os os círculos sociais possíveis, eu estava numa festa de gente diferente e outro final de semana eu testava na mesa com amigos do meu pai, que são bem mais velhos, e eu acredito que isso no conceito acadêmico influenciou muito a minha vida porque eu consigo ver as pessoas com mais talvez empatia (...).”
- II. *n_09: “Eu quero trabalhar com isso e quero ver outras pessoas se formando nisso e eu quero participar desse, dessa trajetória também, então eu acho que se eu for classificar em palavras, eu primeiramente ‘amor por isso’, por esse mundo, por essa área, é... inspiração, tanto os meus colegas que fazem tanto quanto eu ou às vezes muito mais e principalmente os meus professores e é isso.”
- JJ. *n_12: “(...) então isso ajuda muito a eu compreender melhor as pessoas e ter uma mente mais aberta em relação a opinião e a tudo assim no geral na vida das pessoas porque ninguém é um só, né?”
- KK. *n_12: “(...) eu acho que (...) pode ser a liderança porque eu aprendi a ajudar mais as pessoas, enxergar mais, a estender a mão, a guiar o meu grupo quando eu faço eu consigo ser mais proativo (...).”
- LL. *n_12: “(...) e eu acho que mais me ajuda como profissional é questão dos professores que eles realmente eu sou muito aberta a comentários com críticas construtivas e eu sou uma pessoa que sempre procuro evoluir como já falei anteriormente (...).”

Os trechos das entrevistas refletem uma compreensão ampla da educação universitária que vai além da aquisição de conhecimento técnico ou teórico. Os estudantes enxergam seus cursos como catalisadores de transformação pessoal e

profissional, abrindo portas para novas perspectivas, mundos e oportunidades. Esta visão holística da educação valoriza o desenvolvimento de habilidades, a expansão de horizontes e o suporte social integrados ao aprendizado acadêmico.

Os entrevistados compartilham experiências que destacam como o ambiente universitário e as disciplinas contribuíram para o seu crescimento. Um estudante nota a importância de uma educação prática que prepara melhor os alunos para suas futuras carreiras, sugerindo uma preferência por um aprendizado aplicado ao invés de apenas teórico. Outros mencionam como o convívio com pessoas de diferentes idades e *backgrounds* contribuiu para a revisão de valores preexistentes e o desenvolvimento de uma mente mais aberta.

Além disso, a interação com professores e colegas é valorizada como fonte de inspiração e motivação. Os respondentes falam sobre como essas relações influenciaram sua autoestima profissional, com um estudante mencionando elogios recebidos de pais e alunos que refletem um aprimoramento nas suas habilidades de ensino.

A aprendizagem vai além do conteúdo curricular (Devis-Rozental; Farquharson, 2022), abrangendo lições de liderança, empatia e a capacidade de aceitar críticas construtivas, habilidades essenciais para o desenvolvimento profissional. Os estudantes reconhecem a importância dessas competências interpessoais e a capacidade de evoluir com base no feedback, aspectos que são fundamentais tanto na vida pessoal quanto profissional. Essa mesma percepção é encontrada nos resultados de Gan *et al.* (2022), o qual destaca a importância de programas educacionais que vão além do currículo acadêmico tradicional, visando o desenvolvimento holístico dos estudantes, incluindo habilidades de liderança, comunicação interpessoal e autodesenvolvimento. Conforme os autores, essas habilidades são percebidas pelos alunos como fundamentais para seu sucesso futuro e satisfação pessoal.

Em suma, os relatos enfatizam que a experiência universitária é percebida como um caminho para o crescimento integral, combinando o desenvolvimento de habilidades técnicas com o amadurecimento pessoal e a construção de uma perspectiva mais ampla sobre o mundo e sobre si mesmo. O curso é visto não apenas como um meio para adquirir conhecimento, mas também como uma oportunidade para explorar novos interesses, desenvolver habilidades vitais e formar relações significativas que enriquecem a experiência educacional.

As conexões mapeadas no corpus de respondentes em estágio intermediário sugerem que há uma forte interligação entre o emocional, o educacional, o social e o desenvolvimento pessoal. A experiência acadêmica é percebida não apenas como um processo intelectual, mas como uma jornada emocional e social que envolve desafios, superações, e o desenvolvimento de habilidades interpessoais. A ênfase em “mais” associada a uma variedade de contextos reflete uma intensificação de estados, comparações entre o início da trajetória acadêmica e o momento vivenciado durante a entrevista ou progresso no desempenho. A figura do professor surge como central nesse processo, não apenas como transmissor de conhecimento, mas como influenciador de sentimentos, emoções e decisões, o que indica a complexidade das relações no ambiente de formação e desenvolvimento acadêmicos.

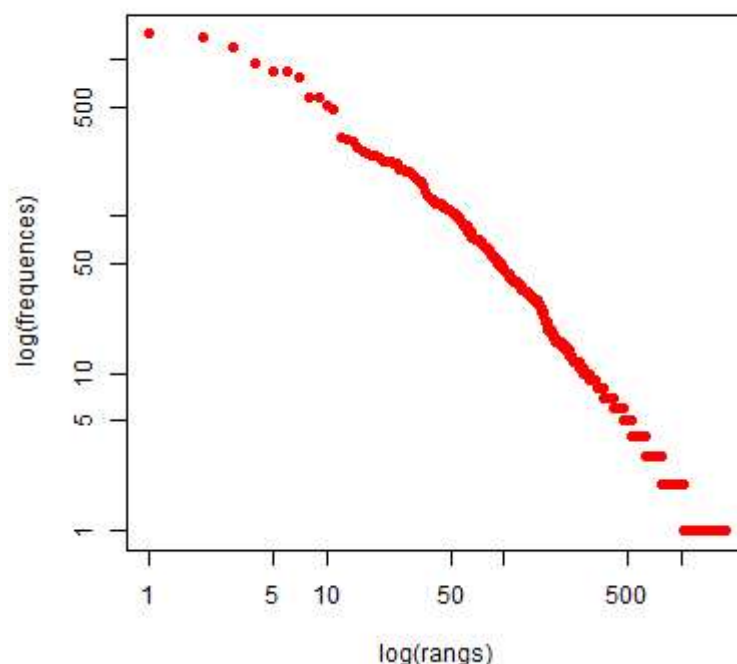
Após o detalhamento dos resultados concernentes aos estágios inicial e intermediário, volta-se o foco à etapa final do percurso formativo em questão, conforme discorre-se na subseção 4.3.1.3 a seguir.

4.3.1.3 Fase final do percurso formativo

Assim como nas subseções 4.3.1.1 e 4.3.1.2, empregaram-se as seguintes análises e organização de dados: estatística, de similitude e a criação de nuvem de palavras por meio da plataforma *WordArt.com* para a organização e interpretação das informações obtidas.

Nesta seção, a atenção está voltada para as respostas fornecidas por alunos que, na época da coleta de dados, estavam no estágio final do curso. Conforme a análise estatística revela, o número de textos corresponde a 9, com um total de 27907 ocorrências e 1765 formas distintas; o número de hápax totalizou 735. A média de ocorrência foi de 3100,78. Na Figura 9 (p. 125), encontra-se o gráfico que representa a relação entre as formas (eixo x) e suas frequências (eixo y).

Figura 9 - Gráfico de Zipf evidenciando a distribuição das frequências das palavras no conjunto de textos (estágio final do curso)



Fonte: Autora (2024)

Com base nos dados obtidos pela análise estatística, verifica-se que as formas ativas relevantes que ocupam as três primeiras posições são “ser” (n=826), “não” (n=568), e “ter” (n=512), mostrando-se semelhante ao estágio anterior.

Ao conferir o relatório de “concordância”, percebe-se que o emprego do verbo “ser” está atrelado à decisão de ser professor após passar por diversas experiências acadêmicas e pessoais; sentimentos de pertencimento e liderança como características essenciais do papel do professor; autoavaliação constante e busca por melhorias pessoais e profissionais; transformação pessoal e crescimento acadêmico ao longo do curso; e importância de conhecer os alunos e transmitir conhecimento de forma mais abrangente do que apenas conteúdos tradicionais. O advérbio “não” se apresenta associado ao sentimento de não pertencimento ao ambiente universitário; dúvidas e inseguranças em relação ao desempenho acadêmico; questionamentos sobre a escolha do curso e a capacidade de aprender; reconhecimento de dificuldades e frustrações ao lidar com desafios; reflexão sobre a relação interpessoal e a falta de identificação com o ambiente acadêmico; e a superação da procrastinação e adversidades para alcançar objetivos acadêmicos.

Por último, “ter” está associado à vivência de emoções positivas durante o curso; desenvolvimento de habilidades de ensino e empatia com os alunos; sentimento de orgulho ao transmitir conhecimento e ajudar colegas e alunos; necessidade de continuar aprendendo e se aprimorando como professor; reconhecimento das próprias capacidades e superação de inseguranças; avaliação constante do desempenho e busca por melhorias na prática docente.

O verbo “ter” e suas conjugações estão associados a uma ampla gama de experiências e emoções expressas nos comentários. Essas associações incluem aspectos como autoestima, avaliação pessoal, sentimentos em relação às aulas *online*, sensibilidade interpessoal, relacionamentos na universidade, experiências acadêmicas, desafios e adaptação. O uso do verbo reflete a diversidade de vivências e experiências e perspectivas ao longo da narrativa, abrangendo desde conquistas e momentos positivos até desafios e aspectos emocionais.

Posto isso, o Quadro 13 apresenta as formas ativas organizadas de acordo com a frequência, listando as 50 mais relevantes para a pesquisa em ordem decrescente. Optou-se por destacar as três primeiras formas, mencionadas anteriormente, devido a sua frequência enquanto forma ativa, o que nos indica a principal constituição dos relatos dos respondentes. Devido à extensão da lista, foram elencadas apenas as 50 formas ativas mais significativas para o relato discente.

Quadro 13 - Frequência de formas ativas relacionadas ao objeto de pesquisa

(continua)

Palavra / conceito	Frequência	Palavra / conceito	Frequência
Gente	226	Colega	67
Estar	221	Tudo	65
Fazer	216	Acreditar	64
Professor	196	Disciplina	63
Achar	191	Semestre	62
Conseguir	145	Entender	61
Saber	136	Aprender	60

Quadro 13 - Frequência de formas ativas relacionadas ao objeto de pesquisa

(continuação)

Pessoa	131	Aluno	58
Sempre	119	Entrar	57
Bem	118	Diferente	56
Poder	115	Hoje	55
Ficar	112	Bastante	54
Falar	111	Parte	54
Querer	104	Trabalho	53
Bom	100	Amizade	50
Curso	97	Vida	50
Dizer	92	Unipampa	49
Momento	88	Dia	47
Ver	81	Positivo	46
Faculdade	74	Certo	45
Aula	73	Gostar	44
Universidade	72	Estudar	43
Dar	70	Trabalhar	43
Sentir	70	Acabar	42
Relação	69	Agora	42

Fonte: Autora (2024)

É importante elencar, semelhantemente ao Quadro 13, a recorrência de termos diretamente ligados ao objeto de pesquisa que tenham frequência menor que $n=10$, incluindo os pilares do Bem-estar, as variantes obtidas pela revisão de escopo e outros termos que tenham surgido e sejam de relevância próxima a esses. Entre as palavras da referida lista, podemos encontrar palavras que tomamos como conceitos associados ao Bem-estar e Florescimento Acadêmicos: “aprendizado”, “infelicidade”, “organização institucional”, “espaço universitário”, “felicidade e infelicidade”, “práticas do professor”, “sucesso acadêmico”.

No Quadro 14, seguem ordenadas, em função da frequência, as formas ativas que foram mencionadas menos de 10 vezes no corpus analisado e que têm estreita relação com o objeto de pesquisa.

Quadro 14 - Frequência de formas ativas com frequência menor que n=10 relacionadas ao objeto de pesquisa

(continua)

Palavra / conceito	Frequência	Palavra / conceito	Frequência
Aprendizado	9	Capaz	5
Erro	9	Choque	5
Futuro	9	Convivência	5
Instável	9	Desenvolver	5
Profissão	9	Empatia	5
Respeito	9	Felicidade e infelicidade	5
Trauma	9	Frustrado	5
Alegria	8	Integral	5
Identidade	8	Linguístico	5
Infelicidade	8	Literatura	5
Organização Institucional	8	Maturidade	5
Social	8	Pertencer	5
Cansado	7	Pertencimento e amizade	5
Crescer	7	Positivamente	5
Elogiar	7	Amadurecer	4
Falhar	7	Autorreflexão e avaliação	4
Fracassar	7	Declínio	4
Inteligência socioemocional	7	Demanda	4

Quadro 14 - Frequência de formas ativas com frequência menor que n=10 relacionadas ao objeto de pesquisa

(continua)

Mal estar	7	Pertencimento e amizade	7
Pertencimento	7	Positivamente	5
Prático	7	Amadurecer	4
Refletir	7	Autorreflexão e avaliação	4
Reprovado	7	Declínio	4
Satisfação	7	Demanda	4
Tímido	7	Descobrir	4
Vergonha	7	Desempenho	4
Viver	7	Desenvolvimento	4
Abalado	6	Relações interpessoais	4
Apoio	6	Experiência acadêmica	3
Conquista	6	Estado emocional e físico	2
Crescimento	6	Inteligência emocional	2
Cultura	6	Infeliz	2
Dedicar	6	Papel de professora	2
Depender	6	Pertencimento	2
Elogio	6	Sentimental	2
Expectativa	6	Bem-acolhida	1
Familiar	6	Choque de pensamento	1
Felicidade	6	Colapso mental	1
Limite	6	Coleguismo	1

Quadro 14 - Frequência de formas ativas com frequência menor que n=10 relacionadas ao objeto de pesquisa

(continuação)

Opinião	6	Companheirismo	1
Pensamento	6	Competição	1
Sucesso acadêmico	6	Comportamento	1
Sucesso ou insucesso	6	Compromisso	1
Triste	6	Conexão	1
Aflorar	5	Confraternização	1

Fonte: Autora (2024)

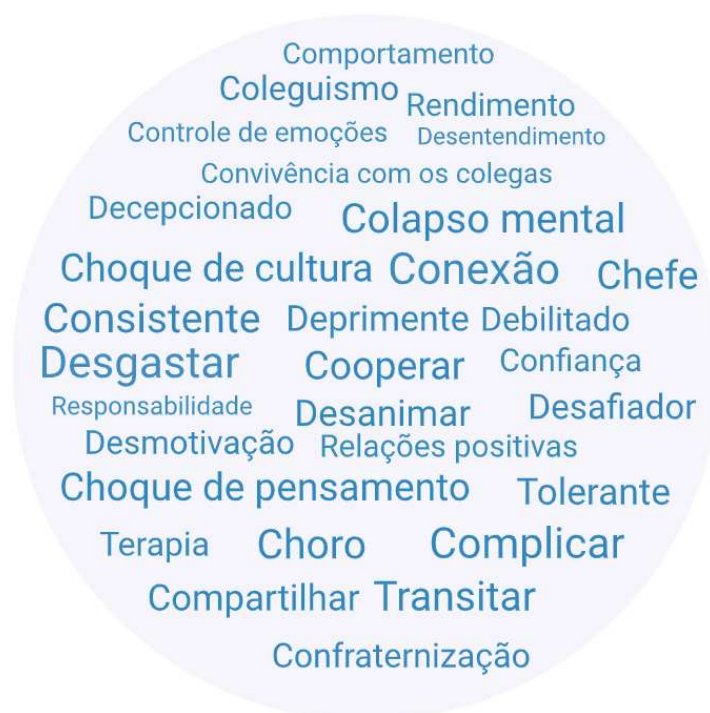
Na lista geral de formas ativas, foi possível verificar, considerando os termos que empregamos como conceitos-critério de análise, a predominância de “saúde mental” (n=34), seguido de “estado emocional” (n=14), “papel e prática do professor” (n=14) e “bem-estar” (n=11). Essa constatação indica que, para alunos que estavam próximos da finalização do curso, o fator “saúde mental” é o que se sobressai quando se lança um olhar de retrospectiva para sua experiência. A partir disso, é possível inferir que esse é um tema relevante, e compreendido por discentes, desde o início do percurso, pode trazer ganhos notáveis ao indivíduo.

Para a análise de similitude, foram selecionados termos com frequência entre n=226 e n=10, e intervalo, foram excluídas as seguintes formas: “assim”, “como”, “porque”, “coisa”, “quando”, “vez”, “também”, “ali”, “mesmo”, “até”, “já”, “só”, “né”, “meio”, “questão”, “al”, “lá”, “ao”, “ponto”, “algo”, “tão”, “tipo”, “sim”, “Deus”, tendo em vista que se tratam de preposições, advérbios, termos com significado genérico ou expressões exclamativas. Acrescenta-se a isso o fato de que o sistema por vezes considerou o verbo “sentir” como “sentar”; por essa razão, essa forma foi incluída.

Nesta análise do estágio final, um aspecto interessante foi a frequência de palavras com sentidos negativos, que foi sobremaneira maior que nos estágios anteriores. Essa representação se encontra na Figura 10 (p. 131), com 30 das palavras mais relevantes ao estudo. Considerando que a lista de hapax excede significativamente à extensão daqueles estágios, concentrou-se, neste momento em ilustrar esse achado, uma vez que os alunos estão em um momento reflexivo acerca

de todo o seu percurso, marcado por desafios e superações; “choques de pensamento”, conforme apontado por um discente, e “coleguismo”; um lugar onde alguém pode se sentir “solitário” ou ser “solidário”, segundo outros respondentes.

Figura 10 - Formas ativas e suplementares relacionadas ao tema da pesquisa que tiveram frequência igual a um no corpus “final de curso”



Fonte: Autora (2024)

Na Figura 10, é interessante notar que há uma preponderância de palavras com sentido negativo, revelando um cenário emocional desafiador, onde os estudantes enfrentam sentimentos de decepção, colapso mental e desmotivação, mostrando o quão difícil pode ser lidar com as emoções durante a jornada acadêmica. A busca por apoio terapêutico destaca a importância de cuidar da saúde mental diante dos desafios enfrentados.

Além disso, a valorização das relações interpessoais ressalta o quanto o companheirismo, a confiança e o compartilhar são essenciais para criar um ambiente de estudo acolhedor e produtivo. Por outro lado, a preocupação com o desempenho acadêmico e a responsabilidade assumida pelos alunos refletem a constante busca por manter um bom rendimento e por enfrentar os desafios com

Analisando a imagem, percebe-se que o verbo "estar" possui uma forte correlação com diversas formas significativas, como "conseguir", "querer", "dizer", "sempre", "fazer", "gente", "achar", "pessoa", "bem", "gente", "achar" e "bom". A seguir, são apresentados tópicos e subtópicos para uma análise mais aprofundada, destacando segmentos específicos⁸ que evidenciam essas conexões. Vale observar a centralidade do verbo "estar", o qual indica sua relevância nas narrativas dos alunos, servindo como um ponto focal para diversas experiências e emoções relacionadas ao contexto acadêmico.

4.3.1.3.1 Rede complexa de experiências acadêmicas

As conexões entre palavras como "estar", "querer", "conseguir", "fazer" e outras indicam a complexidade das experiências dos alunos. Essa interligação sugere que a jornada acadêmica é multifacetada e envolve uma variedade de emoções, desafios e conquistas.

MM. *n_01: "(...) pra te falar bem a verdade quem não me deixou desistir foi a professora que hoje é minha orientadora do trabalho final e ela me ajudou muito; mas foi eu que tava lá mas não tava aprendendo, é como se só o meu corpo estivesse ali, então, para a gente aprender, o nosso emocional, pessoal e familiar, tem que estar tudo certinho ou minimamente razoável para a gente estar bem, para a gente conseguir aprender."

NN. *n_03: "Os próprios professores, eles sempre questionavam se a gente queria ser professor, por que que a gente estava ali no curso ou que a gente gostava do inglês o que a gente gostava do espanhol e sempre mostravam alternativas positivas, a maioria delas para a gente querer interessar mais pelas línguas."

A rede complexa de experiências acadêmicas destacada pela interconexão de termos como "estar", "querer", "conseguir" e "fazer" reflete a diversidade e profundidade das vivências dos alunos no decorrer de sua formação em Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respektivas Literaturas. Essa complexidade é evidenciada nas narrativas pelos desafios,

⁸ Os trechos exibidos foram retirados do corpus de análise, de onde foram removidas formas aplicadas como um hábito linguístico (por exemplo: "né", "tipo", "também", quando estes não carregam sentido em si, mas são usados apenas como um recurso linguístico acessório).

descobertas, apoios significativos e momentos de reavaliação de interesses e objetivos.

Os relatos citados ilustram bem essa dinâmica: um aluno destaca a influência decisiva de uma professora, que não apenas foi determinante para a sua permanência no curso como também serviu como uma fonte de apoio e orientação. Isso corrobora com a importância da figura do professor, não só no aspecto acadêmico mas também como um pilar emocional e motivacional. O outro relato ressalta a maneira como o curso e seus professores conseguem renovar e manter vivo o interesse dos estudantes pelas línguas que estudam, através da apresentação de perspectivas e alternativas positivas, incentivando a curiosidade e a paixão pelo aprendizado.

Esses aspectos sugerem que a experiência acadêmica transcende a simples aquisição de conhecimento técnico, envolvendo a construção de um espaço de apoio, descoberta pessoal e profissional, e a reafirmação do interesse pela formação (Devis-Rosental; Farquharson, 2020; Gan *et al.*, 2022). A educação é apresentada não apenas como um caminho para a formação profissional, mas como uma jornada de transformações pessoais, desafios superados e a formação de relações significativas.

Esse ambiente, enriquecido pelo apoio docente e pela interação com o conteúdo de maneira apaixonada, tende a potencializar a resiliência dos estudantes frente às adversidades e amplifica a sua capacidade de conquistar seus objetivos, reforçando a essência multifacetada e profundamente humana da experiência acadêmica (Devis-Rosental; Farquharson, 2020). Afinal, quando no papel de professores, seja durante os estágios, projetos de ensino ou como egressos, essas dimensões deverão ser levadas em conta no processo de ensino e aprendizagem de uma língua adicional, principalmente por ser esse um campo que impacta diretamente a percepção de si enquanto aprendiz e falante de um idioma.

4.3.1.3.2 Fatores emocionais e pessoais

Termos como “feliz”, “sucesso”, “ansiedade”, “insucesso” e “saúde mental” estão diretamente relacionados, indicando a importância dos fatores emocionais e

peçoais na experiência dos estudantes. Essa interconexão destaca a influência das emoções no sucesso acadêmico.

OO. *n_13: “(...) vamos dizer assim estou num colapso mental que eu tive por causa da faculdade, eu me coloquei naquele limite, sabe?”

PP. *n_01: “Então, até eu tive um pouco, em dois mil e dezenove, como te falei. Foi um ano que saúde mental tava muito ruim, que eu estava passando pelo luto. Então, como eu não conseguia, eu digo que só sobrevivi aquele ano, que não vivi, enfim. Então a falta de saúde mental adequada naquele momento me prejudicou na minha faculdade, apesar de não ter... bom, eu desisti de três, eu fiz somente duas cadeiras no mesmo semestre. Eu fui desistindo, eu não conseguia. Tinha aquelas de linguística, e linguística precisa, realmente, precisa prestar atenção, se não tu não aprende. Então nesse dia abri mão dessas três, nessas três matérias, para mim conseguir lidar só com dois. Então, minha saúde mental estava horrível, eu não conseguia lidar muito bem com tudo à minha volta.”

A relação direta entre fatores emocionais e pessoais, como “feliz”, “sucesso”, “ansiedade”, “insucesso” e “saúde mental”, na experiência acadêmica sublinha a centralidade do bem-estar emocional no desempenho e na persistência dos estudantes. As narrativas compartilhadas pelos alunos revelam como crises de saúde mental e emocionais podem drasticamente impactar a capacidade de aprendizado, a motivação para continuar os estudos e a tomada de decisões sobre a própria trajetória acadêmica.

Esses relatos ilustram que, além dos desafios acadêmicos e curriculares, os estudantes enfrentam batalhas internas significativas que afetam diretamente sua jornada educacional. A pressão por sucesso e o medo do insucesso, combinados com desafios pessoais, como o luto, evidenciam a necessidade de uma abordagem holística na educação que considere a saúde mental e o apoio emocional como componentes fundamentais do processo de ensino-aprendizagem.

Portanto, a conclusão que emerge é a de que instituições de ensino superior, especialmente em cursos intensivos, por se tratar de um curso de turno integral, devem oferecer recursos adequados de apoio psicológico e criar ambientes educacionais que promovam o bem-estar emocional, que se alinha à proposta de Worsley, Harrison e Corcoran (2021). Atenção especial deve ser dada para a construção de uma cultura acadêmica que reconhece e aborda as necessidades

emocionais e mentais dos estudantes como parte integrante do seu sucesso e desenvolvimento acadêmico, pois segundo Paula *et al.* (2020), questões de ordem mental apresentam níveis consideráveis entre acadêmicos de graduação em todo o mundo. Como resposta a essa necessidade, espaços acadêmicos têm sido objeto de reflexão para a atenção a essa necessidade (Worsley; Harrison; Corcoran, 2021), além de estudos e práticas voltadas à inteligência emocional têm sido desenvolvidos para esse público (Allen *et al.*, 2022; Morgan; Simmons, 2021). Professores e futuros educadores interagem constantemente com estudantes, colegas e outros profissionais. A habilidade de entender e gerenciar suas próprias emoções, assim como reconhecer e influenciar as emoções dos outros, facilita a construção de relacionamentos positivos e produtivos, que é vital para criar um ambiente de aprendizado colaborativo e respeitoso.

4.3.1.3.3 Relações interpessoais e rede de apoio

Palavras como “amigo”, “família”, “professor”, “aluno”, “colega” e “pai” estão agrupadas, apontando para a relevância das relações interpessoais e do apoio social durante o percurso acadêmico. Isso destaca a importância de uma rede de apoio para lidar com desafios e buscar sucesso.

QQ. *n_01: “um sentimento que, ‘nossa, estou estudando está dando certo, consegui’, e ainda consigo explicar para algum colega ou prum um aluno meu que hoje em dia já dou aula eu fico muito orgulhosa de mim é academicamente porque antes”

RR. *n_01: “que o que me fez não desistir foram as amizades que eu tinha na faculdade e alguns professores a me manter ali, meu marido, minha mãe, mas quando a gente está lá a gente precisa de um apoio lá na faculdade”

SS. *n_03: “isso mexe muito com a gente principalmente por a gente que está longe da família não tem ninguém a gente se sente muito solitário se sente muito vulnerável o tempo todo então ter um apoio psicológico”

TT. *n_15: “que são as amizades que estão ali muitas vezes para te alavancar, para te ajudar, e também os professores que são teus amigos também, que estão ali te ensinando mas que também tem o papel social que é ter uma empatia contigo (...).”

As relações interpessoais desempenham um papel fundamental na experiência acadêmica dos alunos, proporcionando apoio emocional, encorajamento e suporte prático ao longo de sua jornada.

Os relatos dos alunos destacam a importância das amizades construídas durante a faculdade (Worsley; Harrison; Corcoran, 2021; Devis-Rosental; Farquharson, 2020), bem como o apoio recebido de familiares (Schwartz; Finley, 2010), professores (Eloff; Kanengoni, 2021) e colegas. Essa rede de apoio desempenha um papel crucial em momentos de dificuldade, oferecendo suporte emocional, incentivando a persistência e compartilhando conhecimento e experiências (Devis-Rosental; Farquharson, 2020; Devis-Rosental, 2018). A presença de um sistema de apoio sólido pode ajudar os alunos a superar desafios acadêmicos, lidar com a pressão e o estresse do ambiente universitário e buscar o sucesso acadêmico e profissional. Além disso, as relações interpessoais fortalecem o senso de pertencimento e comunidade dentro da instituição de ensino, promovendo um ambiente de aprendizado positivo e colaborativo. Portanto, investir no desenvolvimento e na manutenção de relações interpessoais saudáveis e significativas é essencial para uma experiência positiva bem-sucedida e gratificante.

4.3.1.3.4 Processo de autorreflexão e crescimento

A presença de termos como “autorreflexão”, “aprender”, “mudar” e “crescimento” sugere que os alunos estão envolvidos em um processo contínuo de avaliação pessoal e desenvolvimento ao longo de sua jornada acadêmica.

UU. *n_01: “(...) eu tenho certeza que o meu eu de quatro anos atrás praticamente hoje em dia eu estou bem diferente, porque cheguei aqui, inúmeras crenças que eu tinha antes mudaram, algumas não, mas as várias crenças significativas que eu tinha, algumas consideradas errôneas eu mudei, e hoje em dia eu tenho mais tolerância com certas coisas, outras nem tanto por causa da idade, mas o que é certo é que eu sou bem diferente, não sou mais aquele, falando em comparação de crenças, e conhecer um lugar novo, como a UNIPAMPA.”

VV. *n_08: “(...) eu acho que a autorreflexão e avaliação também quando a gente é avaliado e a gente recebe uma avaliação que não é o esperado, a

gente se sente meio abalado, né, principalmente quando a saúde mental não está bem, é isso.”

WW. *n_15: “(...) liderança também foi importante para o meu sucesso ou insucesso acadêmico e algumas disciplinas e que ali eu posso associar à autorreflexão e às amizades, então eu tinha que perceber quando estava errado e quando eu deveria mudar e não seguir esses líderes que às vezes eram más influências (...).”

O processo de autorreflexão e crescimento destacado pelos termos mencionados e pelas narrativas dos alunos ressalta uma dimensão fundamental da experiência acadêmica: a transformação pessoal (GAN, *et al.*, 2022). Esse processo não se restringe ao âmbito do conhecimento técnico ou profissional, mas permeia as esferas da identidade das crenças e das habilidades interpessoais.

Os relatos evidenciam como a jornada acadêmica serve de catalisador para o desenvolvimento pessoal, impulsionando mudanças significativas nas perspectivas e atitudes dos estudantes. A capacidade de refletir sobre si mesmo, reconhecer erros, adaptar-se e evoluir mostra-se essencial não apenas para o sucesso acadêmico, mas também para a formação de indivíduos conscientes, resilientes e adaptáveis.

Assim, a experiência acadêmica, com suas demandas, desafios e interações, torna-se um terreno fértil para o crescimento pessoal. O enfrentamento de atividades, o estabelecimento de amizades e a orientação de mentores contribuem para que os alunos não apenas adquiram conhecimentos específicos de suas áreas, mas também desenvolvam uma compreensão mais profunda de si mesmos e do mundo ao redor.

4.3.1.3.5 Desafios e superação

Palavras como “desistir”, “pior”, “ruim”, “insegurança” e “complicada” estão conectadas, indicando os desafios enfrentados pelos estudantes. No entanto, a presença de termos como “conseguir”, “passar”, “conquista” e “sucesso” sugere uma narrativa de superação e realização pessoal.

- XX. *n_01: “(...) acho que o pior semestre é sempre o primeiro porque a gente não sabe o que está fazendo, então no primeiro semestre tem uma lista extensa do que que foi a pior coisa, sabe?”
- YY. *n_01: “(...) foi um ano que saúde mental tava muito ruim, que eu estava passando pelo luto então como eu não conseguia eu digo que só sobrevivi aquele ano, que não vivi (...).”
- ZZ. *n_07: “principalmente as mais complexas foi que me fez passar com a nota muito boa, o que foi uma conquista e sucesso passar nessas disciplinas, a felicidade e infelicidade, porque felicidade, (...) eu estava feliz em muitos momentos (...).”
- AAA. *n_11: “(...) e cada nível depende de outro, tipo uma pirâmide, até tu chegar num ponto e dizer ‘nossa, eu estou apta (...) estou tranquila, estou segura pra exercer essa profissão; eu lembro que eu era muito ruim em espanhol, muito, nossa!”
- BBB. *n_11: “(...) então eu consigo ver que eu estou, o meu processo está em andamento de níveis; eu acho isso importante a gente conseguir identificar que eu passei de um nível e eu me aproximei de um outro nível (...).”
- CCC. *n_13: “(...) tu sabe que não quer estar naquele lugar mas tu acaba se obrigando a ficar lá por fatores externos; então é uma uma relação muito complicada e cíclica; é, falando assim parece que eu odeio, mas a questão não é essa, não odeio, agradeço, assim, querendo ou não, ter entrado (...).”
- DDD. *n_15: “(...) me influenciou muito para mim não desistir nos momentos que eu estava mais triste, mais cansada dentro da universidade, ou até mesmo frustrada com alguns erros que eu ia cometendo, assim, nas disciplinas, eu lembrava sempre que eu poderia ter um futuro (...).”
- EEE. *n_15: “(...) será que as pessoas que estão me elogiando, elas tão fazendo isso verdadeiramente; então, eu tinha o sentimento de insegurança e também tinha algumas crenças que eram presentes na minha vida como por exemplo a ser professora (...).”
- FFF. *n_15: “(...) então, meu estado emocional nesses primeiros semestres, ele foi complicado e instável, e físico igualmente, eu estava sempre cansada e frustrada às vezes feliz e às vezes animada; então foi instável (...).”
- A interconexão entre palavras que expressam desafios, como “desistir”, “pior”, “ruim”, “insegurança” e “complicada”, juntamente com termos que denotam

superação e conquista, como “conseguir”, “passar”, “conquista” e “sucesso”, revela a natureza dinâmica e multifacetada da jornada acadêmica.

Os relatos dos estudantes refletem a complexidade dos obstáculos enfrentados ao longo do curso, desde as dificuldades iniciais até os momentos de incerteza e insegurança. No entanto, esses desafios são frequentemente acompanhados por narrativas de superação e realização pessoal. Essa realidade se assemelha aos cenários estudados por Morgan e Simmons (2021), que discutem acerca dos diversos desafios enfrentados pelos estudantes ao longo de sua jornada educacional, incluindo dificuldades acadêmicas, questões de saúde mental e problemas de relacionamento (Boniwell, 2012). Por outro lado, os autores destacam a importância da resiliência como uma habilidade essencial para enfrentar esses desafios e superá-los com sucesso (Seligman *et al.*, 2009).

A capacidade dos alunos de persistir, mesmo diante de circunstâncias adversas, demonstra não apenas sua resiliência, mas também seu comprometimento com o alcance de seus objetivos pessoais e profissionais. A conquista de metas, o progresso em disciplinas desafiadoras e a superação de dificuldades pessoais contribuem para a construção de uma narrativa de sucesso e crescimento ao longo do tempo. Assim, a experiência acadêmica é marcada por uma série de desafios que exigem determinação e esforço por parte dos estudantes, mas também oferece oportunidades significativas para o desenvolvimento pessoal e a realização de conquistas importantes.

Nesse contexto, a Educação Positiva é apresentada como uma abordagem que visa não somente o sucesso acadêmico, mas também o desenvolvimento de habilidades para a felicidade e o bem-estar dos estudantes (Seligman *et al.*, 2009). Na prática, Morgan e Simmons (2021) sugerem o estudo de Sin e Lyubomirsky (2009) e Waters (2011), que abordam o exercício e o cultivo de competências como gratidão, *mindfulness* e autocompaixão como estratégias eficazes para promover o bem-estar dos estudantes e ajudá-los a lidar com os desafios da vida acadêmica. Em consonância com tais propostas, Houghton e Anderson (2017) defendem a integração do bem-estar no contexto do ensino e da aprendizagem como uma prioridade central para promover a saúde mental dos alunos, sem comprometer os objetivos acadêmicos do ensino superior.

4.3.1.3.6 Aspectos práticos da formação acadêmica

Termos, como “graduação”, “estágio”, “ensino” e “experiência” estão interligados, indicando a relação entre a formação acadêmica e a experiência prática, ressaltando a importância da aplicação prática do conhecimento adquirido.

GGG. *n_15: “(...) eu digo mais na questão dos estágios que foram importantes na minha graduação e foram uma das partes que mais teve tensão, onde tive mais emoções negativas e positivas ao mesmo tempo e que eu tive que entender que estamos estudando para ser professores (...).”

HHH. *n_03: “(...) então eu acho que o curso (...) no primeiro semestre ele é mais de boas, um pouquinho mais tranquilo não sei o quê, e depois começa e só vai, porque a gente vai ter que se preparar para os estágios (...).”

III. *n_15: “(...) eu me importar o que o outro vai pensar de mim mas ter certeza do que eu estou fazendo, segura daquilo que estou ensinando, e tu vai acabar perdendo a vergonha e isso foi uma coisa que citei antes ali, foi no sucesso (...).”

JJJ. *n_07: “(...) pelo menos até o momento pra primeira graduação, portanto já estou até pronto para me formar, mas a experiência que eu tive até aqui foi positiva, o conhecimento que eu ganhei até agora, as coisas que eu fiz (...).”

A interconexão entre termos como “graduação”, “estágio”, “ensino” e “experiência” destaca a importância dos aspectos práticos da formação acadêmica na preparação dos estudantes para sua futura atuação profissional. Os relatos dos alunos ressaltam a relevância dos estágios como uma parte fundamental da graduação, proporcionando uma oportunidade para aplicar na prática os conhecimentos adquiridos em sala de aula. Essa experiência prática não apenas complementa a formação teórica, mas também permite aos alunos enfrentar desafios reais e desenvolver habilidades essenciais para sua futura carreira (Scalabrin; Molinari, 2013) como professores de línguas adicionais.

Além disso, a ênfase na importância do ensino e na segurança ao transmitir conhecimentos resalta a necessidade de os alunos se sentirem confiantes e preparados para exercerem seu papel como educadores. A experiência acumulada ao longo da graduação, tanto em sala de aula quanto nos estágios, contribui para o desenvolvimento de uma base sólida de conhecimento e habilidades, preparando os

estudantes para os desafios do ambiente profissional. Portanto, os aspectos práticos da formação acadêmica desempenham um papel crucial na preparação dos alunos para sua futura carreira como professores de línguas adicionais, fornecendo-lhes as habilidades e a confiança necessárias para enfrentar os desafios do ensino e contribuir de forma significativa para a educação.

Consoante Lei e Yin (2019), o estágio proporciona experiências que podem resultar em aprendizagens e descobertas que vão além das áreas acadêmicas, tais como “tecnologia, aplicação computacional, liderança, comunicação, pensamento crítico, pensamento criativo, resolução de problemas, gerenciamento de conflitos e a experiência de trabalho de fato” (p. 2). Além disso, ao citarem Anderson *et al.* (2002), defendem a ideia de que: a) o estágio é uma oportunidade de analisarem seu perfil e o quanto esse se alinha aos diferentes tipos de organizações; b) e os participantes de estágios que desfrutam de uma experiência positiva frequentemente experimentam um aumento significativo em sua autoestima e autoconfiança.

Por outro lado, apesar de ser uma possibilidade de reconhecer tanto suas habilidades pessoais quanto suas limitações, o estágio pode oferecer experiências que, se não forem bem gerenciadas a partir da perspectiva da inteligência emocional, ainda segundo Lei e Yin (2019), os estudantes podem vivenciar os seguintes impactos: a) estresse financeiro, uma vez que muitos estudantes apresentam limitações de ordem financeira e precisam de atividades remuneradas para se sustentarem; b) pressão e expectativa: por ser uma forma de os alunos demonstrarem seu potencial aos empregadores e garantir uma futura vaga de emprego, isso pode criar pressão e expectativas elevadas; c) ambiente de trabalho: alguns estágios podem envolver tarefas repetitivas ou menores, que podem não ser muito gratificantes para os alunos, levando-os a sentimentos de desmotivação ou insatisfação; d) desafios de adaptação: no caso de estágios internacionais (mas que podem ser aplicados para o caso de alunos oriundos de outras culturas, dentro do próprio estado ou fora desse), pois os alunos podem enfrentar desafios de adaptação cultural e linguística, além de estar longe de sua rede de apoio, o que pode resultar em sentimentos de isolamento, ansiedade ou solidão.

4.3.1.3.7 Amplitude do aprendizado além do convencional

A presença de palavras como “culturas”, “diferenças culturais” e “ambiente de convivência” sugere que os alunos reconhecem a importância de uma educação que vai além das salas de aula, abrangendo aspectos culturais e interpessoais.

KKK. *n_02: “(...) diferenças culturais, porque existem muitas palavras que me confundem devido a eu ter um vocabulário diferente dos demais e diversos momentos do meu aprendizado, das minhas atividades em sala de aula, eu tive certas desavenças com colegas (...).”

LLL. *n_02: “(...) porque a demanda do curso, ele em si necessita que a gente sempre esteja se atualizando, seja aprendendo coisas novas, aprendendo tanto no convívio com outros quanto no plano da disciplina ali então eu acho que é perceptivo meu crescimento (...).”

MMM. *n_15: “(...) os conteúdos e também as relações sociais com alguns amigos os choques culturais que eu tive que eu consegui administrar aquilo ali e quando eu percebi que eu não estava conseguindo escrever sobre a minha identidade e que meu mal estar em relação àquele trabalho final, que fala sobre toda a minha trajetória na universidade (...).”

NNN. *n_16: “(...) e diferenças culturais também como respondi ali nas outras, das diferenças culturais, ali na cultura religião e política, então, as diferenças políticas e religiosas, que isso influenciou bastante de valores, enfim.”

As experiências relatadas pelos alunos evidenciam a relevância das diferenças culturais como um aspecto significativo de suas jornadas acadêmicas. As interações com colegas de diferentes origens culturais podem resultar em desafios, como desavenças ou dificuldades de comunicação devido a diferentes vocabulários e perspectivas. No entanto, esses desafios também representam oportunidades de aprendizado e crescimento, permitindo aos alunos desenvolver habilidades de adaptação e compreensão intercultural.

Além disso, os relatos destacam a importância da atualização constante e do convívio com diferentes culturas como parte essencial da formação acadêmica. Essa imersão em diferentes contextos contribui para o crescimento pessoal e acadêmico dos estudantes, ampliando sua visão de mundo e capacidade de compreender e interagir com a diversidade cultural.

Portanto, as diferenças culturais desempenham um papel significativo na experiência acadêmica dos alunos (Allen *et al.*, 2022; Gan *et al.*, 2022), oferecendo oportunidades de aprendizado, desafios e crescimento pessoal, além de prepará-los para uma atuação profissional em um mundo cada vez mais globalizado e diversificado (Popa *et al.* 2021). Os programas de formação de professores se beneficiariam de conteúdos que abordam a diversidade cultural e globalização. Isso pode incluir estudos sobre diferentes práticas educativas ao redor do mundo, teorias de multiculturalismo e estratégias para ensinar em salas de aula culturalmente diversas.

De modo geral, dentre os temas emergentes no estágio final do curso, destacaram-se as percepções dos participantes sobre a importância do apoio social e emocional no ambiente universitário, a valorização da autonomia e da autodeterminação na busca por metas acadêmicas e pessoais, bem como a influência das experiências de pertencimento e identidade no processo de florescimento individual. Além disso, os dados qualitativos evidenciaram a relevância da construção de relações interpessoais positivas com colegas e professores, a valorização do reconhecimento e do esforço acadêmicos, e a necessidade de estratégias de enfrentamento e resiliência diante dos desafios do curso. Esses resultados apontam para a complexidade e a multidimensionalidade do bem-estar acadêmico, ressaltando a importância de considerar não apenas os aspectos cognitivos, mas também os emocionais, sociais e motivacionais na promoção do florescimento dos estudantes universitários.

A análise aprofundada desses resultados qualitativos proporcionou uma compreensão mais abrangente das experiências dos estudantes de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas, permitindo a identificação de elementos-chave que influenciam seu bem-estar e desenvolvimento acadêmico. Essas descobertas contribuem para a reflexão sobre práticas e políticas educacionais que visam promover um ambiente universitário mais saudável, inclusivo e propício ao florescimento integral dos estudantes.

Na próxima subseção, pode-se verificar um resumo comparativo das três análises de similitude que evidencia termos predominantes e suas correlações em cada um dos períodos do curso no primeiro semestre de 2023.

4.3.1.4. Análise comparativa entre os três períodos

Com o intento de verificar que correlações predominam em cada grupo aqui considerado (estágio inicial, estágio intermediário e estágio final), dispoe-se de um resumo comparativo das três representações gráficas anteriormente apresentadas, seguindo essa ordem. Tomou-se por base, para a determinação do conceito predominante, as definições fornecidas sobre os conceitos de Bem-estar e Florescimento, conforme Quadro 8.

Dentro do período inicial, percebe-se que os alunos demonstram preocupações centradas em sua própria capacidade, nos desafios que encontram, na organização da rotina de estudos, no gerenciamento de transformações, que compreende a autorregulação, na compreensão da realidade e demandas que compõem a sua vida acadêmica e na visão que têm de suas futuras carreiras. Essas inquietações refletem uma ênfase na autorreflexão e avaliação. Embora não haja menção explícita ao conceito específico de “papel e prática do professor”, a frequente referência aos “professores” sugere a importância desse agente na experiência acadêmica inicial dos alunos, alinhando-se com a relevância dos relacionamentos positivos, como definido na tabela de conceitos e definições. A valorização das amizades também se destaca, ressaltando a importância das conexões sociais e do sentimento de pertencimento. Paralelamente, a principal lição identificada é a habilidade de lidar com mudanças internas e diferenças no ambiente de convívio, relacionando-se com a competência intercultural.

Na fase intermediária, por sua vez, o conceito que mais se destaca nessa subseção é o de “relacionamentos positivos”, que está relacionado ao impacto positivo na vida de outras pessoas. Nela, destaca-se a importância dos relacionamentos dentro do ambiente universitário, mencionando como o convívio com pessoas de diferentes idades e *backgrounds* contribui para o desenvolvimento pessoal dos estudantes. Além disso, ressalta a valorização das interações com professores e colegas como fonte de inspiração e motivação, influenciando positivamente a autoestima profissional e acadêmica dos estudantes. Nesse sentido, a figura do professor não é daquele que apenas transmite conhecimento, mas também influencia sentimentos, emoções e decisões dos alunos, destacando a complexidade das relações no ambiente acadêmico.

Por fim, porém não menos importante, no estágio final, o conceito que mais se destaca é o da “Saúde Mental”, o qual é abrangente, incluindo o bem-estar emocional, psicológico e social. Em uma avaliação de seu percurso acadêmico, os alunos que estão para concluir o curso percebem a saúde mental como um aspecto crucial de sua experiência acadêmica e de vida em geral. As implicações de uma boa saúde mental também estão relacionadas ao bem-estar global e capacidade dos alunos de enfrentar desafios nesses contextos, proporcionando a vivência de emoções positivas, engajamento em atividades significativas, cultivo de relacionamentos saudáveis, encontro de um sentido na vida e alcance de objetivos pessoais e acadêmicos. Atrelado a isso, os alunos em fase de conclusão do curso também apresentam reflexões sobre sua preparação para a vida pós-graduação e os desafios a serem enfrentados ao longo da carreira.

Os resultados dos três períodos corroboram com Gan *et al.* (2022), o qual afirma que

“Um número de desafios específicos na implementação dos princípios da educação positiva dentro do currículo universitário geral tem sido reconhecido (por exemplo, King *et al.*, 2016). O próprio ambiente universitário pode fornecer uma dessas tensões. **A educação positiva requer uma mudança cultural longe da universidade como uma instituição de produção de conhecimento e entrega de ensino, em direção a uma que promova a autodescoberta e o crescimento pessoal.** Para alcançar esses objetivos, é necessário um estilo de *coaching* que nutra o potencial e o talento dos alunos. No entanto, o sistema universitário tradicional enfatiza a comunicação unidirecional do professor para o aluno (...).” (Tradução e grifos nossos)

É bem verdade que diversos relatos apontam para esse caminho como algo presente na instituição, ainda assim, faz-se necessário avaliar de que formas os princípios do Bem-estar e Florescimento são abordados em documentos norteadores da graduação (LDB 9394/96, Normas Institucionais e PPC, por exemplo), na organização institucional, no ambiente de convivência e nas relações interpessoais. Adicionalmente, vale notar que, apesar de uma limitação de dados no estágio inicial, foi possível identificar pontos distintivos entre os períodos, o que pode embasar a elaboração de atividades curriculares ou extracurriculares na instituição que contemplem esses pilares pensando em cada período, ainda que todos os cinco pilares (Emoções Positivas, Relações Positivas, Engajamento,

Sentido e Conquista) sejam necessários para o alcance do Bem-estar, de acordo com a Psicologia Positiva.

Essas práticas podem ser desenvolvidas em atividades de modo indireto, sem que se faça uso de uma metalinguagem, mas por outro lado, princípios sejam inseridos e os objetivos estejam bem claros na prática de ensino. Além disso, outro fator importante a ser considerado é a cultura, pois, conforme Office of the Surgeon General (US) *et al.* (2001), estes elementos que são importantes para prevenir complicações na saúde mental: apoio familiar, comportamentos de busca de ajuda e disponibilidade de recursos de saúde mental, também dependem da cultura.

Propondo um olhar mais voltado para o contexto acadêmico, este estudo optou por realizar uma revisão de escopo para entender que pilares são identificados em práticas que promovem ou que analisam os indicadores de bem-estar e florescimento acadêmico. Esse pode ser um passo para a sensibilização de instituições, professores e estudantes, conduzindo-os a uma compreensão mais detalhada, partindo dos cinco pilares constantes (PERMA) e dos pilares adicionais apontados por Huppert e Timothy So (2009), que foram empregados para medir o nível de florescimento em países da Europa. Ainda assim, entendendo que os universitários tendem a apresentar dificuldades no desenvolvimento e manutenção de seu bem-estar pessoal e acadêmico, este trabalho, apesar de suas limitações, caminha em direção a essa percepção: os alunos percebem esses pilares em sua jornada? Como se manifestam esses pilares na percepção dos alunos? Em que áreas há maior dificuldade em evoluir? O que pode estar faltando nesse processo para que eles floresçam como graduandos, futuros colegas de trabalho nossos (falando enquanto professora que fui na mesma instituição em que me formei) - e o que está nas mãos de cada agente participante fazer para esse trajeto alcançar esses objetivos? Esses questionamentos, por sua vez, me proporcionam momentos de reflexão sobre mim mesma enquanto aluna que fui na graduação e, atualmente, discente do programa de pós-graduação.

Na próxima subseção, cumprindo o terceiro objetivo específico desta pesquisa, apresentam-se considerações acerca das implicações de uma abordagem de ensino e de organização institucional que contemple as descobertas a partir da análise dos dados.

4.3.1.5 Implicações para as práticas universitárias a partir da análise dos dados realizados

Embora a temática do bem-estar possa aparentar ter um caráter significativamente subjetivo ou relativo, podemos ver em Houghton e Anderson (2017), no seu trabalho intitulado “*Embedding mental wellbeing in the curriculum: maximising success in higher education*”⁹, a preocupação com o bem-estar estudantil não tem sido presente apenas em algumas instituições isoladas, mas no Ensino Superior do Reino Unido como um todo, e uma das razões desse cenário é, conforme os autores propõem, com base em Neves e Hillman (2016), “alunos de graduação ter um senso mais baixo de bem-estar pessoal quando comparado à população jovem em geral” (p. 9, tradução nossa). Associado a isso, Houghton e Anderson (2017) justificam que “tipicamente, saúde mental é mais discutida no contexto de serviços de suporte estudantil e iniciativas discentes do que no contexto de ensino e aprendizagem” (p. 9, tradução nossa). Ainda conforme os pesquisadores, justifica-se essa realidade pelo baixo número de recursos em saúde mental estudantil que instruem como trabalhar questões de bem-estar no ensino (Houghton; Anderson, 2017).

Após as análises apresentadas e, em consonância com Houghton e Anderson (2017), os princípios essenciais para a integração do bem-estar mental no currículo acadêmico visam estabelecer um ambiente educacional que reconheça e valorize a importância do bem-estar mental para todos os participantes do ensino superior. Essa abordagem enfatiza que a responsabilidade de promover o bem-estar mental dos estudantes não deve ser exclusivamente atribuída aos serviços de apoio, mas sim ser considerada uma responsabilidade coletiva dos educadores. Ao incorporar recursos específicos de saúde mental e bem-estar no currículo, os educadores podem oferecer suporte direcionado e relevante para os estudantes, abordando questões que transcendem o conteúdo acadêmico convencional.

Para que a cultura acadêmica efetivamente promova esses objetivos por meio do currículo, é necessário que a experiência do bem-estar e florescimento faça sentido tanto para a instituição quanto para os professores. Sendo assim, os autores propõem o uso de ferramentas reflexivas que auxiliam na construção do

⁹ Traduzido como “Incorporando o bem-estar mental no currículo: maximizando o sucesso no ensino superior” (Tradução nossa)

conhecimento do professor em nível individual, no contexto do grupo de professores e entre os diferentes setores da instituição. A aplicação de tais ferramentas proporciona uma jornada de autoconhecimento, permitindo que os profissionais avaliem seu próprio bem-estar mental, identifiquem os aspectos que influenciam seu entendimento de bem-estar e compreendam como isso impacta sua prática, entre outros aspectos de análise.

Os autores propõem três ferramentas: a) a primeira consiste em um conjunto de perguntas destinadas aos professores universitários. Essas questões abordam conceitos-chave relacionados ao bem-estar mental, a relação entre bem-estar mental e aprendizagem, e o papel do educador na promoção do bem-estar dos alunos. Além disso, incentivam os educadores a refletir sobre os fatores que facilitam ou dificultam o cumprimento desse papel; b) a segunda ferramenta oferece um conjunto de perguntas para equipes departamentais ou de programas, baseadas nas respostas às questões individuais. Essas perguntas visam promover a discussão sobre a compreensão compartilhada do bem-estar mental, as práticas atuais para promovê-lo no currículo e maneiras de melhorar essas práticas; c) por fim, a terceira ferramenta apresenta questões destinadas a serviços institucionais e centrais. Elas abordam como o desenvolvimento educacional, a governança e as redes podem integrar o bem-estar mental dos alunos no contexto acadêmico. Elas podem ser adaptadas e utilizadas de forma flexível, tanto individualmente quanto em conjunto, em diferentes contextos institucionais e colaborativos.

Pelo fato de Houghton e Anderson (2017) não abordarem a teoria do Bem-estar e Florescimento (Seligman, 2012), sugere-se analisar a abordagem daquele e elaborar questionários com critérios claros e diretamente associados aos pilares propostos por essa teoria dentro da Psicologia Positiva, para os professores e equipes de suporte responderem individualmente e coletivamente, bem como entre os diversos setores do campus: pedagógico, secretaria, núcleos de assistência e/ou apoio, administração e serviços terceirizados. Além disso, é válido desenvolver oportunidades para autorreflexão e avaliação, o estabelecimento de relacionamentos positivos entre alunos e professores, e a valorização das conexões sociais e do sentimento de pertencimento, que são fundamentais para os pilares de emoções positivas e relações positivas.

De modo mais específico, os questionários podem ser adaptados a fim de abordar as preocupações específicas dos alunos em diferentes estágios de sua

jornada acadêmica. Por exemplo, no estágio inicial, os alunos podem se concentrar em questões como gerenciamento de transformações e mudanças de ambiente, bem como definição de perfil pessoal e visão de futuras carreiras, enquanto no estágio intermediário, pode-se trabalhar o equilíbrio entre vida pessoal e acadêmica, juntamente com os relacionamentos positivos, a influência dos professores, a percepção de valor de atividades e de suas habilidades. No estágio final, por sua vez, a ênfase pode ser colocada na promoção da saúde mental e no apoio aos alunos na transição para a vida pós-graduação associadas a perspectivas de futuro e realização profissional. Vale ressaltar que esses conceitos perpassam todo o trajeto formativo e todos os cinco pilares devem ser trabalhados para que haja bem-estar na perspectiva aqui adotada. Assim, é possível elaborar ou adaptar, a partir da reflexão por parte da instituição, princípios, métodos de ensino e de avaliação com vistas ao florescimento acadêmico. Essa ideia pode ser ilustrada na figura 12.

Figura 12 - Estrada P.E.R.M.A com as rotas de florescimento acadêmico conforme resultados da revisão de escopo e pesquisa com graduandos no primeiro semestre de 2023



Fonte: Autora (2024)

A estrada representada na Figura 12 é chamada de Estrada PERMA justamente porque o bem-estar, por mais que seja algo a ser alcançado, ele não é

um destino, mas um caminho, onde todos os elementos devem ser percebidos, avaliados, equilibrados a fim de que a jornada contemple a vida acadêmica do aluno de modo integral (Seligman *et al.*, 2009; Devis-Rosental; Farquharson, 2020; Norrish, 2015). O florescimento, nesse cenário, de acordo com os resultados obtidos, tanto por meio da revisão de escopo, como do levantamento e entrevistas realizados com os alunos do curso, é algo construído, alcançado por meio dos cinco pilares P.E.R.M.A. e o outro conjunto de fatores que, percebidos e alcançados, indicam o alcance do florescimento. Na teoria proposta por Seligman, o autor indica o estudo de Huppert e Timothy So (2009) para a definição dos preditores de florescimento.

A partir do estudo aqui apresentado, pode-se perceber que os preditores propostos pelos referenciais teóricos aqui empregados podem ser traduzidos para três principais pilares (duplos): 1º) a) Gerenciamento de Transformações e b) Relações Positivas com Professores, Colegas e o Curso; 2º) a) Relacionamentos Positivos e Significativos e Influência dos Professores e b) Percepção de Valor de Atividades e de Habilidades; 3º) a) Saúde Mental e b) Transição para a Vida Pós-graduação.

Trata-se de uma estrada curvilínea, não em linha reta, pois ao longo do percurso, precisamos, enquanto alunos, acelerar em alguns momentos e desacelerar em outros; em alguns pontos prestar maior atenção ao que está acontecendo ao nosso redor; em outros momentos, precisamos parar e pedir ajuda a outros que passam por nós, inclusive quando o combustível da motivação parece acabar e tudo o que se pensa é em desistir do trajeto. Nesse contexto, ter clareza e/ou fácil acesso àqueles pilares proporcionará um florescimento em função do período do curso, o qual levará ao florescimento acadêmico em uma esfera macro: a visão de que a vida acadêmica deu e está dando certo, parafraseando Seligman (2012).

É importante destacar que esses pilares do florescimento acadêmico podem oscilar, e, por isso, contrastam com os pilares fixos P.E.R.M.A, os quais constituem a própria teoria do Bem-estar, inerente à Psicologia Positiva. Nesse sentido, a avaliação dos pilares do florescimento acadêmico devem ser revistos periodicamente, por meio de levantamentos, entrevistas, avaliações, discussões, seminários, rodas de conversa e experimentação dos dados obtidos. Essa não é uma cultura assimilada do dia para a noite (e partindo dos princípios da teoria, não o

deve ser); demanda diálogo com as partes envolvidas, entendimento, compreensão da importância das questões aqui propostas. Acima de tudo, demanda boa vontade, pois, para que seja efetivo, é necessário que faça sentido primeiramente na vida dos professores, das equipes administrativas, de suporte e da instituição como um todo.

A revisão de escopo (Mascarelo Sudo; Irala, 2023) também fornece dados pertinentes para a elaboração de práticas acadêmicas em prol de uma cultura do bem-estar e florescimento acadêmicos, a saber: a construção de consciência por meio de histórias cinematográficas, o qual no contexto de Popa *et al.* (2021) foi empregado para a sensibilização intercultural; intervenção (curso) e teste de eficácia, que, na pesquisa de Gan *et al.* (2022) teve a finalidade de promover habilidades, tais como liderança, autorreflexão e avaliação; e, no cenário de Morgan e Simmons (2021), sessões semanais de bem-estar com abordagem dos conceitos-chave de bem-estar e ferramentas que ajudem os participantes a conciliarem os estudos com a necessidade de atingir os cinco pilares P.E.R.M.A..

Apesar de haver ao nosso dispor incontáveis abordagens de promoção do bem-estar e florescimento acadêmico, para que essa teoria seja relevante e produza bons resultados, ela precisa ser uma cultura construída, e não meramente um programa ou projeto a mais que os alunos, professores e equipes de suporte precisam cumprir. Em outras palavras, é necessário que se perceba os benefícios dessa vivência dentro dos elementos que constituem a caminhada acadêmica, profissional e pessoal.

Encontra-se também, em Madalina Tanase e Hope E. Wilson (2024), princípios e práticas que dialogam com a teoria do Bem-estar e Florescimento de Seligman (2012) no contexto acadêmico e oferece uma experiência acadêmica baseada no cuidado e excelência visando ao florescimento acadêmico. Trata-se da Liderança Servidora, “extraído de Greenleaf (2002) e Spears (2010)” (2024, p. 51). Essa abordagem “compreende dez características de gerenciamento efetivo: escuta, empatia, cura, consciência, persuasão, conceitualização, previsão, mordomia, compromisso com o crescimento de pessoas e construção de comunidade” (2024, p. 51, tradução nossa). Nesse cenário, citando Hutchinson (2021), “alunos, colegas e professores são engajados em aprendizagem significativa por meio de respeito mútuo, e suas necessidades fisiológicas, afetivas, relacionais e instrucionais são atendidas” (2024, p. 51, tradução nossa).

Compreende-se, nesse modelo de experiência e desenvolvimento acadêmicos, que, por se tratar de uma liderança servidora no autêntico sentido da palavra, essa cultura deve partir da administração para com os professores e demais equipes de suporte, e desses para com os alunos, pois, conforme Greenleaf (2002), “implica em os líderes almejarem servir primeiro e depois liderar” (2024, p. 52, tradução nossa). Conforme Schroeder (2016), diretores que seguem esse modelo de liderança contribuem com a performance dos professores, não em um sentido de servidão ou escravidão (Hansel, 1987), como o termo pode erroneamente sugerir, mas sim promovendo um ambiente de apoio e desenvolvimento profissional contínuo. Para esse autor (Hansel, 1987), quem integra esse modelo ao seu estilo de liderança consegue conciliar seus próprios anseios com os objetivos da instituição. Uma liderança embasada nesses princípios dialoga diretamente com os pilares do Bem-estar e Florescimento, mostrando-se uma prática coerente com os propósitos da Psicologia Positiva, bem como com a sua visão de ambiente educacional.

Na subseção 4.3.1.5.1, discorre-se acerca de outras abordagens que, integradas à vivência da liderança servidora, podem colaborar para a formação do ambiente promotor do bem-estar, florescimento e, por consequência, sucesso acadêmico. As propostas a seguir não servem como uma prescrição, mas como fonte de orientações, *insights* e sugestões de práticas que podem ser aplicadas ao contexto onde se está inserido, procedendo-se com as devidas adaptações.

4.3.1.5.1 Propostas para pensar o desenvolvimento de políticas institucionais

Este trabalho busca contribuir para discussões institucionais e pedagógicas voltadas à construção de culturas e políticas que promovem o sucesso acadêmico. A Teoria do Bem-estar e Florescimento, fundamentada na Psicologia Positiva, é considerada um caminho alinhado aos objetivos de uma formação que prepara indivíduos para um mercado de trabalho que exige não apenas habilidades cognitivas e técnicas, mas também interpessoais e socioemocionais, essenciais para lidar com as rápidas transformações do mundo contemporâneo.

É importante reconhecer que essa não é uma discussão breve. Pelo contrário, demanda diálogos e o exame de diversos aspectos importantes para o

delineamento da construção dessa cultura, como a missão e valores da instituição e dos seus membros. Esse processo não pode ser desenvolvido apenas com um tipo de intervenção, nem mesmo se limitar a uma abordagem que pretenda enquadrar as especificidades de todos. Tal como é complexa e multidimensional a definição de Bem-estar, assim é a jornada de edificação desse construto na vida acadêmica dos envolvidos. Faz-se necessário uma visão realista e uma mentalidade investigativa acerca das melhores abordagens e práticas. Ademais, documentos formais norteadores (estatuto, guias instrucionais, bases curriculares, projetos de cursos, delineamento de disciplinas) são importantes para que as equipes possam efetuar um trabalho devidamente fundamentado e em sintonia com a teoria.

Complementar a essa ideia, concorda-se com as palavras de Starkey (2023) aplicadas ao ambiente universitário: “Construir e manter uma cultura e um clima escolar positivos exige estratégias intencionais e um esforço contínuo dos líderes educacionais” (p. 2, tradução nossa). Nesse estudo são elencadas as seguintes estratégias (Quadro 15), as quais também encontram espaço no ambiente acadêmico.

Quadro 15 - Estratégias intencionais para implementação de uma cultura de educação positiva no contexto escolar, conforme Starkey (2023)

(continua)

Estratégia	Concepção
Visão Clara e Compartilhada	Uma visão clara e compartilhada é essencial para uma cultura escolar positiva. Colaborar com a equipe, alunos e pais para estabelecer valores e objetivos comuns cria um sentimento de propriedade e compromisso na comunidade escolar (Ciccione; Freibeg, 2013).
Apoio ao Comportamento Positivo	Implementar um sistema de apoio ao comportamento positivo é crucial para um clima escolar positivo. Isso inclui definir expectativas claras, ensinar e reforçar comportamentos positivos, e usar estratégias proativas para lidar com comportamentos desafiadores, criando um ambiente seguro e respeitoso (Starkey, 2023).

Quadro 15 - Estratégias intencionais para implementação de uma cultura de educação positiva no contexto escolar, conforme Starkey (2023)

(continuação)

Cultivo de Relacionamentos e Comunicação	Fomentar relacionamentos positivos e comunicação aberta entre todos os membros da comunidade escolar é vital. Priorizar a construção de confiança e empatia, bem como estabelecer canais de comunicação regulares, ajuda a criar um clima de respeito e colaboração (Heck; Marcoulides, 1996).
Celebração da Diversidade e Inclusão	Uma cultura escolar positiva celebra a diversidade. Valorizar diferentes culturas e perspectivas e integrar práticas de ensino culturalmente responsivas ajudam a criar um senso de pertencimento e respeito mútuo (Notman; Henry, 2011).
Desenvolvimento e Suporte Profissional	Investir no desenvolvimento e suporte profissional dos funcionários é fundamental para sustentar uma cultura escolar positiva. Oferecer treinamento contínuo e reconhecimento contribui para um ambiente de aprendizado positivo e apoia o bem-estar dos educadores (Payne, 2018).
Voz e Engajamento dos Alunos	Incluir ativamente os alunos nos processos de tomada de decisão e criar oportunidades para sua participação promove uma cultura escolar positiva. Capacitar os alunos a se envolverem na comunidade escolar aumenta seu senso de pertencimento e engajamento (St-Amand <i>et al.</i> , 2017).

Fonte: Elaborado pelas autoras com base em Starkey (2024, tradução nossa)

Essas estratégias merecem atenção, pois a implementação de práticas baseadas em uma visão clara e compartilhada é essencial para alinhar todos os membros da comunidade acadêmica em torno de objetivos e valores comuns. Isso cria um senso de direção e propósito, motivando professores, funcionários e alunos a trabalharem juntos para alcançar metas coletivas. Além disso, o apoio ao comportamento positivo (que ajuda no sucesso dos envolvidos) contribui para um ambiente universitário seguro e respeitoso, reduzindo conflitos e promovendo uma convivência harmoniosa.

Fomentar relacionamentos positivos e comunicação aberta entre todos os membros da comunidade acadêmica, por sua vez, é crucial para construir confiança e colaboração, o que resulta em um ambiente coeso e solidário, onde alunos se sentem valorizados e funcionários e professores se sentem apoiados. Celebrar a diversidade, valorizando diferentes culturas e perspectivas, uma das premissas do campo universitário, promove um ambiente inclusivo e respeitoso, enriquecendo a experiência educacional de todos os envolvidos.

Investir no desenvolvimento e suporte profissional dos funcionários garante que eles estejam atualizados com as melhores práticas e capacitados para oferecer um ensino de alta qualidade. O reconhecimento de suas contribuições aumenta a satisfação no trabalho, o senso de autoeficácia e o bem-estar dos educadores, refletindo positivamente na qualidade do ensino oferecido. Incluir os alunos nos processos de tomada de decisão e criar oportunidades para sua participação ativa promove seu senso de pertencimento e engajamento, tornando-os mais motivados e comprometidos com seu aprendizado.

Além disso, na sexta edição do *Journal of Positive Psychology* (Parks, 2011), com a temática central “Psicologia Positiva no Ensino Superior”¹⁰ (Tradução nossa), verificam-se artigos que contribuem para a elaboração de práticas e políticas institucionais. Os estudos apontam técnicas desenvolvidas na psicologia positiva e frequentemente disseminadas ao público em geral por meio de diversos canais, como livros, workshops, cursos online e sessões de terapia, para aumentar a felicidade e o bem-estar. Por meio do editorial, Parks (2011) apresenta uma coletânea de 15 artigos de autoria diversa, os quais contribuem para reflexões e discussões sobre a aplicação da Psicologia Positiva no contexto do Ensino Superior. No Quadro 16, as estratégias apontadas são elencadas segundo a ordem mencionada pela autora da edição:

Quadro 16 - Estudos publicados na sexta edição do *Journal of Positive Psychology* (Parks, 2011) elencados e suas estratégias de aplicação da Psicologia Positiva no Ensino Superior

(continua)

Estudo	Estratégia
--------	------------

¹⁰ *Positive Psychology in Higher Education*, no original em língua inglesa.

Quadro 16 - Estudos publicados na sexta edição do *Journal of Positive Psychology* (Parks, 2011) elencados e suas estratégias de aplicação da Psicologia Positiva no Ensino Superior

(continua)

Oades; Robinson; Green; Spense (2011)	Implementação dos “princípios da Psicologia Positiva em diferentes níveis do Ensino Superior: na sala de aula, no ambiente social dentro do campus, na comunidade, entre o corpo docente e a administração, bem como nos ambientes residenciais dos estudantes” (Parks, 2011, p. 429).
Walker (2011)	Avaliação “das experiências dos alunos, em tempo real, relativas aos dois estados positivos - emoção positiva e engajamento - em sala de aula” (Parks, 2011, p. 429). Consoante a autora, “tais avaliações podem ser usadas para identificar técnicas de ensino (ou práticas institucionais?) que promovem e inibem experiências de estados positivos dos alunos” e “podem levar a esforços mais bem-sucedidos” (Parks, 2011, p. 430).
MCGovern (2011)	Programa de desenvolvimento de professores baseado em pontos fortes, visando melhorar o ensino em seus aspectos “acadêmicos, intelectuais e/ou sociais” (Parks, 2011, p. 430). Essa abordagem concreta destaca a influência positiva da psicologia positiva nas práticas pedagógicas.
Magyar-Moe (2011)	“(…) maneiras de integrar conteúdos de psicologia positiva em outros cursos de psicologia, enfatizando psicopatologia, psicologia cultural, aconselhamento e personalidade”, entre outros (Parks, 2011, p. 2011).

Quadro 16 - Estudos publicados na sexta edição do *Journal of Positive Psychology* (Parks, 2011) elencados e suas estratégias de aplicação da Psicologia Positiva no Ensino Superior

(continua)

Kim-Prieto; D'oriano (2011)	Foram apontadas “potenciais dificuldades envolvidas na integração de uma nova subárea a um currículo existente” além de relatada a incorporação de conteúdo de Psicologia Positiva em duas disciplinas centrais do curso de Psicologia (“Método de Pesquisa” e “Experiência de Pesquisa”) (Parks, 2011, p. 430).
Marks (2011) (Publicado na edição de julho de 2011, conforme errata.)	“(…) curso que gira em torno de um conceito psicológico positivo - popularidade - mantendo-se claramente fundamentado na psicologia do desenvolvimento” (Parks, 2011, p. 430).
Kurtz (2011)	“(…) curso interdisciplinar, 'Felicidade e Autoconhecimento', que equilibra a ciência da felicidade com pesquisa sobre julgamento e tomada de decisão” (Parks, 2011, p. 430).
Russo-Netzer; Ben-Shahar (2011)	Curso no qual os autores fornecem “conselhos práticos para projetar um curso de psicologia positiva, utilizando seu próprio curso como protótipo.” (Parks, 2011, p. 430).
Biswas-Diener; Patterson (2011)	“(…) uso de aprendizagem experiencial em sala de aula, em tarefas fora da sala de aula e até mesmo ao projetar o próprio programa de estudos.” (Parks, 2011, p. 430).
Kranzler; Parks; Gillham (2011)	“(…) curso de psicologia positiva que contém um importante componente de aprendizado de serviço”: os alunos não somente “aprendem sobre resiliência na sala de aula”, eles também trabalham, aplicando os conhecimentos “fora da sala de aula para ensinar resiliência a jovens em situação de risco” (Parks, 2011, p. 430).

Quadro 16 - Estudos publicados na sexta edição do *Journal of Positive Psychology* (Parks, 2011) elencados e suas estratégias de aplicação da Psicologia Positiva no Ensino Superior

(continuação)

Tomas; Mcpherson (2011)	“(...) abordagem de psicologia positiva para a aprendizagem em equipe. Em seu curso, eles dividem os alunos em grupos contínuos com base em seus pontos fortes de caráter e usam essa identidade de grupo para estruturar tarefas e atividades em sala de aula” (Parks, 2011, p. 430).
Rich (2011)	“(...) uma visão abrangente e comparação dos livros didáticos existentes de psicologia positiva, incluindo uma revisão sistemática dos tópicos apresentados em cada um” (Parks, 2011, p. 430).
Jayawickreme; Forgeard (2011)	“(...) formas de articular leituras mais tradicionais com materiais não científicos, incluindo livros populares e de autoajuda, bem como fontes de filosofia, literatura e cinema” (Parks, 2011, p. 430).
Pedrotti (2011)	“(...) estratégias para integrar o tema da cultura nos cursos de psicologia positiva, tanto durante o design do curso quanto por meio de práticas em sala de aula” (Parks, 2011, p. 430).
Vella-Brodrick (2011)	“(...) um argumento convincente para as várias maneiras pelas quais a ética é relevante para a psicologia positiva, fornecendo formas concretas de como podemos utilizar esses conceitos éticos como instrutores e também ensinar ética aos nossos alunos” (Parks, 2011, p. 430).

Fonte: Elaborado pelas autoras com base em Parks (2011, tradução nossa).

Os artigos ressaltam a importância de criar disciplinas que integrem a Psicologia Positiva com outras áreas para oferecer uma abordagem ampla e prática. Além disso, a valorização da aprendizagem prática, serviço comunitário e

desenvolvimento profissional dos professores destaca a necessidade de uma abordagem holística para implementar a Psicologia Positiva no ensino superior. Essas práticas inovadoras não só enriquecem a experiência dos alunos, mas também promovem um ambiente de aprendizado mais envolvente, ético e focado no bem-estar, demonstrando o compromisso contínuo em promover o crescimento pessoal e a excelência acadêmica nas instituições de ensino superior.

Na subseção anterior (4.3.1.5) foram apontadas intervenções que colaboraram com o propósito da teoria aplicada ao contexto da graduação, porém, algumas delas foram isoladas, e isso pode trazer benefícios limitados dessas práticas. De modo semelhante, na revisão de Oliveira *et al.* (2023), que analisou 14 estudos, produzidos entre 2005 e 2022, sobre os impactos das intervenções realizadas no programa Promove-Universitários¹¹, foram apontados diferentes níveis de resultados nos grupos onde foram aplicadas.

Em uma revisão crítica, realizada por Coulombe, Hardy e Goldfarb (2021), apesar de considerar jovens em contexto escolar, aponta lacunas na promoção do bem-estar estudantil por meio da Educação Positiva que podem ocorrer no âmbito da graduação (que presta seu atendimento a alunos em grupo (durante as aulas) ou individual (durante horários de atendimento, orientação de projetos e trabalhos de conclusão etc.), se o caráter multidimensional (coletivo x individual; físico x emocional; acadêmico x pessoal, entre outros) do bem-estar e florescimento não for levado em consideração. Entre essas lacunas, podem-se destacar a) falta de envolvimento do aluno no desenvolvimento e implementação do processo; b) emprego de abordagens padronizadas que desconsideram as diferenças em valores, aspirações e contextos entre os alunos, contextos ecológicos nos quais os alunos estão inseridos, como influências familiares, comunitárias e culturais; c) ênfase insuficiente na agência dos alunos em definir e perseguir seus objetivos e d) falta de personalização com base nos objetivos e contextos únicos dos alunos.

No propósito de levantar temas que podem ser abordados no trajeto para o delineamento de políticas públicas e/ou institucionais, entende-se, com base nas pesquisas abordadas na revisão de escopo (Mascarelo Sudo; Irala, 2023), Greenleaf (2002), Schroeder (2016), Oliveira *et al.* (2023) e Coulombe, Hardy e

¹¹ Esse programa é fundamentado pela Terapia Analítico-Comportamental (TAC), porém apresenta elementos congruentes com a Psicologia Positiva e sua Teoria do Bem-estar e Florescimento, saber: promoção do bem-estar, fortalecimento de habilidades e comportamentos saudáveis.

Goldfarb (2021) que a cultura aqui considerada não deve se limitar a palestras, oficinas, sessões em grupo ou individuais de práticas de Psicologia Positiva, como o *Mindfulness*¹², por exemplo. Justifica-se essa visão por se tratarem de momentos reflexivos e teóricos, os quais abarcam uma “análise” do bem-estar, o que, apesar de serem passos importantes em direção ao bem-estar e florescimento dos alunos, não são suficientes para desenvolvê-los nos discentes (e também nos demais envolvidos no processo, como professores, equipes de apoio, administração); é necessário que essas práticas se tornem gradativamente articuladas e incorporadas na organização.

A exemplo de Gomes *et al.* (2023), são apontados desafios ligados à intersectorialidade e interdisciplinaridade das ações realizadas na instituição onde a pesquisa foi realizada. Portanto, no intento de se alcançar essa cultura, há a necessidade do uso de questionários reflexivos, diálogos intra e intersectoriais, estabelecimento de uma comissão de pesquisa, avaliação e implementação de políticas institucionais.

Considerando que se trata de uma abordagem interdisciplinar que abrange o campo da Psicologia, é essencial o acompanhamento de um profissional especializado em Psicologia Positiva para evitar concepções errôneas sobre sua aplicação no desenvolvimento do bem-estar e florescimento dos alunos. Nesse contexto, é necessário implementar políticas de assistência estudantil preventivas, que incluam o investimento em um especialista na área e em cursos de formação para os envolvidos. Dessa forma, a aplicação da Teoria do Bem-estar e Florescimento, fundamentada na Psicologia Positiva, será efetiva, criando um ambiente educacional que promove não apenas o sucesso acadêmico, mas também o desenvolvimento integral dos alunos. Isso prepara os estudantes para um mercado de trabalho que valoriza habilidades técnicas e interpessoais, capacitando-os para enfrentar as rápidas transformações do mundo contemporâneo com resiliência e competência.

Neste capítulo, foram apresentados os resultados da pesquisa realizada, com foco na relação entre os dados coletados e a teoria do Bem-estar e Florescimento de Martin Seligman (2012), bem como as referências teóricas obtidas na revisão de escopo. O capítulo resumiu-se em três grandes etapas: análise dos dados à luz da

¹² O *Mindfulness* tem como objetivo principal aumentar a concentração, direcionando a atenção para o que está acontecendo no agora.

teoria do Bem-estar e Florescimento de Martin Seligman (2012), relação entre os dados e a teoria, e a integração dos dados com as referências teóricas da revisão de escopo.

No primeiro item, os dados coletados foram analisados à luz da referida teoria. Foram identificados padrões e relações entre as respostas dos participantes, relacionando suas experiências acadêmicas com os conceitos de bem-estar propostos pelo autor. De modo especial, essa relação apresentou uma relativa evolução acompanhada de nuances no que diz respeito às preocupações relatadas pelos alunos de diferentes períodos: a) desde a importância da acolhida e direcionamento acadêmico (possibilidades que o curso oferece, organização dos estudos, apoio na autorreflexão e autorregulação) na fase inicial; b) seguindo ainda com a organização e relações saudáveis, os alunos em estágio intermediário também se beneficiam do cultivo de interações que lhes ajudam a perceber suas aptidões e o valor da experiência acadêmica para o seu desenvolvimento como pessoa e profissional; c) o que está interligado à ênfase dos alunos em estágio final: a saúde mental de quem vivenciou todo o processo e agora precisa lidar com o futuro como profissional.

Essa análise permitiu uma compreensão mais aprofundada de como o bem-estar influencia o florescimento acadêmico dos estudantes. Na segunda subseção, os dados foram relacionados à teoria, explorando-se as conexões entre as experiências dos estudantes e os elementos que contribuem para seu florescimento no contexto acadêmico. Essa análise visou destacar como os diferentes aspectos do florescimento estão presentes ou ausentes nas vivências dos participantes de diferentes períodos do curso (início, meio e fim).

Por fim, na terceira parte deste capítulo, os dados coletados foram integrados às referências teóricas obtidas na revisão de escopo. Foram identificados pontos de convergência e divergência entre as percepções dos participantes e as teorias previamente discutidas na literatura. Essa integração permitiu uma reflexão mais ampla sobre como as concepções teóricas se aplicam ou se diferenciam das experiências reais dos estudantes. A Psicologia Positiva, por meio da teoria do bem-estar e florescimento, pode contribuir para uma compreensão sobre estratégias práticas a serem desenvolvidas com vista a identificar, desenvolver e aprimorar atitudes e potencialidades que ajudem os indivíduos a fazer de suas experiências

acadêmicas cada vez mais percebidas como significativas, transformadoras e formativas.

Ao longo do capítulo 4, buscou-se estabelecer uma ponte entre a teoria do Bem-estar e Florescimento de Seligman e os dados empíricos coletados, enriquecendo a compreensão sobre como esses conceitos se manifestam na vivência acadêmica dos estudantes de Licenciatura em Letras - Línguas Adicionais: Inglês e Espanhol e Respectivas Literaturas da Unipampa - Campus Bagé.

Após a análise dos dados e sua relação com os referenciais teóricos, o capítulo subsequente destinou-se à conclusão, onde se buscou consolidar as descobertas empíricas com os fundamentos teóricos discutidos ao longo do estudo. A etapa conclusiva se baseia nas relações identificadas entre o bem-estar acadêmico, o florescimento dos estudantes do referido curso e as estratégias de promoção do desenvolvimento integral no contexto educacional. Nesse sentido, a conclusão se propõe a oferecer insights relevantes para a prática docente e para futuras investigações que visem a aprimorar a compreensão e a promoção desses dois grandes pilares da Psicologia Positiva, contribuindo para a construção de ambientes educacionais mais saudáveis e propícios ao desenvolvimento integral dos estudantes.

Na referida seção, elencaram-se algumas práticas, que compreendem desde a construção da concepção de bem-estar e florescimento acadêmico por meio de formulários de pesquisa e reuniões envolvendo os departamentos da instituição até práticas voltadas diretamente aos discentes (sugeridas por meio da revisão de escopo) e abordagens de desenvolvimento acadêmico, como as propostas por Jeffrey Connet, inseridas na sua pedagogia de “liderança servidora”. Essa visão de formação de professores corresponde apropriadamente aos princípios de bem-estar e florescimento propostos pela Psicologia Positiva de modo prático e relevante para a formação de profissionais inseridos no mercado de trabalho contemporâneo. As abordagens elencadas por Sparkey (2023) e Parks (2011) também se mostraram fonte de alternativas relevantes para o processo de construção de uma educação superior positiva, ainda que esse processo se dê de modo gradual, passo a passo, com eventuais ajustes de rota.

No próximo capítulo, concluímos o estudo com as discussões finais acerca dos dados obtidos e dos resultados das análises conduzidas, apontando para as

contribuições deste estudo, bem como pontos de melhoria e o seu impacto sobre o desenvolvimento da pesquisadora.

5. CONCLUSÃO

O presente estudo reflete a integração dos resultados empíricos com as referências teóricas, destacando a importância do bem-estar e do florescimento acadêmico no contexto universitário. A partir da análise dos dados qualitativos e quantitativos, embasada na teoria do Bem-estar e Florescimento de Martin Seligman (2012) e em outras fontes teóricas relevantes, foi possível identificar elementos-chave que influenciam a experiência dos estudantes de Letras - Línguas Adicionais da Unipampa - Campus Bagé.

No que tange ao primeiro objetivo específico, qual seja “verificar, nos relatos analisados, como se dá a presença do conceito de bem-estar e florescimento nas experiências dos estudantes”, visualiza-se que esses são percebidos e descritos por meio das vivências, experiências positivas e negativas e nas dificuldades enfrentadas. Essa constatação evidencia a importância do relato de experiência acadêmica. Além disso, os conceitos ocorrem, em cada período do curso, de modo evolutivo, com pontos de conexão e nuances que caracterizam cada um desses ciclos.

Com relação ao segundo objetivo específico (“estabelecer semelhanças e diferenças entre os relatos estudantis de acordo com o período acadêmico em que se encontram (no início, meio e fim da graduação)”), conforme já dito, há pontos de conexão, mas também aspectos particulares de cada momento. A fase inicial, caracterizada pela presença do “gerenciamento de transformações e mudanças de ambiente”, por se tratar de uma fase de transição educacional, mudança de ambientes, sistemas de avaliação, metodologias de ensino e o fato de ser uma formação acadêmico-profissional. A fase intermediária, de modo semelhante, se apoia no gerenciamento da vida acadêmica e pessoal, emoções e saúde mental, bem como a influência dos professores; por outro lado, destaca-se, nesse período, o cultivo de relacionamentos que contribuem de modo mais direto com o desenvolvimento acadêmico e profissional do aluno, não apenas com o propósito de pertencimento, o qual também se faz presente nesse estágio. O percurso final também carrega preocupações com aspectos práticos da formação acadêmica e o desenvolvimento de habilidades essenciais para sua carreira, necessários para que se sintam seguros no exercício de seu papel.

No que diz respeito ao terceiro objetivo específico (“apresentar implicações para a prática universitária a partir da análise dos dados realizados”), os resultados obtidos evidenciaram a necessidade de considerar não apenas o aspecto cognitivo, mas também o emocional, social e motivacional na formação acadêmica dos estudantes. A valorização do bem-estar, do florescimento e do autoconhecimento foi apontada como fundamental para enriquecer a experiência universitária e promover o desenvolvimento de habilidades essenciais para o sucesso pessoal e profissional dos estudantes. A análise dos dados revelou a importância do apoio social, da autonomia, da autorreflexão, do reconhecimento e da resiliência como fatores determinantes. As implicações dos dados obtidos para a prática universitária são significativas, sugerindo a necessidade de implementar estratégias e políticas que promovam um ambiente acadêmico saudável e inclusivo.

Sugere-se que, no âmbito da organização institucional, a universidade ofereça um programa contínuo de suporte psicológico individual, disponibilizado por uma equipe composta por psicólogos com formação em Psicologia Positiva e estagiários do curso de Psicologia (atendimento presencial ou remoto). Além disso, proporcionar formações continuadas em desenvolvimento pessoal é essencial. Referente à facilitação ao acesso de informações úteis, quadros expositivos devem ser instalados para informar sobre serviços de suporte, assistência e auxílios disponíveis (secretaria, coordenação, biblioteca, serviços psicológicos, bolsas, projetos voluntários e remunerados, como participar e requerer auxílios para participação de eventos, equipes de mentoria) com informações claras, simplificadas e de fácil visualização.

Essas informações também devem ser disponibilizadas de modo mais detalhado por outros meios de comunicação (mídias sociais, aplicativos, serviço de atendimento por meio de chat automatizado), permitindo acesso fácil e rápido, sem deixar de oferecer interação com atendentes humanos. Propõe-se que espaços físicos de convivência sejam criados com elementos visuais que remetam aos estados de origem dos alunos e, para os estudantes internacionais, incluir referências a continentes, uma vez que as universidades também podem receber estudantes de outros países. Um portal com informações sobre oportunidades de estágio e emprego relativos às áreas de formação também deve ser disponibilizado.

No que se refere à estrutura curricular, propõe-se a oferta de disciplinas que integrem conhecimento técnico e teórico com abordagens de bem-estar e

florescimento baseadas na Psicologia Positiva, contemplando os cinco pilares do Bem-estar (PERMA) e as características adicionais do florescimento, conforme o referencial teórico deste trabalho. Durante os semestres, cada disciplina deve esclarecer não apenas as instruções sobre atividades, avaliações e projetos, mas também seu propósito e benefícios de forma clara para o desenvolvimento pessoal, acadêmico e profissional. Atividades de reflexão e autoavaliação comparando a performance no início e no fim do semestre devem ser realizadas. Em cada curso, oferecer suporte de acolhimento e mentoria, a exemplo do projeto AME (Acolhida e Mentoria Estudantil), conduzido no curso de Letras Línguas Adicionais na Unipampa - Campus Bagé, com a participação de professores e alunos veteranos, focado no desenvolvimento acadêmico do aluno. Encontros em grupo para esclarecimentos, instruções e apoio, bem como sessões individuais para orientação para bem-estar e florescimento, o que inclui evolução de desempenho e superação de desafios, são essenciais.

No trabalho pedagógico, é fundamental promover, durante as aulas, a explicação sobre a aplicação do conteúdo trabalhado no desenvolvimento acadêmico e profissional do aluno e como isso contribui para alcançar as metas do curso e dos alunos individualmente. Dialogar com os alunos sobre o estabelecimento de metas para a disciplina e realizar avaliações diagnósticas juntamente com expectativas e metas individuais, bem como a construção do processo avaliativo com os alunos dentro das expectativas teóricas e práticas concernentes à perspectiva da Psicologia Positiva. O professor pode abordar e orientar essas metas durante os horários de atendimento fora da aula ou durante a aula. Identificação de dificuldades gerais na turma e individuais e abordá-las de modo indireto em aula ou diretamente de forma particular, sempre focando nas evoluções do aluno, nas soluções e no potencial do aluno e nas ferramentas disponíveis para superação de desafios. Compartilhar desafios da carreira e caminhos para superação, dialogar sobre projetos com chamada aberta para seleção e eventos. Promover rodas de conversa com profissionais da área para discutir o campo de atuação, possibilidades, desafios e caminhos para crescimento e desenvolvimento. Conduzir atividades em aula empregando aprendizagem por equipes.

Além das estratégias mencionadas, é crucial incorporar atividades que promovam relações positivas e significativas, como grupos de estudo colaborativos,

programas de tutoria entre pares e confraternizações culturais. Promover a percepção de valor das atividades acadêmicas, vinculando-as a aplicações práticas e ao impacto positivo na sociedade, aumenta o engajamento dos alunos. A instituição, professores e colegas podem se engajar no incentivo de emoções positivas através de reconhecimento e celebração de conquistas acadêmicas e pessoais, o que cria um ambiente motivador. Apoio contínuo à saúde mental com oficinas de mindfulness e gerenciamento do estresse, bem como programas de desenvolvimento de habilidades para a vida, são essenciais para o bem-estar dos alunos. A preparação para o futuro pode ser reforçada com workshops de carreira, feiras de emprego e mentorias focadas na transição para o mercado de trabalho ou na continuação dos estudos.

Para isso, o planejamento e prática de ações não devem tratar dos pilares do bem-estar e florescimento como meros objetivos a atingir por meio de atividades (extra-)curriculares, mas que sejam cultivadas e elas mesmas floresçam - a partir dos professores e demais equipes envolvidas - como uma cultura institucional, que pode abranger desde a valorização e promoção de habilidades e pilares durante a interação individual com o aluno e com a turma até a implantação de programas de apoio emocional e social. Dessa forma, oferece-se uma vivência universitária que prioriza o bem-estar e o florescimento dos estudantes, preparando-os não apenas para o sucesso acadêmico, mas também para uma vida pessoal e profissional plena.

Em um mundo movido pela automação, inteligência artificial, tecnologias generativas, respostas automáticas - e não há intento nenhum de condenar essas ferramentas, que são necessárias, facilitam a vida de quem trabalha, inclusive, com o ensino de línguas adicionais -, pode ser que, em um curto período de tempo, ser bom em aplicar a inteligência natural (com relações positivas, emoções positivas, engajamento, sentido e conquistas, ainda que não perfeitamente todo o tempo) se torne o principal requisito no mercado de trabalho.

No entanto, identificaram-se algumas lacunas que podem ser exploradas em pesquisas futuras. Entre elas, destaca-se a necessidade de investigar mais a fundo a relação entre o bem-estar acadêmico e o desempenho acadêmico dos estudantes, bem como a influência de fatores contextuais e individuais nesse processo. Além disso, sugere-se a realização de estudos longitudinais para acompanhar a evolução do bem-estar e do florescimento dos alunos ao longo do tempo, permitindo uma

análise mais aprofundada das mudanças e dos desafios enfrentados durante a trajetória universitária. Por último, mas não menos importante, uma investigação de como a cultura do bem-estar e florescimento pode ser inserida no contexto do ensino superior.

Tomando por base o entendimento de Seligman (2012), à medida que compreendemos melhor sobre a teoria e podemos avaliar a percepção dos cinco pilares, podemos examinar a efetividade das organizações que são voltadas para o desenvolvimento humano no que diz respeito ao florescimento do seu público-alvo. Isso abrange desde políticas públicas, institucionais, serviços de apoio e assistência, até os projetos de pesquisa, ensino e extensão, as ementas dos componentes curriculares e as práticas pedagógicas.

Em razão de muitas vezes agir de uma maneira mais intuitiva no sentido de construir uma conexão com o aluno com o intuito de tornar o momento de aula mais produtivo possível, nem sempre acertamos e, por essa razão, entendi que este seria um caminho de muita aprendizagem a percorrer, inclusive sobre essa jornada tripla que percorri: aluna da graduação, professora substituta e aluna do Programa de Pós-graduação Mestrado em Ensino, todos na Unipampa-Campus Bagé, nessa ordem. Pude aprender profundamente sobre mim mesma, principalmente acerca das minhas limitações, do meu perfil profissional e acadêmico, além de ter a oportunidade de rever alunos com os quais trabalhei na graduação agora interagindo comigo enquanto respondentes da pesquisa, de modo que pude conhecê-los de uma forma que eu ainda não tinha tido a oportunidade, e isso deixou uma marca indelével na minha memória.

Não foram poucas as vezes em que eu me vi nos relatos desses alunos, era como se minha voz interior reverberasse nas narrativas ali diante de mim, e isso resultava em dias e dias pensando e refletindo sobre o meu eu aluna, o meu eu professora e, até o momento, o meu eu pesquisadora. Foi uma jornada marcada não somente por aprendizados teóricos e empíricos ou só de mim mesma, mas também pelo esforço de tentar superar meus limites, minhas inseguranças e, ironicamente, minhas questões relacionadas ao bem-estar mental e emocional. Eu mesma vivi, por uma mistura e acúmulo de fatores, a falta de bem-estar e florescimento.

Por outro lado, tudo isso veio a resultar em um interesse ainda maior pela compreensão das emoções, dos afetos, dos sentimentos, das realizações, do

sentido, das relações, do engajamento nessa atividade que me move não somente como profissional, mas também como pessoa: conduzir um aluno à aquisição de um idioma - no meu caso, o inglês. Este estudo tornou minhas percepções mais aguçadas a esses elementos, principalmente no contexto profissional em que me encontro atualmente, onde posso dizer que estou profissional e pessoalmente florescendo.

REFERÊNCIAS

- AJZEN, Icek; FISHBEIN, Martin. The Influence of Attitudes on Behavior. In: ALBARRACÍN, Dolores; JOHNSON, Blair T.; ZANNA, Mark. P. (Eds.). **The handbook of attitudes**. Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2005, p. 173–221.
- ALLEN, Rosie *et al.* European university students' mental health during Covid-19: Exploring attitudes towards Covid-19 and governmental response. **Current Psychology**, p. 1-14, fev. 2022. Disponível em <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02854-0>. Acesso em: 26 jul. 2022.
- ANDERSON, Peggy; PULICH, Marcia; SISAK, James. A perspective of non-clinical student internship programs. **Health Care Manager**, v. 20, n. 3, p. 59-68, mar. 2002. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/11421437_A_Macro_Perspective_of_Non-Clinical_Student_Internship_Programs. Acesso em: 25 mar. 2024.
- ANDRES, Fabiane da Costa *et al.* A utilização da plataforma Google Forms em pesquisa acadêmica: relato de experiência. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e284997174, ago. 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7174>. Acesso em: 02 nov. 2022.
- ANG, Soon, VAN DYNE, Linn, ROCKSTUHL, Thomas. Cultural intelligence: origins, conceptualization, evolution, and methodological diversity. In: GELFAND, Michele J.; CHIU, Chi-Yue; HONG, Ying-Yi (Eds.). **Advances in Culture and Psychology**. Oxford: Oxford University Press, 2015. p. 273–323. Disponível em: <https://academic.oup.com/book/25310/chapter-abstract/192304365?redirectedFrom=fulltext>. Acesso em 10 jan. 2024.
- ARISTOVNIK, Aleksander *et al.* Impacts of the COVID-19 pandemic on life of higher education students: A global perspective. **Sustainability**, v. 12, n. 20, p. 8438, out. 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/344631048_Impacts_of_the_COVID-19_Pandemic_on_Life_of_Higher_Education_Students_A_Global_Perspective. Acesso em: 20 jul. 2023.
- ARMELLINI, Alejandro; TEIXEIRA ANTUNES, Virgínia; HOWE, Robert. Student Perspectives on Learning Experiences in a Higher Education Active Blended Learning Context. **TechTrends**, v. 65, p. 433–443, jul. 2021. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11528-021-00593-w>. Acesso em: 03 jan. 2024.
- ARMSTRONG, Josh. Assessing Intercultural Competence in International Leadership Courses: Developing the Global Leader. **The Journal of Leadership Education**, v. 19, p. 1-20, out. 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/344778562_Assessing_Intercultural_Competence_in_International_Leadership_Courses_Developing_the_Global_Leader. Acesso em: 06 jul. 2023.

ARNOLD, Jane (Ed.). **Affect in language learning**. Cambridge: Cambridge University Press, 1999.

ATKINSON, Sara *et al.* Being well together: individual subjective and community wellbeing. **Journal of Happiness Studies**. Interdisciplinary Forum on Subjective Well Being, v. 21, n. 5, p. 1903-1921, 13 jul. 2019. Disponível em <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-019-00146-2>. Acesso em: 26 jul. 2022.

BAKER, Robert. W.; SIRYK, Bohdan. Measuring adjustment to college. **Journal of Counseling Psychology**, v. 31, n. 2, p. 179–189, 1984. Disponível em: <https://www.sci-hub.se/10.1037/0022-0167.31.2.179>. Acesso em: 24 mar. 2024.

BAUM, Andrew; DAVIS, Glenn E. Reducing the stress of high-density living: An architectural intervention. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 38, n. 3, p. 471–481, 1980. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/1981-11391-001>. Acesso em: 18 jul. 2023.

BAUM, Andrew; VALINS, Stuart. **Architecture and social behavior: Psychological studies of social density**. Erlbaum, 1977.

BENSON, Peter. L.; SCALES, Peter. C. The definition and preliminary measurement of thriving in adolescence. **J. Posit. Psychol.**, v. 4, p. 85–104, 2009. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/232839478_The_definition_and_preliminary_measurement_of_thriving_in_adolescence. Acesso em: 31 mar. 2024.

BENNETT, Janett. A Developmental Approach to Training for Intercultural Sensitivity. **Interational Journal of Intercultural Relations**, v. 10, n. 2, p. 179-196, 1986, p. 13-31. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0147176786900052?via%3Dihub>. Acesso em: 06 jul. 2023.

BENNETT, Janet M. "On becoming a global soul: a path to engagement on study abroad". In: SAVICKI, Victor (Ed.). **Developing Intercultural Competence and Transformation: Theory, Research, and Application in International Education**. 1st ed. Sterling: Stylus Publishing, 2008. p. 13–31. Disponível em: <https://www.taylorfrancis.com/books/edit/10.4324/9781003444169/developing-intercultural-competence-transformation-victor-savicki?refId=b08deb87-3415-482d-8b23-4fa8529b9185&context=ubx>. Acesso em: 05 jan. 2024.

BENNETT, Jane M. **The SAGE Encyclopedia of Intercultural Competence**. London: Sage Publications, 2015.

BISWAS-DIENER, Robert; PATTERSON, Lindsey. An experiential approach to teaching positive psychology to undergraduates. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 477–481, 2011. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634818>. Acesso em: 10 jun. 2024.

BONDÍA, Jorge Larrosa. Notas sobre a experiência e o saber da experiência. **Revista Brasileira de Educação**, n. 19, p. 20-28, 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/Ycc5QDzZKcYVspCNspZVDxC/>. Acesso em: 15 abr. 2024.

BONIWELL, Ilona. **Positive Psychology in A Nutshell: The Science of Happiness**. New York, NY: McGraw-Hill Education, 2012.

BRACKETT, Marc A.; RIVERS, Susan. E.; SALOVEY, Peter. Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic and workplace success. **Social and Personality Psychology Compass**, v. 5, n. 1, p. 88–103, 04 jan. 2011. Disponível em: <https://compass.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>. Acesso em: 6 abr. 2024.

BRASIL. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 23 dez. 1996. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm. Acesso em: 14 fev. 2024.

BROWN, Joshua; VOLK, Fred; SPRATTO, Elisabeth M. The hidden structure: The influence of residence hall design on academic outcomes. **Journal of Student Affairs Research and Practice**, v. 56, n. 3, p. 267–283, 17 jun 2019. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/19496591.2019.1611590>. Acesso em: 03 jul. 2023.

BROWNING, Matthew *et al.* Psychological impacts from COVID-19 among university students: Risk factors across seven states in the United States. **PLoS One**, v. 16, n. 1, e0245327, 26 ago. 2022. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0245327>. Acesso em: 20 jul. 2023.

BUNCE, Louise; BAIRD, Amy; JONES, Siân E. The student-as-consumer approach in higher education and its effects on academic performance. **Studies in Higher Education**, v. 42, n. 11, p. 1958-1978, 14 jan. 2016. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/03075079.2015.1127908>. Acesso em: 21 jul. 2023.

BURGOYNE, Louise N.; O'FLYNN, Siun; BOYLAN, Geraldine B. Undergraduate medical research: the student perspective. **Medical Education Online**, v. 15, 10 set. 2010. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2939395/>. Acesso em: 20 fev. 2024.

BURNS, Danielle; DAGNALL, Neil; HOLT, Maxine. Assessing the Impact of the COVID-19 Pandemic on Student Wellbeing at Universities in the United Kingdom: A Conceptual Analysis. **Frontiers in Education**, v. 5, p. 582882, out. 2020. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2020.582882/pdf>. Acesso em: 16 jun. 2022.

BUTLER, Julie; KERN, Margareth. The PERMA - Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. **International Journal of Wellbeing**, v. 6, n. 3, p. 1-48, out.

2016. Disponível em:

<https://www.internationaljournalofwellbeing.org/index.php/ijow/article/view/526/579>.

Acesso em: 10 ago. 2022.

CAMARGO, Brígido Vizeu; JUSTO, Ana Maria. IRAMUTEQ: um *software* gratuito para análise de dados textuais. **Temas em psicologia**, v. 21, n. 2, p. 513-518, 2013. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2013000200016. Acesso em: 27 dez. 2023.

CAMARGO, Brígido Vizeu; JUSTO, Ana Maria. Tutorial para uso do *software* IRAMUTEQ. **Laboratório de Psicologia Social da Comunicação e Cognição, Santa Catarina: UFSC**, v. 2, p. 1-74, 2018. Disponível em:

<http://www.iramuteq.org/documentation/fichiers/tutoriel-en-portugais>. Acesso em: 27 dez. 2023.

CANNING, Elizabeth A. *et al.* "STEM faculty who believe ability is fixed have larger racial achievement gaps and inspire less student motivation in their classes."

Science advances v. 5, n. 2, p. eaau4734, 15 fev. 2019. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30793027/>. Acesso em: 07 jun. 2024.

CAO, Wenjun *et al.* The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. **Psychiatry Research**, v. 287, p. 112934, maio 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120305400>. Acesso em: 20 jul. 2023.

CERVO, Amado Luiz; BERVIAN, Pedro Alcino; SILVA, Roberto da. **Metodologia científica**. São Paulo, SP: Pearson Prentice Hall, 2007.

CICCONE, Patricia A.; FREIBEG, Jo Ann. School climate and the national school climate standards. **National School Climate Center**, 2013. Disponível em:

<https://eric.ed.gov/?id=ED573677>. Acesso em: 10 jun. 2024.

CLARKE, Mary. Addressing the soft skills crisis. **Strategic HR Review**, v. 15, n. 3, p. 137-139, 13 jun. 2016. Disponível em:

<https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/SHR-03-2016-0026/full/html>.

Acesso em: 20 jul. 2023.

CLARO, Susana; PAUNESKU, David; DWECK, Carol. S. Growth mindset tempers the effects of poverty on academic achievement. **Proceedings of the National Academy of Sciences**, v. 113, n. 31, p. 8664-8668, 25 maio 2016. Disponível em:

<https://www.pnas.org/doi/suppl/10.1073/pnas.1608207113#core-collateral-share>.

Acesso em: 07 jun. 2024.

COULOMBE, Simon; HARDY, Kendra; GOLDFARB, Rachel. Promoting wellbeing through positive education: A critical review and proposed social ecological approach. **Theory and Research in Education**, v. 18, n. 3, p. 295-321, nov. 2020. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/1477878520988432>.

Acesso em: 08 jun. 2024.

DEAN, Kathy Lund; FORRAY, Jeanie M. "Perception Becomes Reality": How Our Beliefs Affect Student Learning Outcomes. **Journal of Management Education**, v. 43, n. 4, ago. 2019. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1052562919854128>. Acesso em: 07 jun. 2024.

DEGENNE, Alain; VERGÈS, Pierre. **Introduction à l'analyse de similitude**. Revue Française de Sociologie, 1973.

DENSCOMBE, Martyn. **The good research guide for small-scale social research projects**. New York: McGraw Hill, 2010.

DEVIS-ROZENTAL, Camila. **Developing socio-emotional intelligence in higher education scholars**. London, UK: Palgrave Macmillan, 2018.

DEVIS-ROZENTAL, Camila; FARQUHARSON, Lois. What influences students in their development of socio-emotional intelligence whilst at university?, **Higher Education Pedagogies**, v. 5, n. 1, p. 294-309, 17 set. 2020. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/23752696.2020.1820887>. Acesso em: 15 jun. 2022.

DEWEY, J. **How we think**. Boston, MA: Heath and co, 1910.

DIENER, Ed; EMMONS, Robert A.; LARSEN, Randy J.; GRIFFIN, Sharon. The Satisfaction with Life Scale. **Journal of Personality Assessment**, v. 49, p. 71-75, 1985. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/7404119_The_Satisfaction_With_Life_Scale. Acesso em: 19 jul. 2023.

DONDI, Marco *et al.* Defining the skills citizens will need in the future world of work. **McKinsey and Company**, p. 1-19, 25 jun. 2021. Disponível em: <https://www.mckinsey.com/industries/public-and-social-sector/our-insights/defining-the-skills-citizens-will-need-in-the-future-world-of-work>. Acesso em: 20 jul. 2023.

DONOHUE, Dana K.; BORNMAN, Juan. Academic Well-Being in Higher Education: A Cross-Country Analysis of the Relationship Between Perceptions of Instruction and Academic Well-Being. **Frontiers in Psychology**, v. 12, p. 766307, dez. 2021. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.766307/full>. Acesso em: 16 jun. 2022.

DUBROJA, K.; O'CONNOR, M.; MCKENZIE, V. Engaging Parents in Positive Education: Results from a Pilot Program. **International Journal of Wellbeing**, v. 6, p. 150-168, 2016. Disponível em: <https://www.internationaljournalofwellbeing.org/index.php/ijow/article/view/443/576>. Acesso em: 25 out. 2023.

DWECK C. S. **Mindset: The new psychology of success**. New York, NY: Random House, 2006.

EASTERBROOK, Matthew J.; VIGNOLES, Vivian L. When friendship formation goes down the toilet: Design features of shared accommodation influence interpersonal bonds and well-being. **British Journal of Social Psychology**, v. 54, n. 1, p. 125–139, 18 fev. 2014. Disponível em: <https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/bjso.12062>. Acesso em: 18 jul. 2023.

EBENUWA-OKOH, Evelyn. Influence of Age, Financial Status, and Gender on Academic Performance among Undergraduates. **Journal of Psychology**, v. 1, p. 103-99, 01 dez. 2010. Disponível em: <http://krepublishers.com/02-Journals/JP/JP-01-0-000-10-Web/JP-01-2-000-10-PDF/JP-01-2-099-017-Ebenuwa-Okoh-E-E/JP-01-2-099-017-Ebenuwa-Okoh-E-E-Tt.pdf>. Acesso em: 20 fev. 2024.

ECCLES, Jacqueline S. Subjective task value and the Eccles *et al.* model of achievement-related choices. **Handbook of competence and motivation**, 105–121, 2005.

ECCLES, Jacquelynne S; WIGFIELD, Allan. From expectancy-value theory to situated expectancy-value theory: A developmental, social cognitive, and sociocultural perspective on motivation. **Contemporary Educational Psychology**, v. 61, 2020, 101859, ISSN 0361-476X, Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0361476X20300242>. Acesso em 30 mar. 2024.

ELOFF, Irma; O'NEIL, Sumari; KANENGONI, Herbert. Students' well-being in tertiary environments: insights into the (unrecognised) role of lecturers. **Teaching in Higher Education**, v. 28, n. 7, p.1777–1797, 26 maio 2023. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13562517.2021.1931836>. Acesso em: 01 abr. 2024.

ESPIE, Colin A. *et al.* The sleep condition indicator: a clinical screening tool to evaluate insomnia disorder. **BMJ Open**, v. 4, p. e004183, mar. 2014. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/260915947_The_Sleep_Condition_Indicator_A_clinical_screening_tool_to_evaluate_insomnia_disorder. Acesso em: 20 jul. 2023.

FANCOURT, Daisy; STEPTOE, Andrew; BU, Feifei. Trajectories of depression and anxiety during enforced isolation due to COVID-19: Longitudinal analyses of 59,318 adults in the UK with and without diagnosed mental illness. **medRxiv**, v. 8, n. 2, p. 141-149, 09 dez. 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/341939225_Trajectories_of_depression_and_anxiety_during_enforced_isolation_due_to_COVID-19_longitudinal_analyses_of_59318_adults_in_the_UK_with_and_without_diagnosed_mental_illness. Acesso em: 20 jul. 2023.

FESTINGER, Leon; SCHACHTER, Stanley; BACK, Kurt. **Pressões sociais em grupos informais**: um estudo dos fatores humanos em habitação. Stanford University Press, 1950.

FLAMENT, Claude. L'analyse de similitude: une technique pour les recherches sur les représentations sociales. **Cahiers de Psychologie Cognitive**, v. 4, p. 357-396, 1981.

FREDRICKSON, Barbara; LOSADA, Marcial. Positive affect and the complex dynamics of human flourishing. **American Psychologist**, v. 60, n. 7, p. 678-686, 2005. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/7545251_The_Positive_Affect_and_the_Complex_Dynamics_of_Human_Flourishing. Acesso em: 06 jul. 2023.

GAN, Tzyy Yang *et al.* Developing Future-Ready University Graduates: Nurturing Wellbeing and Life Skills as Well as Academic Talent. **Frontiers in Psychology**, v. 13, p. 827517, mar. 2022. doi: 10.3389/fpsyg.2022.827517. Disponível em <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.827517/pdf>. Acesso em: 26 jul. 2022.

GEHLBACH, Hunter *et al.* Creating Birds of Similar Feathers: Leveraging Similarity to Improve Teacher-Student Relationships and Academic Achievement. **Journal of Educational Psychology**, v. 108, n. 3, p. 342–352, 2016. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/295097925_Creating_Birds_of_Similar_Feathers_Leveraging_Similarity_to_Improve_Teacher-Student_Relationships_and_Academic_Achievement. Acesso em: 06 jun. 2024.

GEORGIU, Georgios. Words are not just words: how the use of media language in the COVID-19 era affects public health. **Epidemiol Health**. v. 43, p. e2021072, 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8850946/>. Acesso em: 02 nov. 2022.

GEWALT, Sandra Claudia *et al.* Effects of the COVID-19 pandemic on university students' physical health, mental health and learning, a cross-sectional study including 917 students from eight universities in Germany. **PLoS ONE**, v. 17, n. 8, e0273928, 31 ago. 2022. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0273928>. Acesso em: 20 jul. 2023.

GIBBS, Graham. **Learning by doing: A guide to teaching and learning methods**. Oxford, UK: Oxford Further Education Unit, 1988.

GOLEMAN, Daniel. **Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ**. London, UK: Arrow books, 1996.

GOLEMAN, Daniel. **Social intelligence**. London, UK: Arrow books, 2007.

GOMES, Lucélia Maria Lima Da Silva *et al.* Saúde mental na universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. **Educação em Revista**, v. 39, p. e40310, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edur/a/wpFT8qpYkFN3JgWS5XD9qJD/#>. Acesso em: 10 jun. 2024.

GORE, Oliver; WALKER, Melanie. Conceptualising (dis)advantage in South African higher education: A capability approach perspective. **Critical Studies in Teaching and Learning**, v. 8, n. 2, p. 55-73, 15 dez. 2020. Disponível em: <http://cristal.ac.za/index.php/cristal/article/download/250/266>. Acesso em: 27 dez. 2022.

GRANT, Louise Jane; KINMAN, Gail. **The importance of emotional intelligence for staff and students in the ‘helping’ professions**: Developing an emotional curriculum. London: The Higher Education Academy, 2013.

GREENLEAF, Robert K. **Servant-leadership**: A journey into the nature of legitimate power and greatness. [S.]: Paulist Press, 2002.

GREGERSAN-HERMANS, Jeanine. Intercultural competence development in higher education. In: DEARDORFF, Darla; ARASARATNAM-SMITH, Lily (Orgs.). **Intercultural Competence in Higher Education**: International Approaches, Assessment and Application. London: Routledge, 2017. p. 67-82.

HANSEL, Tim. **Holy Sweat**. Dallas: Word, 1987.

HASLAM, S. Alexander *et al.* Social identity, health and Well-Being: an emerging agenda for applied psychology. **Appl Psychol**, v. 58, p. 1–23, 2009. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/43512771_Social_Identity_Health_and_Well-Being_An_Emerging_Agenda_for_Applied_Psychology. Acesso em: 20 jul. 2023.

HASTINGS, Sarah L.; COHN, Tracy J. Social development and relationship enhancement. In: WADE, John C.; MARKS, Lawrence I.; HETZEL, Roderick D. (Eds.). **Positive psychology on the college campus**. p. 239–260. Oxford, UK: Oxford University Press, 2015.

HECK, Ronald. H.; MARCOULIDES, George. A. School culture and performance: testing the invariance of an organizational model. **School Effectiveness and School Improvement**, v. 7, n. 1, p. 76-95, 1996. Disponível em: <https://www.semanticscholar.org/paper/School-Culture-and-Performance%3A-Testing-the-of-an-Heck-Marcoulides/a265ae7d9975e276ac4093135f70714016b2be07>. Acesso em: 10 jun. 2024.

HENNING, Marcus A. *et al.* Introdução. In: HENNING, Marcus A. *et al.* (Eds.). **Wellbeing in Higher Education**: Cultivating a Healthy Lifestyle Among Faculty and Students. Abingdon: Routledge, 2018.

HJEMDAL, Odin *et al.* A new scale for adolescent resilience: grasping the central protective resources behind healthy development. **Meas. Eval. Couns. Dev.**, v. 39, p. 84–96, jul. 2006. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/232548192_A_New_Scale_for_Adolescent_Resilience_Grasping_the_Central_Protective_Resources_Behind_Healthy_Development. Acesso em: 20 jul. 2023.

HOARE, Erin; BOTT, David; ROBINSON, Justin. Learn it, Live it, Teach it, Embed it: Implementing a Whole School Approach to Foster Positive Mental Health and

Wellbeing through Positive Education. **Intnl. J. Wellbeing**, v. 7, n. 3, p. 56–71, dez. 2017. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/345598229_Learn_it_Live_it_Teach_it_Embed_it_Implementing_a_whole_school_approach_to_foster_positive_mental_health_and_wellbeing_through_Positive_Education. Acesso em: 16 jun. 2022.

HOUGHTON, Ann-Marie; ANDERSON, Jill. **Embedding Mental Wellbeing in the Curriculum: Maximising Success in Higher Education**, 2017. Disponível em:

https://s3.eu-west-2.amazonaws.com/assets.creode.advancehe-document-manager/documents/hea/private/hub/download/embedding_wellbeing_in_he_1568037359.pdf. Acesso em 2 abr. 2024.

HUDIG, Job *et al.* Motives for Studying and Student Wellbeing: Validation of the Motivational Mindset Model. **Frontiers in Psychology**, v. 12, p. 753987, dez. 2021.

Disponível em <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.753987/pdf>. Acesso em: 16 jun. 2022.

HUPPERT, Felicia. A.; SO, Timothy T. Flourishing Across Europe: Application of a New Conceptual Framework for Defining Well-Being. Epub, 2011. **Social Indicators Research**, v. 110, n. 3, p. 837-861, fev. 2013. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23329863/>. Acesso em 17 dez. 2023.

HURST, Carrie S.; BARANIK, Lisa E.; DANIEL, Francis. College student stressors: a review of the qualitative research. **Stress Health**, v. 29, p. 275–285, set. 2012.

Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/231613551_College_Student_Stressors_A_Review_of_the_Qualitative_Research. Acesso em: 20 jul. 2023.

HUTCHISON, Emma. Toward an Ethic of Care and Inclusivity in Emergency E-Learning. **PS: Political Science & Politics**, v. 54, n. 1, p. 185-187, 2021.

Disponível em:

<https://www.cambridge.org/core/journals/ps-political-science-and-politics/article/toward-an-ethic-of-care-and-inclusivity-in-emergency-elearning/FEB4941232F8F7733433381F764710C9>. Acesso em: 15 abr. 2024.

INSPECTIE VAN HET ONDERWIJS [INSPECTORATE OF EDUCATION]. **De staat van het onderwijs: Onderwijsverslag 2014/2015 [The current state of education. Educational report 2014/2015]**. Disponível em:

<http://www.onderwijsinspectie.nl/binaries/content/assets/Onderwijsverslagen/2016/de-staat-van-het-onderwijs-2014-2015.pdf>. Acesso em: 24 mar. 2024

JAYAWICKREME, Eranda; FORGEARD, Marie J.C. Insight or Data: Using Non-Scientific Sources to Teach Positive Psychology. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 499–505. Disponível em:

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634819>. Acesso em: 10 jun. 2024.

KASHDAN, Todd B.; BISWAS-DIENER, Robert; KING, Laura. A. Reconsidering happiness: The costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia. **The Journal of Positive Psychology**, v. 3, p. 219–233, out. 2008. Disponível:

https://www.researchgate.net/publication/235356431_Reconsidering_happiness_The_costs_of_distinguishing_between_hedonics_and_eudaimonia

KERN, Margareth *et al.* A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. **The Journal of Positive Psychology**, v.10, n. 3, p. 262–271, maio 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.936962>. Acesso em: 26 jul. 2022.

KIM-PRIETO, Chu; D'ORIANO, Carianne. Integrating Research Training and the Teaching of Positive Psychology. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6: 457–462, 2011. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634827>. Acesso em: 10 jun. 2024.

KRANZLER, Amy; PARKS, Acacia C.; GILLHAM, Jane. Illustrating positive psychology concepts through service learning: Penn teaches resilience. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 482–486, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/17439760.2011.634829>. Acesso em: 10 jun. 2024.

KROENKE, Kurt; SPITZER, Robert L.; WILLIAMS, Janet B. The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure. **J. Gen. Intern. Med.**, v. 16, p. 606–613, set. 2001. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/263195452_The_PHQ-9_Validity_of_a_Brief_Depression_Severity_Measure. Acesso em: 20 jul. 2023.

KRÜGER, Victor Wiskow. **Psicologia positiva e educação: florescimento como possibilidade para a inclusão escolar**. 2020. Artigo (Graduação) – Curso de Psicologia, Universidade do Vale do Taquari - Univates, Lajeado, 14 jul. 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10737/3265>. Acesso em: 24 jul. 2022.

KOBAU, Rosemarie; *et al.* Well-being assessment: An evaluation of well-being scales for public health and population estimates of well-being among US adults. **Applied Psychology: Health and Well-being**, v. 2, n. 3, p. 272–297, 25 maio 2010. Disponível em: <https://iaap-journals.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1758-0854.2010.01035.x>. Acesso em: 19 jul. 2023

KURTZ, Jaime L. Happiness and Self-Knowledge: A Positive Psychology and Judgment and Decision-Making Hybrid Course. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 463–467. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634820>. Acesso em: 10 jun. 2024.

LAI, Man. K. *et al.* A Multidimensional PERMA-H Positive Education Model, General Satisfaction of School Life, and Character Strengths Use in Hong Kong Senior Primary School Students: Confirmatory Factor Analysis and Path Analysis Using the APASO-II. **Front. Psychol.** v. 9, p. 1090, 29 jun. 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30008690/>

LAMBERT, Louise; PASSMORE, Holli-Anne; HUSSAIN, Rokaya. Wellbeing Matters in Kuwait: The Alnowair's Bareec Education Initiative. *Social Indicators Research: An International and Interdisciplinary Journal for Quality-of-Life Measurement*, Springer, v. 143, n. 2, p. 741-763, jun. 2019. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/327222911_Wellbeing_Matters_in_Kuwait_The_Alnowair%27s_Bareec_Education_Initiative. Acesso em: 16 jun. 2022.

LEI, Simon A.; YIN, Dean. Evaluating Benefits and Drawbacks of Internships: Perspectives of College Students. *The Free Library*, 22 June 2019. Disponível em: https://www.thefreelibrary.com/_/print/cite.aspx?url=https%3A%2F%2Fwww.thefreelibrary.com%2FEVALUATING%2BBENEFITS%2BAND%2BDRAWBACKS%2BOF%2BINTERNSHIPS%253A%2BPERSPECTIVES%2BOF...-a0594832701&author=Lei,+Simon+A.;+Yin,+Dean&title=EVALUATING+BENEFITS+AND+DRAWBACKS+OF+INTERNSHIPS:+PERSPECTIVES+OF+COLLEGE+STUDENTS.&artId=594832701&pubDate=2019-06-22. Acesso em 01 abr. 2024

LI, Ming. An examination of two major constructs of cross-cultural competence: cultural intelligence and intercultural competence. *Personality and Individual Differences*, v. 164, p. 110105, 01 out. 20220. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886920302944?via%3Dihub>. Acesso em: 10 jul. 2023.

LOMAS, Tim *et al.* Third wave positive psychology: broadening towards complexity. *The Journal of Positive Psychology*, v. 16, n. 5, p.660–674, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/343486020_Third_Wave_Positive_Psychology_Broadening_Towards_Complexity. Acesso em: 16 jun. 2022.

LOWE, Houston; COOK, Antony. Mind the gap: are students prepared for higher education? *Journal of Further and Higher Education*, v.27, n.1, p.53–76, 03 ago 2010. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03098770305629>. Acesso em: 24 mar. 2024.

LYUBOMIRSKY, Sonja; LEPPER, Heidi. S. A measure of subjective happiness: preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, v. 46, p. 137-155, fev. 1999. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/226888596_A_Measure_of_Subjective_Happiness_Preliminary_Reliability_and_Construct_Validation. Acesso em: 19 jul. 2023.

MACASKILL, Ann. The mental health of university students in the United Kingdom. *British Journal of Guidance & Counselling*, v. 41, n. 4, p. 426–441, 21 nov. 2012. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/03069885.2012.743110>. Acesso em: 20 jul. 2023.

MAGYAR-MOE, Jeana L. Incorporating Positive Psychology Content and Applications into Various Psychology Courses. *The Journal of Positive Psychology*, v. 6, n. 6, p. 451–456, 2011. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634821>. Acesso em: 10 jun. 2024.

MARCHAND, Pascal; RATINAUD, Pierre. L'analyse de similitude appliquée aux corpus textuels: les primaires socialistes pour l'élection présidentielle française. In: **Actes des 11eme Journées internationales d'Analyse statistique des Données Textuelles**. JADT 2012. Liège, Belgique, 2012. p. 687–699. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/285511126_L'analyse_de_similitude_appliqu_ee_aux_corpus_textuels_les_primaires_socialistes_pour_l'election_presidentielle_f_rancaise. Acesso em: 28 dez. 2023.

MASCARELO SUDO, Mégui; IRALA, Valesca. Perspectivas teóricas e metodológicas em pesquisas empíricas sobre bem-estar e florescimento: uma revisão de escopo. **Revista Pedagógica**, [S. l.], v. 25, p. 1–26, 2023. DOI: 10.22196/rp.v25i1.7491. Disponível em: <https://bell.unochapeco.edu.br/revistas/index.php/pedagogica/article/view/7491>. Acesso em: 14 abr. 2024.

MCNAUGHT, Allan. Defining wellbeing. In MCNAUGHT, Allan; KNIGHT, Anneyce (org.). **Understanding Wellbeing: An Introduction for Students and Practitioners of Health and Social Care**. Scion Publishing, 2011, p. 7–22

MCGOVERN, Thomas V. Virtues and Character Strengths for Sustainable Faculty Development. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 446–450, 2011. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634822>. Acesso em: 10 jun. 2024.

MELEADY, Rose; SEGER, Charles; VERMUE, Marieke. Evidence of a dynamic association between intergroup contact and intercultural competence. **Group Processes & Intergroup Relations**, v. 24, n. 8, p. 1427–1447, 5 ago. 2020. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1368430220940400>. Acesso em: 06 jul. 2023.

MONTEIRO, Renata Lúcia de Souza; SANTOS, Daiane Silva. A utilização da ferramenta google forms como instrumento de avaliação do ensino na escola superior de guerra. **Revista Carioca de Ciência, Tecnologia e Educação (online)**, v. 4, n. 2, p. 28-38, 2019. Disponível em: <https://recite.unicarioca.edu.br/rccte/index.php/rccte/article/view/72/106>. Acesso em: 02 nov. 2022.

MORGAN, Blaire; SIMMONS, Laura. A 'PERMA' Response to the Pandemic: An Online Positive Education Programme to Promote Wellbeing in University Students. **Frontiers in Education**, v. 6, p. 642632, maio 2021. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/educ.2021.642632/pdf>. Acesso em: 24 jul. 2022.

MORTIBOYS, Alan. **How to be an effective teacher in higher education**. Maidenhead, UK: Open University Press, 2010.

MORTIBOYS, Alan. **Teaching with emotional intelligence: A step-by-step guide for higher and further education professionals (2nd ed.)**. Abingdon, UK: Routledge, 2012.

MOTA, Janine da Silva. Utilização do *Google Forms* na pesquisa acadêmica. **Revista Humanidades e Inovação**, v. 6, n. 12, p. 372-380, 2019. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/1106>. Acesso em: 02 nov. 2022.

MUSTIKA, Rita *et al.* Evaluating the Relationship Between Online Learning Environment and Medical Students' Wellbeing During COVID-19 Pandemic. **Malaysian Journal of Medical Sciences**, v. 28, n. 5, p. 108-117, out. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.21315/mjms2021.28.5.11>. Acesso em: 16 jun. 2022.

NEVES, Jonathan; HILLMAN, Nick. **The 2016 Student Academic Experience Survey**. York: Higher Education Academy, 2016. Disponível em: <https://www.heacademy.ac.uk/institutions/surveys/student-academic-experience-survey#section-4>. Acesso em: 21 mar. 2024.

NEVES, Jonathan; STEPHENSON, Rose. Improvements to the student academic experience. *In*: NEVES, Jonathan; STEPHENSON, Rose. **Student Academic Experience Survey 2023**. Oxford: HEPI, 2023. p. 1-76. Disponível em: <https://www.advance-he.ac.uk/knowledge-hub/student-academic-experience-survey-2023>. Acesso em: 15 abr. 2024.

NORRISH, Jacolyn M. *et al.* An Applied Framework for Positive Education. **Int. J. Wellbeing**, v.3 n. 2, p.147–161, jan. 2013. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/257931706_An_applied_framework_for_Positive_Education. Acesso: 17 jun. 2022.

NOTMAN, Ross; HENRY, D. Anny. Building and sustaining successful school leadership in New Zealand. **Leadership and Policy in Schools**, v. 10, n. 4, p. 375-394, 2011. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/233273304_Building_and_Sustaining_Successful_School_Leadership_in_New_Zealand. Acesso em: 10 jun. 2024.

OADES, Lindsay G. *et al.* Towards a Positive University. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 432–439, 2011. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634828>. Acesso em: 10 jun. 2024.

OFFICE OF THE SURGEON GENERAL (US) *et al.* **Mental Health: Culture, Race, and Ethnicity**: A Supplement to Mental Health: A Report of the Surgeon General: Substance Abuse and Mental Health Services Administration (US), August 2001. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20669516/>. Acesso em: 01 mar. 2024.

OLIVEIRA, Taize de *et al.* Cultura do cuidado no ensino superior: A universidade, as políticas públicas e o Promove-Universitários. **Perspectivas em Análise do Comportamento**, p. 208-227, 2023. Disponível em: <https://revistaperspectivas.emnuvens.com.br/perspectivas/article/view/986/487>. Acesso em 08 jun. 2024.

PALLAMPARTHY, Srivani; BASAVAREDDY, Asha. Knowledge, attitude, practice, and barriers toward research among medical students: A cross-sectional questionnaire-based survey. **Perspectives in Clinical Research**, v. 10, n. 2, p. 73-78, abr.-jun. 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6463502/>. Acesso em: 20 fev. 2024.

PAULA, Waléria; BREGUEZ, Gustavo; MACHADO, Elaine; MEIRELES, Adriana. Prevalence of anxiety, depression, and suicidal ideation symptoms among university students: a systematic review. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, p. 8739-8756, jan. 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/343432706_Prevalence_of_anxiety_depression_and_suicidal_ideation_symptoms_among_university_students_a_systematic_review. Acesso em: 11 jan. 2024.

PARKS, Acacia C. The state of positive psychology in higher education: Introduction to the special issue. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 429-431, 2011. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.637729>. Acesso em: 10 jun. 2024.

PAYNE, Allison Ann. Creating and sustaining a positive and communal school climate: contemporary research, present obstacles, and future directions. **National Institute of Justice**, 2018. Disponível em: <https://nij.ojp.gov/library/publications/creating-and-sustaining-positive-and-communal-school-climate-contemporary>. Acesso em: 10 jun. 2024.

PEDROTTI, Jennifer Teramoto. Broadening Perspectives: Strategies to Infuse Multiculturalism into a Positive Psychology Course. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 506–513. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634817>. Acesso em 10 jun. 2024.

PERRIS, Carlo *et al.* Development of a new inventory assessing memories of parental rearing behaviour. **Acta Psychiatr Scand**, v. 61, p. 265–274, maio 1980. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/15753285_Development_of_a_new_inventory_assessing_memories_of_parental_rearing_behaviour. Acesso em: 19 jul. 2023.

PINSONNEAULT, Allain; KRAEMER, Kenneth. Survey research in management information systems: an assessment. **Journal of Management Information System**, dez. 1993. Disponível em: <https://escholarship.org/content/qt6cs4s5f0/qt6cs4s5f0.pdf?t=lnpaxb>. Acesso em: 02 nov. 2022.

PINTRICH, Paul R.; DE GROOT Elisabeth V. Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. **Journal of Educational Psychology**, v. 82, n.1, p. 33, 1990. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0022-0663.82.1.33>. Acesso em: 14 mar. 2024

POPA, Daniela *et al.* (2021) Linking Positive Psychology and Intercultural Competence by Movies: Evidence From Brunei and Romania. **Frontiers in Psychology**, v. 12, p. 750904, out. 2021. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.750904/pdf>. Acesso em: 26 jul. 2022.

POSNER, Kelly *et al.* The Columbia–Suicide severity rating scale: initial validity and internal consistency findings from three multisite studies with adolescents and adults. **AJP**, v. 168, p. 1266–1277, dez. 2011. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3893686/>. Acesso em: 20 jul. 2023.

RAMSAY, Sheryl; JONES, Elizabeth; BARKER, Michelle. Relationship between adjustment and support types: young and mature-aged local and international first year university students. **Higher Education**, v. 54, n. 2, p. 247–265, ago. 2007. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10734-006-9001-0>. Acesso em: 24 mar. 2024.

RATINAUD, Pierre. **IRAMUTEQ**: Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires [Computer software], 2009. Disponível em: <http://www.iramuteq.org> Acesso em: 07 nov. 2022.

REES, Karen L. The role of reflective practices in enabling final year nursing students to respond to the distressing emotional challenges of nursing work. **Nurse Education in Practice**, v. 13, n. 1, p. 48–52, jan. 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22854313/> Acesso em: 21 mar. 2024.

RIBEIRO, João Pedro Mardegan. Psicologia positiva aplicada a educação: um olhar sobre o pensamento de professores acerca das virtudes humanidade e moderação. **Anais IV CONAPESC**. Campina Grande: Realize Editora, 2019. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/artigo/visualizar/57159>. Acesso em: 24 jul. 2022.

RICH, Grant J. Teaching Tools for Positive Psychology: A Comparison of Available Textbooks. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 492–98. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634824>. Acesso em: 10 jun. 2024.

RICHARDSON, Amanda *et al.* Thriving or just surviving? Exploring student strategies for a smoother transition to university. A practice report. **International Journal of the First Year in Higher Education**, v. 3, n. 2, p. 87-93, ago. 2012. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/273428624_Thriving_or_just_surviving_Exploring_student_strategies_for_a_smoother_transition_to_university_A_Practice_Report. Acesso em: 26 jul. 2022.

RIENTIES, Bart *et al.* Understanding academic performance of international students: the role of ethnicity, academic and social integration. **Higher Education**, 63(6), 685–700, 24 jul. 2011. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10734-011-9468-1>. Acesso em: 24 mar. 2024.

ROGERS, Carl. **On Becoming a Person: A therapist's view of Psychotherapy**. London, UK: Constable, 1961.

ROMIJN, Bodine. R.; SLOT, Pauline. L.; LESEMAN, Paul. P. M. Increasing teachers' intercultural competences in teacher preparation programs and through professional development: a review. **Teaching and Teacher Education**, v. 98, p. 103236, 2021. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0742051X2031427X?via%3Dihub>. Acesso em: 06 jul. 2023.

ROSENBERG, Morris. **Society and the adolescent self-image**. Princeton University Press: Princeton, NJ, 1965.

ROTASUL. **Ferramentas de Contagem de Palavras**. Disponível em: <https://rotasul.net/c-tools/textoconta.php>. Acesso em: 15 jan. 2024.

RUSSO-NETZER, Pninit; BEN-SHAHAR, Tal. Learning from Success': A Close Look at a Popular Positive Psychology Course. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 468–476, 2011. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634823>. Acesso em: 10 jun. 2024.

SALVIATI, Maria Elisabeth. **Manual do Aplicativo IRaMuTeQ** (versão 0.7 Alpha 2 e R Versão 3.2.3). Compilação, organização e notas de Maria Elisabeth Salviati. Planaltina: Brasília/DF, 2017, p. 1-93.

SANDBERG, Fanny. How age Affects Survey Interaction: The case of Intelligence Studies. Social Sciences. **Digitala Vetenskapliga Arkivet**, 2017. Disponível em https://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?aq2=%5B%5B%5D%5D&c=1&af=%5B%5D&searchType=SIMPLE&sortOrder2=title_sort_asc&query=FANNY+L.+SANDBERG&language=en&pid=diva2%3A1064181&aq=%5B%5B%5D%5D&sf=all&aqe=%5B%5D&sortOrder=author_sort_asc&onlyFullText=false&noOfRows=50&dswid=-223. Acesso em: 02 nov. 2022.

SANTOS, Acácia Aparecida Angeli dos. *et al.* Integração ao ensino superior e satisfação acadêmica em universitários. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 33, n. 4, p. 780–793, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/qF9KKY4hWRSy4fg3VKrt5jG/?format=pdf>. Acesso em: 15 jan. 2024

SANTOS, João dos. **Ensaio sobre Educação - I: A Criança Quem É?** Lisboa: Livros Horizonte, 1982.

SATCHER, David. **Mental health: Culture, race, and ethnicity — A supplement to mental health: A report of the surgeon general**. US Department of Health and Human Services, 2001.

SCALABRIN, Izabel Cristina; MOLINARI, Adriana Maria Corder. A importância da prática do estágio supervisionado nas licenciaturas. **Revista Científica do Centro Universitário de Araras "Dr. Edmundo Ulson"**, v. 7, n. 1, 2013. Disponível em:

http://revistaunar.com.br/cientifica/documentos/vol7_n1_2013/3_a_importancia_da_pratica_estagio.pdf. Acesso em 01 abr. 2024.

SCHREINER, Laurie A. Positive psychology in higher education: The contribution of positive psychology to student success and institutional effectiveness. *In*: WAKDE, John; MARKS, Lawrence; HETZEL, Roderick (Eds.), **Positive psychology on the college campus**. Oxford: Oxford University Press, 2015, p. 1-26.

SCHUTTE, Nicola S.; MALOUFF, John M.; THORNSTEINSSON, Einar B. Increasing emotional intelligence through training: Current status and future directions. **The International Journal of Emotional Education**, v. 5, n. 1, p. 56–72, abr. 2013. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2013-27507-005>. Acesso em: 07 mar. 2024

SCHWARTZ, Barry; SHARPE, Kenneth Evan. **Practical wisdom: The right way to do the right thing**. New York, NY: Riverhead Book, 2010.

SCHWARTZ, Seth J.; FINLEY, Gordon E. Troubled ruminations about parents: Conceptualization and validation with emerging adults. **Journal of Counseling and Development**, 88, 80–91, 23 dez. 2011. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/228652455_Troubled_Ruminations_About_Parents_Conceptualization_and_Validation_With_Emerging_Adults. Acesso em: 31 mar. 2024.

SCHWARZENTHAL, Miriam; SCHACHNER, Maja.; JUANG, Linda. *et al.* Reaping the benefits of cultural diversity: Classroom cultural diversity climate and students' intercultural competence. **European Journal of Social Psychology**, v. 50, n. 2, p. 323-346, 2019. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/334663242_Reaping_the_benefits_of_cultural_diversity_Classroom_cultural_diversity_climate_and_students%27_intercultural_competence. Acesso em: 06 jul. 2023.

SCOTT, Joan W. Experiência. *In*: SILVA, Alcione Leite da; LAGO, Mara Coelho de Souza; RAMOS, Tânia Regina Oliveira (Org.). **Falas de Gênero**. Ed. Mulheres, 1999.

SCHROEDER, Brayan. The Effectiveness of Servant Leadership in Schools From a Christian Perspective. **BU Journal of Graduate Studies in Education**, v. 8, n. 2, 2016. Disponível em: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1230516.pdf>. Acesso em: 07 jun. 2024.

SELIGMAN, Martin *et al.* Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. **The American psychologist**, v. 60, p. 410-421, 2005. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/7701091_Positive_Psychology_Progress_Empirical_Validation_of_Interventions/citation/download. Acesso em: 20 maio 2022.

SELIGMAN, Martin Elias Peter. **Authentic Happiness**. London: Nicholas Brealey, 2006.

SELIGMAN, Martin Elias Peter. **Florescer**: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar / Martin E. P. Seligman; tradução Cristina Paixão Lopes. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012. E-book.

SELIGMAN, Martin Elias Peter. **Flourish**: A visionary new understanding of happiness and well-being. North Sydney, NSW: William Heinemann Australia, 2011.

SELIGMAN, Martin Elias Peter *et al.* Positive education: positive psychology and classroom interventions. **Oxford Review of Education**, v. 35, n. 3, p. 293–311, jun. 2009. Disponível em: <https://ppc.sas.upenn.edu/sites/default/files/positiveeducationarticle2009.pdf>. Acesso em 16 jun. 2022.

SIGMAR, Lucia Stretcher; HYNES, Geraldine E.; HILL, Kathy L. Strategies for Teaching Social and Emotional Intelligence in Business Communication. In: **Business Communication Quarterly**. v. 75, n. 3. p. 301-317, 29 jun. 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/1080569912450312> Acesso em 28/03/2024.

SIMON, Robin W.; NATH, Leda E. Gender and Emotion in the United States: Do Men and Women Differ in Self-Reports of Feelings and Expressive Behavior? **American Journal of Sociology**, v. 109, p. 1137-1176, 01 mar. 2004. Disponível em: <https://users.wfu.edu/simonr/pdfs/Simon%20&%20Nath%20AJS%202004.pdf>. Acesso em: 12 nov. 2023.

SMITH, Charlie; ULUS, Eda. Who cares for academics? We need to talk about emotional well-being including what we avoid and intellectualize through macro-discourse. **Organisation**, v. 27, n. 6, p. 1–18, 12 ago. 2019. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1350508419867201>. Acesso em: 21 jul. 2023.

SIN, Nancy. L.; LYUBOMIRSKY, Sonja. Enhancing Well-being and Alleviating Depressive Symptoms with Positive Psychology Interventions: A Practice friendly Meta-analysis. **J. Clin. Psychol.**, v. 65, n. 5, p. 467–487, maio 2009. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19301241/>. Acesso em: 29 out. 2022.

SPEARS, Larry C. Character and servant leadership: ten characteristics of effective caring leaders. **The Journal of Virtues and Leadership**, v. 1, n. 1, p. 25-30, 2010. Disponível em: https://www.regent.edu/wp-content/uploads/2020/12/Spears_Final.pdf. Acesso em: 15 abr. 2024.

SPILT, Jantine L. *et al.* Dynamics of teacher–student relationships: Stability and change across elementary school and the influence on children’s academic success. **Child Development**, v. 83, p. 1180–1195, 12 abr. 2012. Disponível em: <https://srcd.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1467-8624.2012.01761.x>. Acesso em: 06 jun. 2024.

SPITZER, Robert L. *et al.* A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. **Arch. Intern. Med.**, v. 166, p. 1092–1097, jun. 2006.

Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/7064924_A_Brief_Measure_for_Assessing_Generalized_Anxiety_Disorder_The_GAD-7. Acesso em: 20 jul. 2023.

SPITZBERG, Brian; CHANGNON, Gabrielle. Conceptualizing intercultural competence. In: DEARDORFF, Darla. (Ed.). **The SAGE Handbook of Intercultural Competence**. United States, California: SAGE Publication, Inc, 2009. p. 2-52.

SOUZA, Diego Fernandes de; BECEVELI JUNIOR, Tarcísio José; SANTOS, Vanessa Martins dos. As *soft skills* mais relevantes para a transformação digital. In: **Congresso de Transformação Digital**, 2023. Publicado em: 04 dez. 2023. Disponível em: <https://conferencias.fgv.br/ctd/article/view/8>. Acesso em: 25 jul. 2023.

ST-AMAND, Jerome; GIRARD, Stéphanie; SMITH, Jonathan. Sense of belonging at school: defining attributes, determinants, and sustaining strategies. **IAFOR Journal of Education**, v. 5, n. 2, 2017. Disponível em: <https://iafor.org/journal/iafor-journal-of-education/volume-5-issue-2/article-5/>. Acesso em: 10 jun. 2024.

STAIRS, Martin; GALPIN, Martin. Engajamento positivo: Do engajamento dos funcionários à felicidade no local de trabalho. In: GARCEA, Nicola; HARRINGTON, Susan; LINLEY, P. Alex (Eds.). **Oxford handbook of positive psychology and work**. Oxford, Reino Unido: Oxford University Press, 2020, p. 155-172.

STARKEY, Julia. Effective strategies for building and sustaining a positive school culture and climate. **Academy of Educational Leadership Journal**, v. 2, n. 2, p. 1-3, 2023. Disponível em: <https://www.abacademies.org/articles/Effective-strategies-for-building-and-sustaining-a-positive-school-culture-and-climate-1528-2643-27-S2-004.pdf>. Acesso em: 10 jun. 2024.

STIER, Jonas. Internationalisation, intercultural communication and intercultural competence. **J. Intercult. Commun. Res.**, v. 6, n.1, p. 1-6, 2006. Disponível em: <https://www.semanticscholar.org/paper/Internationalisation%2C-intercultural-communication-Stier/462209e24896c7bc0720ce6df14c8215bf12ce13>. Acesso em: 06 jul. 2023.

TANASE, Madalina; WILSON, Hope E. Creating Environments for Care and Excellence to Flourish. In: ALI-KHAN, Carlyne; DINSMORE, Daniel. (Eds.). **Balancing Care and Excellence in Higher Education: A Festschrift in Honor of Jeffrey W. Cornett**. Serie Bold Visions in Educational Research, v. 79. Leiden: Brill, 2024. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?id=RC0BEQAAQBAJ&lpg=PA51&ots=PzF4UZMaUv&lr&hl=pt-BR&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>. Acesso em: 15 abr. 2024.

THOMAS, Marie D.; MCPHERSON, Barbara J. Teaching Positive Psychology Using Team-Based Learning. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6, n. 6, p. 487–491. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634826>. Acesso em: 10 jun. 2024.

THORNTON, Mary; BRICHENO, Patricia. Teacher gender and career patterns. In: **Teachers' career trajectories and work lives**. Dordrecht: Springer Netherlands, 2009. p. 159-178.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA. **Estatuto da Universidade Federal do Pampa**. 2022. Disponível em: <https://sites.unipampa.edu.br/consuni/files/2022/10/estatuto-alterado-pela-res--357-2022.pdf>. Acesso em: 15 jun. 2022.

UMARJI, Osman *et al.* The motivational system of task values and anticipated emotions in daily academic behavior. **Motivation and emotion**, v. 45, n. 5, 03 jul. 2021. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11031-021-09898-y>. Acesso em: 30 mar. 2024.

VALINS, Stuart; BAUM, Andrew. Residential group size, social interaction, and crowding. **Environment and Behavior**, v. 5, n. 4, p. 421–439, dez. 1973. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/001391657300500404>. Acesso em: 03 jul. 2023.

VAN PETEGEM, Karen *et al.* Student perception as moderator for student wellbeing. **Social Indicators Research**, v. 83, n. 3, p. 447–63, set. 2007. Disponível em: <http://www.jstor.org/stable/20734497>. Acesso em: 6 jun. 2024

VAN ROOIJ, Els C. M; Jansen, Ellen P. W. A; VAN DE GRIFT, Wim J. C. M. First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment. **Eur J Psychol Educ**, v. 33, p. 749–767, 08 jan. 2018. <https://doi.org/10.1007/s10212-017-0347-8> Acesso em: 24 mar. 2024.

VELLA-BRODRICK, Dianne Anne; RICKARD, Nikki; CHIN, Tan-Chyuan. **An Evaluation of Positive Education at Geelong Grammar School: A Snapshot of 2013**. VIC, Australia: The University Of Melbourne, 14.

VILLANI, Leonardo *et al.* Impact of the COVID-19 pandemic on psychological well-being of students in an Italian university: a web-based cross-sectional survey. **Globalization and Health**, v. 17, n. 1, p. 39, 6 abr. 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33823897/>. Acesso em: 20 jul. 2023.

VOLTMER, Edgar. *et al.* The impact of the COVID-19 pandemic on stress, mental health and coping behavior in German University students—a longitudinal study before and after the onset of the pandemic. **BMC Public Health**, v. 21, n. 1, p. 1–15, 2021. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/353223149_The_impact_of_the_COVID-19_pandemic_on_stress_mental_health_and_coping_behavior_in_German_University_students_-_a_longitudinal_study_before_and_after_the_onset_of_the_pandemic. Acesso em: 20 jul. 2023.

VELLA-BRODRICK, Dianne A. The Moral of the Story: The Importance of Applying an Ethics Lens to the Teaching of Positive Psychology. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6 n. 4, p. 320–325. Disponível em:

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.580773>. Acesso em: 10 jun. 2024.

WALKER, Charles J. Classroom Assessment Techniques for Promoting More Positive Experiences in Teaching and Learning. **The Journal of Positive Psychology**, v. 6 n. 6, p. 440–445, 2011. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2011.634825>. Acesso em: 10 jun. 2024.

WATERS, Lea. A Review of School-Based Positive Psychology Interventions. **Educ. Develop. Psychol.** 28 (2), 75–90, 2011. Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/8B3FBD567056C363EA5207954770F27A/S081651220000432a.pdf/a-review-of-school-bas-ed-positive-psychology-interventions.pdf>. Acesso em: 2 abr. 2024.

WILLIAMS, Paige; KERN, Margareth. L.; WATERS, Lea. A Longitudinal Examination of the Association between Psychological Capital, Perception of Organizational Virtues and Work Happiness in School Staff. **Psychol. Well-Being**, v. 5 n. 1, p. 5, jul. 2015. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/282547000_A_Longitudinal_Examination_of_the_Association_Between_Psychological_Capital_Perception_of_Organizational_Virtues_and_Work_Happiness_in_School_Staff. Acesso em: 16 jun. 2022.

WISHKOSKI, Rachel *et al.* Student Attitudes toward Research in an Undergraduate Social Science Research Methods Course. **Higher Education Pedagogies**, v. 7, n. 1, p. 20–36, 05 maio 2022. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/23752696.2022.2072362>. Acesso em: 20 fev. 2024.

WOLF, Sharon; BROWN, Autumn. Teacher Beliefs and Student Learning. **Human Development**, v. 67, p. 37–54, 2023. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/367074303_Teacher_Beliefs_and_Student_Learning. Acesso em: 06 jun. 2024.

WONG, Paul; ROY, Sandip. Critique of positive psychology and positive interventions. *In*: BROWN, Nicholas; LOMAS, Tim; EIROA-OROSA, Francisco Jose (org.). **The Routledge international handbook of critical positive psychology**. Routledge/Taylor & Francis Group, 2018, p. 142–160. Disponível em <http://www.drppaulwong.com/critique-of-positive-psychology/>. Acesso em 26 jul. 2022.

WORSLEY, Joanne D.; HARRISON, Paula; CORCORAN, Rhiannon. Accommodation environments and student mental health in the UK: the role of relational spaces. **Journal of Mental Health**, p. 1-8, maio. 2021. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/09638237.2021.1922648?needAccess=true>. Acesso em: 16 jun. 2022.

WRIGHT, Kenneth P. *et al.* Sleep in university students prior to and during COVID-19 stay-at-home orders. **Current Biology**, v. 30, n. 14, p. R797–R798, 20 jul. 2020. Disponível em:

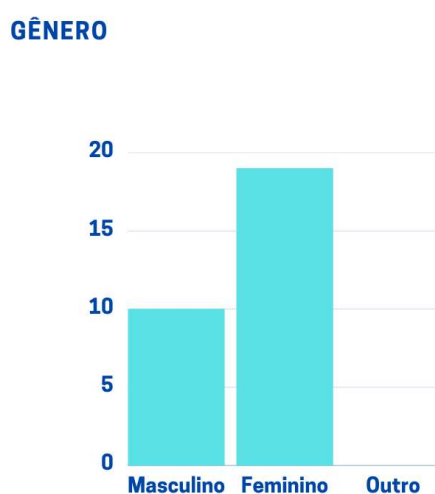
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0960982220308381>. Acesso em:
20 jul. 2023.

APÊNDICE A

Gráficos resultantes das respostas do formulário de levantamento

Nesta seção, dispõem-se dos gráficos referentes às respostas objetivas dos alunos participantes do formulário, a primeira etapa do levantamento de dados, tanto sobre seu perfil¹³ quanto acerca de sua percepção dos conceitos de Bem-estar e Florescimento (de acordo com a teoria de base e a revisão de escopo).

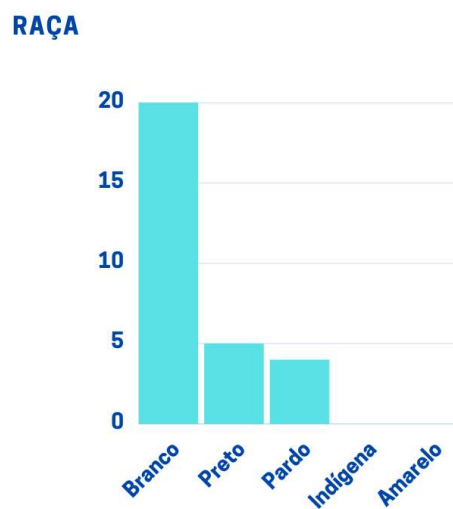
Gráfico 1 - Número de respondentes de acordo com o gênero



Fonte: Autora (2023)

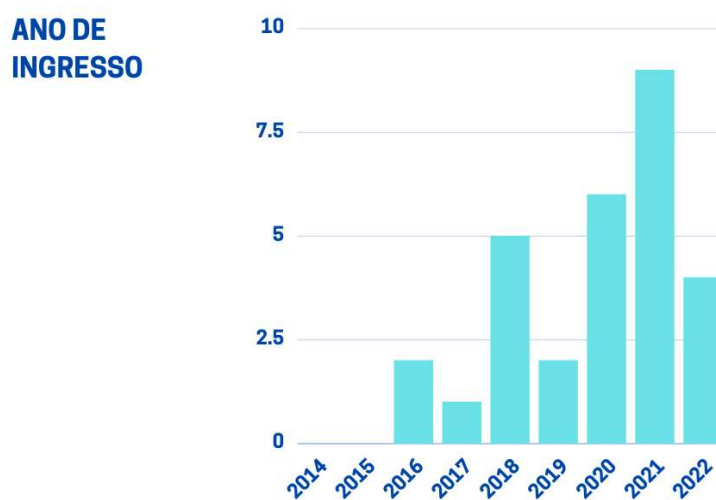
¹³ Exceto sobre a idade dos participantes, a fim de preservar-lhes a identidade, considerando a relação idade x frequência de alguns registros.

Gráfico 2 - Número de respondentes de acordo com a raça (IBGE)



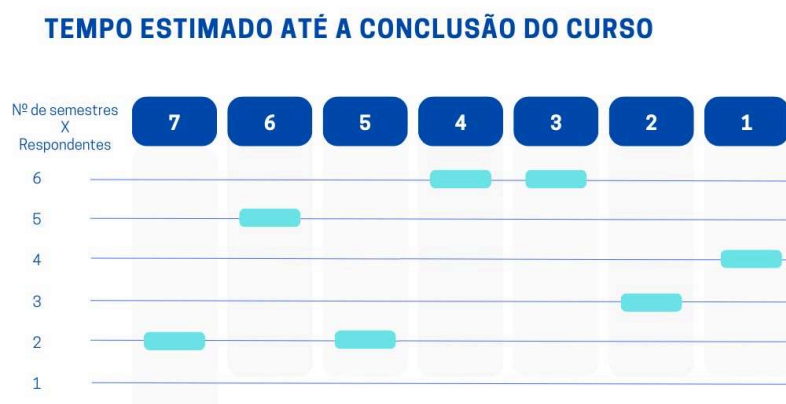
Fonte: Autora (2023)

Gráfico 3 - Número de respondentes de acordo com o ano de ingresso



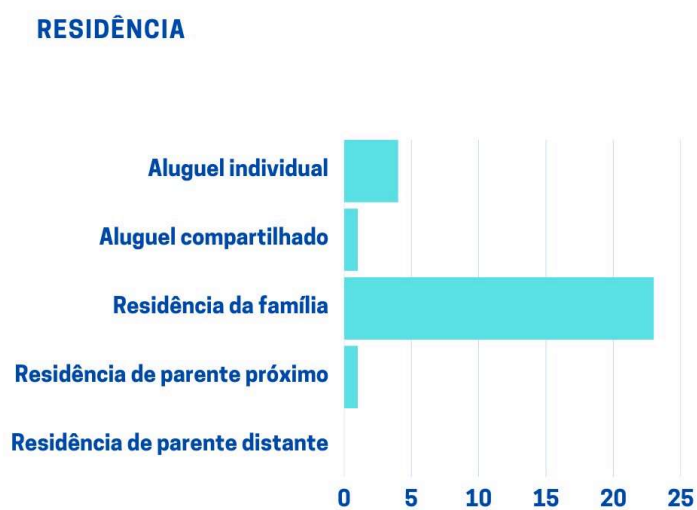
Fonte: Autora (2023)

Gráfico 4 - Número de respondentes de acordo com o tempo estimado até à conclusão do curso



Fonte: Autora (2023)

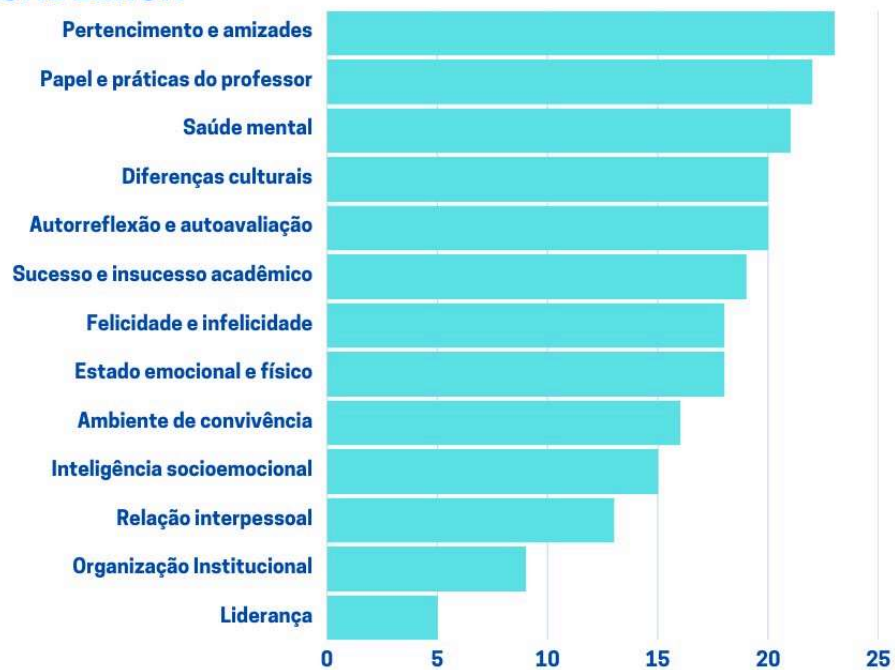
Gráfico 5 - Número de respondentes de acordo com a residência



Fonte: Autora (2023)

Gráfico 6 - Frequência de conceitos variáveis percebidos na experiência acadêmica

CONCEITOS (VARIÁVEIS) PERCEBIDOS NA EXPERIÊNCIA ACADÊMICA



Fonte: Autora (2023)

Gráfico 7 - Frequência de conceitos relacionados aos pilares do Bem-estar e Florescimento percebidos na experiência acadêmica

CONCEITOS RELACIONADOS AOS PILARES DO BEM-ESTAR E FLORESCIMENTO PERCEBIDOS NA EXPERIÊNCIA ACADÊMICA



Fonte: Autora (2023)

APÊNDICE B

Respostas subjetivas dos alunos ao formulário *online*.

A seguir, exibimos os comentários dos alunos desta maneira: número de acordo com a ordem da resposta dada, o tema principal do comentário e resposta do aluno. A numeração de cada comentário seguirá este padrão: "R# (tema principal, com base nas definições de Seligman (2012) para os cinco pilares do Bem-estar, e os conceitos de Bem-estar e Florescimento conforme revisão de escopo (MASCARELO; IRALA, 2023): *comentário*". Vale ressaltar que os comentários passaram por revisão ortográfica e gramatical com a devida cautela para não provocar qualquer tipo de mudança semântica. As definições propostas por Seligman (2012) e os conceitos revisados por Mascarelo e Irala (2023) foram listados na subseção 4.2.1.

R1 (Papel do professor, autorreflexão, emoções positivas): *"Acredito que, dentre as coisas que vivi dentro da universidade, houve experiências não muito agradáveis em relação ao método de alguns professores na hora de lecionar; isso me causou um grande desconforto e por vezes me tirou a vontade de continuar no curso. Tirando esses pequenos casos, gosto bastante de como tem ocorrido a graduação."*

R2 (Conquista, sentido, papel do professor): *"Está sendo uma experiência incrível, com que eu estou aprendendo e o que eu vou aprender mais. Espero, mais pra frente, ser uma ótima professora e conseguir ter clareza, amizade com meus alunos e apoiá-los."*

R3 (Conquista, autorreflexão, ambiente de convivência e organização institucional): *"Acredito que estar em um ambiente acadêmico é crescimento pessoal em todos os níveis, dentro e fora da Universidade!"*

R4 (Sentido, autorreflexão): *"Seria muito cedo definir um sentimento durante meu trajeto na graduação, pois é o início, mas uma reflexão que eu diria é 'é algo que vale muito a pena para o futuro'."*

R5 (Conquista, autorreflexão): *"Acredito que a minha experiência acadêmica foi um desafio na minha vida que me levou a horizontes maiores e que me fez ter responsabilidades maiores do que eu já tinha."*

R6 (Senso de propósito, sentido, autorreflexão, emoções positivas, relações positivas, conquista): *“Posso dizer que estou contente com o curso e feliz com meu desempenho. Vejo sentido no que faço e tenho foco nos estudos e atividades, tudo isso em prol de uma meta futura: ser um bom professor. Acredito que minhas relações de amizade no curso são ótimas, já que estamos sempre ajudando um ao outro.”*

R7 (Engajamento, Relações positivas, autorreflexão, Sucesso, Sentido e Conquista): *“A minha jornada acadêmica é incorporada por vários elementos listados, e acredito que a jornada será trilhada por vários caminhos, superando os obstáculos que aparecerem. Alguns elementos são indispensáveis para a jornada, como sucesso, conexão, foco e ver sentido no que faz.”*

R8 (Relações Positivas e Saúde Emocional, Autorreflexão): *“Estar na faculdade e permanecer nela é algo muito difícil; para quem olha de fora (família e amigos), pensam que é fácil, mas é bem complicado. É mais que apenas estudar; às vezes eu quero estudar e simplesmente não consigo, não sai. Mas ter amigades e suporte emocional daqueles que estão lá, vivendo o que a gente tá vivenciando, melhora bastante, é um sentimento de pertencimento... de não estar sozinho. Creio que a saúde mental tem que ser uma prioridade, percebo que quando não estou bem comigo mesma eu não consigo fazer trabalhos da faculdade na mesma qualidade que seria se eu estivesse bem. Então, creio que a chave para se manter na faculdade sem desistir são pessoas de confiança dentro da universidade, colegas que são companheiros e saúde mental boa.”*

R9 (Conquista, Emoções Positivas, Relações Positivas, Autorreflexão): *“Acredito que por estar dentro de uma instituição federal, já é um sucesso. Nessa instituição, ao meu ver, acabamos por abrir nossas mentes, ouvidos e olhos para diferentes realidades, opiniões, ideias e ideais. As convivências, ainda que superficiais, sempre adicionam algo à nossa jornada acadêmica, pois, para mim, nada é por acaso e nem perdido, tudo pode ser agregado e transformado em algo que nos ajudará a alcançar êxito.”*

R10 (Emoções positivas e Estado mental): *Acredito que cursar o curso de línguas adicionais é uma experiência muito boa, mesmo que as vezes possa ser um pouco confuso ter que estudar duas línguas ao mesmo tempo, mas ressalto a importância de sensibilidade na questão da saúde mental tanto para os discentes quanto para os docentes.”*

R11 (Conquista, sentido, autorreflexão): *“O aprendizado está sendo de suma importância para minha vida, pessoal e profissional, de certa forma está melhorando minhas habilidades e meus conceitos na área profissional. Acredito que essa nova experiência me proporcionou conexão comigo mesmo, de entender onde eu quero ir e o que eu quero fazer.”*

R12 (Sentido, Conquista, Relações Positivas, Autorreflexão, Engajamento, Emoções Positivas): *“Eu me sinto muito bem comigo mesma quando vejo meu progresso acadêmico e ver que eu faço a diferença na vida das pessoas à minha volta sendo como professora, colega ou aluna! Porém às vezes, quando encaro uma dificuldade, não sei como reagir e acabo ficando pra baixo e com baixa autoestima! Porém isso é algo que devo trabalhar em mim.”*

R13 (Engajamento, Sentido, Autorreflexão, Emoções Positivas): *“Por um bom tempo a vida acadêmica foi o centro da minha vida porque eu queria terminar a faculdade de qualquer forma, só que me frustei muito sentindo que, se terminasse a faculdade de qualquer forma, não seria uma boa profissional e que eu tinha um tempo diferente de avançar nos semestres do que os meus outros colegas. Até eu chegar a esse fato, eu sofri um pouco porque, ao contrário dos meus colegas, eu tinha que trabalhar nas horas vagas do curso para poder estudar, o que de certa forma também atrapalhava a minha produtividade e resultado no curso, e realmente, no início do curso, a minha intenção era passar para o curso da noite, do português, mas algumas cadeiras no curso de línguas adicionais brilharam os meus olhos, principalmente quando estudamos outras culturas e seus aspectos. Acredito que todos os alunos da universidade tem seus desafios para estudarem e suas motivações também, assim como eu.”*

R14 (Emoções Positivas, Relações Positivas, Autorreflexão, Sentido): *“Quando ingressei na faculdade, foi pelo histórico do ensino médio (portanto, com certo atraso) em junho de 2021. Não me senti muito acolhida - nem pelos professores, tampouco pelos colegas. Além do fator 'modelo EAD', esse cansaço adicional de sempre ter um obstáculo para frequentar as aulas me desmotivava consideravelmente. Quando minha situação de saúde piorou, algumas semanas depois, eu acabei perdendo minha vaga por um problema na documentação. Honestamente? Parecia um sinal. O início de 2022 foi praticamente igual. Peguei matérias de semestres mais avançados (2º, 4º), esperando que talvez algum aluno veterano pudesse ter um pouco de empatia. Nada. Minha situação em casa se*

tornou bastante complicada nesse período, e mais uma vez desisti de tudo. Quando soube que o semestre seguinte seria na modalidade presencial, me animei. Eu entraria com uma turma nova, frequentando o campus... Minha intuição estava certa. Eu agora faço parte de uma turma ótima, me sinto confortável conhecendo meus professores e não me resta nenhuma dúvida de que estou onde deveria estar. Ainda não cheguei onde quero, me considero apenas uma estudante do segundo semestre, mas com certeza o caminho até lá parece muito mais agradável agora.”

R15 (Competência intercultural, Relações Positivas, Ambiente e pertencimento e Sentido): *“Estou aprendendo a conviver com pessoas diferentes, e que nem sempre precisamos ter muitas pessoas no nosso lado; um só pessoa já basta, nunca desistir daquilo que vc sonha.”*

R16 (Papel do professor, Relações positivas, Conquistas, Organização Institucional e Papel do Professor): *“Sobre minhas experiências acadêmicas, elas se iniciaram com muitas expectativas. No sentido de que teria bons exemplos dos professores, que todos seriam engajados em transmitir conhecimento, aos poucos fui percebendo que nem tudo era perfeito, e que nesse ambiente existe uma cobrança exagerada de cumprimento de regras, e de conduta dos alunos, porém faltam exemplos em que os alunos possam se espelhar. Claro que, neste período de tempo, também fiz boas amizades, encontrei professores, a que serei eternamente grata por cada palavra de incentivo para minhas pequenas conquistas.”*

R17 (Emoções Positivas, Pertencimento, Sentido, Engajamento, Organização Institucional e Papel do Professor): *“Quando entrei na faculdade eu não sabia se era isso que eu queria como curso, por não ser minha primeira opção. A universidade me transformou, formou uma das minhas faces, amo ser professora, amo ser aluna da Unipampa e tenho muito orgulho dessa instituição. Me sinto acolhida, segura e certa de que estou fazendo parte de coisas maravilhosas, com pessoas maravilhosas (professores e colegas) e construindo um mundo melhor. Hoje em dia, não me vejo fazendo nada além disso, quero seguir a profissão na docência, quero estar dentro da universidade para sempre.”*

R18 (Conquista, Autorreflexão e avaliação): *“Agora que me encontro praticamente na reta final do curso, percebo muitos impactos, positivos e negativos que a vida acadêmica até o momento, revi muitos conceitos e inclusive a minha maneira de agir antes da faculdade, fiz amizades que espero levar para a vida, tanto de colegas como de professores, aprendi lições valiosas também para a vida. No entanto levei*

quase oito semestres para começar a me preocupar com o meu futuro profissional, com uma carreira, como professor de línguas ou não, depois de observar os erros e acertos à minha volta, tanto meus como de outros colegas, essa é uma etapa da minha vida que está na sua reta final, cada vez mais perto do fim, mas eu já me sinto preparado para me formar. Tudo o que eu destaquei anteriormente foram coisas que presenciei nesses quase quatro anos de curso em algum grau e em algum momento, tanto no ensino presencial quanto no ensino remoto e que ainda presenciarei nesses meus três (possíveis) últimos semestres da graduação.”

R19 (Conquista, Ambiente): *“O ambiente acadêmico mudou muito minha perspectiva sobre muitas coisas, mas acho que a principal delas foi perceber que eu sou capaz de fazer muitas coisas além do que imaginava.”*

R20 (Sentido, Conquista, Organização Institucional e Papel e Prática do Professor): *O curso, ao longo do tempo, além de proporcionar conhecimentos acadêmicos, também proporciona a expansão de horizontes como, por exemplo, entender melhor nossa identidade ao comparar com outras culturas.*

R21 (Relações positivas, Organização Institucional e Papel do Professor): *Particularmente minha experiência acadêmica tem sido enriquecedora em termos de conhecimento, podendo haver algumas deficiências no ensino de línguas e nas metodologias de ensino. É interessante ressaltar a importância de construir o diálogo em sala de aula devido à necessidade das relações humanas e a sensibilidade destas.*

R22 (Relações positivas, Papel do Professor): *Acredito que a experiência acadêmica engloba todas as alternativas anteriores, sendo que uma parte depende da outra. Assim, se nossa relação com os colegas está boa mas a acessibilidade aos professores está com problema, acaba prejudicando nossos estudos e andamento.*

R23 (Engajamento): *Não considero minha experiência acadêmica muito positiva, pois nunca consegui realmente me engajar nos aspectos acadêmicos do meu curso e da universidade como um todo.*

R24 (Conquista, Autorreflexão, Papel do Professor): *Eu acredito que o aspecto que mais se sobressai é minha autorreflexão acerca das minhas competências, os professores me ajudam bastante a evoluir em diferentes etapas — podemos dizer assim — então, percebo que cresço a cada semestre, tanto como profissional quanto como pessoa.*

R25 (Relações positivas, emoções positivas, Estado Mental, Ambiente e Pertencimento): *Durante esse um ano de curso, fiz muitos amigos, amigos próximos mesmo. Conheci muitas pessoas também. Me sinto muito feliz em saber que estou cursando o que amo e tendo a certeza de que isso é o que realmente quero, mas durante esse período também senti bastante medo, medo de falhar, ansiedade pra conseguir exceder em tudo. As vezes sinto que é um ambiente competitivo, onde todos estamos um contra os outros para ver quem se sai melhor, o que ao meu ver acaba prejudicando um pouco o acolhimento que deveria existir em sala de aula, especificamente num curso de línguas, onde é muito necessário um espaço confortável pra que tu possas cometer erros e aprender com eles naturalmente.*

R26 (Relações positivas): *Acredito que a minha experiência foi bem desafiadora, pois tive 2 anos em pandemia e 2 anos em modo presencial, e nesses anos em pandemia, me senti bem sozinha no quesito relações pessoais com outros colegas, mas também nesse afastamento que obtive de alguns, acabei criando conexões fortes e firmes, que hoje as mantenho dentro e fora da universidade.*

R27 (Sentido, Organização Institucional e Papel do Professor, Autorreflexão): *Minha experiência acadêmica tem muito a ver com quem eu sou hoje. Admito que entrei na universidade com alguns traumas e crenças erradas da minha futura profissão, acreditava que ser professora era uma tarefa fácil e poderia muito bem separar da minha identidade pessoal. Hoje entendo que o processo de graduação e a experiência acadêmica que vivemos dentro da universidade tem a capacidade de nos moldar como cidadão, realçar nossas habilidades e, acima de tudo, nos ajuda a re/construir a nossa identidade.*

R28 (Sentido, Emoções Positivas, Relações Positivas, Organização Institucional, Estado Mental): *Sempre gostei de idiomas e o curso de LA é uma etapa necessária para meu objetivo, tive altos e baixos no curso, especialmente depois, durante a pandemia. Não me adaptei às aulas online, sofro de ansiedade e tive momentos bem complicados. Conheci pessoas que gosto bastante, mas não acredito numa amizade pós-universidade.*

APÊNDICE C

Respostas transcritas dos alunos à entrevista.

Encontra-se nesta seção a transcrição referente às respostas fornecidas no segundo bloco de questões, onde se busca a percepção dos alunos quanto à presença dos pilares P.E.R.M.A e do Florescimento, conforme revisão de escopo (MASCARELO SUDO; IRALA, 2023).

Os códigos referem-se a características dos alunos, como ordem de realização da entrevista, gênero, idade, raça, ano de ingresso, tempo restante para concluir a graduação, tipo de residência e origem.

A tradução dos códigos está disponível neste link: [📄 CÓDIGOS ENTREVISTA](#)

Link estendido:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1dY08ucwdZaHVF13Efnw27cubcue6LMEU0V1f1sUF1Zc/edit?usp=sharing>

Link encurtado: <https://1nk.dev/1XkOh>

**** *n_01 gen_2 id_05 raç_1 ing_3 rest_1 res_1 pro_1

Complicado ha. Posso falar? Acho que o sentimento que eu mais gosto é de saber algo e conseguir passar adiante e aí não sei, me enche de acho que orgulho próprio? Não sei. Um sentimento que, nossa estou estudando está dando certo consegui e ainda consigo explicar para algum colega ou prum um aluno meu que hoje em dia já dou aula, eu fico muito orgulhosa de mim é academicamente porque antes, antes eu não confiava em mim que eu conseguiria passar para um aluno. Sabe aquele medo que a gente tem de eu vou esquecer tudo após a faculdade e hoje em dia eu vejo que não, se eu estudasse e continuar estudando, sempre renovando os conhecimentos eu vou conseguir, então, esse sentimento é o que eu mais gosto e o que eu mais quero manter, não só agora como na minha vida acadêmica, como após, na minha vida de docente. Por que acho que é a pior, acho

que o pior semestre é sempre o primeiro porque a gente não sabe o que está fazendo, então no primeiro semestre tem uma lista extensa do que que foi a pior coisa, sabe? Mas a pior de todas é ler um texto em português e não entender nada, que era aqueles o começo a linguística me pegava bastante, ainda me pega um pouquinho, mas se a gente persistir a gente consegue e eu não entendia absolutamente nada, tinha pavor do linguista (nome) eu não conseguia com aquele senhorzinho, era horrível, mas hoje em dia já vai melhor? eu acho que, então, em resumo o pior é tu ler e não entender nada. Conseguir ler e não ter o conhecimento, sabe? Que é só é uma leitura vazia, e aquilo é a pior sensação do mundo para mim. Acho que é muito mais psicológico. Se a gente for analisar, tudo psicológico, mas foi mais ligada a questões emocionais pessoais, como acho que foi no segundo ano da minha graduação, minha vó veio a começar a desenvolver câncer, então, começou me afetar o meu lado acadêmico que não consegui prestar atenção e bem no naquele semestre a gente estava falando a pergunta norteadora o que me traz felicidade, então aquilo me deixou mais pra baixo ainda e foi nesse semestre quase desisti, pra te falar bem a verdade quem não me deixou desistir foi a professora que hoje é minha orientadora do trabalho final e ela me ajudou muito, mas foi eu que tava lá mas não tava aprendendo, é como se só o meu corpo estivesse ali, então, para a gente aprender, o nosso emocional, pessoal e familiar, tem que estar tudo certinho ou minimamente razoável para a gente estar bem, para a gente conseguir aprender. Então esse foi eu digo que foi meu pior ano foi dois mil e dezenove por causa da morte da minha vó, e que na pandemia foi até melhor por que eu consegui, sabe? Entender melhor, passar pelo luto realmente, sabe? Passar por tudo isso, ficar quietinho foi um momento bom pra mim até; claro, não precisava dois anos mas tudo bem. Tem a ansiedade, que eu procrastino muito, que não consigo. Eu consigo no último dia de fazer as coisas, eu sei que é muito ruim para mim mas é como se... Simplesmente não saio, eu fico na frente do computador e não saio, então essa é uma sensação de impotência, que tu não consegue, eu sei que é só a ansiedade que no final eu vou conseguir fazer, mas é um sentimento muito ruim que eu tenho. Eu acho que, como eu respondi lá no questionário a gente vai conseguir passar pra graduação sem nenhuma amizade a gente consegue só que não vai ser tão prazeroso tão memorável, vamos dizer assim, que hoje em dia tenho lembranças da minha faculdade da graduação que vou levar para o resto da vida, não só aquela parte da gente estudando, mas da parte da gente brincando,

assim, sabe?, fora do horário do ali da aula então eu acho que amizade, que no final a gente cria uma amizade com os colegas, é muito bom para a nossa trajetória acadêmica, que às vezes tu não entende uma coisa que o professor está falando por exemplo com as palavras mais técnicas, vamos dizer assim e ali vem o teu colega e fala isso aqui é isso daqui e é isso aí tu consegue mais aprender com a uma linguagem mais fácil isso que me encanta mais e até eu tento ensinar os meus alunos com linguagem mais fácil para ficar mais próximo deles, ficar mais fácil pra eles então mas eu sei que é necessário a linguagem técnica mas esse é um ponto que eu gosto bastante dessa troca mútua entre colegas e conhecimento. Acho que primeiro entrei na faculdade meio que por pressão dos meus pais, mais pela minha mãe para te falar a verdade; acabei gostando, no primeiro semestre. O primeiro semestre foi mais para a gente se localizar, o que está acontecendo ali, aí no segundo semestre já não sabia se eu queria aquilo, depois no terceiro comecei a gostar de novo, no quarto semestre veio esse problema da minha vó que te contei, que durou até todo dois mil e dezenove que no finalzinho ela veio falecer, infelizmente. Em dois mil e vinte veio a pandemia que eu comecei a voltar de novo a prestar atenção realmente na faculdade que dois mil e dezenove é quase um ano que não existiu pra mim, então dois_mil_e_vinte, apesar da pandemia, eu estudei muito até sozinha, que teve acho que ficamos seis meses sem aula se não me engano, então eu comecei a correr atrás de começar a ver vídeos, series em inglês e espanhol para não perder, completamente, a fala e a escuta, que é muito importante, e dois mil e vinte e um, por incrível que pareça, no *online* eu fiquei mais interessada em aprender, acho que eu estava sentindo falta daquela pessoa estudiosa que eu sempre fui, assim, não gostei muito de estudar, mas em dois mil e dezenove simplesmente parecia que eu tinha desistido. Então voltei com toda força de vontade e, bom, até hoje, não parei mais e uma coisa que é bem diferente do meu eu do começo da faculdade, em dois mil e dezoito, eu não falava nada eu era muito tímida e hoje em dia eu, os meus professores me pedem para eu segurar um pouquinho, para deixar os outros falarem, então, acho que essa é a parte mais diferente, que antes eu era muito tímida e hoje eu consegui enfrentar essa barreira e deixar essa timidez de lado, apesar de eu ainda ser muito tímida eu sinto mais vontade de aprender do que ficar tímida e não aprender. Que eu mais vejo assim é no espanhol, porque inglês eu sempre tive, essa mais facilidade, mais reconhecimento com a língua. Então, o espanhol, apesar de toda minha família ser

espanhola, uruguaia, argentina, eu tinha meio que esse afastamento, talvez até sentimental com a língua, mas eu consegui com o professor (nome), que me insistiu bastante consegui finalmente, consegui falar e não ter medo de falar a língua espanhola, então o que eu mais me orgulho, e eu sei que me mudou, assim, foi minha fala no espanhol que de uma nota três foi para uma nota oito, não vou dar nove porque ainda tem muito o que melhorar. Então, essa é a coisa que eu mais sinto orgulho, a facilidade de começar a ler um texto mais acadêmico que acho que essa é a magia da faculdade, que a gente vai começando a ver que a gente consegue ler textos cada vez mais difíceis com o andar dos anos da faculdade. Isso é muito bom. Para a gente começar com a saúde_mental, que é necessário para qualquer, bom, pra se viver, é necessário. Então, até eu tive um pouco, em dois mil e dezenove, como te falei. Foi um ano que saúde_mental tava muito ruim, que eu estava passando pelo luto então. Como eu não conseguia, eu digo que só sobrevivi aquele ano, que não vivi, enfim. Então a falta de saúde_mental adequada naquele momento me prejudicou na minha faculdade, apesar de não ter... bom, eu desisti de três, eu fiz somente duas cadeiras no mesmo semestre. Eu fui desistindo, eu não conseguia. Tinha aquelas de linguística e linguística precisa, realmente, precisa prestar atenção, se não tu não aprende. Então nesse dia abri mão dessas três, nessas três matérias, para mim conseguir lidar só com dois. Então minha saúde_mental estava horrível, eu não conseguia lidar muito bem com tudo à minha volta. Então, isso é uma das principais que deve ter, o que eu acho que afeta no sucesso acadêmico . As duas estão interligadas, no meu ver, há mais ambiente tem convivência bastante importante, assim como as amizades, que acho que tem mais lá pra cima, que sem elas eu acho que eu não estaria na faculdade, que o que me fez não desistir foram as amizades que eu tinha na faculdade e alguns professores a me manter ali, meu marido, minha mãe. Mas quando a gente está lá a gente precisa de um apoio lá na faculdade. Então eu agradeço muito a eles. Acho que papel_e_prática_do_professor é muito importante para gente não só ver o professor como professor mas ver como que ele como é que ele dá aula. Eu gosto de fazer esses exercícios se eu faço com o meu professor, porque hoje em dia eu dou aula, analiso sabe, meus professores pra ver o que que eu faria e o que que eu não faria como ele. Então eu gosto muito de analisar essa parte. Então acho que esses três que eu falei para mim são os mais importantes. Deixa eu ver... É acho que é. Relação_interpessoal , mas eu acho que já está ligado com com a ali com a

convivência_com_os_colegas, acho que isso. Pra mim, por exemplo, ali pertencimento, amizade está junto com a relação_interpessoal a estão junto com ambiente_de_convivência então pra mim as três são um, vamos dizer, um combo de coisas que faz parte de uma coisa só, então, pra mim, acho que é isso. Bom é uma falha minha, uma falha pessoal na verdade que seria a saúde_mental que eu falei, que em dois mil e dezenove me faltou um pouco, que hoje em dia, graças a Deus, consegui recuperar. E eu acho que junto ao estado_emocional_e_físico que os dois entram num combo como eu digo. Então, em dois mil e dezenove me faltou isso, mas é algo como eu disse, não foi culpa da faculdade. Foi algo pessoal que me afetou na minha vida acadêmica, então é eu já tinha falado no outro, mas, meio que é uma algo negativo, que é pra ser, infelizmente, a pandemia foi um pouco complicado, no início, mas depois eu consegui me estabelecer. Seria isso. Bom, o ponto principal é manter a saúde_mental relativamente boa. Não digo cem_porcento boa porque é bem difícil, porque quando a gente entra na faculdade e a faculdade exige bastante da nossa saúde_mental, e às vezes a gente fica ansioso com alguma prova, a gente fica sei lá, a gente chora porque não entendeu um texto, então, a saúde_mental fica bastante... se a gente não cuidar vai ficar bem debilitada, então a procrastinação vai sempre tentar um modo de fazer tu falhar na faculdade se a gente não cuidar assim a gente vai falhar, então, tem que ter uma saúde_mental bastante forte ou razoavelmente forte para a gente conseguir terminar, pois muitos entram e não terminam por que não tem saúde_mental muito boa, muitos dos meus colegas que desistiram foi talvez por isso, não posso afirmar, mas pelo que eu sei que eles me falaram talvez seja por isso porque a ansiedade é muito grande, depressão, enfim, tem que se manter sempre razoavelmente bem. Eu não sei se tem mais, que eu já me esqueci das palavras de novo. Acho que tem que ter bastante não digo amizade mas coleguismo que nem todo nem todo colega vira amigo e está tudo bem, então, mas a gente tem que se sentir bem onde a gente está estudando, que isso vem do pertencimento dali da faculdade que a UNIPAMPA graças a Deus é uma faculdade que acolhe muito, eu não sei se é só o nosso curso de letras adicionais ou são todos, mas eu sempre me senti muito bem_acolhida pelos professores e pelos meus colegas e isso é uma das melhores coisas que tem numa faculdade, tu sentir bem ali, e esse já metade do caminho isso ligado à saúde_mental boa, a gente vai conseguir terminar ali a faculdade, a não ser que esteja que tenha algumas coisas externas como saúde da pessoa ou algo externo

que infelizmente às vezes acontece na vida e não consegue terminar a faculdade. Mas acho que esses essas duas coisas são a chave, saúde_mental e se sentir parte de algo ali na faculdade e as amizades.

**** *n_02 gen_1 id_08 raç_1 ing_5 rest_2 res_2 pro_2

Relações_positivas, talvez no aprendizado certo do convívio com colegas, professores que isso agrega muito ao meu desenvolvimento pessoal, o evento profissional também, acarretando assim, um aprendizado na minha carreira e também em relação a o sentimental. Sabe de ter um local ter, um local onde eu posso conviver com outras pessoas. Principalmente durante a pandemia, eu fiquei:: hã por um bom tempo isolado, me senti triste, me senti lesado, em condições de não ter o ensino devidamente apropriado no contexto de eu, sair da minha cidade para outro, deslocar e morar numa residência praticamente sozinho e não ter a convivência em si com outras pessoas. Além disso é também veio alguns alguns problemas pessoais em relação ao meu desenvolvimento acadêmico, mas foram somente momentâneos. Eu vejo que muitos me apoiam, muitos ficam admirados com a minha coragem, com minha garra de sair da minha cidade natal e experimentar algo novo, que é uma cultura totalmente diferente, é um convívio totalmente diferente, então muitas pessoas assim, eles sempre tentam trazer tanto a realidade que é o que que eu precisava melhorar. Precisava correr atrás do do do estudos, do aprendizado e muito também ficaram admirados em relação ao meu desenvolvimento nos últimos os últimos meses referentes a o semestre, né? O semestre decorridos até hoje e eu acredito que isso impactou muito a minha desenvoltura dentro da universidade em relação aos estudos ao saber o que eu quero fazer, saber o que eu necessito pra conseguir realizar os meus objetivos. No começo eu percebi que eu não tinha totalmente conhecimento e fui adquirindo aos poucos. Fui crescendo e melhorando, mas no decorrente da trajetória eu vi que eu precisava sempre estar melhorando, sempre estar aprendendo, porque a demanda do curso ele em si necessita que a gente sempre esteja se atualizando seja, atendendo coisas novas, aprendendo tanto no convívio com outros quanto no plano da disciplina ali, então eu acho que é perceptivo meu crescimento, do do básico até o intermediário até o avançado, nos dias atuais então eu acredito que cresci muito nesses últimos anos. Talvez a desenvoltura de estar em sala de aula, talvez o sentido de eu ser mais autônomo, ter mais convicção do que eu quero, de mais capacidade de ver que eu consigo realizar essas atividades. que tenho a

capacidade de fazer acontecer. Tá, autorreflexão e avaliação, liderança, relação_interpessoal, sucesso_ou_insucesso_acadêmico, papel_e_prática_do_professor e qual é o último? Autorreflexão. Autorreflexão_e_avaliação, porque eu a todo momento vejo que eu sou humano eu erro, eu tenho que melhorar, eu tenho que ver meus pontos fracos, meus pontos fortes, tenho que sempre tentar procurar melhorar. Relação_interpessoal acredito que o convívio aqui dentro com outras pessoas é de suma importância para o meu aprendizado tanto um pouquinho para não ficar louco talvez de estudo entre essas coisa quanto de ficar sozinho, sucesso_ou_insucesso_acadêmico, a vida acadêmica é um passo de cada vez e sempre tem seus altos e baixos então nós temos que ver o que projeto de auto reflexão nós temos que ver esses pontos altos e baixos então temos que ver onde a gente erra e tentar sempre procurar melhorar procurar conseguir se você é reprovado numa disciplina procure tentar melhorar e estudar e na próxima vez que você tentar aquela disciplina você vai conseguir papel_e_prática_do_professor além de eu querer ser professor eu aprendo com os meus professores e desde o primeiro semestre eu me espelho em algumas professores então esses professores foram que me motivaram a sempre continuar tentando sempre continuar sendo forte, posso citar alguns professores? A professora X foi uma das professoras que me proporcionou um bom conhecimento proporcionou uma boa amizade também, o professor e também apesar de ser muito crítico e exigente ele me mostrou que eu não devo desistir que eu consigo ir até o final, a professora K, me mostrou que eu não estava preparado para o momento certo, a professora W me mostrou que eu não tenho totalmente o conhecimento e que eu sempre devo procurar, procurar melhorar, procurar fazer as coisas de forma correta então teve professores também que já saíram da UNIPAMPA e me mostraram ferramentas corretas de efetuar as atividades de como fazer sabe algo que eu nunca tive antes, então por meio deles foi que então eu pude seguir em frente. Tá diferenças_culturais, porque a existem muitas palavras que me confundem, devido a eu ter um vocabulário diferente dos demais e diversos momentos do meu aprendizado, das minhas atividades em sala de aula, eu tive certas desavenças com colegas, professores por causa de palavras que eu utilizava, mas que não foram bem recebidos, talvez ambiente_de_convivência. Devido a esses pontos que eu acabei de estar com palavras que não caíram bem em certos momentos e eu acabei não mostrando uma boa primeira imagem,

estado_emocional, físico. Bom talvez devido a momentos, momentos de durante a pandemia, momentos pós_pandemia, então foram momentos que não me proporcionaram um devido crescimento em si e organização_institucional muito eu me vi perdido em relação à organização_institucional, talvez por falhas do sistema ou utilização de mais de um recurso pra efetuar uma mesma função, então talvez isso tenha causado certa confusão. A minha experiência teve lados, lado positivo e lado negativo, e lado de aprendizado e os negativos foram descritos anteriormente cujo teve desavenças com colegas por causa de palavras que eu não achava certo ou desaprovava e muitas vezes a minha opinião era contrária da deles, que não era bem aceita entre os colegas porque por causa dessa influência cultural de eles terem uma forma de se expressar e eu ter outra forma de me expressar, mas assim, o convívio, o ensino que eu tive, o aprendizado que eu aderi, foi de suma importância para o meu desenvolvimento pessoal e profissional e eu acabei aprendendo mesmo com esses momentos de desavenças, eu acabei aprendendo muito e eu resolvi mudar, mudar comportamentos, mudar pensamentos, mudar formas de me portar, de falar, de pensar antes de agir então a universidade me proporcionou muitas mudanças, muitas mudanças tanto no sentido pessoal quanto no sentido profissional, porque eu aprendi a ser mais eu e no profissional eu aprendi como ser um bom professor, talvez eu não tenha totalmente a ideia de ser um bom professor mas eu tenho convicções e essas convicções me mostram que talvez eu esteja no caminho certo para me tornar um bom profissional da minha área. Ah, eu também gostaria de agradecer os meus pais que sempre me apoiaram, sempre estão entrando com contato para saber como estou me mantendo de certa forma em estar em outro local e agradecer também a Deus por estar sempre comigo.

****** *n_03 gen_1 id_05 raç_2 ing_3 rest_4 res_2 pro_2**

Então, quando eu ingressei no curso em dois mil e dezoito e não vim sozinho para Bagé, sem família, morei em uma república onde todos estudavam na UNIPAMPA. Então aquele momento meio que já percebi que aqui nesse lugar é minha casa e pertença aqui porque somos iguais, todos vamos fazer graduação em diferentes áreas, mas nenhum de nós é daqui, no curso, acho que a maioria do pessoal que não é não nasceu em Bagé, a gente cria um vínculo muito maior entre si porque, quase meio como uma pequena família meio disfuncional porque a gente não tem ninguém por nós, só a gente. E por se tratar de federal tem pessoas de diferentes estados, diferentes histórias, diferentes nichos socioeconômicos, então a gente tem

diferente, diversidade muito grande tanto nas turmas, quanto tu olhando ali pelo campus, restaurante universitário na cantina ou pelo campus em si tu percebe que todo mundo é muito diferente e isso é uma coisa interessante que eu gostei muito porque às vezes com pessoas do nordeste eu aprendi gírias ou a fazer comidas ou coisas diferentes. Posso dizer que em dois mil e dezoito foi o ano assim como posso dizer do meu sucesso acadêmico porque eu lembro que eu estudava bastante, eu passei nos dois semestres em todas as disciplinas e eu fiquei muito feliz, minha família e tudo, mas a partir de dois mil e dezenove quando eu comecei a trabalhar acabou dando uma perda de tempo assim mas mau gerenciamento meu, mas que foi bom por questão de trabalhar na minha área então já ter mais uma experiência nesse ponto. Durante toda essa jornada de dois mil e dezoito até agora eu posso dizer que eu me surpreendi muito comigo mesmo na questão tanto de disciplina quanto de controle de emoções como para as amizades, tudo. E não desisti, principalmente porque às vezes é muito não digo fácil, mas é muito mais simples a gente: “Ah, não gostei de tal coisa.” Não fiz isso ou não conseguir. Não é para mim, por exemplo. Então eu acho que a universidade é esse momento que a gente tem que parar e pensar: “nossa, não é porque eu não consegui dessa vez que não vai conseguir depois. Não é que não entendi isso agora, que não entenda amanhã ou conversando com outra pessoa.” Eu digo que acho bastante, quase toda a minha experiência na UNIPAMPA na universidade, no curso de letras foi uma experiência positiva, porque os professores sempre eles estavam, do jeito deles obviamente, nos dando muita força para continuar; os colegas, por mais que tem uma pequena competição entre a gente, por notas ou por elogio de professor, ou por aceitação dos demais, a gente acaba dando muita força uns pros os outros, o estado emocional que a gente entra na UNIPAMPA, eu entrei, até agora, isso é muito diferente. Eu diria que lá era caótico, agora é um caótico mais centrado. Tentei, busquei ajuda para a minha saúde mental e saúde emocional para lidar com questões como reprovações, notas baixas, tudo, conversando com outros colegas. Mas eu digo que a maioria dele foi muito positivo, é muito positivo assim até hoje, porque por mais que eu reprove uma disciplina, eu vou fazer ela de novo depois; eu vou querendo aprender alguma coisa dela, mesmo já tendo visto aquilo ali. Então eu sempre tento olhar tudo com um lado mais positivo. A gente vai ter amizade, a gente vai ter desafios que alguns a gente vai conseguir lidar, outros a gente não vai conseguir. A gente vai acabar desmistificando tudo que falam sobre

ser um professor, e um professor_de_línguas, que a gente entra com uma mentalidade assim é só saber falar e acabou, mas não, tem que saber falar, mas tem que saber que tu tem que entender a matéria que a gente está falando, tem que saber explicar para alguém como está fazendo falando, como uma pessoa leiga em aspas, como ela vai entender isso sem traumatizar. Então, assim, e a prática_docente mesmo a gente tem, a gente tem a teoria, que é linda, floreada e todo mundo entende, e a prática, que às vezes é um pouco diferente, mas ela é boa, porque, se só fica na teoria, tu, querendo ou não, se fecha para muita coisa e a prática vai ver que tem alunos que não vão entender, vão ter colegas e professores que não vão te compreender. Então tudo vai indo e vai fazendo essa caminhada. Os colegas, tanto no trabalho dando aula quanto na UNIPAMPA, que me ajudaram bastante expandir horizontes a pensar em coisas um pouco mais digitais ou mais analógicas, ou mais simples ou mais complexas, coisas que eu acho que eu não pensaria muito, então eu acho que em suma assim, tudo ajuda todos esses aspectos assim que eu citei até alguns outros que eu acabei não citando. Eles nos ajudam tanto pessoalmente quanto profissionalmente, como aluno e professores de idiomas, na verdade. A questão, acho que agora da felicidade_e_infelicidade, que eu acho interessante, porque a gente sabe quando a gente entra num curso uma graduação, a gente super eufórico, a gente pensa assim eu devo estudar tudo que eu quero, vou como que você super bom em tudo, vou tirar só nota que eu não sei o quê, mas bom, eu descobri isso uma maneira meio dura, uma de maneira mais difícil que, mas se eu fosse muito bom em inglês na escola, na faculdade, outra coisa eu não estou indo pra aprender a falar, tanto que a maioria das reprovações que eu tive na graduação são disciplinas de inglês, uma noção, e o momento eu cheguei a questionar assim, nossa assim, eu sou burro então, eu não entendo inglês. Eu achava que eu sabia, mas eu não sei, mas na verdade não, é que eu estava vendo de um outro jeito. Eu estava me vendo ainda por um aqueles alunos de ensino médio, que sabe que era o aluno que já sabia que não precisava estudar, não precisava me esforçar para isso. E em decorrência disso, durante os anos de pandemia, foi criando uma infelicidade muito grande, uma questão de não mais, talvez pertencimento ou questionamento muito grande, se eu queria continuar sendo professor ou graduando de uma licenciatura, mas o que sempre me motivou muito que foi a questão que eu nunca parei de trabalhar desde dois mil e dezenove e era pensando assim meus alunos, mas aquela pessoa ele me falou que eu ensino uma

coisa pra ela, ou aquele aluno lá, ele fala tal coisa, ele lembra de mim por esse motivo que eu tive na aula de inglês com ele. Então eu acho por mais que vamos ter caminhos difíceis durante a graduação, ao meu ver, obviamente eu Flávio os meus alunos e futuro os alunos são que vai que em motivo mais que querer continuar aprendendo a querendo aprender mais, a querer expandir mais e conhecer mais coisas porque a gente pode acabar muito bem fazendo projetos com professores de outras disciplinas como ou música ou história, geografia, e é bom de saber um pouquinho de cada coisa para a gente não ficar, como diria a minha mãe, a ver navios. Então eu acho que o negativo, por exemplo, a gente acaba falando muito mais em grupos ali na UNIPAMPA ou frustrações. Acho que a palavra seria mais frustração, como eu comentei, a gente entra achando que sabe de tudo, que vai ser muito bom só quando e quanto menos espera uma cadeira, uma disciplina ali que está fazendo entende e bah reprovado. A gente fica meio assim. Por exemplo, eu fiquei porque eu nunca tinha reprovado em nada na minha vida escolar, até entrar na UNIPAMPA e reprovar em uma disciplina em dois mil e dezenove e eu ficava botando a minha cabeça aí aquele mantra: não define depois eu tento aumentar ao longo do semestre. Eu sabia que eu já ia reprovar, mas aí, quando veio ali no histórico: reprovado, me veio toda aquela frustração, me veio toda aquela tristeza, me veio os questionamentos. Eu falei aí, o emocional falou mais alto que o racional nesse ponto, falando: nossa, sou burro, não entendo, vou embora, quero trancar a faculdade aqui. Mais fácil que era tudo culpar ao professor. Assim, a professor não entendeu, professor não sabe que eu passo. E aí depois que a poeira baixou um pouquinho durante o recesso, fico assim ta mas ponto um se eu reprovei, culpa é inteiramente minha. Ponto dois, o professor não tem que, ele pode se apiedar, pode ter uma empatia com isso, mas ele queira ou não, ele não pode fazer nada. Então regras, e regras vão acabar sendo seguidas, especialmente na academia. Então assim me acalmei, consegui e me mover pra frente. No caso, as emoções seria mais frustração, tristeza às vezes, até quando amigos nossos amigos reprovam algumas vezes mais que a gente, a gente fica sozinho. Uma turma nova de pessoas então fica meio sentindo não pertencente aquele lugar, ficando assim: todo mundo aqui, no sexto semestre, mas meus amigos estão ainda lá, no terceiro, no quarto_ semestre. Será que eu não devia falar com eles? Eles falando tão bem aqui, olha conseguindo utilizar citações. Eu não sei fazer isso, meu Deus, será que estou no lugar certo? Por que que eu não vou pra o português da noite, porque não

sei, ou até o próprio sentimento de incapacidade, porque, como eu comentei eu trabalhei desde dois mil e dezenove, até agora eu trabalho, e muitas vezes eu tinha aula durante a manhã na UNIPAMPA, à tarde, e à noite eu trabalhava na escola, e chegava em casa eu só queria descansar, só queria às vezes dormir ou não fazer nada, que fosse intelectualmente difícil ou que me exigisse muito intelectualmente. E aí eu realmente comecei em dois mil e dezenove, minhas notas todas começaram a cair bastante e eu ficava assim, nossa, não, mas tem alguma coisa de errado comigo, porque fulano trabalha e não acontece isso, tá só o plantão. Então às vezes eu pensei nessa época, assim, então eu vou trancar a faculdade só pra trabalhar ou vou largar o emprego só pra estudar? Só que aí vem aquela aquela angustia: não, mas se eu largar a faculdade, eu estou largando o que eu vim aqui para fazer, mas se eu largar o emprego eu não tenho onde morar. Fica aquele impasse, então, dúvidas muito grandes, um sentimento muito grande de saudade de casa, de pessoas conhecidas que te conhecem há muito tempo, da família, tu sente falta daquele abraço, conforto, que tudo vai ficar bem, que é diferente por telefone, sente falta de coisas. Tem um momento na verdade, teve um momento grande, a pandemia que pra mim eu achava que nada ia ficar bem, que tudo iria sair mal. Fiquei bem negativo e não só envolvendo a UNIPAMPA, mas girando em torno disso. E faltava aquela pessoa às vezes, que nem uma mãe, por exemplo, um familiar do meu lado assim, não, vai passar, tudo assim, é uma insegurança muito grande. Eu diria quando gente começa a ver na realidade que a gente não é tão bom, quando a gente acha tem uma insegurança. Então é um sentimento geral negativo, que eu diria, é insegurança em relação a todos os aspectos. Então, primeiramente lá no início, as relações interpessoais, essas relações com pessoas do meu semestre ou de outro semestre que me faziam mais ansioso por ir para UNIPAMPA, vou ver o fulano, vou ver a fulana, sei lá vou conhecer gente, gente diferente, professores. Porque interessante que, quando eu me inscrevi no curso, eu entrei no site da UNIPAMPA, olhei todos os professores e todos os os currículos Lattes deles. Então eu meio que sabia onde eu estava metendo então quando fiquei assim, há então eu ter a aula com o professor X. Mas eu vi então que ele fez um intercâmbio pra tal lugar e o mestrado em tal lugar. Então já ficava assim, meu Deus, quero conhecer ele quero conversar, porque eu fui para esse lugar não sei o quê. E no começo era mais assim para tentar me achar, achar o meu meu bando, se eu realmente devia estar ali, se eu realmente queria estar aqui. Aí, eu eu posso

dizer que lá em dois mil e dezoito foi quando eu realmente percebi, não, eu quero ser professor mesmo. Foi um programa da CAPES, o PIBID, que a gente deu aula numa escola pra espanhol, e meus meus colegas ali de da sala que eu ficava, a gente era uns quatro bolsistas. E eles todos eles estavam meio afobados por uma coisa ou outro assim, e eu era do que era mais centrado naquele ponto que eu pensava, não, a professora vai nos xingar, aquela coisa toda ainda meio com mente escolar, mente de escola, e eu ficava olhando aquelas pessoas na aula de espanhol assim fazendo as atividades, eu falando e ela perguntando, os alunos, estavam assim, meu Deus, então é isso que se sente um professor? Isso o professor sente quando ele dá uma aula boa ou quando ele dá uma aula e os alunos interagem, gostei, quero ser. Os próprios professores, eles sempre questionavam se a gente queria ser professor, por que que a gente estava ali no curso, ou que a gente gostava do inglês, o que a gente gostava do espanhol? E sempre mostravam alternativas positivas, a maioria delas para a gente querer interessar mais pelas línguas. Entrei em contato com bastante egressos do curso, tanto por como trabalho ou conhecia por Bagé ou via a foto deles lá impressa na parede de UNIPAMPA e olhava na rua, nossa! tu fez letras, e conversava perguntando como é que era, que como é que era a vida após a graduação, se conseguiu emprego, tudo. A maioria deles muito feliz e conseguiu emprego, outros foram para outro ramo, não se arrependiam. Acho que todas relações interpessoais que eu tive até então, dentro e fora da UNIPAMPA, que querendo ou não, até mesmo pessoas que não são da UNIPAMPA com que me relaciono em alguma conversa casual, a gente entra no âmbito UNIPAMPA, todos eles meio que me encorajam, incentivam a continuar ou me deixam aquele a pulguinha atrás orelha para continuar a ir atrás, continuar pesquisar mais, continuar a entender mais o que é ser professor. Por que ser professor e porque alunos perguntam: Por que você decidiu ser professor?, e a gente brinca, fala porque foi que, foi eu onde eu passei, mas não é bem assim, eu decidi ser professor porque passei na faculdade, mas todas jornadas, altos e baixos, as aprovações e reprovações, xingões, atividades atrasadas ou não que eu fiz, me levaram esse momento em que eu decidi mesmo que eu quero ser, eles acabaram realmente as relações todas elas acabaram por me dar uma certeza maior que eu queria continuar sendo professor. Interessante. Olha, como eu falei, a minha trajetória acadêmica, ela começou ali, numa escalada pro Everest e depois para uma avalanche e depois era uma subida do Grand Canyon para terra firme, mas eu

acho que todas elas aconteceram como e quando deviam acontecer, porque, por exemplo, dois mil e dezoito e dois mil e dezenove, minhas notas eram maravilhosas, assim, nossa, me achava muito por isso, porque assim tirei cinco notas dez nesse semestre e do nada três reprovações direto assim, acho que são, são coisas boas, na verdade, ter isso na faculdade ali, porque a gente aprende a lidar com frustração, que como pessoas como eu ali que eu conheço. Lá em Porto Alegre, a gente não soube lidar muito bem durante a escola a gente não tinha muito isso de frustração por ser um outro ambiente, ambiente privado. No caso, a gente era meio que levado assim, era assim, ok, foi mal mas passa, vai, mas na UNIPAMPA foi diferente e eu vi assim que por mais que não tinha choro não tinha vela faltou por um décimo reprovado, vai ficar reprovado por um décimo. E, como eu falei, todos eles aconteceram no momento certo para, querendo ou não, tinha momentos assim realmente que eu, porque todos os momentos que eu reprovava, eu questionava: Será que eu quero? E aí eu via: tá, mas olha de cinco eu passei em quatro só reprovei em uma. Por que eu estou olhando para esse ponto só para esse ponto negativo sendo que essa cadeira ou era eletiva ou vai abrir no semestre que vem eu ou posso pegar nas férias. Então todos eles foram, são muito importantes, porque até pra eu falar com os alunos que a maioria deles é adolescente, eles perguntam como é faculdade, se é muito fácil, se é que nem colégio, e eu sempre falo para eles: olha, não é que nem colégio e as vezes é. A gente é avaliado por notas ou por conceitos e outra coisa que vai ser muito bom é que você vai entender muito rápido de si, tem uma coisa que se vai ser muito bom, tem um monte de coisa que vai ser meio que um ônibus de viagem que vai parando e tu vai indo, depois vai parando, não entendendo, depois dá um tempinho e entende e tem coisas que não vai entender de primeira vez nada assim, e tu não pode só pronto, não entendi, não quero mais, larguei, não quero, como algumas pessoas que eu conheço fizeram hoje se arrependem disso porque querendo ou não tanto no trabalho, a gente vê isso tem bastante no trabalho, gente, sendo professor, a gente não entende porque que nem eu a minha primeira turma foram crianças de oito ou nove anos, e eu falei especificamente que eu não queria dar para aula pra crianças, que eu tinha medo de crianças. E quando me deram as crianças eu pensei, armaram para cima de mim, sabotagem, querem que eu vá mal, querem que eu não sei o quê, mas na verdade não. Assim toda queda é uma oportunidade para tu subir um pouco mais alto de quando tu já estava, pareceu bem treinador_comportamental isso mas, mas

é verdade. Porque toda vez que tu acha que está indo muito mal na verdade, assim tu pode não estar indo tão mal assim, porque a gente se julga muito mais do que os outros nos julgam assim, avalia muito mais duramente do que os outros vão nos avaliar. Tudo isso são oportunidades para gente continuar crescendo, para a gente melhorar tudo o que a gente já sabe e aprender o que a gente não sabe. Eu acho que todas elas foram necessárias, momento certo, sem arrependimentos. As conquistas, bom, a primeira conquista, na verdade, que eu possa dizer foi entrar numa federal. Foi assim um imperativo, que eu me senti já, meu Deus, to na federal. É isso guris, entrei na faculdade pelo ENEM, sou bom, depois os primeiros dois semestres ali com dez, com, pulando algumas cadeiras, assim eu ficava são assim umas conquistas pessoais, é meio egoístas, talvez, meio materialistas mas, não materialistas, mas que eu me orgulho delas, muito, que me deram essas pequenas conquistas no começo do curso me deram um o impulso para continuar estudando mais, ficando mais, me inteirando mais. Consegui por ir bem na faculdade, nesse, com essas conquistas assim, ou com cartas de recomendação de professores, de bolsa ou como voluntário, assim consegui, auxiliou nos meus empregos, auxiliou nos estágios, tudo. Assim, todos eles foram conquistas pessoais, mas com alguma ajuda de outra pessoa, porque ela via potencial grande em mim muitas vezes quando eu não via, sabe, porque eu trabalho contigo por sei lá um ano e meio sendo voluntário e aí eu preciso sair da bolsa sair desse trabalho, por outros motivos. Eu fico todo um tempo assim, nossa meu Deus eu sou horrível, porque larguei a pessoa na mão que eu não sei o quê, eu não posso e a pessoa pode estava comigo, e meio sendo só voluntário, pra mim isso era muito perfeito. E essas conquistas tanto de quanto aprovações, quanto consegui se o virar o bolsista quanto sendo voluntário, quanto emprego, todos eles meio que ajudaram a crescer, não a crescer, mas a fortificar minha autoestima comigo mesmo. Uma coisa é a gente professor que a gente lá na frente da turma, mas a gente a gente foi uma outra faceta, a gente cria um personagem que a gente assim, nada me abala, eu sou bom eu sei o que eu estou falando, não sei o quê, mas no por trás das câmeras ali onde a gente está assim, meu deus, será que eu estou falando certo? Será que isso? A gente se duvida muito. Porque querendo ou não os adolescentes agora são muito mais espertos que a gente na nossa da idade, na idade quando a gente estava na idade deles. Então todas essas conquistas assim me ajudam bastante ainda. Que tem mais conquistas ao longo dos anos, como conseguir ficar na UNIPAMPA

durante a pandemia, foi uma grande conquista. Continuar estudando na pandemia me adaptar ao sistema EAD, sair de um emprego conseguir outro em menos de um mês, mas por questões de currículo, de carta de recomendação dos professores, por telefonemas. Consegui trabalhar na prefeitura por um tempo por causa disso até então todas elas são conquistas acadêmicas e profissionais, mas pessoais, de como ter mais paciência, diminui a minha ansiedade, porque eu sou uma pessoa muito, muito ansiosa. Uma outra conquista que eu posso dizer que foi bem pessoal, é saber que aprender, que eu não consigo controlar tudo, e está tudo bem se tudo der errado. Então acho que é isso assim, todas elas profissionais, acadêmicas ou pessoais, todas elas acabam meio que se autocomplementando, tanto academicamente quanto na minha vida pessoal. Eu acho de todos esses seria autorreflexão e avaliação, papel_e_prática_do_professor e as próprias relações interpessoais e amizades eu diria que são essas três barra quatro mais que me vem à cabeça, porque, por exemplo, papel_e_prática_do_professor a gente vai aprendendo as teorias durante as aulas, mais teóricas às vezes durante as práticas, mas por mais que a gente vá dar nossa aula para os nossos colegas às vezes fazendo um faz de conta assim, é muito diferente de quando tu está numa sala de aula mesmo com vinte e cinco adolescentes, trinta adolescentes ou vinte e cinco crianças por que os nossos colegas estão no nível que a gente está, se tu fala qualquer coisa em língua espanhola eles vão entender ou ter uma noção do que é aquilo, então vai ficar em aspas mais fácil, e às vezes na escola, claro que vão ter alunos que vão ter essa noção, mas a maioria vai ficar te olhando com uma cara, meu Deus eu não sei. Então, aprender como a gente tem aprendido agora nessas últimas disciplinas como a gente tem que se portar em situações dessa ou como responder como não responder ou como pedir do aluno uma resposta sem realmente apontar assim, tu me responde ou como incentivar o aluno a buscar e ir atrás, essas disciplinas na UNIPAMPA me ajudaram bastante nesse ponto a ter esse jogo de cintura mais flexível, ou as vezes pedir para eles me explicarem para mim porque eu não lembro o ou não sei, relação_interpessoal e amizades. Eu disse porque querendo ou não por mais que como eu tenho umas vezes algumas rixinhas entre alunos, a gente não gosta de um colega, ou a gente não é parte do mesmo grupo, enfim, vai todo mundo trabalhar na mesma questão. Aparentemente, todos nós vamos ser professores e querendo ou não a gente tem que se ajudar porque eu posso ter uma ideia que não sirva para mim, mas pode ser por outro que vai ser

professor, ou a gente pode juntar na cidade fazer uma coisa melhor pros alunos, não precisamos ser realmente assim ai meu Deus ser meu melhor amigo, mas a gente só se apoiar academicamente, profissionalmente já vai dar uma mudada vai ter uma mudança da nossa relações com nossos colegas professores numa escola estadual, municipal, pública ou particular. Faculdade é interessante que a gente aprende meio a como todos nós somos professores a gente meio aprende como conviver num grupo de professores com ideias totalmente diferentes, com visões totalmente diferentes, de um mesmo aspecto sabe, por exemplo; e autorreflexão e avaliação. Eu escolhi essas, porque como falei, a gente se auto avalia muito, a gente se avalia muito quanto o aluno, quanto o professor, quanto discente e professor, a gente é avaliado muito como aluno, professor, nós alunos vamos avaliar os pais dos alunos, os chefes . Sempre eu, sempre eu sempre saio nas minhas aulas pensando tá, essa foi a melhor aula essa foi melhor aula que eu podia ter dado pra essas pessoas? sim, porque sim?, não, porque não? ou talvez, por que? se for sim, o que que eu posso fazer para deixar sempre manter esse mesmo nível? Se for não, que eu posso fazer para mudar e tentar deixar um nível melhor?, mais atividades de movimentação, mais atividade escrita, mais enfoque em alguma das quatro habilidades, talvez hum. Então o que que eu fiz já existe isso? Posso tirar isso e botar outra, então eu estou sempre pensando constantemente. Na realidade, nunca me desligo nessa questão às vezes de dar aula agora que assim estou de férias da faculdade, da faculdade não, do emprego mas durante o semestre, assim, sempre e pensando vou ter aula com fulano amanhã o fulano tem dificuldade nisso? O que posso fazer? O que que eu posso fazer com meu corpo com os meu gestos, com meu entonação de voz, com meu olhar, com o quadro, com uma sala para que ele saia da aula dizendo nossa, entendi, foi melhor do que as outras vezes e dá uma avaliação e querendo ou não a gente acaba fazendo isso, o que no fundo a gente quer uma avaliação boa dos alunos porque ponto um: A gente gosta dele a gente cria um vínculo com eles, dependendo de quanto tempo vai ter com eles. Ponto dois: Se eles gostam de ti, eles vão falar para as pessoas na escola, enfim, vai manter o emprego; é um ponto importante, mas ao mesmo tempo assim ele vai levar aquilo com ele. Se eu falar hoje uma coisa daquele aluno que vai talvez ficar na cabeça dele que ele vai lembrar daqui a trinta e cinco anos, pra mim já basta. Então a gente sempre tenta, por exemplo, sempre ser melhor professor, e a gente todos os dias. E não importa, a gente vai ficar às vezes noites sem dormir,

corrigindo prova no feriado ou planejando aula, enlouquecido de madrugada, porque a gente esqueceu o que tinha planejado para a aula para outro dia, mas eu digo que essas três elas todas valem, que todas elas são meio uma preparação na faculdade, porque vai ser a vida profissional de um professor. Acho que de todos eu só diria o estado_emocional e saúde_mental, mas como um só, porque que a gente sabe, a nossa saúde_mental uma coisa muito importante, porque se a gente não tá bem aqui, a gente não vai estar bem em diversas partes. Eu pego essa questão porque a gente sabe, terapia é caro, mas a gente sabe porque é caro, porque é muito importante e durante muito tempo ali na UNIPAMPA, por exemplo, no meu caso, eu não gostava muito do psicólogo da UNIPAMPA e então não ia pra lá. Então muitas coisas, muitos problemas, até assim bobos da academia ou de fora, eu guardava para mim, não falava e ficava acumulando e chegava pontos em que tiveram semestres que eu só no meio. Eu fazia isso assim, não quero mais, não vou fazer isso e parei de ir nas aulas. Então, eu acho que é importante manter isso, querendo tentar procurar em outros momentos em outros lugares, não gosto daquele psicólogo, vou no CAPS tento ver um mais acessível, explico a situação, enfim, meios possivelmente eu tinha, mas naquela hora eu entrei em pânico, não vi isso. Porque querendo ou não nessa questão eu estava com meu bem_estar abalado. Eu acabei me sabotando nos semestres. Mas só por isso assim, não culpo a UNIPAMPA por ter contratado ele se que ele foi contratado é um bom profissional, mas como eu não gostava dele, só aconteceu isso. Isso mexe muito com a gente principalmente, por a gente que está longe da família não tem ninguém, a gente se sente muito solitário, se sente muito vulnerável o tempo todo. Então ter um apoio, psicológico. É muito bom ter um refúgio psicológico, é bom para a gente soltar as frustrações tanto na UNIPAMPA quanto da vida de fora, e eu acho que isso eu não digo que falharam comigo ou falhou assim eu digo que eu falhei comigo mesmo por não ter buscado antes ou por não ter persistido na busca. Então, eu fico feliz em ter escolhido o curso, eu fiquei muito ansioso quando eu vi que era as duas línguas ao mesmo tempo. Eu achava que era primeiro uma depois da outra, intercalando assim. Eu acho que a palavra mais que eu posso descrever, acho que toda a minha carreira acadêmica é ansiedade, é ansiedade e inseguranças, insegurança por essas questões de baixa autoestima, de já ter ansiedade, ter um pouco de depressão, que eu sempre me botava mais para baixo. Ou achando que eu não iria conseguir, e outra, ansiedade porque eu sempre quero resolver tudo rápido, assim

vai ter prova, vou ter que fazer prova agora, me dá a prova aqui que eu vou fazer, não esperar ali estudar e não sei o quê. Eu acho, o curso, ele tem uma grade agora nova, eu não sei não vi, mas tinha uma grade boa, às vezes era um pouco sobrecarregador, eu me sentia bem sobrecarregado principalmente pela carga teórica que a gente tinha, porque num semestre com seis disciplinas a gente tinha que ler, por exemplo, cinco textos de cada disciplina para você ficava meio assim, meu Deus, mas alguns eu li, alguns confesso que não li, mas querendo ou não no fim, eu sempre se sempre sei de uma coisa: que se eu não fizer alguma coisa alguma das disciplinas, ou alguma questão da UNIPAMPA, então quem vai ser prejudicado vou ser eu. Isso eu aprendi muito isso aprendi meio na marra a admitir isso entende, e a gente botava como que é muito fácil botar culpa no professor, então o trabalho é demais pra gente ou um grupo colega que não leu aí ele me atrapalhou porque ele não leu, não, tu não fez o teu bastante, é teu problema. O curso eu acho que poderia ter algumas mudanças no curso acho já expressei todas elas para as coordenadoras e as coordenadoras, sim, elas não queriam me ver nem pintado de ouro por reclamar do curso, mas eu aprendi a gostar, aprendi a manter o ritmo, tanto estudo quanto de procrastinação, quanto de lazer, quanto de produção, então eu acho que o curso nos ensina que a gente tá no primeiro semestre ele é mais de boas um pouquinho mais tranquilo, não sei o quê, e depois começa e só vai porque a gente vai ter que se preparar para os estágios, ir para o trabalho final e pra não sei o que e pra fazer bla bla bla, então começa um ritmo mais caótico, para onde estou agora pro fim que já falta falta pouco, então começa assim um pouco mais lento e depois um ritmo muito caótico que muita gente acaba se perdendo nesse momento que a gente acaba, assim, nossa vou desistir. Mas eu acho que nesse ponto quando chega nesse nível os professores percebem porque muitos desses alunos que ficam meio assim meu Deus são aqueles que iam bem assim que não precisavam de muito esforço nos primeiros semestres e depois começam a ver e eles ficam assim meu Deus eu preciso estudar, então eu preciso ler vou ter que fazer tal coisa, os professores sempre nos encorajaram muito: não, não desiste, não sei o que, tu pode estudar tal e coisa dão até dicas assim, ah, faz isso ou escreve sobre isso pensou em sobre ler algo sobre essa pessoa? Pensou em ver tal coisa? Talvez te ajude. Então, em questão de corpo docente, eu não tenho reclamação de nenhum deles porque todos eles sempre nos apoiaram e nos ajudaram muito nesse ponto, colegas, as vezes a gente por onde tem vários grupos

da faculdade a gente manda as vezes ai gente resposta tal é essa aqui ou ah a pergunta tal eu acho que é sobre isso ai a gente começa uma discussão gigantesca para ver se é sobre isso ou não. Mas eu acho o que mais nos abala na verdade na UNIPAMPA é que é a questão de que a gente está totalmente sozinhos, nós por nós mesmos, não vai ser digamos tirei uma nota baixa: reclamar com minha mãe e a mãe vai lá no colégio reclamar com a professora e a professora vai me dar cinco décimos ou ai, não sei isso aqui vou perguntar para os meus pais eles não vão saber por que é coisa específica do meu curso. Então, são coisas assim, esse sentimento que a gente está sozinho e caminhando para um futuro profissional na área, a gente se sente meio a gente fica meio que um cego em tiroteio, a gente fica Meu Deus o que que eu estou fazendo ou Como é que eu faço, como é que eu saio dessa assim. mas de resto eu acho que era isso mesmo, não tenho muito a mais acrescentar.

**** *n_04 gen_2 id_01 raç_2 ing_6 rest_6 res_1 pro_1

Eu acho que as amizades, por que eu fiz bastante amizades lá. É as minhas responsabilidades também, eu aprendi ter mais responsabilidades não só lá, mas na minha vida e é só as positivas? Eu também deixei um pouco a minha timidez de lado, porque eu sou bastante tímida assim, num lugar novo que eu conheço, eu me sinto uma pessoa que me desafia mais, sabe? Tipo, que enfrenta mais as coisas e eu acho que é isso, cresci como pessoa também, e eu acho que foi isso. Muita ansiedade, muito estresse, uma coisa que talvez eu é novo também, faculdade ser totalmente diferente de colégio e tudo mais. E... a minha timidez que é uma coisa que eu trabalho bastante apesar de eu ter trabalhado muito, mas eu acho que esses são os pontos negativos assim. Eu acho que vem a mesma questão da timidez né, o pessoal lá na universidade ele é muito inclusivo uma coisa que eu tinha muito medo assim e eu acho que isso está bastante relacionado mas eu acho que é a inclusão das pessoas. Volto a dizer ela eu acho que na universidade quando tu entra tu percebe que em algum momento tu vai precisar de alguém, vai precisar de ajuda então eu acho que isso influencia até mesmo para quando eu já não for mais ingressante e os novos chegarem eu também incluir eles então acho que influencia muito ajudar assim quando for a minha vez e também eu ser mais desafiadora e não ser tão tímida assim, e ver que não preciso esconder que preciso de ajuda. Acho que um propósito de crescimento, por que quando entrei no curso eu talvez não via esse propósito de crescer, de aprender assim, porque além de ser um curso novo

assim para mim e por ter duas línguas né eu não tinha essa capacidade de entender que eu vou poder aprender e crescer tanto da língua espanhola e inglês eu acho que a cada semestre vejo a minha evolução e crescimento naquilo que venho aprendendo. A primeira conquista e eu poder falar inglês e espanhol e eu tive a oportunidade também de ser conhecida como bailarina lá na universidade e poder ter dado a minha primeira oficina lá. Amizades, as diferenças_culturais, o ambiente_de_convivência e estado_emocional_e_físico. E papel_e_prática_do_professor também. Eu acredito que as amizades por conta que eu sempre fui uma pessoa, voltando né, falando muito tímida e quando eu cheguei lá eu achei que fosse ficar sozinha que eu teria bastante dificuldade assim, mas não pelo contrário eu fui super bem recebida eu fiz grandes amizades lá eu tenho um grupo de amigas que a gente é bem unida a gente estuda junto a gente está sempre levando uma, a frente a outra, então acho que essa parte de amizade é isso. E as diferenças_culturais aqui na minha cidade tem bastante gente de fora então a cultura que tenho aqui é a que já conheço então o pessoal que tá lá na universidade assim quando tem algum projeto no campus a gente consegue ver as diferenças_culturais que existem assim né eles trazer pra cá eles querem conhecer a nossa cultura também, e o ambiente_de_convivência eu acho que ninguém é muito fácil de lidar né, mas lá é um ambiente_de_convivência onde tu tem que se encaixar e tu tem que ter uma paciência pra ver todas as diferenças das pessoas e é uma convivência boa assim tudo mais e... como que eu escolhi, estado_emocional_e_físico e acho que foi bem testado, eu estou no segundo semestre né foi bem testado o estado_emocional_e_físico, mas eu acho que ele foi testado justamente para eu ver que eu não posso desistir e que vai me desgastar várias vezes, mas é justamente pra ver lá no final todo meu esforço todo meu desgaste e tudo mais é papel_e_prática_do_professor é geralmente quando a gente está na sala de aula e a gente acha que vai ser só maçante bastante maçante e as cadeiras que eu faço pelo menos os professores sempre modificam, fazem aulas interativas e legais para que não fique massante e chato. Eu acho que a organização_institucional e a liderança, tem algumas organizações que poderiam melhorar no campus e tudo mais, e que infelizmente apesar de ser no campus atinge muito a gente como aluna assim, então atrasa muito, falta professores, isso e aquilo então a gente tá no nosso momento de querer descansar e por alguma falta de organização_institucional a gente não pode executar tudo aquilo ali, e a liderança

eu acho que a questão dos alunos assim a gente tá dentro de uma sala de aula e o aluno quer tipo ter uma liderança a mais do que o próprio professor que tá ali na frente então eu acho que isso são erros que talvez poderiam ser corrigidos. É tenho entrado na universidade pelo desafio assim foi algo que talvez foi surpresa pra mim até porque quando eu entrei para letras línguas adicionais não era o curso que eu queria e eu me surpreendi assim é eu vi uma evolução acreditei mais em mim como pessoa como aluna e até mesmo posso acreditar como professora, e eu acredito que influencia bastante na minha vida e é isso eu sou muito feliz dentro da universidade sou bem realizada cada dia um desafio, cada dia aparecem novas oportunidades de aprender, de ensinar e é isso não tenho muita coisa pra falar, basicamente é isso. É... eu me sinto realizada porque não era o que eu queria e quando eu cheguei lá eu mudei totalmente o meu aspecto então eu me sinto realizada porque por mais que eu não não queira aquilo, o curso veio e transbordou várias coisas.

****** *n_05 gen_1 id_06 raç_1 ing_5 rest_4 res_2 pro_2**

Eu me recordo de poucas experiências_positivas em relação a UNIPAMPA, é, talvez no início quando que eu tive primeiro oportunidade de pegar uma bolsa, primeiro ano né, dentro do campus pós pandemia, pós período de pandemia não tive mais emoções positivas, experiências que eu posso dizer que me deixaram empolgado. Desde o momento em que eu tive acesso ao campus isso pós pandemia eu:: os únicos momentos que eu estive realmente eu tive senti realmente emoções_positivas foi quando eu tive a experiência da primeira bolsa em que eu fiquei empolgado né foi uma bolsa com um professor da UNIPAMPA onde eu trabalhei com um projeto com ele durante um ano e foi bacana tal, mas depois disso, mesmo pegando outros projetos, não não teve impacto no sentido, de boas emoções eu não me sinto bem frequentando o campus não me sinto bem frequentando as aulas é... eu só... não sinto. As emoções_positivas elas estavam relacionadas basicamente aos primeiros anos em que eu tive acesso a universidade de maneira plena, ou seja, acessei o campus, primeira vez numa universidade federal o que era um objetivo meu desde o ensino médio, estudar em uma universidade federal, consegui alcançar o meu objetivo pleno, fiquei contente com isso, lembrando que a emoção a palavra que quero usar é contente, não feliz, fiquei contente com isso também fiquei contente tendo o a oportunidade da primeira bolsa de estudos outra coisa que pra mim foi muito legal, porque a primeira vez que eu

tava realmente envolvido em um projeto acadêmico fora da sala de aula, nem era pela remuneração mas sim pelo fato de eu estar produzindo alguma coisa isso me deixou também contente, passado um ano dentro do campus envolvido no campus isso foi no período entre dois mil e vinte e dois eu já não tinha mais nenhuma emoção positiva ali dentro, eu só... entendeu, não sinto nada. Algumas frustrações em relação da distância que estou de casa, e acho que um pouco de solidão, sentimento de solidão por morar sozinho num lugar distante onde conheço poucas pessoas, se resume a isso, solidão e saudade. De certa forma positivas, positivas, quanto por mais incrível que pareça quanto mais amargurado eu me sinto minha produção acadêmica aumenta, com pouco sei lá quanto menos eu me envolvo com as pessoas mais tempo tenho para estudar mais tempo tenho para produzir, então se torna uma coisa positiva. Colegas eu não, eu digo, eu tenho, porém a gente não se esbarra ocasionalmente, com professores eu tenho relações únicas e exclusivamente profissionais como por exemplo o caso das bolsas de estudo. Conheço pouquíssimos funcionários, quase nenhum. Bom, tá certo, eu tenho buscado realmente um propósito em relação ao que eu estou fazendo na UNIPAMPA. Não gostaria eu não gostaria de resumir o meu estado na UNIPAMPA entre a formação acadêmica pro mercado de trabalho, eu gostaria de seguir um pouco mais na direção da pesquisa porque eu quero marcar presença no meio acadêmico, mesmo sabendo que o curso é uma licenciatura e não um bacharel... Quanto eu mais avanço os semestres pouco mais de frustração eu sinto, entretanto eu acumulo bastante conhecimento de certa forma, nitidamente que eu cumpro todos os semestres como todos os alunos da UNIPAMPA e eu acho de qualquer curso, tendem a ser semestres estressantes e maçantes, entretanto ao longo dos semestres vão surgindo oportunidades de acumular conhecimento e oportunidades, então quanto ao propósito do curso eu sinto um certo propósito em buscar esse conhecimento extra e tanto que por isso que eu me matriculo em "n" eletivas ao longo do caminho. Melhorei meu espanhol, melhorei bastante o espanhol, o meu inglês também eu melhorei né fiz um upgrade, o meu francês também melhorou, o tive um aumento exponencial nessas línguas com destaque em espanhol e gerenciamento de compreensão do que se trata de materiais didáticos, hoje eu consigo ter uma perspectiva diferente do que se trata um livro didático é uma coisa que eu não tinha antes então assim essas foram as minhas evoluções dentro do curso. Tá certo, papel_e_prática_do_professor e autorreflexão_e_avaliação. Posso

escolher organização_institucional. Bem, papel_e_prática_do_professor são devidas assim ajudar um os professores que eu tenho são excelentes profissionais e dominam as áreas às quais eles dão aula, ministram aula, logo eu tive um maior desenvolvimento das línguas adicionais principalmente o espanhol o qual eu cheguei na UNIPAMPA sem saber falar absolutamente nada sem saber escrever nada, em 6 semestres eu já desenvolvi um espanhol razoavelmente, um espanhol B1. A organização_institucional a UNIPAMPA oferece uma estrutura muito bacana para que eu possa estudar e desenvolver intelectualmente, autorreflexão_e_avaliação é o tempo que eu tenho né, sozinho pra considerar o estudar e considerar as coisas que eu tenho feito da minha vida, não só acadêmica como também da minha vida e como ser humano num lugar novo que é o campus numa cidade diferente longe de onde eu vim e é as diferenças_culturais também porque eu tive um impacto bem grande um cara vindo de São Paulo numa cidade do Rio Grande do Sul, numa universidade pública onde eu tive contato com pessoas do Maranhão, Ceará, do Rio Grande do Norte, então, de diferente crenças, diferentes modos de vida. Estado_emocional_e_físico, saúde_mental, inteligência_socioemocional, relação, pertencimento_e_amizadess, felicidade_e_infelicidade. É isso. Logo após o período de pandemia se encerra eu retorno para o presencial eu começo a sentir o sentimento muito forte de saudade que e junto a ele vem um sentimento de solidão, isso me derruba mentalmente com o tempo a sentir também, um certo sentimento de exclusão junto a pressão do meio acadêmico, e isso tem tem me derrubado e a minha saúde começou a enfraquecer, eu comecei a voltar a praticar coisas como, fumar pra aliviar o estresse ou a falta de tempo não me possibilita mais fazer exercícios físicos como ir para academia né, nem mesmo fazer uma caminhada então, isso tem destruído, isso não tem colaborado para o meu desenvolvimento acadêmico, apesar de com o tempo né, a parte dessa solidão aí me deu me trouxe um enfoque maior no estudo, enfim. Certo, eu estou tendo experiencias boas e bastante satisfatórias com o meu desenvolvimento acadêmico, claro, não são as experiências que eu gostaria, imaginei ter quando sai de Sorocaba e é diferente também do que eu pensei que iria ser é ao longo do tempo eu achei que fosse concluir o curso em quatro anos eu não vou conseguir, mas ainda assim o fato de eu ter me envolvido em pesquisa o fato da minha evolução, aliás eu ter tido uma evolução linguística eu ter aumentado a minha percepção em conhecimento na área do da qual eu estudo né, seja ela como né,

professor tal e o entendimento de como é a prática de sala de aula né, isso me trouxe uma, isso de certa forma é uma experiência_satisfatória, em contrapartida eu tenho essa parte do isolamento e do distanciamento que me trouxe um sentimento de solidão e esse sentimento de solidão ele resultou ele produziu uma coisa muito negativo um sentimento muito negativo em mim que atualmente eu estou buscando, aprendendo a viver com ele, é isso.

**** *n_06 gen_2 id_11 raç_1 ing_5 rest_5 res_1 pro_1

A minha experiência em relação à alegria e o fato de estar aprendendo e mudando os meus conceitos e pensamentos de como as coisas são, eu acredito que a instrução, o aprender de certas coisas me mudou muito, me modificou como pessoa, como ser pensante se assim posso dizer, e isso me deixa muito contente, muito, muito alegre assim de você poder ouvir um assunto e conseguir falar sobre ele, entender, isso é bem legal e interessante, o ponto negativo disso é às vezes a falta de empatia, por parte de algum professor ou por parte de um colega de turma que não entende as vezes o horário não sei se porque é de forma remota né você não consegue conciliar e estar no mesmo tempo que os demais colegas estão, então é isso e o jeito às vezes com que as pessoas tratam, até mesmo entre os colegas, eles do jeito que eles se tratam isso é um pouco triste assim, um pouco decepcionante assim. Ah sim muito, porque eu acredito que num ambiente desse que as pessoas são um pouco mais esclarecidas e buscam entender as coisas não deveria ter isso. Ai eu acho que o fato de entender hoje as coisas e eu sempre tentei me colocar o máximo possível no lugar da outra pessoa e hoje o fato de entender que nem sempre é assim que... de entender mesmo a relação que as pessoas tem, aquele convívio e estar no meio de pessoas mais jovens e aprender outras coisas que antes você achava que era errado e nem sempre é errado, na verdade alguns valores, entendeu, que você vê ali isso me deixa mais, o aprender mesmo, isso me deixa muito contente e a convivência com as pessoas mais jovens às vezes e a empatia de alguns professores e o jeito que eles falam e ensinam isso dá assim uma força para você continuar e estar ali. As emoções_negativas eu acredito que o que me assustou um pouco, não sei se por conta já da minha idade e de um outro pensamento, é a forma com que as vezes os colegas tratam os professores, como se de forma ríspida responde como se estivesse tratando com um colega de turma ou alguém assim, eu acredito muito que o professor, assim, a gente precisa respeitar o professor e se não concordar eu acho que a melhor situação é

conversar, dizer olha eu não concordo eu não entendi isso ou se a discussão for por conta de não entender o assunto, pedir pro professor explicar e não assim de uma maneira grosseira e tratar o professor de uma maneira errada e tratar um colega também, passar do limite ali, e com palavras e às vezes com gestos, e isso me abala muito. Inclusive aconteceu um episódio e que eu precisei procurar um psicólogo porque eu não conseguia esquecer é, tipo assim, uma discussão entre um aluno e uma professora, dele ser ofensivo e isso me abalou muito, muito mesmo, ao ponto de querer desistir, de não concordar com aquilo e por, não sei se posso dizer, por ser um colega de classe e você ter que lidar com aquela situação em estar ali ouvindo aquela pessoa às vezes, isso me deixou muito abalada. Às vezes também tem professor que quer ser tratado, que se acha como pessoa melhor, como pessoa mesmo, porque como professor e em relação ao assunto ali a disciplina ele sabe mas em relação à pessoa, o ser, se pronunciar como melhor que o aluno que o aluno não é nada, de você ouvir isso de um professor falar assim olha vocês não vão chegar a lugar nenhum desse jeito, porque se vocês nunca viajaram pra fora, se vocês nunca... é tipo, como se você fosse um nada só pelo fato de você não ter ido fazer uma viagem ou de você não ter lido um livro e isso te, isso me incomoda às vezes, claro que não são todos os professores assim, e também não seria correto eu citar nomes, mas é dentro da UNIPAMPA e eu acredito que qualquer outra instituição existe isso porque a minha filha também já passou por isso. Então acredito que é mais a questão do ser humano mesmo. Em relação aos colegas assim hoje eu já aprendi a ser colega de todos e amiga de poucos, antes eu todo mundo era amigo todo mundo era querido e hoje já vejo que não pode ser assim e em relação aos professores também hoje eu já sei e aprendi a lidar com certas situações e só que não aprendi a sair das frustrações é como você espera, digamos assim, como você gostaria, como você trata e como você gostaria de ser tratado e nem sempre é assim, às vezes não é recíproco e isso é estranho. E em relação às pessoas de fora, quando você está conversando com outras pessoas que não está participando do mesmo processo que você por exemplo, quem não está na universidade ou quem já passou pela universidade as pessoas sempre acham assim que você mudou que você está diferente e passa a te tratar diferente por conta disso você é a mesma pessoa mas não sei se é porque no meu caso claro, eu consigo estar debatendo, colocando minhas opiniões e dizendo, então isso incomoda um pouco outras pessoas que de fora assim, em achar que eu mudei, que

eu não sou a mesma pessoa, e isso é muito estranho eu sou a mesma pessoa mas agora eu tenho posicionamentos coisas que antes eu não tinha, tudo era Oh, ok tá, ah é. Assim ó e agora não, entendeu? e isso foi o que mudou assim, não sei se respondi. É quando eu fui fazer a minha matrícula, eu tive contato sim com os funcionários, eu passei uma semana indo e vindo em função dos documentos, e fui muito bem recebida pelos funcionários e quando eu preciso de alguma coisa é enquanto eu precisei eu sempre fui bem atendida, sim. Em determinadas disciplinas sim, em outras não, sim fica um pouco meio perdido e desconexo, mas em disciplinas por exemplo do primeiro semestre eu vi assim uma eu vi que tinha um propósito e que eu estava sendo direcionada, no segundo semestre também, a partir do terceiro semestre ficou meio perdido, aí no quarto semestre houve uma cobrança muito grande em relação ao semestres anteriores, coisas que não tínhamos aprendido ainda que não tinha sido passado por alguns professores e que estava sendo cobrado naquela etapa e isso me deixou um pouco perdida, às vezes uma fala do professor Vocês não viram isso e tal assim? Não, nós não vimos e... Tipo assim não viram e não, não vamos ver porque não passou e aí já partiu para outra coisa e isso atrapalhou e muito não a mim como alguns colegas que tipo assim, ficaram perdidos parece que ficou um buraco ali, principalmente quando retornou porque essa cobrança nesse período muitos estavam retornando de maneira um pouco mais devagar e criou esse esse buraco. Assim, o que eu alcancei, antes de entrar no curso eu não conseguia entender sequer uma palavra em inglês e hoje eu já ouço uma música e já consigo perceber o assunto daquela música, do que se trata e chega a ser engraçado que antes eu chorava ouvindo certas músicas e que hoje eu ouço e me é estranho porque não era motivo para chorar, mas é bem estranho. Então isso foi uma conquista, em relação a espanhol também foi uma conquista, em outras disciplinas entender um pouco mais as pessoas e como você pode ensinar e como você pode aprender isso foi bem, bem relevante e foi muito legal para mim. Amizades, isso contribui muito para que me mantenha no curso. As diferenças_culturais, essa não influenciou muito, eu até gosto porque assim saber e conhecer outras culturas isso é bem interessante, eu acho interessante. Em relação à autorreflexão, no meu caso me fez me tornou um pouco melhor consegui refletir sobre certas coisas. A felicidade em aprender mesmo e a infelicidade às vezes e pra mim é a falta de empatia de algumas situações por parte de outras pessoas. O ambiente_de_convivência no meu caso é virtual, então

assim, eu consigo ter uma convivência legal. Relação_interpessoal eu acredito ser um pouco difícil de falar, mas eu acho que pra mim é tranquilo também por conta das das amizades que eu fiz e eu com as pessoas que eu trouxe para estar perto, para mim ficou um pouco mais fácil. O sucesso é a aprendizagem e o insucesso pra mim é não estar no campus, assim isso é muito ruim, pois eu acho que se eu tivesse no campus é seria melhor, né se eu pudesse voltar, ter voltado quando voltou, teria sido bem tranquilo, agora acredito que se eu tivesse continuado no processo... a distancia eu estaria hoje numa outra situação, seria bem melhor para mim se tivesse se mantido a distância, e não, tipo assim, voltou a metade e outra metade não, por conta das pessoas não poderem estar no campus que foi o meu caso, então isso foi um insucesso para mim. O estado_emocional ficou bem complicado assim porque você conviveu com muitas pessoas, então assim você vinha num ritmo de convivência mesmo que virtual praticamente diária assim, e aí de repente dividiu por que uns iam, você encontrava aquelas pessoas que você encontrava todos os dias, num ambiente_virtual, você passou a encontrar uma vez na semana, duas vezes na semana porque você não podia no caso eu não podia fazer as mesmas disciplinas porque eles estavam aí no presencial e eu estava no remoto e isso foi ruim. A saúde_mental, eu confesso que a universidade me abalou um pouco a minha saúde_mental, em relação ao comportamento das pessoas, o jeito que as pessoas se comportam, e tratam assim uns aos outros e isso mexe muito comigo e isso foi ruim. A inteligência_socioemocional, eu não saberia responder sinceramente. E o papel_e_prática_do_professor, eu tive professores ótimos excelentes assim com uma prática que e o jeito de lidar assim que eu vou levar pra vida e eu gosto, assim eu pretendo seguir assim aquilo que foi passado, claro que não são todos os professores mas também dá para se contar. Em relação à organização_institucional eu acho um pouco desorganizado, não acho que seja não acho que como posso te dizer, por mais que eu goste da UNIPAMPA e que eu não gostaria de mudar por isso que eu continuo assim a distância eu acho que a forma com que algumas coisas acontecem não é legal, eu acho que é isso. Eu acho que as amizades, as amizades. O papel de algum professor, de alguns professores e a felicidade e o ambiente_de_convivência remota. A avaliação, as avaliações, a forma com que elas eram aplicadas, é a prática de alguns professores, o estado_emocional, acredito que só. É isso. E um pouco organização_institucional. Assim, o que eu posso dizer, é que a minha experiência_acadêmica me fez refletir

sobre muitas coisas em relação à cultura, à diversidade, e agora uma coisa que pra mim é assim eu sempre vou dizer foi o conhecer, o aprender assim, a ter novas informações, a discernir mais os assuntos, a poder dialogar de maneira que as pessoas conseguem te entender, eu acredito que é isso assim, eu me emociono as vezes em falar porque é como se você , digamos assim, como se você plantasse uma sementinha e visse aquela, é que seja de uma árvore frutífera e ver aquilo crescer e foi isso que aconteceu em mim assim, como se eu fosse um casulo e agora estou saindo da desse casulo, embora com algumas consequências, digamos, mas conseguindo sair e, me tornar um pouco melhor, eu acho que é isso. É mais o emocional mesmo, assim que certas coisas marcam, certas falas, certos comportamentos, isso gera uma consequência, tristeza, um estado_emocional bem complexo, bem complicado. Só que apesar de tudo eu encontrei pessoas e professores maravilhosos nesse meu trajeto. Eu acredito que as pessoas elas reagem em função do que aconteceram, coisas que aconteceram com elas, é por exemplo, às vezes alguém trata alguém mal, dá alguma resposta ou tem algum comportamento abusivo ou diferente porque ela também foi tratada assim por alguém ali próximo, no caso em âmbito acadêmico então ela passa aquilo pros outros como se fosse natural, porque ela foi atendida assim ou porque foi agredida de alguma maneira e parece que isso dá o direito dela também ser assim, eu acho que o jeito com que no caso os alunos, muitos são tratados, se fosse diferente talvez o ambiente_de_convivência seria um pouco melhor, menos hostil, menos agressivo eu acho assim, que muitos dos colegas estão sempre na defensiva, sempre esperando que alguém vai atacar de uma maneira, e eu particularmente eu vivenciei isso em uma aula de um professor fazendo isso e depois eu pude perceber o mesmo comportamento do colega com outro professor com outro colega como se isso fosse natural.

****** *n_07 gen_1 id_03 raç_1 ing_4 rest_3 res_1 pro_1**

Bom, emoções_positivas, senso, a sensação de... se sentir realizado no final de cada semestre, passar, talvez não tudo, mas na maioria das disciplinas, eu até que tive poucas reprovações, apesar de que as poucas reprovações que eu tive impactaram bastante na minha situação agora na UNIPAMPA. Eu estou indo pra um semestre, para a metade de um semestre a mais do que eu normalmente ficaria. Mas de positivo é que acho, é, que eu consegui fazer bastante amizade com um número bem significativo de pessoas, e muitas dessas amizades eu pretendo levar

para a vida. Teve por encontrar um novo, Para eu encontrar algo em comum com essas pessoas ou não. Mas aí inclusive com pessoas de outros estados, algumas de outros países, mesmo que não tão longe, não tão perto, quer dizer, que não sejam perto da gente, países vizinhos. E tem o curso é voltado para línguas adicionais, inglês e espanhol. Houve um período que eu tinha contato com ETAs, programa fulbright. Em que é um grupo de americanos veio pra cá e a gente eu fiz bastante amizades com eles. E... eu não sei se eles se lembram de mim, mas eu ainda me lembro deles, isso aí foi o que impulsionou o meu inglês, mas antes de eu ir para a faculdade eu já estava com o tempo de uma faculdade, na verdade dentro de um curso de inglês e praticando com videogames e jogos, filmes, séries, vídeos em inglês, o que me ajudou bastante. O que mais me ajudou eu sinto assim com meu inglês mesmo foi manter bastante contato, principalmente com eles por serem nativos, os ETAs. Mas além das interações sociais, tem todo o aprendizado que eu tive, eu tenho certeza que o meu eu de quatro anos atrás praticamente hoje em dia eu estou bem diferente, porque cheguei aqui, inúmeras crenças que eu tinha antes mudaram, algumas não, mas as várias crenças significativas que eu tinha, algumas consideradas errôneas eu mudei, e hoje em dia eu tenho mais tolerância com certas coisas, outras nem tanto por causa da idade, mas o que é certo é que eu sou bem diferente, não sou mais aquele, falando em comparação de crenças, e conhecer um lugar novo, como a UNIPAMPA. Isso aí foi bem positivo, estar num lugar grande faz isso, a gente conhece, conhece um campus diferente, eu demorei para perceber na verdade que a faculdade é bem diferente da escola, na verdade eu não demorei muito, na verdade foi esse choque mesmo. O bom da universidade mesmo é que a gente foca naquilo que a gente quer, apesar de ser bem difícil assim como ensino fundamental, ensino médio. Pra eles foi meio que positivo, o que foi positivo na minha vida acadêmica até agora pelo menos na graduação e que continuará assim pelo até a metade do ano que vem mais ou menos é interações sociais, amizades que eu devo levar para a vida, novos conhecimentos, novas crenças, substituições de outras crenças, e tolerância para certas coisas após finalmente compreender o que realmente acontece, e acho que é isso. Nomear emoções, é, algumas eu acho que não tem nome, mas se for nomear algumas emoções eu posso nomear: alegria, orgulho por ter passado por uma disciplina, alegria por fazer novas amizades e conhecer mais pessoas, perceber como elas são de verdade, as pessoas, no bom sentido. Eu não sei se tem mais alguma menção que eu possa mencionar de

positivo. A vontade, a vontade de fazer as coisas, o ânimo para continuar em frente, terminar os trabalhos, mesmo duas, três horas da manhã ainda com vontade de terminar um projeto, alguma atividade que seja importante, até vários dias antes de um prazo, com o objetivo de passar com uma boa nota numa disciplina e podendo ganhar alguma boa recompensa ou não, eu nomearia essas. Essa é um pouco mais difícil de falar, mas é um pouco mais simples de nomear, por causa das minhas reprovações eu eu fiquei bem frustrado, quer dizer não fiquei tão frustrado por que na época eu não tinha tanta certeza do que eu queria ainda mas agora que eu me dei de conta que eu gostaria de me formar sim, eu percebo que eu tive que pagar um preço meio alto por reprovar em uma disciplina, pelo menos no primeiro semestre que é uma disciplina importante que liberava outras, o que vai fazer com que eu fique um pouco mais de tempo na faculdade do que eu gostaria e nas próprias interações sociais que tem negatividade; alguns momentos houve conflito com alguns colegas. A verdade a turma da UNIPAMPA, a turma, os alunos do curso de Letras Línguas Adicionais normalmente são muito respeitosos, às vezes quando discordam de alguma opinião em alguma aula eles geralmente são bem respeitosos, pelo menos aqui no campus, no campus da nossa cidade, mas em alguns momentos eu já tive conflito com pelo menos uma pessoa na verdade, mas foi por causa de um desentendimento no trabalho, houve uma falha de comunicação, e na verdade essa aí foi numa disciplina meio de início de curso isso aí me deixou meio com uma sensação, não sei descrever muito bem, um pouco impotente, impotente por não ter feito essa disciplina tempos atrás, claro que eu tento dizer a mim mesmo todos os dias que isso não vai mudar muita coisa daqui pra frente, melhor, não vai fazer muita diferença, mas no final sempre acaba fazendo alguma diferença na verdade, principalmente na hora de contar alguma trajetória e eu sou um tipo de pessoa que é às vezes é bem saudosista ou então uma pessoa que lembra muito as coisas, esse tipo de coisa é muito difícil de esquecer, fora a carga excessiva de trabalho, que me deixou bem cansado mentalmente e fisicamente voltei a passar a noite em claro por períodos bem significativos do ano passado especialmente, devido a esses trabalhos porque eu já fazia uns anos já eu já tinha regulado essa parte do sono mas devido a isso, principalmente o semestre passado que foi mais complicado, acabei voltando a esse mal hábito, o que afetou a qualidade da minha saúde mental, eu sinto que na verdade me deixou cansado, cansado mentalmente na verdade, só não fiquei pior

por que eu consegui me cuidar um pouco melhor, então por que no final valeu a pena até, conseguir coisas boas, mas como agora não é o assunto... o assunto da pergunta, e por fora da faculdade mas que tem alguma relação. Outra coisa que fez me estressou bastante foi... às vezes perder o ônibus, ônibus às vezes passa um pouco rápido e outras vezes passa mais cedo, fora a espera às vezes principalmente debaixo do sol forte ou então um frio intenso de 0°C que complica, que causa certo estresse, cansaço físico e essa parte essa outra parte aqui tem mais a ver com a estrutura do campus mesmo que meu primeiro ano dificilmente caia energia tinha esses problemas, podia tá desabando o mundo d'água as aulas continuavam porque a luz continuava ligada normalmente, mas devido a esse problema com essa empresa de energia que está na cidade se tornou mais frequente, se tornava mais frequente essas quedas de energia o que já me prejudicou bastante para fazer os meus trabalhos, diminuiu a minha vontade, isso é tudo que eu consigo enumerar agora de emoções negativas, mas se quer palavras, eu diria raiva, estresse, tristeza, cansaço. É isso. Isso no sentido geral ou no sentido do emocional ou no sentido de trabalho assim, profissional. Como eu mencionei em uma das primeiras perguntas lá, eu aqui no campus fiz amizades que eu gostaria de levar pra vida e não perder o contato, podemos até ficar um tempo sem conversar, mas que algum momento seria interessante voltar conversar e nos vermos de novo, mas essas amizades eu levo pra vida, me influenciaram de alguma maneira muito em incentivar a continuar trabalhando no negócio da faculdade, me incentivaram a ter fé, a ter bastante fé nos trabalhos que eventualmente eu chegaria longe, são um dos motivos de eu querer levar essas amizades pra vida, alguns já estão se formando, outros saíram já, mas é alguns eu já não faço mais disciplina nenhuma com muitos deles. Mas eles já me ajudaram bastante, além de ajudar com grandes coisas como trabalho da faculdade, trabalhos finais de apresentação de seminários, alguns fizeram pequenos gestos por mim como, como me dar uma carona, porque eu moro no caminho do campus e alguns passavam de carro me deram carona já umas quantas vezes, tenho colegas que vendiam produtos, tipo... bolo de pote... essas coisas eu consegui criar uma amizade ao ponto de até me venderem fiado, em tempo de insistirem que eu compre bolinhos de pote, esses bolinhos de pote até me dão uma certa saudade mas faz parte da vida, a gente tem que continuar, isso aí eu só falei por enquanto com relações com os colegas. Com professores, os professores sempre foram, foram sempre bem amigos os professores porque hoje

em dia eu tenho, eu penso assim eu preciso ter uma boa relação, até uma relação de amizade, não uma amizade do tipo que sai para ir pro cinema ou comer um lanche por exemplo mas uma amizade, amigo de professores porque um dia pode ser que eles estejam na minha banca de trabalho final ou dependendo de onde eu for fazer o mestrado até na dissertação de mestrado final, eles podem estar ali avaliando dependendo do grau dos professores, mas tem alguns professores em particular que me deram bastante atenção, que foram bastante pacientes comigo, sou uma pessoa que as vezes tem muitas dúvidas, às vezes eu peço bastante ajuda com alguma coisa, às vezes os professores não só são pacientes comigo como me deram conselhos para vida, e até hoje me dão o que incentivou a estar aqui, e acho bem positivo esse tipo de amizade com professor porque é o trabalho dele orientar alunos, mas alguns fazem tão bem que é interessante dar uma elogiada, e alguns já se encontram na minha lista de possíveis orientandos do trabalho final, já estou começando a criar uma lista disto, estou a poucos passos do final do curso pra mim e com funcionários eu... eu sou uma pessoa que interage com geral, eu realmente não interajo muito com essas pessoas na volta normalmente, quando interagem comigo eu participo, mas mesmo assim eu me dou bem com os funcionários, eu não tenho nada contra os funcionários e eles não tem nada contra mim e há respeito mútuo, o que já é de certa forma positivo já é um avanço para mim, enfim. Em relação com colegas, professores e alunos e funcionários foram até o momento fizeram mais parte da positividade mesmo porque eles que nos incentivam a fazer as coisas; eu dou uma incentivada em muitos outros que hoje eu acabei já ganhando a admiração de alguns meio que indiretamente assim sem intenção mesmo só por ser uma pessoa bem educada tento ser bem educado, mesmo que eu, minhas habilidades sociais não sejam as melhores. Fora elogios à minhas habilidades linguísticas pois como eu não preciso trabalhar por enquanto por morar com a mãe ainda eu até consegui desenvolver habilidades tanto no inglês quanto no espanhol nível bem avançado mesmo, tenho vários aspectos dos idiomas são coisas que o pessoal elogia alguns me procuram por isso, o que consta como uma das positivities aí nas relações interpessoais que chama e por fato que foi só na universidade que eu consegui resolver um pouco pelo menos da minha timidez e nervosismo na hora de apresentar, até hoje, até para ser entrevistado eu passo por isso mas já foi bem pior, eu já me falta as palavras, isso é uma coisa que a tendência é eu melhorar, é isso. Fora da UNIPAMPA é um pouco mais complicado

porque eu geralmente desassocio família e amigos fora da UNIPAMPA o que eu consigo melhor são alunos, colegas de fora do curso, que me ajudaram bastante, eles alguns eu tenho amizade há vários anos antes mesmo da UNIPAMPA, até entraram junto no mesmo ano que eu, em cursos diferentes, mas eles às vezes eles, meu dia fica melhor só de falar com alguns deles, o que me ajuda a continuar com o trabalho, continuar em frente, mas fora da UNIPAMPA às vezes eu recebo conselhos, conselhos paternos, maternos, pai e mãe que geralmente tentam, normalmente deveriam tentar ajudar seus filhos, porque os meus ajudam bastante com conselhos, sobre o que fazer depois da graduação, principalmente, às vezes os meus avós, mas nem sempre, mas a ajuda deles geralmente é bem-vinda. Bom, o propósito é, nem sempre eu enxergava o propósito, porque no início, bem no início, porque eu mal tinha dezoito, dezenove anos quando entrei no curso, então, quando eu aprovava eu não enxergava muito esse fator de recompensa, ou melhor, o propósito, mas hoje me dá depois que eu estudei melhor essa parte, de como funciona a faculdade, da disciplina as quais liberam outras disciplinas importantes, ou me dedico ao máximo tento me dedicar ao máximo, na verdade, apesar de às vezes eu estar sentindo um certo desânimo, principalmente no segundo semestre do ano, que tem acontecido muito depois da pandemia, eu me desanimava um pouco, porque o gás todo fica lá para o primeiro semestre mas eu estou voltando um pouco com as interações com as pessoas positivas, interações positivas com alguns professores nos fazem ter essa sensação de recompensa, às vezes eles nos dão, fazem uns pequenos gestos que fazem o meu serviço, o meu esforço para conseguir passar nessa disciplina dele tenha valido a pena, fora o fato por serem disciplinas, alguns serem disciplinas importante eu sempre, isso de alguma forma, me ajuda a manter motivado vem com um propósito, no pequeno prazo pode ser por exemplo um lanche ou um hambúrguer de confraternização final, e no longo prazo eu fico mais próximo da graduação, me assusta um pouco porque fico cada vez mais próximo do trabalho final e trabalho final é visto geralmente como um trabalho difícil porque há muitos, muitos professores de bancas que são bem exigentes e tem certas normas a seguir como a da ABNT, é meio que uma faca de dois gumes, eu fico feliz por estar mais próximo da graduação mas meio que assustado por estar mais próximo do trabalho final, mais próximo ainda do trabalho final porque me formar hoje em dia é algo que eu realmente gostaria. Bom, é... Recompensa... Acho que uma das maiores conquistas mesmo, foi eu ter finalmente entrado em

contato de verdade com pessoas nativas, o que foi um desafio, mas estou conseguindo me sair bem, desde que a maioria das pessoas no mundo que falam inglês sejam, não sejam nativos, falar com nativos foi uma experiência interessante, ajudou bastante a evoluir o meu inglês. E outra conquista bem interessante, bem, uma conquista mesmo foi alcançar o nível de proficiência elevada, eu gosto de usar o termo proficiência, porque a gente nunca para de estudar o idioma, no espanhol o que eu fui sempre daqueles que acreditou que falava já espanhol ou que não tinha aquela necessidade de sair doportunhol mas hoje em dia eu consigo perceber a importância dele, do espanhol, e fato de eu ter alcançado um nível elevado de proficiência, ao ponto de ser elogiado por professores, alunos, colegas do curso é um exemplo de conquista, fora ao fato de conseguir coordenar projetos, fazer coisas que pareçam pequenas no momento como a primeira publicação no SIEPE, um evento muito importante na UNIPAMPA, o que no Lattes, ajuda muito, a produção de um livro didático que eu recém to perto de terminar inclusive, é um livro em conjunto, mas mesmo sendo em conjunto ele vai aparecer no Lattes e daqui alguns anos isso eu vou colher os frutos desse meu trabalho pesado, duro, eu e meu companheiro da disciplina, então, essas são umas conquistas assim e o conhecimento que eu ganhei com isso eu tenho muito a aprender na verdade mas eu acho que com comparação com quando eu sai do ensino médio, para agora há dois semestres que iniciar o trabalho final pelas minhas contas eu sinto que houve um grande avanço como pessoa, como ser humano e como profissional mesmo uma pessoa não é obrigada a fazer faculdade mas eu escolhi esse caminho e pretendo chegar até o final dele, garanto que a graduação foi muito boa muito positiva, mas agora já to pronto pra me formar. Bom é... O primeiro tópico, pertencimento_e_amizadess, como mencionei anteriormente muitas amizades que eu gostaria de levar pra vida me influenciaram bastante a continuar até o momento e a obter sucessos na minha graduação até o momento tanto no meu primeiro ano como presencial e nos anos seguintes até o ano passado no *online*, destas amizades tem pessoas que eu possa confiar para ver os trabalhos, principalmente quem tava junto comigo nessa jornada desde o início influenciou bastante, a minha o meu sucesso acadêmico até o momento, até esse ponto aqui, vamos ver outro tópico de liderança... eu costumava liderar muito antes, mas sempre houve uma evolução nesse aspecto para mim e o fato de eu ter liderado, a professora ter confiado em mim para liderar um projeto de uma disciplina fez com que eu depois

no final recebesse elogios da mesma. O que já mostra um sucesso, um sucesso_acadêmico, bom até tanto é que depois disso o projeto foi publicado no SIEPE, o que vai me garantir mais sucesso ainda eu espero. Saúde_mental, eu pra fazer muitas coisas eu tive que manter a cabeça fria e sabe como pertencimento_e_amizadess me influenciaram bastante na saúde_mental para me incentivar, vindo tanto de alunos, colegas ou professores, ter essa cabeça fria para muitas disciplinas, principalmente as mais complexas foi que me fez passar com a nota muito boa, o que foi uma conquista e sucesso passar nessas disciplinas; a felicidade_e_infelicidade porque felicidade eu eu estava feliz, em muitos momentos, principalmente quando o professor dava um jeito de suavizar a aula, pois foi com essa suavidade, essa alegria que fez com que eu continuasse em frente e a infelicidade eu sinto que influenciou um pouquinho para continuar fazendo os trabalhos porque alguns trabalhos eu lembrando, insucessos, momentos negativos, experiências_negativas ao longo do curso foi que me influenciou a fazer tudo bem antes do prazo acabar de certas disciplinas para que eu conseguisse passar e ter praticamente zero por cento de chance de reprovação nas disciplinas, então de alguma maneira a infelicidade em alguns momentos me ajudou tanto quanto à felicidade o que... eu vejo como uma coisa interessante, meio que uma energia, uma força do ódio eu conseguir passar, eu consegui bastante coisa. O que me levou aqui. E... bom, diferenças_culturais não influenciaram tanto no sucesso_ou_insucesso_acadêmico apesar de inúmeros colegas meus são, vieram de outros estados, falam de jeitos diferentes eu sinto que é possível comparar como se fosse em outro país sendo o mesmo por causa dessas diferenças eu acho que por enquanto é isso. É acredito que eu tenha pego todos os aspectos assim mais relevantes para mim até o momento, apesar de tem autorreflexão e avaliação, a gente geralmente, acho que sou eu geralmente que avalio de uma forma muito negativa e alguns aspectos mas outra vez graças a ao poder da amizade vindo de alunos, de colegas e professores, fez com que eu começasse a me avaliar um pouco melhor e refletir-se mais, a respeito das coisas que eu fiz e das coisas que eu to querendo fazer ainda na graduação e depois, possivelmente mestrado e doutorado possíveis, que me influenciou de uma maneira, meu sucesso. E papel_e_prática_do_professor eu acredito que isso aí se relacione com felicidade_e_infelicidade por causa da leveza da aula bem como do incentivo, muitas vezes do empurrãozinho positivo de professores pra fazer trabalhos pra fazer

publicações isso aí eu me senti bem acolhido enxerguei nesses professores uma figura de mestre dos seus conhecimentos repassados pra mim, tanto na sala de aula em grupo quanto individualmente em muitas reuniões individuais com alguns professores ou até mesmo no intervalo entre aula ou depois de aulas, no momento como caminhando pelo campus até o Restaurante_Universitário saindo da própria UNIPAMPA às vezes até mesmo carona. Já consegui carona com alguns professores que passam perto ali, isso influenciou no meu sucesso_acadêmico e muito. Pior que mesmo que eu leve um a mais para me formar eu sinto que foram pouquíssimas coisas que me atrapalharam muito assim, o que eu estou analisando agora neste exato momento consigo ver que houveram poucas falhas na verdade, a verdade as falhas que eu tive foram em disciplinas chave que liberam inúmeras outras, foi só uma na verdade o que eu, foi só, claro, eu ter deixado só pro quinto semestre pra fazer uma disciplina do primeiro me influenciou, mas mesmo assim como eu já consegui. Eu gostaria de pontuar um aspecto que me atrapalhou bastante mas que não se encontra aí acredito que a pandemia, atrapalhou um pouco, pois foi muito tempo trancado em casa me fez ficar desmotivado e nem consegui terminar, nem consegui fazer parte da parte final de projetos de amigos eu até estava indo mas eu acabei me dispensando por causa dessa desmotivação, desse desânimo todo, então, e eu a minha inteligência_socioemocional, nas minhas falhas, nas pouquíssimas falhas que eu tive, o fato de eu não saber exatamente o que eu faria, se eu continuava no curso ou se eu saísse do curso lá nos meus primeiros semestre, principalmente no presencial, foi uma coisa que sempre me influenciou que se eu tivesse na época a vontade que eu tenho agora, talvez eu tivesse num momento diferente agora estaria talvez indo pro trabalho final dois agora ou, com muita sorte, até me formando já porque eu já to chegando a quatro anos. Então, essa minhas dúvidas como se eu continuo no curso ou não, até hoje eu tenho dúvida na verdade sobre o meu futuro pro tipo que tenta não ficar prevendo tudo, pois o futuro é muito imprevisível, mas, foi essa falta de sequência, de que tenho hoje, pelo menos metade que eu acredito que tenha feito eu falhar, uma disciplina tão importante lá no início, não fosse por isso eu estaria numa situação melhor, só que talvez eu adicione um pouco com a saúde_mental porque isso aí me fez com que eu ficasse com a sensação de ser impotente e incapaz de me achar em algum curso nesse daí eu to agora ou não, isso aí me influenciou bastante, acredito que até que seja isso, que eu consigo pontuar das minhas falhas.

Bom, parafraseando um pouco de tudo que mencionei ao longo dessa entrevista, foram eu tive poucas falhas, umas falhas muito relevantes que atrapalhou bastante, mas é eu me senti acolhido por inúmeras pessoas, principalmente professores, acolhimento mais importante foram dos professores, acho muito bonito isso inclusive, eu já tive tempo o suficiente de experiência_na_graduação, pelo menos até o momento pra primeira graduação, portanto já estou até pronto para me formar, mas a experiência que eu tive até aqui foi positiva, o conhecimento que eu ganhei até agora as coisas que eu fiz, tudo que eu aprendi é com dor ou sem dor, uma frase que eu gosto de que eu gosto de dizer é que não há problema em aprender com dor, mas se sempre aprendemos com dor o tempo todo uma coisa possivelmente a gente está fazendo errado eu demorei para perceber isso e agora percebo, observo os erros na minha volta e consigo evitá-los agora e os erros do passado no curso eu entrei aqui na UNIPAMPA como um aluno recém com poucos meses formado no ensino médio, no outro curso na realidade inclusive de engenharia de alimentos, completamente diferente mas eu consegui trocar com a nota do ENEM para letras línguas adicionais, meu primeiro dia no curso foi bem interessante: professor contando um pouco da história do Rio Grande do Sul, numa disciplina de primeiro semestre, nunca vou me esquecer, o pessoal foi bem amigo assim, muitos deles eu tinha coisa em comum alguns gurus eu tenho amizade até hoje, estavam numa situação parecida com a minha, recém formado do ensino médio, sem muita perspectiva para aquele momento, acredito que isso aí me influenciou a minha sensação_de_pertencimento que eu conseguisse fazer amizade com geral, e pra menção especial, mesmo que com diferença de idade, outras experiência, a as pessoas mais velhas que entraram no curso naquele primeiro, segundo semestre, pois elas me ajudaram bastante e eu ajudei muito o que fez com que tornasse o lugar, o campus um ambiente_de_convivência muito bom, um lugar mais leve apesar das dificuldades, e apesar de eu sentir saudade dos primeiros semestres, eu sinto um certo orgulho de conquistar o que eu conquistei até o momento, mesmo que não seja muito pois, parafraseando isso fez com que eu me tornasse uma pessoa muito melhor. É uma pena que alguns que eu observo aí principalmente das turmas mais novas, parecem não ter esse mesmo gás, eles têm forte fortes indícios que pretendem trancar o curso pelo menos no meu ponto de vista no que eu consegui enxergar, mas pode ser que não, pode ser que eles se encontrem, podem ser que queiram fazer uma faculdade pelo menos talvez não

para trabalhar como professor, mas para talvez ter pelo menos uma graduação no currículo, o que enriquece, na verdade cheguei que nem eles aqui, totalmente sem menor vontade mesmo de ser professor e até hoje se me pergunta Você gostaria de ser professor? é sim e não, eu não descarto completamente a docência, o interesse em trabalhar em faculdade como professor, pública ou particular, mas não tenho certeza se é alguma coisa que eu gostaria de fazer para a vida inteira, mesmo que eu tenha me achado e agora eu tenha vontade de me formar eu ainda assim me sinto perdido pois o depois da graduação tá cada vez mais próximo, não sei se eu conseguiria fazer o pós tão cedo, o mestrado até mesmo, mas o bom é que o curso oferece um leque de opções para estudar pra gente trabalhar no futuro, eu penso em várias delas e como eu disse quero ser professor não exatamente em escola porque eu gostaria de explorar outras coisas, trabalhar com outras áreas, quem sabe um dia se eu tiver energia, disposições e tiver mentalmente bem para isso eu não tiver tido um declínio cognitivo, eu cogito fazer outras faculdades, o bom é que com o curso aqui a primeira graduação eu ganhei experiência para isso então no dia que eu quiser fazer outra faculdade de repente eu posso não cometer mais os mesmos erros e terminar o curso em quatro anos ou menos se assim for o tempo do curso e é isso. Até o momento de dois mil e dezenove pra cá tem sido uma montanha russa de bastante emoção, tem acontecido inúmeras coisas, inúmeras conquistas, inúmeras falhas e isso aí com certeza vai ficar marcado, com certeza devo lembrar disso e acho que isso é coisa que todo mundo devia aproveitar bem por mais que eu até entendo ficar desanimado com a vida coisas que muito fico, mas a coisa mais importante é tentar buscar algum propósito e um dia vem, um dia vem, mesmo que demore, um dia esse proposito chega e pode confiar, pois eu entrei no curso como mencionei anteriormente, vim desmotivado mas eu hoje em dia mesmo que eu não tenho certeza que se eu pretendo trabalhar como professor ou não, pelo menos um curso superior eu devo ter no meu currículo porque de alguma forma pode me ajudar bastante a encontrar emprego, e espero manter essa amizade que eu fiz tanto com aluno quanto colegas, professores, que eu consiga manter entrar em contato com alguns deles alguns até me incentivaram a estudar outros idiomas, porque eu tenho bastante interesse. Acho que é isso até o momento de dois mil e dezenove pra cá foram uma pandemia, uma guerra no leste europeu que impactou bastante o mundo, uma copa do mundo, eleições presidenciais, muitas ações da minha vida acadêmica até o momento.

**** *n_08 gen_2 id_03 raç_1 ing_5 rest_2 res_1 pro_1

Então, eu acho que... a parceria que tu adquire dentro da universidade assim de colegas, né de professores, que no colégio eu não sentia tanto essa coisa de aluno e professor quando eu sinto na universidade assim no sentido de te tratar como colega, como pesquisador junto com eles, sendo que quando precisar de algo eles estão ali, claro uns mais do que outros mas, na maioria eu acho que é assim, foi essas vivências positivas que eu tive na universidade e de ter a prática de ir lá de ser professora, principalmente nos estágios isso para mim foi muito positivo também eu acho que a gente deveria até ter mais práticas docentes dentro da universidade, como PIBID e Residências são muito positivas eu acho que é uma pena que há tanta pouca procura por esses projetos. Eu acho que de liderança de me sentir uma professora né, me sentir um profissional que eu desejaria me tornar. Então, eu acho que normalmente os professores assim eles não estão, não digo preparados, eles não tão, ah me fugiu a palavra. Eles não estão acostumados assim com esses novos estudantes que estão vindo no contexto de pandemia. A gente teve aulas *online*, que teve muitas lacunas educacionais principalmente na área de línguas e que a gente não vai chegar num nível de línguas que eles esperam que a gente chegue em curso né, principalmente se a gente nunca viu aquela língua antes, sabe, então acho que isso foi negativo para mim porque muitas vezes me senti impotente porque não sabia espanhol, não era uma área assim muito tenho domínio também né que eu gostaria de atuar depois, justamente porque eu escolhi o curso por conta do inglês, só que eu não gostaria de sair da minha casa, de ir para outra cidade para fazer um curso somente de inglês e eu acabei aceitando o espanhol assim da minha vida porém quando eu cheguei foi muito mais cobrado, foi muito... nesse sentido né sendo que na área que eu gostaria de ser foi totalmente oposto então senti essa lacuna, realmente bem forte então acho que... talvez seria um caso da gente começar pedir teste de proficiência pra entrar no curso se eles gostaria que o aluno já viesse fluente com aquela língua, e é isso. Então, eu acho que teve vários professores que me marcaram muito no curso assim que me fizeram, por exemplo, gostar muito mais ainda da área da literatura, da área de inglês entre outras, e meus colegas estão sempre me ajudando quando precisei então sempre foi uma troca, vejo isso como uma troca, não sei se respondi a sua pergunta, se era isso. Eu percebo como uma evolução, assim que a Jane que entrou no primeiro semestre não é a mesma que está finalizando o curso agora né, estou muito mais

madura academicamente falando, profissionalmente também, do que quando entrei. Então a gente tem essa visão, essa noção de amadurecimento. Eu vejo que assim, minha escrita mudou bastante, uma escrita mais madura, escrita mais acadêmica, nas minhas práticas também, como eu fiz PIBID eu fiz estágio duas vezes, tu vê uma diferença de uma das tuas primeiras aulas para as de agora, tu vê esse amadurecimento e a relação com o teu aluno também. Olha, eu vejo como conquistei bolsa de pesquisa, com certeza conhecimento né, como te disse que amadureci academicamente né acredito que seja uma conquista, amadureci na língua também eu vejo que o meu espanhol evoluiu bastante, o meu inglês também sempre busquei me aprimorar quando a gente é cobrado de uma maneira ou outra a gente procura por onde. Acho que pertencimento_e_amizades, liderança, ambiente_de_convivência e inteligência_socioemocional acredito e papel_e_prática_do_professor. Acredito que pertencimento_e_amizades como a gente é humano a gente precisa se sentir parte de um grupo né, parte de algo que ninguém vai se ver um curso ou se vê um lugar onde sente isolado sozinho né e liderança acredito que a gente é professor a gente tem o papel_de_liderança isso é muito importante quando a gente escolhe né essa profissão e inteligência_socioemocional te disse saber gerenciar o social, Tu pode ter aquele grupo de amigos, pode ter aquela convivência mas não deixar aquilo também te influenciar de certa maneira na tuas escolhas então inteligência_socioemocional para mim seria isso e papel_e_prática_do_professor é tanto eu como professora quanto eu como aluna. Hum, deixa eu ver, acredito que saúde_mental assim, eu tive várias crises de ansiedade ao longo da universidade eu não estava bem psicologicamente, às vezes eu não conseguia dar o meu melhor dentro do curso. Eu acho que a autorreflexão_e_avaliação também, quando a gente é avaliado e a gente recebe uma avaliação que não é do esperado a gente se sente meio abalado né, principalmente quando a saúde_mental não está bem, é isso. Então, por exemplo se tu roda numa cadeira que tu deu teu melhor, tu deu todo teu esforço, mas mesmo assim tu não está bem psicologicamente mas tu deu o melhor que podia dar, e tu reprova nessa cadeira, eu acredito que isso seja um fato que te desmotive, que depois vai ficar com trauma de voltar voltar naquilo e às vezes nem isso tipo também de avaliação, nem sempre tipo uma avaliação ruim vai te afetar, mas uma avaliação ruim, mal avaliada, por exemplo simplesmente assim Ah, tu reprovou nessa cadeira por X motivo. E tu não recebeu teu histórico, tu não recebeu

acompanhamento, tu não recebeu nada, então isso foi uma avaliação mal feita, entendeu? Então isso, tu não estando bem psicologicamente te afeta de uma certa maneira. Foi uma experiência, eu acredito que eu aprendi muito durante esses anos de curso né, principalmente sobre a área da educação especial também fora desconhecida por mim né, sempre tive interesse assim mas nunca tive oportunidade de vivenciar, e também foi uma experiência_muito_rica assim de tu perceber como, como as pessoas aprendem né, diferentes pessoas aprendem de maneiras diferentes, isso para mim foi muito interessante. E eu tive alunos com autismo assim que eram super engajados super inteligentes, mas aprendiam de uma maneira diferente sabe, eu tive que fazer adaptações de materiais e como eu tive vivência em duas escolas também, foram duas experiências_bem_interessantes bem diferentes, porque uma eu tinha todo apoio desses alunos elaboração de material e no outro não tinha suporte, eles não tinham nem laudo então foi, como eu posso dizer assim, foi extremamente desafiador e isso eu posso agregar naquela parte que tu me perguntou de conquista agora que lembrei isso foi uma conquista minha assim de adaptar os materiais, tem materiais de autoria minha, e também no crescimento da escrita assim porque acredito ser muito importante para nossa área de letras de línguas e é bem perceptível.

****** *n_09 gen_2 id_01 raç_1 ing_6 rest_3 res_1 pro_1**

Eu não lembro quais, eu lembro que essa pergunta tinha essa questão tinha no formulário mas não lembro quais eram, mas se eu fosse listar assim uma nuvem de palavras eu acho de emoções_positivas seria, realização, satisfação, alegria, o espaço do campus e não necessariamente o curso mas o espaço_universitário ali do campus aqui de Bagé, tanto por alguns professores quanto ambiente_de_sala_de_aula quanto pelos meus colegas que se tornaram amigos eu consigo dizer também que há uma compaixão talvez algo alegria, acho que alegria é a palavra certa. Acho que seriam essas palavras. A satisfação escolhi tanto por ser um curso que não exatamente um curso mas quando eu termino um trabalho por exemplo uma atividade que me parecia muito complexa e aí eu ganho uma nota muito boa ou eu sinto que fui muito bem ou até mesmo que eu aprendi algo numa matéria por exemplo na língua espanhola eu tinha muita dificuldade e aí esse semestre que eu peguei bastante e melhorei muito foi uma satisfação muito grande e foi graças às aulas e tal, claro teve a minha dedicação mas foi muito graças ao professores que eu tive e foi uma realização muito grande para mim principalmente

nesse quarto semestre que estou cursando que várias atividades nos foram propostas ao longo do semestre muitas pareciam muito difíceis muito extensas e complicadas de serem feitas e eu fiz e eu tirei nota alta em todas elas e foi uma realização e isso aconteceu em vários outros semestres, várias vezes em outros semestres mas senti que nesse semestre em específico aconteceu muitas vezes e talvez a realização tenha sido maior porque a dificuldade era bem maior, a complexidade das coisas eram bem maiores e acho que a outra palavra que eu falei foi realização de que é bem o que eu falei em questão da língua espanhola que era uma coisa que eu não tinha familiaridade, na verdade eu não gostava muito e hoje em dia eu me encontrei neste meio, me encontrei como falante dessa língua e futuramente pretendo, estou começando a me encontrar como professora de língua espanhola também porque antes eu me via como professora de inglês e aí agora é algo foi uma realização para mim quando teve uma atividade que a gente, os alunos a gente meio que dei a minha aula assim dos cursos e tal e eu consegui fazer com muita naturalidade e foi algo muito bom e foi o momento de todo curso na verdade foi o momento que mais me trouxe a realização pessoal e eu acho que esses momentos a partir de agora desde que eu subi esse degrau assim, vai acontecer muito mais vezes e acho que essa é a parte da realização de eu ver que coisas que me pareciam muito difíceis e que realmente eram agora elas tornaram menos difíceis e eu meio que tenho um empurrãozinho para falar não é aquela coisa também era difícil então agora e tu já conseguiu aquilo, então agora as coisas sejam menos complicadas eu acho que é isso, eu não lembro as outras que eu falei, acho que era felicidade? E alegria? Não lembro agora, desculpa. Não, foi numa cadeira agora que teve agora a pouco de início que estou tendo, de espanhol e aí a gente tinha que dissertar sobre vários assuntos assim e aí algumas vezes foram propostas várias atividades quase iguais assim só que algumas eram em duplas outras eram individuais e tu tinha que discursar pra turma e isso pra mim era algo que era um desafio bem grande porque eu me travava muito porque tinha muitas pessoas ali que falavam muito bem e tal e eu ficava com vergonha e toda tensa por mais que eu já estivesse no quarto semestre e todos eles estavam junto comigo desde o primeiro semestre mas eu sentia que eu ainda tinha tipo um não era muito receptiva com idioma e eu senti que não era muito capaz e não foram aulas ministradas assim sabe? Mas foi dentro de uma disciplina em si mas isso valeu muito como um ensinamento como prova para mim. As emoções negativas, a primeira é o fracasso,

que me senti muito assim muito fracassada nos primeiros dois semestres, na língua espanhola que eu me senti que aquilo não era para mim que eu não pensava em desistir do curso, mas eu sentia que aquilo não ia fluir sabe? Eu me sentia muito mal porque eu pensava, Bom eu vou aprender o básico aqui e eu nunca vou conseguir atuar como uma professora de espanhol o que nunca foi o meu objetivo quando eu entrei pro curso eu pensei Bom, já atuo como de inglês mas eu quero o espanhol e parecia que não fluía. Então eu me senti muito fracassada, eu me senti muito mal durante um bom período e algumas vezes isso essa volta essas sensações quando não sai do jeito que eu quero as coisas. Na apresentação de algum trabalho ou até escrever algo a ai não sai da forma que eu espero que deveria sair, enfim, fracasso é eu acho que é a emoção negativa que mais foi presente em todo o meu curso até agora, ansiedade, às vezes eu me sinto muito ansiosa, principalmente assim metade pro fim do semestre quando vejo assim, às vezes eu nem tenho vários trabalho, está tudo em dia mas eu olho assim penso, nossa são tantas coisas e se eu não conseguir aí eu começo a fazer e eu to fazendo um e aí já penso nossa mas será que vai dar tempo de terminar esse para fazer o outro amanhã e aí eu começo a ficar meio mal. E dá o desespero, o fracasso, a ansiedade me sinto bem ansiosa e acho que na verdade são esses dois que eu listaria assim às vezes eu me sinto triste mas aí a tristeza vem relacionada ao fracasso de algo que eu esperava que fosse diferente e até ter ficado ansiosa por algo que me sinto bem triste daí eu fico bem pra baixo assim Não vou conseguir terminar isso então eu vou deixar e faço outra hora. Mas não acho que seja um sentimento eu acho que ela é um uma consequência dos outros dois que eu falei que são para mim são os principais e os que voltam muito seguidamente. É... Posso ir por parte das professoras, alunos... Os professores eu sinto que a minha relação ela é muito boa, eu não tenho nenhum professor que eu não goste ou sinto que não goste de mim ou que tenha algum problema nunca tive problema nenhum com nenhum professor inclusive todos eles foram, claro, cada um do seu jeito, todos eles foram extremamente proveitosos para mim e me trataram sempre super bem e até mesmo questões assim de alguns professores terem, na verdade alguns alunos, terem problemas com um outro professores e aí esses alunos são meus amigos próximos, isso mesmo assim nunca me afetou nenhuma relação minha com nenhum professor, para mim sempre todos eles foram professores ímpares para mim sabe? Sempre foi algo super tranquilo e eu sinto que na questão acadêmica eles sempre suprimam todas as minhas

necessidades geralmente eu sempre procuro um aluno por questões de tipo, não são questões sei lá didática sabe? São questões tipo, Bah, como é que tu fez este trabalho aqui? Como é que tu não sei o que, será que tá certo desse jeito em vez de eu procurar diretamente o professor às vezes eu procuro o meu grupo de colegas que são meus amigos e aí geralmente ali já a minha dúvida já é sanada, então, acabo não procurando eles. Mas quando aconteceu de eu precisar procurar eles foram maravilhosos, todos eles que eu procurei me atenderam super bem e explicaram quantas vezes necessário e eu tirei tirei de letra assim, então foi eu não tenho nenhuma reclamação a fazer com os professores, né a questão da minha convivência com eles, meu relacionamento com eles. Com os alunos, a minha convivência não é tão boa, tipo, não briguei com ninguém mas eu tenho somente não é eu não, não sei se vale se é... Tá, é eu me conheço como uma pessoa fechada já, não sou uma pessoa de ser muito simpática ou muito aberta eu realmente reconheço isso em mim, e o grupo de pessoas com que eu falo e com quem eu interajo é um grupo muito fechado, são pessoas X e é só aqueles que eu realmente me relaciono, jamais tratei mal assim porque na verdade eu nem ligo pra eles ali, sabe, são meus colegas e eles estão ali, e nenhum faltou com respeito comigo então não teve nenhum problema de convivência nem nada mas eu não sinto que exista uma relação entre nós sabe? Não sinto que exista, só realmente o colega que tá começando o curso ali comigo. E já ajudei algumas vezes e já fui ajudada assim em questão essa questão que eu falei de as vezes de eu procurar com os alunos e tal, para manter ele no grupo alguma dúvida ou eles colocarem e eu ajudei, mas nunca passou disso e eu se eu fosse classificar a minha relação geral com os colegas que eu tenho eu vou dizer como boa assim, regular talvez, porque não é nada demais, realmente eu tenho um grupo bem fechado de colegas que são os que eu converso e falo e sou amiga fora da faculdade, eu frequento a casa e eles frequentam a minha e etc, e com os funcionários da UNIPAMPA... Eu acredito que é boa, eu cumprimento todos e eles me cumprimentam a gente se vê na rua e a gente se cumprimenta as moças ali do RU elas agora que mudou a empresa a que fica ali na frente não conheço, mas antes a gente sempre se cumprimentava se seguia no Instagram e as moças que ficam ali servindo a comida também eu super me dou bem com elas dou boa tarde, boa noite o que for estou sempre ali conversando e tal, me dou super bem com elas inclusive e o pessoal da portaria me dou super bem, pessoal da biblioteca me dou super bem e é isso,

classificaria como muito bom inclusive, só não sou amiga íntima mas eu classificaria como muito boa por eu ser somente uma aluna e eles serem funcionários e a gente não ter um círculo de convivência sabe? Mas eu classificaria como muito boa e acho que relações fora da UNIPAMPA, do âmbito da UNIPAMPA eu classificaria o motorista dos ônibus que eu pego que eles são muito legais e muitas vezes teve dias que eu dormi muito tarde fazendo coisas da faculdade eu acordei super desanimada e tal e eu entrando assim no ônibus e eles me davam bom dia e eu ficava super bem eu acho que muitas vezes, acho não, umas quantas vezes isso desde que quando voltou para o presencial, muitas vezes eu estava super desanimada ou nervosa para apresentar alguma coisa e tal e eles conversando comigo eles me ajudaram a ir bem na faculdade lá na UNIPAMPA e eu apresentei as coisas bem mais tranquila com menos peso sabe? E aí eu acho que vale bem a pena ressaltar isso que foi algo que geralmente a gente não pensa muito mas eu me dou super bem com isso porque eles são motoristas fixos, eu sempre sei quem vai ser qual horário quem vai estar, e aí eu me dou super bem com eles a gente conversa e eles muitas vezes me ajudam a chegar bem na UNIVERSIDADE mais leve, esquecer um pouco não focar tanto e acho que essa é uma relação bem atípica e é de muito valor para mim, porque realmente às vezes, muitas vezes me ajudam nisso, nessa questão. Com certeza eu acho que com os meus amigos que eu fiz na UNIVERSIDADE inclusive que vale a pena ressaltar que todos eles só tem um na verdade que eu estudei no jardim de infância com ele e ele foi para outra cidade e ele voltou e foi meu colega e a gente entrou no mesmo ano isso foi um super acaso mas o resto todos eu fiz amizade por conta do curso porque nós todos entramos juntos e estamos juntos até agora e eles influenciam noventa por cento no meu desempenho acadêmico na minha vida acadêmica porque eu eles com certeza eles tornam a minha jornada acadêmica cem por cento mais leve, vamos dizer assim, sem dúvidas nenhuma, eles tornam muito muito muito mais leve eu acho, que eu não teria passado o segundo semestre que era *online* e aí consequentemente me parecia que era muito mais trabalho *online* do que agora no presencial, presencial não sei se é por conta do semestre também mas eu sinto que as questões são bem as atividades bem mais objetivas do que no *online* e eu não teria passado no segundo semestre se não fosse por eles, porque a gente se juntava em chamada e se ajudava pelo Google Meet e a gente se ajudava e etc. e aquilo foi essencial para mim para eu conseguir seguir no curso não nenhum

momento eles fizeram coisas por mim mas só de eles estarem ali e a gente se tirar duvida um do outro e etc, eu ajudava eles na língua inglesa e eles no espanhol e assim ia até outras questões das cadeiras de educação, eu acho que o momento mais marcante para mim quando eu penso qual é a influencia deles na minha vida_acadêmica ou momento mais marcante foi o segundo semestre que foi bem complicado para mim por outras questões por fora da universidade e pensei desistir do curso porque eu estava recém no segundo semestre e eu pensei talvez seja demais para mim e ai eles não sabiam disso mas mesmo assim eles estavam sempre dispostos a me ajudar não somente eu mas os outros que todo mundo que tava ali na verdade todo o grupo a gente se juntava, se ajudava e quando tinha trabalho em dupla ou em grupo a gente sempre fazia junto e acho que isso foi fundamental assim sem dúvida nenhuma foi extremamente fundamental para eu estar até agora no curso e agora com presencial eles tornam muito mais leve a minha vida_acadêmica eu já peguei o jeito de fazer as coisas e tal e mexer nas plataformas e fazer o plano de aula e etc isso eu não preciso de ajuda, mas a questão da pressão de fazer e tal às vezes a gente se junta e faz uma janta e faz o trabalho junto ou tem uma tem alguma apresentação ou seminário e a gente sai para tomar um café vai para casa de alguém de algum deles e toma um café e aí apresenta o trabalho um para o outro e eles falam, Poxa isso ai dava para melhorar, Bah, acho que não sei o que. e aí isso vai, nossa isso ajuda de uma forma absurda. Tira muito peso do que se eu fizer sozinha. E... a questão dos funcionários eu acredito que eles a minha boa relação com eles, ou até mesmo se tivesse uma relação neutra, ou sei lá uma relação ruim eu acho que qualquer uma das relações que fosse eu acho que ela formaria a minha a minha visão do quanto eu pertencço àquele lugar. E eu tendo uma ótima relação com eles, com o pessoal da portaria, com o pessoal da biblioteca com o pessoal do RU com as moças da limpeza, eu acho que eu tendo uma relação que eu tenho com esses que eu considero super boa é eles me fazem ter aquele sentimento de pertencimento daquele lugar e acredito que isso ajuda muito também porque qualquer horário que eu chegue lá eu sou sempre super bem recebida e eu passo por eles no corredor e eles me cumprimentam e perguntam de mim e etc. e eu acho isso incrível e eu sinto realmente que aquilo lá é um claro eu encaro a UNIPAMPA como um lugar que eu vou para estudar, eu tenho objetivo lá e tal mas mesmo assim é um lugar que se torna acolhedor mesmo ele tendo um objetivo bem claro pra mim, eu não vou entrar

lá em um horário que eu não preciso ter aula e etc. mas mesmo assim eu chegando meia hora, uma hora antes quando eu preciso eu me sinto em casa, eu me sinto confortável de estar lá e eu sei que estando sozinha no caso quando não estou com os meus colegas eu sinto que isso assim eles influenciam extremamente nessa questão, sabe? Do pertencimento daquele lugar eu acho que por eles estarem ali eu sinto que muitas vezes a UNIPAMPA pertencem muito mais a eles que cuidam, que abrem, que fecham do que a gente que vai ali fica 3 horas e sai, vai depois volta de tarde, volta de noite etc. Eles estão sempre ali, cuidando e tal e eles que mantêm aquele lugar limpo e seguro. E eu sinto que aquele lugar é muito mais deles do que nosso e ai eu sinto que eles estão abrindo ali para gente e nos mantendo super confortáveis é assim que eu sinto, então me sinto pertencendo aquele lugar e eu sei que a relação que eu tenho com eles é fundamental para isso. Falei demais eu acho, desculpa. É, nas questões as atividades eu sinto que hoje em dia eu percebo muito mais e conseqüentemente tiro muito mais proveito até mesmo no momento em que eu to realizando elas, fazendo elas, completando e tal, por tanto por conta das cadeiras que a gente já teve sobre... tantas cadeiras sobre educação, planejamento, quanto linguística aplicada, que é uma cadeira que foca bastante na questão da aplicação das atividades e por mais que eu já atuasse assim, na área de dar aula e tal eu claramente não era acadêmica ainda né? E eu não tinha tanta essa visão tão, por mais que eu tivesse cursos que o meu que o meu a minha empresa, a minha empresa a empresa para qual eu trabalho é fornecia para gente sobre a questão pedagógica e tal parece que estar na licenciatura ela me abriu muito mais para isso e sinto que do terceiro semestre para o finalzinho do quarto eu percebo muito mais a finalidade acho que é bem isso, a finalidade do porquê que eu estou fazendo aquilo e eu sinto que quando eu sei o porquê eu aprendo muito melhor e tiro mais proveito daquilo faço até mesmo de forma bem melhor e eu acredito que faço mesmo de forma melhor porque eu sinto que as minhas notas quando eu tive esse, essa visão de que 'Ah eu estou fazendo isso porque tal coisa, Isso aqui é importante por causa disso'. As minhas notas foram melhorando muito mais a minha dificuldade também ela, de fazer assim de realizar alguma atividade e tal, ela foi diminuindo drasticamente na verdade e na questão, de pular não de passar o semestre e tal eu sinto que a sensação que me traz é de alívio de tipo bom agora, o que eu percebo é tipo, bom agora, não não percebo não eu não fico pensando tipo Ah agora é menos um semestre, foi mais um semestre em que eu passei e por mais

se algum semestre eu tirei uma nota tão boa em uma tal cadeira ou enfim. Eu não vejo, hoje em dia eu não vejo mais no segundo semestre vi bastante dessa forma mas agora eu vejo como Poxa, essa cadeira assim eu poderia ter feito melhor daí eu começo a prestar atenção nas outras tipo Bah, eu estava fazendo desse jeito na cadeira que eu não fui tão boa, então talvez eu devo fazer diferente. e acho que isso serve de ensinamento assim absurdo foi pra mim, foi um salto quando eu comecei a ter a me dar conta sabe? De como tava perceber a minha trajetória de aprendizado assim, dentro do curso, e acho quando penso assim, em todas as etapas o único sentimento que me vem a palavra que em vem é alívio, tanto a falta quanto a presença dele é o primeiro e segundo semestre foi várias vezes foi a falta do alívio, sabe? Mas depois disso foi da grande maioria das vezes, tanto nas atividades concluídas quanto nos projetos concluídos nos semestres concluídos sempre foi aquele alívio de tipo Nossa, consegui mais um e agora foi mais um e agora mais um e mais um. e eu senti, eu sinto que evoluo, eu sinto bastante que evoluo tanto no idioma, nos idiomas né, quanto na experiência_docente assim, porque eu consigo eu e alguns outros colegas eles conseguem aliá essa a teoria da universidade com a prática na sala de aula que alguns já dão aula e quando eu converso com eles eles realmente eles falam eles falam nossa no começo do terceiro semestre que a gente pegou mais coisa de educação e teve linguística aplicada e tal a gente sempre fala que foi algo que foi um salto na nossa experiência_como_professores, e eu sinto muito isso eu sinto que me tornei uma professora bem melhor, claro que eu não tinha tanta experiência eu dava aula há um ano mais ou menos então eu tinha muito chão pela frente mas eu sinto que em um ano eu evolui muito sabe? muito mesmo e a prática ficou muito mais fácil e é isso eu sinto que se eu for descrever uma palavra seria alívio, porque tanto a falta quanto a presença dele, porque foi bem isso eu senti que eu evolui e ao tanto que eu evoluí eu senti mais aliviada, mais capaz também de realizar as coisas de chegar ao meu objetivo final, e é isso. Acho que a primeira conquista que para mim é com certeza, há não sei se é a mais significativa mas é a que eu quando eu penso assim é a primeira coisa que me vem na cabeça é não o domínio porque eu estou bem longe do domínio mas é a... o mínimo domínio talvez da língua espanhola que para mim era um desafio e eu realmente não pensava sobre antes mesmo de entrar antes de entrar para o curso nem eu passava longe do espanhol quanto eu pudesse porque era algo que até que eu não gostava muito, depois eu pensei Bom, eu quero ser professora de inglês e a

UNIPAMPA tá aqui eu tirei uma nota boa vou aproveitar essa universidade que é na mesma cidade que eu moro então não teria o porque de eu pagar uma universidade particular ou ir para outro lugar e aí eu pensei que vou encarar o espanhol e eu encarei o começo foi complicado mas agora a minha realização assim. E aí a minha conquista eu acho que a primeira que eu penso quando penso no curso é conseguir falar em espanhol de uma forma mais bem mais natural ou bem mais tranquila, perguntar, e eu consigo dialogar eu consigo formar uma frase que antes era extremamente difícil de estar lendo assim várias folhinhas que eu tive impressa Ah isso aqui é sujeito e não sei o que e tal e agora eu sinto que essa é uma das minhas maiores conquistas né e depois acho que a outra conquista assim que eu posso notar assim que me orgulho também bastante é o que eu tinha falado anteriormente da minha prática assim tipo ficou foi assim sendo aprimorado nesse um ano assim de presencial que nós tivemos e para mim foi de super valor, me valorizou muito eu podia aproveitar muito mais, conseguir dar aulas melhores com uma melhor qualidade e me aprofundi mais no idioma do inglês no caso que é o que eu dou aula e eu sinto que foi essa a minha conquista, sabe? Eu sinto que me tornei uma professora melhor, tanto é que minhas avaliações que os comentários dos pais me elogiando muito, elogiando minhas aulas, os meus alunos me elogiando muito mais do que eles me elogiavam antes, sabe? O carinho que eles tinham por mim já era algo grande, porque eu dava aula somente pra criança e aí eu comecei a dar aula para adolescente, para adulto e todos eles eu recebia a mesma avaliação e aí eu pensava Bom realmente eu evolui, se não fosse a faculdade, se não fosse eu ter estudado, eu não teria essa conquista, eu não teria essa avaliação provavelmente, sabe? e eu acho que essa essas foram as minhas maiores conquistas, fora passar os semestre, tirar nota alta, enfim, mas é isso acho que pra mim não é tão relevante quanto conseguir falar em espanhol naturalmente assim, com muito mais fluidez digamos, naturalmente também não estou exagerando, mas com muito mais fluidez do que conseguiria se eu não estivesse na faculdade, se eu não tivesse me esforçado, se eu tivesse desistido, então é o falar o espanhol e minha prática docente que melhorou extremamente, drasticamente sabe? Depois que eu comecei a ter consciência da minha aprendizagem, processo de aprendizagem dentro da UNIPAMPA, eu senti que isso foi bem importante e acho que eu listaria que essas foram minhas duas conquistas do curso que é o que me orgulha mesmo, e é um dos motivos que me fazem não desistir. Tá eu acho que o primeiro seria o

pertencimento_e_amizadess que foi o que eu já tinha comentado sobre o pertencimento, porque as minhas relações com o pessoal da UNIPAMPA elas são muito boas e eles e realmente eu sinto eu tenho a minha ideia de que eles que são os donos dos lugares são eles que dão atenção, são eles que cuidam para que eu possa ir para lá e quando eu chego lá, eu sou super bem recebida e eles fazem eu ter essas sensação de pertencimento o que afeta diretamente a minha relação acadêmica o meu desempenho acadêmico, eu me sinto bem estando na UNIPAMPA não é algo que eu penso Bah, tenho que ir para a UNIPAMPA. exemplo Nossa, eu vou para a UNIPAMPA. E as minhas amigas também, elas deixam a minha trajetória acadêmica muito mais leve tanto porque eles estão passando pela mesma coisa que eu, alguns com mais dificuldade outro com mesma dificuldade em certas coisas mesmo assim a gente consegue se equilibrar, se ajudando e eu sinto que isso é extremamente importante e para mim isso é fundamental, é com certeza é fundamental. Outro aspecto importante pra mim é autorreflexão_e_avaliação que eu com certeza não teria evoluído tanto nos idiomas quanto na prática e no semestre nas exigências de cada semestre eu não teria evoluído se eu não tivesse parado e feito autorreflexão de mim quem eu era antes do curso e quem eu sou agora e quem eu posso ser né que eu acho que para mim é o que mais me motiva, eu posso tal coisa, aquela vez eu errei então agora se estou fazendo parecido com isso eu vou lá e vou mudar porque não deu certo e essa avaliação constante, que a gente fala sobre a avaliação constante do aluno mas a avaliação constante do discente aqui é necessário também, e eu acho que esse é um ponto bem que foi um pilar bem assim que por muito tempo ele pareceu distante porque eu não pensava muito sobre isso só pensava quando eu pensava o mínimo sobre uma autorreflexão uma avaliação sobre mim mesma eu pensava Bah, olha essa nota aqui que eu tirei. ou Bah! olha essa nota aqui eu eu tirei e agora eu penso eu tirei essa nota boa aqui porque eu fiz tal e tal coisa, Tirei essa nota aqui não tão boa porque eu fiz tal e tal coisa. isso sempre segue martelando na minha mente e não de uma forma tortuosa assim mas, de uma forma construtiva, não me sinto pressionada por isso na verdade. Liderança talvez, mas não na questão de que eu mando, mas sim na questão de que eu sinto que é algo presente na minha vida acadêmica porque eu gosto de organizar as coisas e até mesmo tipo do meu grupo de amigos por exemplo, a gente começou a semana e o professor já pode ter planejamento para todo mês como desculpa, começou semestre e o professor começou planejamento

para todo mês já ou para todo semestre alguns fazem isso na verdade. E aí vou lá e faço a tabela e a gente vai acompanhando a tabela eu e os meus colegas e questão de liderança também no sentido de fazer os trabalhos em dupla em grupo ou até mesmo agora com a questão do DA do diretório acadêmico que faço parte da parte da comunicação eu sinto que são aspectos de liderança que eu gosto não me pressionam e sinto que são produtivos para mim manter o foco, me manter ativa não pensar tipo nossa o curso aqui é só problema, o curso aqui é só trabalho, trabalho e trabalho. Não, tem uns aspectos que estão me construindo também além da Paloma aluna, sabe? Estão me construindo como a questão de mais responsabilidade mais isso, mais aquilo eu sinto que é, sinto que é isso. E o sucesso_ou_insucesso_acadêmico pra mim eles são presentes também e eles fazem parte também da minha autorreflexão eu tô tempo inteiro me autorrefletindo, talvez seja essa palavra, sempre me avaliando e pensando nisso eu tive sucesso e nisso eu não tive o que eu fiz para ter e o que eu fiz para não ter, eles são bem presentes acho que em tudo na verdade, mas eles são pontos em que estou sempre monitorando e sempre pensando, muitas vezes eu não consigo mudar na hora tipo isso não foi bom o que eu fiz e acabo repetindo mas estou sempre tentando não repetir, mas isso sempre acontece, fazer o que né? E outra, outra questão que... Acho que todos na verdade acho que papel_e_prática_do_professor também, os professores foram bem importantes na minha, na minha trajetória acadêmica, principalmente no começo, eles me ajudaram bastante, na verdade na organização_institucional eu iria falar mas na verdade não, meio que às vezes eu sinto que pecam um pouco em algumas coisas não sinto que eles façam... talvez façam mas uma forma negativa, mas não penso muito sobre, então eu não sei... falar sobre, sabe? E eu acho que é isso. É eu sinto que a saúde_mental talvez, porque eu já enfrento alguns problemas, faço tratamento e tal e às vezes é algumas questões para eu ficar ansiosa por alguma coisa, que quando eu realmente faço depois que termino a atividade vejo que não era nada demais, mas enfim daí eu já tive todo problema e me sinto que me afeta bastante porque às vezes eu não consigo ir na aula ou não consigo ver a aula quando é *online* ou e me afeta fora da faculdade também em questão de me alimentar essas coisas sabe? E ela afeta bastante na verdade eu diria que ela é a que mais me afeta porque ela quase nunca, ela está sempre ali né sempre uma questão, mas ela é controlada, só que acontece alguns picos e aí vai tudo para água abaixo, tipo é algo que eu não

controle então eu sinto que ela está ali, está estabilizada mas se acontece alguma coisa pode ter certeza que o meu desempenho acadêmico vai lá para o chão, não existe, fica enterrado, então eu sinto que eu dependo cem por cento eu diria da minha saúde_mental, e ela acaba que é influenciada por todos aqueles outros fatores eu me sentir bem na UNIPAMPA por conta das relações que eu tenho, dos meus colegas que fazem as atividades acadêmicas serem mais leves, mais fáceis de serem enfrentadas e tal, isso tudo influencia nela, na minha saúde_mental, mas eu acredito que mesmo assim tem dias em que muitas das minhas questões fora da universidade, questões não acadêmicas elas influenciam bastante, acaba que o professor lança lá um trabalho, porque tem que lançar porque é o trabalho dele né, não tem o que fazer e eu sinto que nossa aquilo ali é demais para mim, e aquilo me derruba e eu fico semanas sem fazer só que daí por um trabalho que na verdade o problema nem é o trabalho né mas eu boto ele como um foco, boto ele como o principal ali o ele é o que está fazendo tudo aquilo comigo, e aí por um trabalho eu acabo que não faço mais nada de nenhuma cadeira por umas duas semanas e eu me atraso toda e eu fico ansiosa e é tudo um ciclo vicioso e aí sinto que dependo muito dela, e ela é a principal razão do meu insucesso_acadêmico das coisas que não atingiram o objetivo, justamente por causa dela, e a outra questão eu acho que seria a organização_institucional que às vezes eu penso, às vezes eu penso que são coisas que agora se tu me pedir para listar eu não sei, vou ser bem sincera, mas ao longo assim dos dois semestres que nos tivemos presencial, que eu sinto que as vezes que mais me incomodei com certas coisas, questão de papelada, questão de algumas questões de tipo, eu preciso tal coisa, poxa mas era mais simples se fosse, de outra forma, não sei se é exatamente isso que se refere, a organização_institucional. Tá, e até eu falei bem na prática dos professores mas abrangendo a organização_institucional por exemplo, algo que me incomodou bastante foi agora que nós tivemos uma greve, uma paralisação assim, por conta dos cortes e tal, algo que me, ele não me afetou, na verdade me afetou né, mas não me afetou duma forma irreversível, eu espero, mas a questão é que alguns professores simplesmente não estavam ligando para isso e eu e a questão nem é eles não ligar a questão é eles querer prejudicar, sabe? E isso eu achei que foi uma falha muito grande porque nós somos também instituição, sabe? E eu achei não sei aquilo me afetou de uma forma de uma forma emocional talvez, uma questão pessoal assim, que eu senti que afetou até mesmo a forma como eu via eles, sabe?

E aí tanto os que apoiaram de forma, Não pessoal, beleza, depois vou mandar outros trabalhos, eu vou puxar mais vocês, mas eu respeito esse momento de agora. Tanto que falaram Não, agora eu vou seguir exatamente, vou dar minhas aulas e vou fazer tal coisa e quem quiser ver vê e quem não quiser azar. E tanto o estímulo positivo quanto negativo me afetou bastante a forma que eu via eles não deixei hã de respeitar eles e nem eles de me respeitar em nenhum momento falei sobre isso também, com eles de uma forma pessoal no caso né, mas aquilo me afetou internamente, sabe? E aí eu senti tanto a questão da diretoria também do campus e eu senti nessa questão da organização_institucional senti que estavam meio que a gente tá aqui, mas quase contem com a gente, mas tomara que não precisam, sabe? E eu sinto que essas coisas, pequenas coisas elas me afetam, me incomodam muito então se eu fosse apontar uma falha eu apontaria isso, se eu fosse apontar algo que assim, me irrita e eu possa ver como potencial para me prejudicar ou, não prejudicar exatamente, mas pra afetar o meu desempenho acadêmico, seria a organização_institucional nessa questão, de que a falta de apoio de alguns professores, por mais que sejam pessoas muito legais comigo e sempre me trataram muito bem e a falta de apoio ou talvez o não serviço tão completo sei lá, talvez a minha expectativa fosse muito alta também né. É da diretoria do campus, sabe? Eu acho que é isso. A minha visão sobre a minha experiência_acadêmica ela é eu diria que ela é positiva, posso classificaria ela como positiva, eu tive muitas dificuldades no começo mas eu mas também no começo eu tive muitas alegrias e também parecia que equilibrava assim, me diverti muito com os meus colegas com os meus amigos no caso. O ambiente_das_aulas_online eu senti também que era proveitoso por mais que fosse online, eu me sentia confortável também pela questão da minha filha, eu podia estar em casa com ela e mesmo assim assistindo aula e tal, mais que fosse um trabalho dobrado, vamos dizer que eu tinha que parar e etc. mas ainda assim era confortável e era proveitoso na medida do possível para mim né, para mim. Eu nunca tive problema em estudar online fiz quase todo o meu ensino médio online também então, na verdade só o terceiro ano, mas enfim é eu classificaria ela como boa em qualidade a minha trajetória acadêmica e tal e agora eu sinto que ela é ela é o que eu espero dela na verdade eu espero muito mais também, mas no momento de agora tudo que eu planejei e ela ta dentro do que eu planejei sabe, ela ta equilibrada eu tenho desempenho que eu espero e não é algo que é um peso para mim como era em um

a um tempo atrás, que ela parecia demais que eu não iria dar conta e etc. e eu sinto que agora não vejo ela assim, são raros os momentos em que eu penso Meu Deus, eu não vou dar conta disso. E eu sinto que é todo o ambiente também, os professores, pessoal da UNIPAMPA, os meus colegas, tudo isso contribui eu ter mais experiência de fazer as coisas os trabalhos planejar tal e tal coisa e participar dos projetos assim que toda essa experiência com as relações com o ambiente com a o conhecimento que tenho tipo, a relação que tenho com, a eu não sei explicar, não é o semestre, com a carga de aprendizagem talvez, não sei explicar, mas enfim, eu me sinto confortável, como se eu fosse classificar assim se eu fosse descrever a minha trajetória acadêmica até agora pelo menos eu diria que é um lugar que eu gosto de estar, ela é um momento que eu gosto de viver e ela não é perfeita obviamente, mas ela é algo que pra mim é de extremo valor é eu faço algo que eu amo fazer, que eu não imagino fazendo outra coisa na verdade, imagino talvez atuando em outras áreas talvez, sei lá professor de outro idioma que não seja o inglês e espanhol, português ou qualquer outra mas eu ainda me imagino professora, tanto em escola como escolinha ou quanto universidade quanto em curso que eu mesma faço, sei lá entendeu? Mas eu me imagino atuando como professora porque quando eu comecei a trabalhar com isso eu senti que eu queria muito mas eu também pensava que eu posso ir para outras áreas e agora desde que eu comecei o curso que eu tive a experiência a toda experiência_da_licenciatura eu realmente me apaixonei então, quando eu descrevo a minha vida acadêmica eu descrevo como o lugar que eu gosto de estar, que eu gosto de fazer e o que eu quero fazer é essa a questão, é eu muitas vezes achava que eu não ia me encontrar tão cedo e eu não tinha também essa pressão de saber o que eu iria fazer tão cedo, eu sabia que eu não podia ficar sem fazer nada, mas eu pensava pô eu posso fazer tal curso, eu posso fazer tal coisa e aí eu vou me descobrindo e agora não, eu entrei no curso e eu pensei, meu Deus é isso e é essa foi assim a única certeza na verdade que eu tive na minha vida foi essa e que eu quero ser professora, eu quero seguir nessa carreira eu quero isso para mim, eu quero ensinar as pessoas e seguir aprendendo o tempo inteiro que é o que eu acho mais magico e uma das coisas que eu acho incríveis quando eu paro para analisar os meus professores é que eu vejo que eles sempre aprendendo mais e ai eu vejo que não existe essa essa coisa do eu sou somente o professor, não, ele é professor e ele é aluno, não tem aquela maestria de eu sei tudo nenhum professor nunca

apresentou isso para mim, nunca passou isso para mim, sabe de que eu sei tudo e vocês tem que estudar para ser que nem eu, que eu sei tudo e eu não preciso de mais nada, não, é o tempo inteiro, eu pesquiso, eu publico, eu faço isso, eu faço aquilo, eu faço outra faculdade, eu faço um monte de coisa porque eu quero mais, eu quero saber mais eu quero ser melhor pra fazer o que eu faço porque eu amo o que eu faço eu amo ser professora, e eu acho que isso é assim ó, com certeza é o maior estímulo que eles podem dar para um aluno, é muito melhor do que dar uma nota dez pra ele, é muito melhor falar nossa tu é muito bom fazendo isso Eu acho que o deles, eu acho que isso pra mim, pelo menos isso é eu olho pra todos os professores que passaram por mim sabe eu penso, meu Deus quero ser eles, quero isso pra mim, quero isso para minha vida e aí eu penso... é isso, eu descreveria a minha vida a minha vida acadêmica, a minha trajetória acadêmica, como algo que eu quero ela não é nada mais do que assim ó, o meu maior desejo, eu quero ela, eu quero isso, eu quero me formar, eu quero seguir estudando, eu quero mestrado, eu quero doutorado, eu quero especialização, pós-graduação, eu quero livros publicados eu quero isso, sabe? Eu quero trabalhar com isso e quero ver outras pessoas se formando nisso e eu quero participar desse, dessa trajetória também, então eu acho que se eu for classificar em palavras eu primeiramente amor por isso, por esse mundo por essa área é inspiração, tanto os meus colegas que fazem tanto quanto eu ou às vezes muito mais e principalmente os meus professores e é isso. Eu acho que é isso.

****** *n_10 gen_2 id_01 raç_1 ing_6 rest_7 res_1 pro_1**

Eu me sinto feliz no curso como um todo, eu me sinto alegre em ir para UNIPAMPA em ir frequentar as aulas, e ver meus colegas, assim, me deixa feliz é um ponto alto do meu dia eu posso dizer, mas, acima de tudo na UNIPAMPA eu tenho uma sensação de pertencimento, eu sinto, confortável no curso que eu estou, eu sinto que estou fazendo a coisa certa na minha vida. Uma sensação agradável, uma sensação de conforto talvez, não é uma coisa assim estudar letras línguas adicionais, não é algo que me consome por inteira, apesar de cansaço que logicamente eu chego no final do dia. É um cansaço misturado com realização. Acho que é isso, essa é a primeira pergunta. Bastante ansiedade, especialmente em relação a trabalho, uma sensação de não ser o suficiente, e sentir que mesmo eu me esforçando às vezes não é o que precisa para eu completar uma matéria, não e o que precisa para eu fazer uma prova, não é o que precisa para eu fazer um

trabalho, é... e por vezes já me bateu um questionamento porque é uma licenciatura então apesar de eu não querer ou não trabalhar na área, é... eu to fazendo uma formação voltada para a sala de aula e as vezes bate um sentimento de sei lá um desânimo quanto ao futuro, levando em consideração a minha futura carreira, assim, sendo professora... e vendo a situação do professor nesse país, às vezes bate uma tristeza assim e a gente se vê pensando um pouco demais. É sobre isso. Às vezes, eu não quero muito fugir da questão, às vezes eu me sinto cobrada demais pelos professores mas em parte por vezes assim do que eles exigem coisas que nem sempre eu sou capaz de realizar, ou realizar de forma correta do jeito como eles esperam como se estivessem abaixo das expectativas. Eu diria que diretamente que por várias vezes já especialmente em dois mil e vinte e um, quando foi o começo, que ainda estava o formato EAD. É, especialmente ali, por várias vezes eu tive muita vontade de só desistir, e jogar tudo para o alto, e, graças a alguns colegas, graças aos meus familiares, e graças até alguns professores também, eu acabei persistindo e agora estou praticamente começando tudo de novo - eu estou só no segundo eu poderia estar bem mais longe no curso e eu não estou -, e eu devo o fato de eu simplesmente estar aqui a essas pessoas, especialmente à minha mãe. Com alguns professores eu posso dizer que tenho amizade até, uma porque eu me sinto tratada com um certo carinho já, passa da linha do respeito, é muito positiva. Já com outros, é uma relação estritamente profissional, estritamente sala de aula, professor e aluno. E no geral com os meus colegas é tudo muito tranquilo, com essa turma que eu estou agora é tudo muito tranquilo - A turma, no caso, agora de ingressante de dois mil e vinte e dois, é uma turma bastante unida, num balanço geral, ninguém fica para trás. Eu consigo perceber assim, sabe aquilo que a gente fala sobre escola? Ah você passa de ano e sua recompensa às vezes é simplesmente um desafio mais difícil. Esse curso parece isso mas ao mesmo tempo não, porque tem coisas que você vai ter mais facilidade do que outras, especialmente considerando que é um curso de literatura, então a matéria que vai ter muita mais facilidade, sei lá, no quarto ou quinto semestre, talvez do que uma que tu tá fazendo agora no começo do semestre, porque tu vai começar a encarar as coisas de uma maneira diferente. Essa faculdade, ela te muda, o fato de ser uma licenciatura te muda por completo. Tu começa a enxergar as coisas não mais como uma moeda de dois lados, mas um cristal multifacetado. Então, por exemplo, eu tô fazendo agora libras, que é uma matéria que pela grade é do oitavo semestre, e eu

tô achando ela mais fácil, por exemplo, do que uma matéria que estou fazendo agora, de Introdução à Linguística. Então, são coisas que tu vai ter muito mais facilidade e outras coisas que você não vai ter facilidade, então existe essa escadinha do mais fácil para o mais difícil, mas ao mesmo tempo ela não existe, e aí é quase estranho falar isso. Talvez, minha mãe está fazendo a segunda faculdade dela, e consigo enxergar tranquilamente a diferença dela de um curso que preparou ela pra trabalhar em uma área específica e a licenciatura moldando ela no sentido de ela tentar enxergar, por exemplo, o ponto de vista de outras pessoas. Eu levo muito esse exemplo pra mim. Quando tu trabalha com licenciatura, tu tá trabalhando com outros seres humanos diretamente, tu tá trabalhando numa escola, tu tá trabalhando com outras pessoinhas. E tu precisa entender que tua visão de mundo nem sempre vai ser a mais certa, ou nem sempre vai ser a mais ideal pra aquela situação. Tu acaba aprendendo a lidar com essas diferenças, a lidar com essa, é difícil de achar uma palavra pra isso, mas tu aprende na marra quase, que existem outras pessoas, que existem outros pontos de vista, e que nenhum deles está necessariamente errado ou certo, ou mais errado ou mais certo. Por isso que eu diria que a licenciatura te muda, tu passa a enxergar as coisas por outros pontos de vista. Eu me vejo um pouco mais sociável depois do início do curso, talvez muito pela situação da pandemia e as coisas estão mais flexíveis agora, mas eu me vejo mais sociável, com vontade de conversar, talvez, mas animada em relação a interagir com outras pessoas e... não sei se tanto em relação a, por exemplo, matérias do curso, mas provavelmente o fato de eu trabalhar com línguas, o fato de eu trabalhar com comunicação teve uma mudança, teve um peso grande nessa mudança. Primeiro, de cara, pertencimento_e_amizades, uma das minhas respostas é provavelmente nem estaria aqui na Unipampa se não fosse por essas amizades, por essas relações. No geral, não só as amizades, mas também família, alguns dos professores e essa sensação de pertencimento que eu comentei também. Parece que eu estou fazendo uma coisa certa, que eu estou feliz fazendo com o que eu estou fazendo, que eu estou feliz estudando Letras, uma das razões de eu ter continuado. Na questão de autorreflexão_e_avaliação também. Sobre autorreflexão e avaliação, talvez avaliação, eu não sei se ainda, mas a questão de autorreflexão, por várias vezes eu me vi fazendo um processo de introspecção durante o curso até agora. Não só sobre trabalho acadêmico, mas coisas que, assunto de sala de aula que me pegou e fiquei pensando... Foi um processo que se

repetiu tantas vezes que eu não consigo contar e são só dois semestres que eu estou, que eu estou aqui. Então eu diria que isso com certeza foi um aspecto marcante na minha experiência até agora. **Relação_interpessoal**: eu me vi mais social, eu conversei com mais pessoas, eu me aproximei de mais pessoas, coisa que eu não esperava que uma faculdade fosse capaz de me trazer e trouxe. Em questão de **inteligência_socioemocional**, eu aprendi a me identificar melhor, identificar quando eu estou bem, quando eu não estou bem, quando eu estou me sentindo mais produtiva, quando eu não estou, que era uma coisa de que eu sempre tive muita dificuldade, às vezes me forçava a produzir, por exemplo, em **ambiente_escolar**. Por várias vezes, isso me forçava a fazer funcionar, a fazer atividades, a fazer tudo ficar pronto e eu só não estava bem pra isso, não era o momento, e às vezes não ficava bem ou não ficava certo e aquilo não importava conquanto estivesse feito e hoje eu aprendi que a qualidade é sim um fator extremamente importante quando tu está trabalhando com a tua futura carreira. E **estado_emocional_e_físico**: eu, em dois mil e vinte e um, eu ingressei e eu tive que desistir logo depois por um problema de saúde. Então, eu não sei se por causa da faculdade, mas, sim, durante essa minha **experiência_da_faculdade**, eu tive que aprender a cuidar melhor de mim, a minha cabeça, mas o meu físico também. Então também foi um aspecto marcante. Onde diz em questão de liderança não me afetou muito, porque eu sempre fiquei mais naquela postura de apenas espectadora. Eu não me movimento muito, em casa eu não me movimento tanto assim, talvez com outros grupos de alunos mais ativos na universidade... Então eu não vejo muito isso marcado na minha experiência. A questão de **sucesso_ou_insucesso_acadêmico**, eu ainda não falhei em nada. Então eu não encarei muito, não vi ainda a parte do insucesso, a parte de ter essa sensação de você não passou numa matéria num semestre, ou que você teve que largar ele... não passei por isso, então ainda não marcou tanto, ainda tá tudo tranquilo pra mim. A questão de **organização_institucional**, não vi muitas mudanças até agora na Unipampa e também não fui afetada por elas. Eu sei que vai ter agora a mudança de PPC que, provavelmente, vai mudar essa minha resposta, mas até agora tudo parece muito calmo, tudo parece muito tranquilo, muito pacífico. Então essas não marcaram tanto assim, não vi tão presente. Tudo pra mim na faculdade não vem de forma fácil. Eu não consegui ingressar logo depois de terminar os meus estudos, em dois mil e vinte, quando eu me formei no Ensino Médio, em parte porque eu precisava de

descanso, eu há anos não tirava férias, mas também em função de que foi difícil pra mim ingressar, eu ingressei pelo histórico escolar, por aquele edital que vem logo depois do Enem, portadores de diploma e tudo mais é, não veio de forma fácil, porque ainda eu adoeci também. Então, no começo, parecia que... assim, o que tinha para dar errado deu, mas as coisas foram melhorando, foram gradualmente se tornando melhores, mais tranquilas, mais fáceis de lidar, talvez porque a minha cabeça mudou bastante nesse período. Então, é... Eu diria que esses aspectos que eu falei mais cedo, de questão de pertencimento, de me sentir contente, de me sentir feliz pelo que eu estou fazendo não foi uma coisa que apareceu do nada que, Nossa, na primeira aula eu me senti assim. Fui construindo essa sensação praticamente. Eu hoje consigo identificar muito melhor do que eu consegui na minha primeira aula presencial agora em dois mil e vinte e dois. Seria isso.

****** *n_11 gen_2 id_09 raç_2 ing_1 rest_3 res_2 pro_1**

Eu já vivi muitas emoções positivas no curso. É, quando eu ingressei no curso, eu não achei que eu iria ter um retorno tão positivo. Só que eu costumo dizer que eu era uma pessoa quando eu entrei no curso e, hoje, eu sou outra pessoa completamente diferente porque uma das coisas que eu gosto mais de aplicar nas minhas aulas é a parte de conhecer o sentimento do aluno, conhecer o aluno, conhecer o que ele pensa ou de onde ele é, ou o que ele gosta de fazer, ou qual é a crença dele, como hoje eu apliquei na aula, e isso é muito difícil às vezes da pessoa saber explicar os seus sentimentos assim. Então, quando eu vejo que o aluno consegue transmitir o sentimento dele, ou a opinião dele sem... algo que é dele mesmo, autônomo, é uma coisa que me deixa de certa forma satisfeita, porque é de certa forma como se eu tivesse deixado a pessoa compartilhar o sentimento dela pra todo o mundo ouvir sem interferência de ninguém. E outros aspectos que é sobre as leituras, que eu acho que cada vez que a gente lê um livro ou a gente faz uma leitura na faculdade, nos constrói um pouco, desconstrói algum lado da gente e constrói. E eu acho que a parte da reflexão é muito importante porque tu passa a refletir de forma diferente quando tu começa a estudar, principalmente humanas, não sei de exatas. Na verdade eu sou formada no curso de vendas técnico, de técnica_de_vendas, mas eu não vejo isso muito nas exatas. Eu vejo que a humanas, ela consegue fazer com que a pessoa se constrói e se desconstrói, constrói e se desconstrói. Isso é muito bom porque tu não tem a cabeça fechada só pra um pensamento. Não, tu consegue fazer abrir um leque de pensamentos, e ter,

de certa forma, uma empatia com o teu próximo, eu gosto muito disso. Eu acho que isso é uma energia muito positiva aqui que o curso consegue construir na gente. Eu consigo é ter empatia, muito mais empatia hoje - não sei se pode ser isso. Eu consigo olhar pro meu próximo de uma forma mais solidária, e eu consigo pensar mais em mim , eu acho que isso é muito positivo. Eu conhecer eu mesma, as minhas emoções e os meus pensamentos e respeitar os meus limites. Eu acho isso fantástico. Eu acho que eu fico muito ansiosa. Eu acho que não seja um sentimento bom - ansiedade, e eu me cobro muito. Eu acho que é uma cobrança em alguns, em alguns ponto em excesso. É uma cobrança de conseguir dar conta de tudo assim, de conseguir entregar os trabalho, e principalmente ser trabalhos bons. Eu acho que essa questão de cobrança de ter uma nota boa, de ter um oito, de ter um dez, e nove, e às vezes na faculdade não acontece isso, e tu não tira a nota que tu espera, e esse é um sentimento ruim que eu acho que tu fica frustrada, e tu começa a pensar se é realmente aquilo que tu escolheu para a tua vida, que se realmente tu vai ser uma boa profissional naquilo que tu, que tu está fazendo por ter uma nota que não é um oito, um nove ou dez. Uma autocobrança, acho, que não é um sentimento positivo... Demasiada. Sim, eu acho que quando a gente entra na faculdade - eu mesma, por mais que eu entrei tarde e eu não seja nova ainda, eu não seja adolescente -, eu acho que sempre tem uma perspectiva dos familiares assim, sabe? Ah, entrou na Faculdade! Ah, vai se Formar! E aí gera uma, uma expectativa. Já gerou, já criou uma expectativa nas pessoas, Ela vai se formar. as pessoas lidam diretamente: Ela vai se formar. Então, eu acho que as pessoas têm uma expectativa da gente, e a gente tem a nossa realidade. Eu não acho que isso, de certa forma, seja ruim, eu não vejo isso ruim. Eu vejo que tem um limite. Ainda mais a gente. Por exemplo, eu que eu sou a primeira da minha família a entrar em uma faculdade, e ainda de ser professor. Os meus pais e a minha mãe e o meu pai nunca nem terminaram os estudos. Então, eles de certa forma têm um orgulho de mim, e aí gerou uma expectativa neles, eu não vejo isso ruim, de forma ruim, não. Eu vejo de forma boa. Só que cria uma pressão na gente, uma pressão em mim. Só que até eu consigo lidar com isso. A parte dos professores, eu acho que eu venho de uma hierarquia, que o professor ainda, vamos dizer, o professor é o gerente da aula. Nós somos, ali nós ainda têm o que o professor passar pra mim, sabe? Eu acho que não só pro professor, mas eu acho que qualquer pessoa sempre, alguma pessoa tem alguma coisa a ensinar, assim eu não sei, não vejo uma má relação

com nenhum professor. Eu acredito que eu tenha a minha responsabilidade, o professor tem a dele e ambos, e a questão da relação com as pessoas, pelo menos pra mim, é muito complicada. Eu não consigo ter uma relação com as pessoas, assim, por exemplo, na faculdade. Os meus colegas são meus colegas. Muitas vezes a nossa relação acabou ali. Começou ali e terminou ali. Com meus professores, sabe? É, alguns eu até tenho no WhatsApp, assim, que eu tive mais relação, que eu me aproximei mais, que eu me identifiquei mais, mas ainda são meus professores. Eles têm um... A nossa relação começa dentro da faculdade e termina lá dentro da faculdade. Os funcionários, eu me dou muito bem, eu me dou bem, assim, com os funcionários, assim, eu procuro manter essa questão: bom dia, boa tarde, tudo bom?, assim, não... eu acho que não passa disso. Acho que em qualquer âmbito empresarial acho que isso, eu até tenho mais, a gente acaba ficando, como ali na faculdade a gente acaba ficando um tempo, por exemplo, quando no início a gente tinha aula todo o dia, o curso é integral, eu, pelo menos, eu sou muito de falar, eu sou muito de conversar, eu sou muito de indagar, de conhecer as pessoas. Então, eu fiz uma amizade com as meninas da limpeza ali, no campus, porque eu acho que eu tenho muito essa questão de gratidão, e elas estão ali, estão prestando, de certa forma, um serviço pra mim, e eu acho que em nenhum momento a gente deve tratar o ser humano como invisível, como muitas vezes as pessoas tratam. Eu não sou assim, eu não fui criada assim, porque a minha mãe trabalhou em serviços gerais por um tempo, meu pai é construtor civil, e as pessoas muitas vezes tratam essas pessoas como se elas fossem invisíveis dentro de algumas empresas, e eu não consigo, em nenhum lugar que eu vá eu consigo passar por uma pessoa que, por mais que ela trabalhe em serviços gerais, ou por mais que ela seja, sei lá, independente da função da pessoa dentro do âmbito escolar, ou do âmbito acadêmico, ou do âmbito de trabalho e não dar um bom dia. Acho que pessoas são pessoas independente do cargo dela, do cargo que ela está em estabelecimento. E ainda mais essas pessoas da limpeza, eu acho que a gente tem que valorizar, tem que ter uma gratidão, porque elas estão prestando um serviço, e não é um serviço fácil. Eu não estou dizendo que todos os serviços são fáceis, Não, mas eu acho que é o mesmo, está no quase no mesmo nível do professor, está quase no mesmo nível do, no nível do porteiro. Todos estão trabalhando em prol do nosso bem_estar dentro da faculdade. Então... eu acho que é uma boa relação. Hoje mais do que antes eu consigo identificar essa, esse avanço

de ciclo, assim, mesmo percebendo que eu estou um pouco atrás, que eu consigo ver que eu evoluí. Eu consigo ver que eu dei um passo mais a frente e que eu preciso refletir sobre esse passo à frente. É o próximo passo à frente vai depender desse passo de antes. Então, eu consigo ver que eu estou, o meu processo está em andamento de níveis. Eu acho isso importante, a gente conseguir identificar que eu passei de um nível, e eu me aproximei de um outro nível, e cada nível depende de outro, tipo uma pirâmide, até tu chegar num ponto e dizer Nossa, eu estou apta para... estou tranquila, estou segura pra exercer essa profissão. Eu lembro que eu era muito ruim em espanhol, muito, nossa! Eu era muito ruim em espanhol. No inglês eu era. Eu era muito em inglês... eu, era muito ruim em inglês e espanhol. Só que no espanhol eu fui trabalhando, foi a primeira língua que eu fui trabalhando, sempre trabalhando, trabalhando até eu conseguir a fluência. Claro, que não é uma fluência Nossa! Ah... Excelente, mas é uma fluência boa que hoje eu fico segura muitas muitas vezes em falar e responder algo. E no inglês, eu estou no processo. Mas eu acredito que é um processo que não é um processo que me atrase. Não, porque hoje consigo reconhecer palavras, eu consigo ler e eu consigo entender, e referente às quatro habilidades, eu consigo escutar e identificar a conversa, identificar o que que a pessoa está falando, por exemplo, num áudio, eu consigo saber o assunto, ou num texto. Então acredito que esses foram os avanços importantes, assim, na minha vida acadêmica. É, Eu acho que o papel_e_prática_do_professor, estado_emocional, o estado_mental. É... a autorreflexão_e_avaliação e ambiente_de_convivência. Eu vou começar assim, ó: O papel_e_prática_do_professor - eu acho que quando eu entrei no estágio, eu tava bem insegura. Só que daí depois eu fui descobrindo, eu poderia ser o profissional, que eu erro e que eu aprendo com os meus erros. E tu é uma construção de processo, e aquilo ali vai acontecer; que eu posso evitar, mas vai acontecer. Da próxima vez eu já posso evitar. E deixa eu ver: A saúde_mental, eu acho que realmente, hoje a saúde_mental é uma questão bem importante na vida da gente. Eu entender que a faculdade ali na questão profissional é uma parte da minha vida, não é um todo e eu posso trazer ela para minha vida mas eu tenho outras partes da minha vida que eu possa ter felicidade e minha saúde_mental está saudável, eu ter confiança em mim e como eu te falei na outra parte eu me autoconhecer, saber o que que eu gosto e o que eu não gosto, eu me respeito como um ser humano e dentro da saúde_mental respeito o meu limite, até onde eu posso ir trabalhando,

estudando e cuidando da minha vida e até onde eu não posso ir, dizer não, hoje preciso descansar, hoje eu estou precisando dormir essa noite é bem, hoje quero silêncio, hoje quero ficar sozinha, hoje quero sair para caminhar e hoje eu quero me divertir com a minha família e com meus amigos e distrair um pouco e quando eu voltar para as minhas atividades minha mente já está entusiasmada e motivada para os meus trabalhos, para faculdade, acho que essa parte de saúde_mental é importante. O ambiente_de_convivência eu acho que morando sozinha descobri várias coisas que eu gosto, que eu gosto de silêncio, que eu gosto de descansar no meu tempo, que eu gosto de fazer as coisas no meu tempo, que eu gosto de ficar um tempão no computador fazendo tudo que eu tenho para fazer, daqui a pouco saio, daqui a pouco descanso e quando eu morava com os meus pais não era assim, de certa forma, eu tinha um horário, ou tinha barulho, ou tinha muitas pessoas na volta, ou tinha um entra e sai e muitas vezes na aula mesmo dava eco de televisão, de rádio, de conversa, o que é normal, o que acontece numa casa que tem muitas pessoas. Deixa eu ver. A autorreflexão acho que é importante eu autorrefletir sobre tudo que eu vivo, acho importante, acho que é isso. Eu acho que a organização_institucional, mas eu acho que nem foi a organização_institucional, mas eu acho que a minha organização mesma, minha organização com as minhas coisas acho que falham um pouco, as diferenças_culturais de certa forma. Eu acho que todo choque_de_cultura de certa forma tem os seus aspectos muito, muito difícil então não sei, a relação com diversas pessoas diferentes assim eu acho que é complicado. É e a relação_interpessoal eu acho. Eu não sei o que entra ali, acho que a inteligência_socioemocional . Eu acho que eu não sei, acho, que essa questão da UNIPAMPA ser lá longe , às vezes eu tenho que pegar dois ônibus. É, a distância acho que de certa forma atrapalha um pouco, eu não sei se é bem isso. Pra mim foi bem complicado assim, no início, era isso que eu estava falando, bem complicado assim pois são pessoas que pensam diferente, tanto dentro do, do contexto do curso e no contexto da UNIPAMPA, são pessoas com mentes diferentes vindas de outros estados, vindas de outros lugares. E eu não consigo muitas vezes chegar, hoje não mais, hoje sou mais sociável assim, mas antes eu não conseguia, eu não conseguia sequer muitas vezes trabalhar em grupo na sala de aula porque eu não conseguia estar em um grupo com outras pessoas diferentes. Muita diferença, com muito pensamento assim, e eu queria liderar mas de uma forma errada, liderar de uma forma errada sim, e eu acho que toda liderança de forma

errada acaba dando um choque_de_pensamento e choque de comunicação e aí não dá certo. É eu acho que isso diz respeito um pouco do meu sucesso_acadêmico ali, porque eu acho que não tem, tu tem que trabalhar em grupo, uma hora tu vai te que dividir, tu vai tem que dizer não, eu preciso trabalhar em grupo porque alguns professores exigem isso, até eu não exijo lá no estágio que os alunos trabalhem em grupo assim porque eu não gosto, mas eu acho que é importante, nenhum ser humano se isola e é isso. Eu acho que um aspecto importante que eu sempre ressalto nessas pesquisas assim é a questão do trabalho, o curso é integral, todos nós sabemos assim, e quando principalmente a gente que é aqui de Bagé é muito complicado a gente estudar e trabalhar ou a gente estuda de dia e trabalha e ou a gente estuda de dia e trabalha a noite, o que era o que eu fazia, ou a gente trabalha de dia e estuda a noite, então, é uma questão muito complicada porque, quando você chega para estudar tu já está com a mente cansada ou quando tu chega para trabalhar, tu está cansado. Então ao longo do curso eu fui mesclando, algumas vezes eu tranquei o curso para trabalhar um pouco aí quando eu voltava eu dava conta, e principalmente que as pessoas dizem assim Ah mas é de graça é federal de graça, é federal, de graça, ensino de muita qualidade, nossa. As pessoas, eu digo, que todas as pessoas deviam fazer, nem que seja um semestre de um curso na UNIPAMPA assim, não sei de humanas, de exatas, mas poderiam fazer de humanas para ver o quanto alguns professores são muito qualificados são muito bons professores, muito assim ó, muito bons mesmos, e só que eu sempre faço essa relação, e não que estudar não seja um trabalho, estudar é um trabalho é um trabalho que desgasta a gente muito, demanda da gente estudar. Então é complicado para quem precisa trabalhar é mais complicado ainda, eu acho que todas as pessoas de certa forma precisam trabalhar eu acho que os jovens que recém saíram do ensino médio ainda moram com os pais e não precisam trabalhar ainda para ter uma renda podem aproveitar mais essa parte dos cursos que são integrais como o nosso, mas quem realmente quer, gosta do curso, como foi o que aconteceu comigo, eu ao longo do curso eu me descobri no curso, foi muito complicado a questão de ter que trabalhar e ter que estudar assim porque acaba que tu não rende no curso, tu rende porque tu está bem, tu está focado, ou é realmente o tu quer, ou realmente tu gosta, porque vários colegas meus, colegas bons, nossa, gente boa mesmo, gente que tinha potencial, muito potencial, gente que poderia ser um super professor, por essa questão de ter que trabalhar, e ainda

as pessoas mas tem assistência do NUDE (Núcleo de Assistência ao Estudante), tem realmente bolsas da UNIPAMPA, que que me ajudaram muito, eu trabalhei algumas vezes na UNIPAMPA, eu adorei, mas não muitas vezes, não são valores que tudo bem são valores consideráveis, são, todo valor hoje é considerável, mas não é um valor que dê para é, como eu vi casos por exemplos de colegas minhas tinham filhos ai como é que eu vou deixar meus filhos? e já criaram um auxílio_creche eu adorei, achei máximo, mas é a gente sabe que tem outras demandas e tem bolsas que não cumprem certas demandas de uma casa, do dia_a_dia, de passagem de ônibus, de caderno, de livro, de internet, de aluguel, de comida e só vai. Então é isso eu sempre falo, trago isso é comigo essa questão de ter que trabalhar e estudar, não é fácil. Acho que muitos alunos desistem e trancam o curso por esse fatos e outros por outros , não é só por esses, mas eu eu coloco sempre esses, foi o que mais esteve presente na minha vida acadêmica hoje, que foi isso, que até tu chegar num grau para tu trabalhares na tua área, tu precisa passar pelo estágio, tu precisa passar por várias cadeiras e vários semestres e as vezes tu não consegue.

****** *n_12 gen_1 id_02 raç_1 ing_6 rest_4 res_1 pro_1**

Hã, eu posso dizer que as emoções são confiança, me sinto sempre com esse sentimento confiante desde que eu entrei na universidade, ingressar na universidade. Acho que o sentimento de confiança é o primeiro que posso dizer assim, porque quando eu ingressei assim na universidade eu senti que eu era capaz de fazer mais além, então confiança eu acho que a minha autoestima também melhorou bastante porque estar ali no meio, se sentir que tu pode sei lá, fazer um artigo, uma pesquisa, trabalhar com coisas mais acadêmicas, eu também descobri que sou uma pessoa muito extrovertida dentro da universidade que eu achei que eu nunca, que eu não era extrovertido, então acho que a autoestima, confiança, felicidade, eu estou sempre muito contente comigo mesmo, porque eu consigo cada vez mais evoluir dentro da universidade ao ver que a cada semestre que passa eu evoluo e eu consigo acompanhar então isso é muito bom acho que esse sentimento de alegria, felicidade, autoestima e confiança são esses que mais dominam quando os sentimentos são positivos. Às vezes tem um pouquinho de falta de esperança, porque tem muitas vezes que tô sei lá, fazendo ali um trabalho, uma prova e eu to, Meu Deus como é que eu vou fazer isso? a gente sempre é constantemente é desafiado na universidade, as vezes a gente não se sente capaz de fazer aquilo,

tipo no começo do semestre a gente vai ler o plano de ensino e a gente fica Meu Deus do céu, como é que eu vou fazer isso? então esse sentimento de não se sentir capaz às vezes é muito ruim também, tem uma parte de a gente se sente um pouco inseguro às vezes sei lá, quando tem que apresentar alguma coisa na frente dos colegas, para um professor, muitas vezes eu tenho que, fiz uma, acho que duas ou três provas orais em espanhol e elas são muito desafiadores para mim, então, me sinto às vezes ansioso, e estressado por conta dessas provas, ter que falar em público um idioma que eu não domino bem, eu sempre domino bastante o inglês eu tenho mais facilidade, o espanhol é um pouco mais difícil para mim mesmo, que eu não tenha ficado para trás durante o semestre então eu acho que esse sentimento de estresse, de ansiedade, de não se sentir capaz muitas vezes diante de um trabalho ou uma prova, acho que um semestre inteiro quando a gente vê o plano de ensino, é são os que mais assim que assim são presentes. E esse acho que seja isso assim, os sentimentos ruins que eu consigo me lembrar assim, que mais me vem à mente quando eu penso nisso e cansaço às vezes, a gente se sente muito cansado, muito sobrecarregado, agora mesmo estou no final do semestre e eu estou me controlando assim para não quase surtar porque é muita coisa, eu sempre digo não é nada difícil, não é um bicho de sete cabeças, mas é um artigo para uma cadeira e outro artigo para outra cadeira, é uma aula que tem que dar, é um plano, são vários planos de aula que tem que fazer, ai tem mais eletiva, tem mais alguns projetos que eu participo, fora as aulas então... Esses sentimentos assim é complicado, mas acredito que seja isso. Vou só me lembrar o que me fez, tipo geralmente eu sinto essa falta de esperança quando estou fazendo algumas coisas e eu não vejo final naquilo, ou como vou sair daquilo. Acho que acredito que para melhorar isso, eu sei que é difícil, para mim é um sentimento muito, meu assim, mas eu acho que não sei talvez deixar as coisas um pouco mais transparente para nós, porque às vezes a gente tá fazendo alguma atividade ou alguma coisa e aquilo é muito abstrato, que ele é tipo Nossa, como é que eu vou lidar com isso? ou até mesmo as vezes eu sinto que no curso não nos preparam tanto para o que a gente vai enfrentar na sala de aula, por exemplo, eu to fazendo uma cadeira linguística aplicada, a dois, eu to fazendo, e nesse semestre a professora nos pediu para fazer, para dar duas aulas *online*, duas presencial e uma para nossos colegas, então, eu lembro que eu dei uma aula na escola Silveira Martins aqui em Bagé e outra dei para uns colegas da faculdade numa na paralisação que teve agora em dezembro

no final do ano de dois mil e vinte e dois, perdão. E eu lembro que tudo que eu aprendi de teoria, tipo, tudo que eu aprendi assim nos dois semestre de teoria, muito pouco apliquei, muito pouco eu tive tipo, Nossa, eu realmente, eu fiz isso com as crianças e eu só aprendi no segundo semestre. Não, foi muito mais um negócio intuitivo e de que eu me lembro de ter aprendido, sei lá, vendo professores meus quando eu era mais quando eu tava no fundamental eu dei essa aula para crianças no oitavo ano, eu não eu considero nem adolescentes eu considero pré-adolescentes ainda, porque a maioria deles tem entre treze ou quatorze anos e quando eu dei essa aula a primeira coisa que pensei que eu usei quase que nada do que eu aprendi, muito pouco assim da teoria, que era assim sentar e ler e refletir, filosofar, muito pouco aprendi, que eu mais usei foi a minha intuição como professor como sempre eu pensei que eu usaria e coisas que eu me lembrava que eu não gostaria que um professor fosse quando eu era mais novo, e às vezes acho que essa falta de esperança está muito relacionada não nos prepararem para o que realmente a gente enfrenta, a gente enfrenta alunos, pais, diretores, coordenadores, essas pessoas no nicho escolar, no nicho acadêmico e as vezes nos prepararam para não sei um problema que é muito hipotético de acontecer, e isso às vezes me causa tipo Como é que eu vou chegar lá sendo que to aprendendo coisa muito fora da realidade? sabe o que acho que, não sei, mas pra mim isso faz um pouco de sentido porque eu vejo, por exemplo na faculdade de medicina eles já chegam e fazem estágio e eles já estão lidando com pessoas, na faculdade de enfermagem por exemplo tem uma conhecida que ela já fez estágio desde o segundo semestre, ela já entrou no ano da pandemia, então ela estava lá fazendo vacinação e eu agora recém a gente está começando a dar aula, na metade do curso então acho que preparar mais a gente para o que a gente realmente vai fazer do que muita muita teoria, muita muita leitura, muito isso, muito aquele outro para aproveitar muito pouco. Sim, deixa eu ver só se eu entendi a pergunta é para mim falar sobre as minhas relações com pessoas no meu inicio social e como isso interfere na minha relação acadêmica, é isso? Eu acho eu sempre tive contato com muitas pessoas, todo mundo de qualquer classe social, eu estudei por muito tempo em colégio particular então eu lidei muito com pessoas de classe mais alta, e depois eu fui para o ensino público e lidei com pessoas de classe média baixa, e assim hoje em dia, eu noto que talvez por eu ter tido essa relação com pessoas de muitos, muitas classes e diferentes pensamentos porque com eu sempre tive muitas amizades, muitos

conhecidos com pessoas de todos os os círculos sociais possíveis, eu estava numa festa de gente diferente e outro final de semana eu testava na mesa com amigos do meu pai que são bem mais velhos e eu acredito que isso no conceito acadêmico influenciou muito a minha vida porque eu consigo ver as pessoas com mais talvez empatia, saber que eles não vão ser iguais a mim e eles não vão ser iguais às pessoas que eu conheço, por exemplo, eu estou numa sala de aula como aluno na universidade e eu consigo ver que cada um é um ali e eu consigo respeitar a visão deles, que eu acho que a gente está numa bolha, tem um círculo muito fechado e a gente acha que tudo vai ser igual à gente, todo mundo vai ser igual àquilo, então, acho por eu ter tido muita experiência de ter andado com todo tipo de gente possível, isso me fez conhecer melhor as pessoas, saber que cada ser humano é um, individual e hoje eu consigo aplicar muito mais isso tanto como aluno na universidade quanto professor, porque eu tive muito a experiência em sala de aula foi só uma aula que eu tive mesmo, mas ela me foi um parâmetro muito grande que eu fico nossa, eu posso eu consigo fazer isso. Eu gostei e eu consegui perceber que eu consegui respeitar os limites dos alunos, saber como eles se portavam conseguir ver eles mais do que só um aluno, então acredito que isso influenciou muito assim na minha perspectiva de como as pessoas são, de eu ter muitas pessoas de várias círculos sociais, conhecer, não me fechar só então sou uma pessoa muito aberta conhecer novas pessoas, ter novas experiências, então isso ajuda muito a eu compreender melhor as pessoas e ter uma mente mais aberta em relação a opinião e a tudo assim no geral na vida das pessoas, porque ninguém é um só né, e eu acho que muitas vezes eu vejo colegas mesmo, pessoas na universidade, professores que acreditam que todo mundo tem que ser um só, tem que pensar de uma forma só e eu acredito que eu consigo fugir um pouco desse padrão de que eu entendo mas que as pessoas são diferentes, e isso não faz ninguém menor que outro. Todo mundo é igual mesmo sendo diferente. Eu com certeza que percebo e eu acho que é muito importante, porque cada cadeira prepara para outra cadeira, cada trabalho prepara para um trabalho, por exemplo, eu lembro que quando eu estava no primeiro semestre eu ainda estava tipo Meu Deus, como é que eu vou fazer isso? Né, eu ainda me lembro que eu perguntei para o meu mentorado do projeto do AME que é acolhimento e mentoria estudantil, como que eu vou virar o gatilho de ser um aluno porque quando eu estava no primeiro semestre eu queria ser muito ser um professor mas eu não conseguia me enxergar dentro de uma aula,

não me enxergava fazendo material para uma aula, elaborando material para uma aula e eu perguntei Como é que eu vou fazer isso? Como é que eu vou virar o gatilho de ser, não só um estudante mas também ser um professor, poder ensinar, passar o meu conhecimento para alguém e ela me disse Espera que tu vai ter cadeiras que vão te preparar para isso, não vão ser só uma, tu vai ter letramento, linguística aplicada, linguística aplicada dois, análise de linguística, tudo isso vai te moldar. E hoje eu percebo que ela tava muito certa, tive essas cadeiras e um disse Ó vocês vão ter isso, vocês vão ter uma sala de aula cheia de alunos e esses alunos não vão ser todos iguais alguns não vão saber o que que vocês estão falando, muitos vão ter uma realidade diferente da de vocês e quando eu cheguei em linguística aplicada dois que eu tive que dar aula eu percebi que era isso mesmo, quando sei lá linguística aplicada um Então olha, tu vai ter que fazer quando é aula assim, vocês tem que prestar atenção naquele outro nisso, tem detalhe aqui, tem detalhe ali e quando eu fui fazer os planos de aula avalei mesmo me lembrava disso e percebi Nossa agora consigo então quando eu olho para trás assim percebo o quanto eu evolui, como muitas cadeiras ajudaram todo esse processo, esse processo de subir degrau por degrau e eu acho que é bastante importante para formação de até mesmo como professor como estudante para aprender a língua, a língua ou as línguas como já entrei sabendo uma precisei aprender a outra só, e desenvolver mais, melhorar mais o meu inglês, mas em compensação o espanhol eu tive que aprender e aí tudo isso eu acredito que é importante, eu vejo essa forma de degrau por degrau e eles te ajudam e tu não percebe tu só vai é um processo e eu tenho que acreditar que esse processo vai dar certo, mas claro também é muita dedicação e muito esforço, não vou dizer que só as cadeiras fizeram tudo por mim, não, eu tive que estudar, cansei de ficar até mais tarde estudando, tentando entender aquilo, por que aquele método é para isso, por que aquele método faz sentido, tem que fazer uma aula e eu não consigo fazer aula, vou lá buscar, chamar professor e tudo mais, mas esse é o processo que eu acredito, para mim deu certo e eu encerro dessa forma. Eu acho que muitas conquistas eu percebo que eu mudei muito assim a minha perspectiva do que eu quero fazer, do que eu quero para mim, acho que uma coisa que todo mundo quando entra na universidade acaba mudando e acho que é parcial, é que muda muito a tua perspectiva das coisas, porque por exemplo assim como tem muita gente que entra, gosta e quer ficar no meio acadêmico, quer, dependente do curso

eu acho que é ficar ali, tem muita gente que entra ali e descobre que outra coisa, por exemplo tem muita gente que entrou, conhecidos meus que não gostaram mas se descobriram outra coisa Ah eu não quero ser professor disso, mas eu quero poder ensinar outra coisa, Ah, eu não quero ser professor, mas eu quero trabalhar, então eu vou buscar um bacharelado em alguma coisa, quero ser pesquisador. Então acho que uma das maiores conquistas é essa diferença da perspectiva, eu alcancei uma perspectiva diferente do que eu acreditava que eu poderia fazer. Relações, a gente cria laços com pessoas que a gente acreditaria que nunca ia fazer, tipo eu tenho o meu grupo na universidade e a gente sempre fala Se a gente se encontrasse na rua, numa mesa, num bar, num restaurante, numa festa, a gente não faria amizade, mas a universidade nos uniu, por causa que muitos ali têm o mesmo objetivo, a gente se ajuda, a gente está batalhando ali, a gente tem um trabalho a gente está com muita dificuldade a gente se junta e faz, tem uma prova a gente vai lá se junta e estuda, isso é uma coisa muito assim que eu acho que conquistei que eu me orgulho muito assim os laços que eu criei com pessoas da universidade, com todo mundo ali, não só com o meu grupo, mas com pessoas assim que eu vejo em uma só cadeira, pessoas que eu vejo uma vez a cada duas, três semanas e a gente conversa, pessoas de fora do meu curso, então acho que esse negócio da perspectiva, dos laços, são uma coisa muito importante para mim. E conhecer tipo, por exemplo, a gente conhece outras coisas, nesse curso a gente descobre que a gente pode não ser só professor, a gente pode ser outras coisas, por exemplo, eu quero ser muito professor, mas nesse curso descobri, acabei conhecendo o curso de relações internacionais e eu acho, e eu pretendo fazer esse curso depois que eu sair da universidade e eu ainda pensei Putz, se eu tivesse conhecido esse curso antes, talvez eu não teria feito o de línguas adicionais, mas eu só conheci através dele então tipo só somou o curso soma tudo na tua vida assim tu descobre novas coisas tu te descobre, então são todas essas conquistas que são importantes para mim, fazem parte da minha jornada. Eu acho que primeiro pertencimento_e_amizades, porque criei muitos laços dentro da UNIPAMPA, amigos assim que acho que vou levar para vida provavelmente são pessoas que fora da universidade são meus amigos não só colegas, e principalmente por esse negócio da união de querer se ajudar um ao outro de ter esse negócio de uma mão amiga para te ajudar ali durante o trabalho, durante uma dificuldade não só academicamente falando mas também assim na vida na nossa vida pessoal,

autorreflexão_e_avaliação hoje em dia eu consigo notar mais os meus erros e aceitar eles de uma forma melhor, porque antigamente eu via um erro e tentava ignorar ele porque para mim errar é errado e não deve ser, a gente tem que ser perfeito, então, acho que por causa disso assim eu vejo um erro e eu sou muito disperso eu sento para estudar e acabo me distraíndo e vou lá e penso, não eu vou cronometrar um tempo para eu poder estudar, para que eu consiga absorver melhor que eu vá entender, ou tipo, antigamente eu atrasava muitos trabalhos, eu era muito, não tinha um cronograma para fazer as coisas, tipo por exemplo, a professora dava uma semana e eu ia fazer na madrugada para entregar no outro dia, hoje em dia eu tenho horários, eu tenho, sei lá, me polício mais para fazer as coisas, eu percebo erros meus às vezes em atitudes em falar enfim, em sala de aula como professor, como aluno então eu tenho mais essa avaliação né essa reflexão que eu tenho de mim mesmo, próxima eu acho que é pode ser a liderança, porque eu aprendi a ajudar mais as pessoas, enxergar mais, a estender a mão a guiar o meu grupo quando eu faço, eu consigo ser mais proativo, a enxergar o que cada um pode fazer para mim para o trabalho fluir, não só ficar eu vou fazer isso e vocês façam isso, não, é tipo vamos ver o que cada um vai, é possível fazer, a enxergar melhor o grupo e poder juntar todos para que o trabalho seja melhor e render melhor, porque antigamente eu sempre era o que era deixado de lado porque eu não queria, eu achava que eu não vou fazer porque eu deixa que façam por mim e que me dê algo para mim fazer aí hoje em dia eu já vou lá e digo olha a gente vai fazer isso e por exemplo tu vai fazer tal coisa porque consigo ver que tu consegue fazer melhor isso e o outra pessoa vai fazer tal coisa porque tu não consegue lidar com isso mas é melhor enfim, consigo enxergar mais isso e acho que isso me deu um senso de liderança mais forte que eu não tinha, o ambiente_de_convivência também é muito bom lá na universidade é sempre muito bom estar com as pessoas, qualquer pessoa que tu sente para conversar tu vai conseguir compartilhar conhecimento, trocar informação e eu acho sempre achei isso muito legal, eu nunca tive isso nos lugares onde eu frequentava então hoje em dia é muito bom é muito legal eu ter isso, é muito bom, né. O sucesso_acadêmico que acho também é bastante interessante pelo fato de que eu me descobri de uma forma melhor academicamente falando, a gente eu vejo a vida acadêmica de uma forma diferente e eu vejo que talvez eu tenha um futuro com a vida acadêmica também, e acho que por último papel_e_prática_de_professor, porque, eu sempre falei que eu queria ser

professor mas eu não sabia como, porque a primeira experiência que eu tive como professor foi num cursinho de inglês e na maioria dos cursinhos eles dão o material e tu não precisa ter a didática de professor de montar a aula, tu estuda para dar aquela aula, ela já está pronta, só precisa, Então eu acho que era uma coisa que eu queria aprender ser professor, poder ensinar com qualidade, passar tudo que eu sei da melhor forma para que eu consiga me compreender. E eu acho que é isso, sobre esses aspectos que eu escolhi foram esses. Acho que estado_emocional_e_físico, é bem difícil a gente se manter estável emocionalmente por causa de muita coisa assim ter que lidar com muita coisa, por exemplo, eu moro um pouco longe do campus, então muitas vezes eu tenho que acordar muito cedo para chegar no campus às vezes eu acabo, poucas vezes eu perdi o ônibus mas às vezes a gente perde e isso abala muitas coisas na nossa vida, por exemplo, tem muito trabalho e às vezes eu não estou com cabeça para fazer porque além da vida acadêmica a gente tem a vida pessoal, então é uma coisa que às vezes a gente não consegue conciliar às vezes tu está com problema em casa, está com problema na vida amorosa alguma coisa aí tem que estar ali para fazer porque se não tem o prazo e a gente tem que cumprir, como tudo na vida mas isso é uma coisa que bastante me incomoda, ter muita coisa para fazer, e tem outras coisas, ou não tem dinheiro ou tem que pagar uma conta alguma coisa assim, então, nessa parte do emocional é um pouco difícil, de contornar, e também vem a saúde_mental porque é bem difícil manter isso estável por conta de tudo isso, a gente não é preparado para o que a gente, como eu digo, a gente saiu do ensino médio e a gente vai para uma realidade totalmente diferente onde o professor não trata a gente mais como criança, o professor não trata a gente como muitos professores tratam a gente como filho quando a gente está no ensino médio ou fundamental é uma coisa uma relação diferente e a gente não pode dizer Professora não consegui fazer por causa disso mas o professor diz que não que ele não pode fazer nada que teve o prazo assim como todos e se ele te der aquela colher de chá ele vai ter que dar para todos e não é certo e isso deixa a gente às vezes um pouco abalado emocionalmente e mentalmente porque a gente às vezes tipo eu não vou conseguir dar conta, eu tenho minha vida fora e como é que eu vou lidar com isso e tudo mais. Então acho que essas duas que mais ainda me prejudicam assim do que eu gostaria, do que eu almejo, são essas duas o quesito emocional e mental. A experiência_acadêmica é muito boa, eu acho que todo mundo deveria poder ter acesso, porque é uma

experiência_única assim aqui em casa mesmo eu conto pro meu pai e pra minha mãe e até eles entendem, mas não é uma coisa que eles consigam sentir a mesma energia, sentir a mesma coisa que eu sinto então acho que é uma coisa única que todo mundo deveria ter, e eu acho que hoje em dia muitas pessoas têm mais acesso do que antigamente então eu acho que é algo muito, muito bom por mais que como eu digo a gente não consiga conciliar às vezes a gente está mal por outras coisas e seja difícil, é muito bom porque eu sinto que eu aprendo, eu aprendo muita coisa assim muitos professores eu aprendo não só intelectualmente falando mas também como pessoa, a gente aprende muitas coisas como a gente conhece pessoas novas descobre novos mundos através dessas pessoas, por exemplo eu não falei, mas também tem o negócio de diferenças_culturais eu conheci muita gente de fora daqui por exemplo, a maioria das amizades que eu fiz não são daqui da minha cidade, eles são de outras partes do estado e algumas pessoas também são de fora do do estado, eu tenho um amigo nosso meu assim que ele é de São Paulo, então a gente muitas vezes a gente fica falando sobre as diferenças daqui do Rio Grande do Sul, da cidade para a cidade dele, ele conta coisas diferentes, é um mundo novo praticamente e uma coisa diferente e isso é muito legal, então acho que o aprendizado intelectual mas o aprendizado também de ser humano, de conhecer que não é só aquela vida que tu leva que é a vida de todo mundo isso é muito interessante e uma experiência_única de estar no quesito acadêmico, claro que e uma experiência que eu acredito que seja para poucos, porque eu acho que são poucas pessoas que conseguem aguentar toda a carga, a carga psicológica, mental, emocional que é estar cursando um curso independente que tu vai exercer ou não, tu precisa te dedicar a ele e essa dedicação exige muito de ti, exige muito principalmente o nosso curso que ele é integral, é muito difícil para quem quer cursar o nosso curso trabalhar, então ai já corta muitas pessoa porque tem muita gente que não tem condição de trabalhar, de ter alguém para sustentar então tu precisa sustentar, precisa trabalhar então pro curso integral isso dificulta, então é um curso por exemplo eu sempre digo que é um curso para quem tem muito dinheiro para se sustentar de alguém de fora algum que ajude, ou para alguém que vai querer dar o sangue e suor para trabalhar e se sustentar e ai e a acho que é sobre esse tipo não é todo mundo que consegue por causa dessa carga, é um curso que exige muito de ti e eu digo que é integral a gente está lá de manhã e de tarde, mas é quase vinte e quatro horas porque às vezes tu está lá de boa mexendo no

celular, ou fazendo alguma coisa ou saindo, e aparece um e-mail de um professor pedindo para ti fazer uma correção em alguma coisa e ele quer quase que imediatamente tu tem que parar o que tu está fazendo para ir lá fazer, então é um curso que exige muito, é uma carga que é para poucos mas assim na minha visão eu gostaria que todos pudessem ter essa experiência porque é uma experiência_única que poucos têm a possibilidade infelizmente de ter mas eu acho que uma coisa que é muito boa tem muito acrescentar em todo mundo, conhecer novos mundos em um só lugar, eu acho que isso é muito importante.

****** *n_13 gen_2 id_04 raç_3 ing_2 rest_1 res_1 pro_1**

Se for falar algo positivo que mais positivo da minha experiência_acadêmica não é acadêmico porque é as relações, as amizades que eu fiz as pessoas que eu conheci as experiências que eu tive, não dentro da parte disciplinar, de desempenho, e aí se for isso com certeza que foi a parte mais positiva, aí se for procurar algo positivo relacionado ao meu desempenho acadêmico, eu acho que é quando eu venço as minhas adversidades que eu invento, minha procrastinação e consigo realmente fazer alguma coisa porque eu ainda faço, porque quando eu faço alguma coisa eu faço bem e tudo mais. Se for em relação a parte acadêmica do desempenho eu acho que é algo tipo alívio, satisfação e em relação a outra parte é algo mais fraternal mesmo, mais de diversão e se sentir bem assim em relação a outras partes, não acadêmicas digamos assim. Eu tenho uma relação meio complicada com a minha experiência_acadêmica, com o meu desempenho, então se for para colocar especificamente emoção assim eu já senti tudo, tristeza, ansiedade, raiva, frustração porque não me identifico com o que eu faço, então é meio difícil para mim por mais que eu não considere o curso algo difícil, não é difícil para mim aprender os conceitos, fazer as coisas é difícil, fazer algo que eu não me identifico, então rola muito esse sentimento de frustração principalmente eu acho. Então, pensando primeiramente, relações_interpessoais, as minhas amizades são todas da faculdade então todos os meus amigos estudam no mesmo lugar que eu, são todos de cursos diferentes, eu tenho acho que no máximo um amigo meu amigo, amigo mesmo que conheço mais pessoas no curso, então influencia no sentido que querendo ou não eu penso muito para mim que acabei ficando num curso que não é para mim, numa faculdade que eu não tenha me adaptado super bem, mas por causa dessas relações que construí, então querendo ou não tem uma influência forte, meio que acabei ficando vamos dizer assim e agora em relação a

coisas mais relacionada ao curso colegas, professores eu não tenho relação com ninguém na verdade, eu estou muito tempo na faculdade então eu já transitei por muitas turmas, muitos meios professores já conheço todos praticamente, acho que só não tive aula com um ou outro, também não tenho uma relação forte com meus professores na verdade não tenho uma relação consistente com ninguém dentro do curso, a não ser acho que a minha orientadora do meu trabalho final que é uma professora que desde o primeiro semestre eu já tive uma conexão maior, ela entende o meus gostos, dificuldades, adversidades e tudo mais, então é também foi uma pessoa que me manteve no curso porque quando eu quis sair mais de uma vez sempre conversei com ela e ela sempre me fez ficar, vamos dizer assim e querendo ou não eu não tenho proximidade com os meus colegas, não tenho problemas jamais com nenhum, não tenho problemas para relacionar com pessoas mas também já estou naquela fase que estou há tempo demais num lugar para realmente me interessar em conhecer novas pessoas, então, é uma relação normal, uma relação de respeito, de harmonia, assim, de sala de aula tanto com professores quanto colegas, só não tenho uma relação de verdade com ninguém, vamos dizer assim. Como eu já acho que já deixei meio bem claro assim eu não tenho relação muito boa com a minha escolha de curso e tudo mais então assim, no sentido o progresso dentro do curso que eu escolhi quando eu termino o semestre, quando termino tarefas, eu sinto satisfação por sentir que é um passo a mais para terminar esse curso vamos dizer assim, mas também tive uma relação muito de declínio porque vai pegar meu histórico por exemplo, começa bem sem nenhuma reprovação e tudo mais e aí vai piorando a cada semestre mais reprovações, desistências tanto que, como falei, não tem um problema tipo, problema de aprendizagem, tenho problema de compromisso, então se for pegar o meu histórico a maior parte das minhas reprovações é porque eu desisti das cadeiras não é porque eu rodei por nota, porque eu não consegui fazer a prova não é porque eu não consegui nem lidar com o fato de ter que estar no lugar e fazer o meu papel, sabe? Então, o que eu enxergo assim é cada etapa é um misto de estou ficando para trás com tenho que progredir então é muito assim são sentimentos muito ambíguos que eu tenho em relação a cada fim de semestre ou a cada finalização de projetos por exemplo, acho que projetos em si a maioria deles estão em (pé, inteiros realmente por gosto, por satisfação, deve ter sido dois e isso que eu fiz bastante coisa mas é porque muitas coisas eu fiz querendo ou não pelas bolsas, então é

muito ambíguo, um sentimento de satisfação com frustração, não sei como sentimentos tão opostos podem andar tão juntos. Eu acho que por exemplo que eu mais, a única coisa que eu me identifico mais que eu gosto mais dentro da proposta do curso é a parte da literatura, foi querendo ou não ter literatura no nome curso foi uma das coisas que acabou me fazendo entrar nele. Então, eu tenho que fazer uma produção escrita que não seja um relatório de observação de sala de aula ou algo assim, quando é algo mais criativo, quando é pelo menos um ensaio literário coisas assim, é o que eu sinto que eu gosto de fazer e eu gosto e eu sei que eu sei, mas ver os professores, eles sempre me elogiam quando eu escrevo ou quando eu participo, como eu não sou uma pessoa participativa, quando eu participo das aulas quando eu sou obrigada a apresentar um seminário ou algo assim, eu faço bem e eu faço exatamente o que eu tenho que fazer então sempre tenho muitos elogios, e aí eu sempre falo brincando: estou abaixo das expectativas das pessoas e quando tu fizer o mínimo elas vão achar que tu é ótima, mas é que eu sei fazer as coisas então quando eu tenho esses lapsos de ter elogios e ser reconhecida nas coisas que eu sei fazer é o que eu sinto mais progresso. Agora saindo mais fora da minha área de conforto que ela não é escrita e tudo mais ali da minha área de conforto acho que... O que eu tenho menos afinidade ali de dar aula né?, a parte da licenciatura e aí eu achava que seria impossível eu conseguir dar aula, achava que era impossível eu aprender a dar aula, achava que era impossível montar plano de ensino satisfatório. Depois que eu comecei a dar aula ainda mesmo não gostando, mesmo não sendo para mim, eu sei que agora eu posso e que eu consigo e que eu posso isso e fazer bem, então querendo ou não eu tive alguns progressos nesse quesito, essas são as coisas mais positivas, acredito. Então primeiramente o pertencimento_e_amizadess, como eu falei já basicamente a primeira coisa que me manteve dentro da faculdade. Então, as relações que construí nesse período foi a coisa mais positiva. Acho que talvez eu posso mencionar as diferenças_culturais, porque conheci muita gente nesse período da faculdade, pessoas de todos os lugares do país, algumas até fora né do país e é muito legal na real, eu gosto de conhecer pessoas nesse sentido assim... gosto de ver a diferença do sotaque, as coisas que a gente fala que um que o outro não entende então e deixa toda a experiência_mais_interessante. É, as relações_interpessoais que aí eu só iria repetir as mesmas coisas que eu falei em pertencimento_e_amizadess e sobre o que eu falei já era sobre ter pelo menos uma professora que eu me identifico. Acho

que dá para falar o papel_e_prática_do_professor nesse caso porque um dos motivos de eu ter ficado foi a influencia de uma professora nas minhas questões e querendo ou não eu não tenho problema exatamente com com as aulas por mais que cada professor dê aula de uma maneira diferente, tem a sua didática, a sua proposta ainda assim não foi algo que foi negativo, mesmo tendo algumas didáticas, algumas abordagens que são realmente coisas que eu não me identifico ainda assim não chega a ser um problema gigantesco na minha trajetória, então pode ser considerado como algo positivo. É, bom, positivo e negativo, na verdade depende. Ali não sei se escolho o estado_emocional, estado_físico sim. Tenho saúde, tenho todas coisas necessárias pra viver bem, acho que não vou botar essa parte do emocional, mas o físico sim fica como positivo. Ambiente_de_convivência talvez mas a UNIPAMPA eu já gostei muito mais da UNIPAMPA do que eu gosto agora, depois da pandemia, a pandemia quebrou o ambiente quebrou as relações, eu acho agora um lugar muito deprimente na verdade comparado a como que era antes porque antes a UNIPAMPA era realmente um lugar muito mais interessante, convidativo e até divertido de se estar comparado agora e então acho que é isso de positivo. Primeiramente então um dos mais pessoais que é essa do emocional, saúde_mental, inteligência_socioemocional, porque no geral não tem muito problema com nenhum desses três aspectos, em certo aspecto vamos dizer assim, mas eu sei que eu, muito da minha experiência_na_faculdade não ser tão positivas é por essas competências e, querendo ou não, não tenho quem culpar além de mim mesma porque a maneira como eu me sinto a aquele lugar é a maneira que eu me sinto com as coisas que eu tenho que fazer então, todos vamos dizer assim estou num colapso_mental que eu tive por causa da faculdade, eu me coloquei naquele limite sabe? Quanto tu tem tudo para fazer as coisas certo, mas ai tu segue fazendo tudo errado até chegar no limite que está no topo assim para cair no penhasco, vamos dizer assim, então, a minha relação com a faculdade é muito assim estou sempre no limite pra tudo dar errado então eu não posso ver isso como algo positivo, e aí posso falar também acho sobre a relação_interpessoal de novo assim porque, beleza, então, eu tenho minhas amizades mas eu não converso com o ambiente eu não me identifico com o ambiente eu não tenho uma relação com os meus colegas e tudo mais, eu sei que isso pode ser prejudicial até porque eu não sou participativa em aula eu não conheço as pessoas e é literalmente um curso de línguas e de licenciatura a gente tem que ser comunicativo, a gente tem que

interagir e é tudo que eu fujo de fazer, tudo que eu busco não fazer. Liderança eu perdi, eu sempre fui pelo menos na real, na primeira parte assim da vida escolar uma pessoa de referência e de liderança, eu sei liderar ainda mas o problema é muito se eu quero e a faculdade me fez perder essa coisa de ser, de ter iniciativa, eu já fui uma pessoa com muita iniciativa e hoje em dia eu faço o máximo para não fazer nada, porque parece que cada ano, cada semestre que acabava eu perdia mais iniciativa, mais espírito de liderança ou vontade de fazer coisas que não fossem, qualquer coisa que passa um pouquinho pouquinho do que eu sou obrigada a fazer eu não vou querer fazer tanto que a última vez que eu me envolvi com algo diferente foi dois mil e dezenove que aliás eu já organizava semana acadêmica eu organizava eventos fazia isso e fazia aquilo depois veio a pandemia e a faculdade seguiu acontecendo e eu, assim como, eu quebrei junto com a UNIPAMPA então eu não tenho vontade de nada, vamos dizer assim. Ah eu não falei da organização_institucional antes, como positivo, mas é que ela não é nem positivo nem negativo eu acho a UNIPAMPA um ambiente muito básico, sinceramente eu nunca tive problemas, eu nunca tive problemas na real, tanto como na parte administrativa da faculdade então esqueci de mencionar antes então fica como positivo, não como negativo como que eu vi agora. é eu acho que é isso, os outros não fazem tanta diferença. Tá, é não sei é não sei se eu tenho muito o que dizer, vamos dizer que a minha a minha experiência_acadêmica ela é totalmente resumida por aquelas frases aquela brincadeira que a gente faz que é entrar na federal é fácil, difícil é sair, por que a partir do momento que eu entrei, fui entrando em declínio... eu entrei como eu disse foi entrando em declínio, comecei bem fui piorando a partir dos semestres por conta da minha própria relação das barreiras que eu mesma construí e é muito difícil tu se dedicar a algo e fazer algo como deve ser feito quando não se identifica e tu sabe que não quer estar naquele lugar mas tu acaba se obrigando a ficar lá por fatores externos então é uma uma relação muito complicada e cíclica é falando assim parece que eu odeio mas a questão não é essa não odeio, agradeço assim querendo ou não ter entrado pelo menos foi bom ter vivido as coisas que eu vivi foi bom com a maneira que pelo menos já que eu estou lá como contribui academicamente para mim pelo aprendizado assim professores que eu conheci de maneiras diferentes de ter aula que eu conheci pelo menos abriu novas, novas visões assim abriu portas ao mesmo tempo, muitas portas que eu sinto que se fecharam no meio que fui eu que fechei porque quando

eu conseguia aproveitar as coisas eu realmente aproveitava a experiência de tudo como a faculdade tinha para me oferecer mas fui me fechando fui me fechando e parece que isso ficou pra trás, mas é isso, é uma relação ambígua, não posso dizer que ela é negativa, simplesmente negativa mas também não posso dizer que ele é positiva senão eu iria estar mentido. Mas, é importante pelo menos e não sinto ressentimento apesar de parecer que eu tenho um discurso muito pessimista e ressentido não é ressentimento que eu tenho talvez o meu ressentimento seja a maneira que eu aproveitei, por que eu sei que poderia aproveitar muito melhor, poderia já estar até formada e eu não fiz isso, mas, não é o fim do mundo, acho que é isso. Eu acho que assim por mais que eu conheça muito bem o ambiente_acadêmico pode ser nocivo, pode ser, realmente às vezes prejudicial, não quero dizer a palavra tóxico porque é tão clichê, mas ai, tóxico eu conhecendo a mim mesma eu sei que não foram esses os meus problemas como eu falei eu nunca tive problemas em relação à administração nunca tive problemas sérios em relação a professores ou querendo ou não muito dos problemas que eu tenho e que eu tive poderiam ser contornados por mim mesma e muitas vezes eles não existiriam se eu não tivesse criado por que eu não sei separar muito as coisas, deve ser isso eu quero ou quero aproveitar principalmente os primeiros anos né aproveitar o máximo da faculdade, isso quer dizer não perder nada seja no lazer e seja na parte acadêmica, então, tu acaba entrando demais de cabeça em todas as coisas e aí chega o momento que parece estar saturado todas as experiências_acadêmicas como as experiências_pessoais então acho que falta isso, eu sou muito oito_ou_oitenta nesse tipo de coisa então talvez tenha sido oitenta demais em vez de ter sido oito de ou de ter sido oito não, mas, sei lá, dezoito durante, vamos dizer assim. É mais, por isso que eu digo, é mais culpa minha do que do ambiente em si por mais que eu reconheça e eu tenho amigos que já tiveram problemas muito maiores em relação ao ambiente_acadêmico mas de uma maneira que eu, a própria faculdade ou o próprio ambiente se mostrou como problema, esse não é o meu caso.

****** *n_14 gen_2 id_01 raç_1 ing_6 rest_4 res_1 pro_1**

Eu acho que a primeira foi orgulho por ter passado no, no curso né, ter conseguido a minha vaga na UNIPAMPA, deixa eu ver, curiosidade eu acho, na questão de eu ser realmente uma pessoa muito curiosa então eu procuro muita coisa fora do campus também. Eu me sinto feliz quando eu estou perto dos meus colegas, ali

porque é um grupo que eu me dou bem, assim, às vezes eu me sinto mais leve assim porque tem outros contatos assim com outras pessoas, e assim deixa eu ver se tem mais algum, eu acho que são essas que eu lembro agora, essas quatro mais ou menos. Eu acho que... eu sou uma pessoa muito nervosa então eu acho que às vezes acaba atrapalhando assim bastante, questões de que eu deva me expor bastante então acaba me prejudicando, não sei se eu vejo mais assim, eu vejo mais essa questão do nervosismo e é isso só não tenho outro assim, negativa. Eu vou começar com a minha relação com os professores, eu particularmente acho boa assim, eu até comentei no questionário que eles dão críticas muito construtivas para mim como profissional, então a partir do que eles realmente acham que eu posso melhorar, a partir dessas questões eu procuro melhorar, eu tenho uma boa relação com os meus colegas, então eu sempre tento ajudar assim que eu posso, com pessoas de outros cursos também eu me dou muito bem com eles, sempre tento ser educado eu acho que é o mínimo, e com as pessoas que limpam, o porteiro assim sempre uma boa relação com todos, então eu acho que todas essas questões me ajudam tanto como pessoa assim, tanto quanto profissional, mas acho que mais a questão profissional em relação às críticas construtivas que os professores dão, comentários sobre como eu posso melhorar como professora então eu estou sempre aberta a isso, é isso, são muito boas na verdade. Eu acho que a cada semestre eu realmente sinto que eu realmente evoluo principalmente por questões que eu não tive contato, com espanhol por exemplo eu não tive contato com espanhol, só no fundamental mesmo mas foi uma coisa bem superficial, então eu sinto que a cada semestre eu consigo evoluir bastante o espanhol e também projetos como o AME que eu faço parte que é de apoio à mentoria estudantil, então, essa questão do AME ele me ajuda principalmente como lidar com as pessoas, ajudar realmente os alunos que entram e a cada semestre eu vejo que eu consigo evoluir, na língua, nas línguas nos ambos idiomas que eu estudo e... eu acho que, eu acho que também tem questões de por exemplo da gente estar trabalhando bastante questões de fazer artigo por exemplo, durante a as aulas eu acho que isso aí futuramente vai me ajudar a desenvolver por exemplo um trabalho final um pouco melhor, eu já penso nessa intenção do trabalho final, de resumo, de contato com outros idiomas, realmente facilita muito e eu consigo ver uma evolução em mim. Bom, eu acho que as minhas conquistas foram em relação às línguas, tá, como eu já falei anteriormente, eu não tive espanhol como muitos alunos tiveram, eu não tive

inglês também, só tive um pouco no ensino médio então é... inicialmente bem nos primeiros semestres eu ficava me comparando muito com alunos que já tinham uma bagagem de inglês e tinham uma bagagem de espanhol e a partir do momento que eu consegui entender que cada pessoa realmente tem o seu tempo e que eu não tive as mesmas oportunidades então eu acredito que cada questão que eu consigo evoluir nos idiomas é uma conquista para mim, então e é uma conquista só pelo fato de eu estar lá dentro, que já é uma coisa bem complicada, bem difícil, então essas foram as minhas conquistas. Eu acredito que o primeiro deles é o pertencimento, em questão de amizades eu acho que é muito importante o aluno assim que entra ele possa sentir que realmente pertence algum lugar e dessas amizades eu acho que influencia muito no teu dia-a-dia, eu acredito também que a autorreflexão_e_avaliação acredito que a autorreflexão é algo que estou sempre fazendo, como eu disse, como eu citei antes, eu costumo ouvir muito os comentários dos professores e a partir dos comentários eu procurar melhorar tá, hã, deixa eu procurar outro aqui... Eu acredito que o papel_e_prática_do_professor, eu acredito que as vezes depende muito do método do professor sim, e que nós sabemos que cada professor tem um método diferente mas, eu lidei com pessoas, com professores que realmente me ajudaram bastante e que eu muitas vezes eu me inspiro em muitas coisas que eles fazem que eu penso assim É algo que eu possa trabalhar futuramente como professor, é algo que eu posso colocar dentro da minha sala como professora. A organização_institucional, também posso dizer, porque eu nunca tive problemas assim dentro da UNIPAMPA, como eu sou bolsista, eu trabalho ali na secretaria acadêmica e elas são muito... as pessoas com quem eu trabalho ali são muito educadas, muito simpáticas, sempre estão ali caso queira perguntar alguma coisa para elas estão sempre disponíveis, então é uma coisa que realmente ajuda bastante e eu acho que o último seria, Eu considero um pouco a questão da liderança, porque eu vou ser uma professora, eu acho que a gente saber lidar ali com determinadas situações e a gente ter realmente Eu sou professor aqui dentro da sala, eu sou e... então eu acho que... eu acho que seria isso eu acho, por enquanto, as respostas. Deixa eu pensar... Eu acho que é a questão do estado_emocional_e_físico, mas eu acho que isso aí são coisas particulares, eu acho que não afeta todo mundo, mas eu sempre tive muito questão de problema com nervosismo, com ansiedade, então é algo que me afeta, sim, mas eu acho que é uma coisa particular minha, eu acho que essa parte entra também no

papel_e_prática_do_professor, porque eu falei, eu tive contato com muitos professores e determinados, a gente pode dizer assim, determinados professores ou práticas, muitas vezes são insuficientes, pra gente realizar realmente uma atividade que às vezes tu vai para uma sala e acaba que o professor não tem muita didática, então acaba meio que atrasando, também, o teu aprendizado então eu acho que essas questões que me atrapalharam, me atrapalharam assim acho que foi estado_emocional que entra a questão da saúde_mental também eu acho que os dois estão bem ligados e a questão das práticas_do_professor. Eu acho que essa questão do estudo que tu tá fazendo, acho que é muito importante, do estado_emocional dos alunos, não sei mais assim o que eu possa acrescentar, acho que muitas coisas foram trabalhadas, que tu falou, que comentou, eu acho que são assuntos bem muito relevantes na verdade, eu acho que um dos principais focos é a questão do pertencimento, que muitas vezes ele acaba trazendo uma maior evasão. Eu só tive experiências_boas com professores, com os funcionários, com os terceirizados, então não tive nenhum problema com isso. Eu acho que não teria nada que eu gostaria de acrescentar, como eu falei anteriormente acho que tu conseguiu trazer muitos aspectos, tanto como pessoa, tanto como profissional, então eu acredito que tu conseguiu trazer tudo certinho, tanto questão de diferenças_culturais que, assim, a gente está lidando diariamente, tem diferenças culturais até dentro do Brasil. A gente tem alunos que tem são lá do nordeste outro lá no norte, então tem esse choque assim, e... eu acho que mais me ajuda como profissional é questão dos professores, que eles realmente, eu sou muito aberta a comentários com críticas construtivas e eu sou uma pessoa que sempre procuro evoluir, como já falei anteriormente, então eu acho que a principal maneira de tu te tornar uma pessoa melhor e um profissional melhor é tu estar aberto a ouvir críticas ao se desafiar assim, então eu acho que seria essas coisas que eu gostaria de falar e adicionar. Eu acho que tu conseguiu trazer todas as questões possíveis, eu não consigo pensar em nenhuma outra, então eu acho que é isso, não sei se era isso que tu queria que eu falasse.

**** *n_15 gen_2 id_07 raç_1 ing_1 rest_1 res_1 pro_1

Certo, então quando eu ingressei na universidade eu comecei a entender como funcionaria a profissão que eu estava estudando, eu, em primeiro momento, eu senti alegria por poder fazer parte daquilo ali, foi sempre uma coisa que eu quis; ser professora então sempre foi um desejo meu, um sonho uma vontade de estar nessa

profissão então em primeiro momento emoções foram alegria, euforia e satisfação também por estar ali na universidade fazendo uma coisa importante para mim, ao decorrer do curso eu também fui desenvolvendo emoções_positivas que me faziam ter um um senso de pertencimento muito bom porque eu senti que eu fazia parte de uma coisa interessante, uma coisa boa para minha pessoa e para os meus futuros alunos e também era uma coisa positiva para minha família e me senti também realizada porque eu recebi elogios, Ah tu está fazendo uma faculdade boa, uma coisa que muda a vida das pessoas e que é um papel importante na sociedade. então essas emoções foram as que emoções_positivas que foram surgindo ao decorrer dos momentos em que eu foi cursando a graduação, a maior parte delas e eu acredito que algumas dessas emoções vinham por parte do orgulho, da satisfação de estar sendo reconhecida pelos meus familiares e também pelos meus professores quando eu fazia alguma coisa correta no curso ou quando eu me saia muito bem com as notas ou quando eu passava com louvor em alguma disciplina essas emoções elas vinham aflorando noções de sentimentos de alegria, orgulho, satisfação e pertencimento àquela sociedade, àquele âmbito que eu estava ali estudando. Acredito que seja que ao longo da graduação eu tive muitos momentos de alegria né, porque eu senti o orgulho que os meus familiares tinham por mim e também meus professores e eu mesmo me sentia pertencente àquele âmbito e àquela profissão que exerceria futuramente, acredito que tenha sido isso foi basicamente isso que eu falei assim, o todo resumindo. Igualmente como as emoções_positivas também teve muitas emoções_negativas, presentes na minha trajetória, uma delas que foi a mais forte assim que eu posso pontuar é a insegurança, não sei se posso dizer que é uma emoção mas a insegurança ela me deixava às vezes... triste, às vezes com medo e essa insegurança ela era por causa da minha capacidade de dentro da universidade, eu a todo momento que eu me sentia feliz eu também sentia insegurança, será que é isso mesmo que eu quero? será que eu estou fazendo certo? será que as pessoas que estão me elogiando, elas tão fazendo isso verdadeiramente, então eu tinha o sentimento de insegurança e também tinha algumas crenças, que eram presentes na minha vida como por exemplo a ser professora, saber de tudo, então eu era muito insegura por isso, quando eu não conseguia entender alguma coisa ou quando eu não sabia alguma coisa que eu deveria saber, então eu me tornava insegura e ficava muitas vezes

com medo também, de reprovar em uma disciplina e de decepcionar alguns professores ou até mesmo alguns familiares.

Eu acredito que cada pessoa que eu cruzei dentro da universidade, que ainda cruzo elas tiveram algumas influências na minha vida, logo no início da universidade eu tive professores muito acolhedores e eles me fizeram refletir algumas coisas pessoais minhas e sonhos por exemplo ou alguns traumas que eu também carrego e essas pessoas me influenciaram positivamente, me fazendo refletir sobre a minha identidade me fazendo às vezes aliviar um pouco a tensão que era medo de fracassar, medo de ser uma péssima estudante, uma péssima professora futuramente, então algumas professoras no início da minha universidade foram muito importantes e me influenciaram bastante nessa questão, a questão dos meus colegas também foi muito importante, quando eu entrei na universidade eu tinha um círculo né, um círculo não, um nicho de amigos assim, um número de amigos grande então a euforia e a animação ali era muito boa, acho que no terceiro semestre mais ou menos, algumas dessas amigas que eu tinha elas foram mudando de curso, e eu acabei ficando sozinha nesse curso, não sozinha né que eu tive outros colegas mas o meu círculo de amizade ali estava desfeito, então era eu e os outros colegas que não eram tão chegados, e eu acredito que essa falta né de pessoas mais íntimas assim acredito que me influenciou bastante né com essas inseguranças que eu falei e também teve alguns professores que eles eram mais, não sei qual a palavra que eu possa usar, eles eram mais... tradicionais, acho que eu posso dizer assim, que também me influenciaram, não sei se posso citar nomes aqui, me influenciaram negativamente, então, em algumas disciplinas onde a gramática era mais forte ou a cobrança era mais forte, mas eu consegui diferenciar esses professores mais severos, e aqueles professores mais, mais suaves e consegui diferenciar quais os exemplos que eu quero ser, eu quero é, reproduzir na minha vida e quais eu não quero reproduzir, em relação aos funcionários eu acredito que eu sempre fui muito bem tratada, sempre me dei muito bem com todos e eles eram muito agradáveis assim, acredito que é isso. Sim, teve posso dizer a parte negativa né, tiveram pessoas que me influenciaram positivamente e outros negativamente, negativamente não foi exatamente no período da graduação, foi uma professora minha que eu tive muito tempo atrás quando eu era estudante do ensino fundamental que me marcou negativamente nessa questão, sempre quis ser professora e ela era muito agressiva assim na sala de aula e teve alguns assédios e

coisas assim que aconteceram, assédios verbais na sala de aula que me marcaram e criaram alguns sentimentos ruins que foram crescendo e que se despertaram na universidade, então, não foram, não aconteceu exatamente no mesmo momento da universidade mas que eles afloraram enquanto eu estudava para ser professora e uma coisa que eu sempre dizia era, eu quero ser uma professora diferente desta professora que eu tive na infância e isso acredito que seja uma influência, uma das pessoas que me influenciou a ser diferente, também teve uma professora minha que eu tive na infância também que eu encontrei ela algumas vezes assim na própria universidade em alguns eventos, palestras que tinha e ela me influenciava sempre Ah, segue o teu o teu coração, segue os teus sonhos, vamos ser colegas de profissão, era uma professora de português que eu tive, português e espanhol e ela foi minha professora no ensino médio, e ela sempre foi muito querida, muito amiga assim um dia eu encontrei ela na universidade, ela estava participante de uma palestra que teve na semana acadêmica e ela conversou bastante comigo e e me reconheceu como uma futura colega dela e aquilo ali me incentivou, me influenciou muito para mim não desistir, nos momentos que eu estava mais triste, mais cansada dentro da universidade ou até mesmo frustrada com alguns erros que eu ia cometendo assim nas disciplinas eu lembrava sempre que eu poderia ter um futuro, poderia seguir meus sonhos porque eu era capaz daquilo ali, então eu acho que essas pessoas elas foram influenciando assim cada momento da universidade. Foram aparecendo pessoas que me influenciaram negativamente e pessoas que foram me influenciando positivamente também, que é o caso dessas duas professoras, uma no passado que me influenciou negativamente e que foi aflorando esses traumas durante a graduação e essa professora em específico de português que me deu bastante ânimo pra mim continuar ali na minha graduação nos momentos difíceis. Eu acredito tudo pode cooperar para o meu crescimento, inclusive como eu respondi na questão anterior, inclusive questões negativas né, em relação às disciplinas, acredito que desde que eu entrei na universidade eu já me apaixonei pelo curso e isso foi me incentivando, me influenciando a continuar e nos momentos que que eram mais difíceis eu acredito que isso também me ajudou a crescer dentro dessas disciplinas mais difíceis né, que tinham níveis mais difícil por exemplo as disciplinas de línguas, principalmente a língua inglesa elas eram mais difíceis para mim pelo meu medo pela minha frustração em em alguns erros né, e também tem a questão dos filtros, bloqueios e filtros que eu ia criando dentro de

cada disciplina eu tinha um filtro ali negativo e um filtro positivo também, então eu em alguns momentos eu acredito que este desafio, quando as disciplinas eram mais difíceis eles me ajudavam no meu crescimento ali dentro da universidade sim, e as partes boas também, as disciplinas boas, os professores mais queridos, aqueles que te incentivam, aqueles que te ajudavam a consertar os erros, eles também me ajudaram bastante no crescimento. Acredito que seja isso, essa resposta não sei se eu to fugindo da pergunta. Minha primeira conquista que eu tive é uma conquista mais pessoal, posso dizer que é parte inibitória na oratória, né que é conseguir falar em público, conseguir expressar minhas opiniões e os meus hã objetivos é através da fala, da gesticulação porque se eu colocar em comparação quando eu entrei na universidade eu era uma pessoa muito tímida, muito envergonhada e muito internalizada então eu não conseguia me expressar, é muito difícil até para professores mais queridos eu consegui me expressar, olhar olho no olho e conseguir falar aquilo que eu pensava, expressar a minha opinião sobre alguma atividade ou era muito difícil então acredito que a primeira conquista que eu tive dentro da universidade foi uma conquista pessoal, que é a oratória, conseguir conversar com outras pessoas que eu não conheço, conversar com um público maior, conseguir olhar no olho do outros sem receio ou medo e conseguir desenvolver aquilo que eu quero falar que eu quero reproduzir em discurso em geral, a segunda conquista que eu pontuo assim é a conquista do conhecimento gerais. Eu quando entrei na universidade eu tinha uma mentalidade obviamente, e hoje em dia eu entendo que consegui aprender muita coisa, não só teóricas nas disciplinas mas é de convívio_social também, eu consegui aprender diversas coisas e nas experiências que eu tive eu consegui também entender um pouquinho mais de como eu era consegui me enxergar e autorrefletir de como eu reagia nessas situações, por exemplo, nas atividades em grupo, ou situações de discórdia em sala de aula como eu reagia nessas situações, e também no nas questões de história por exemplo, de literatura que eu me encantei, nas disciplinas de literatura eu consegui aprender muito sobre história, inclusive do Brasil, coisas que eu não aprendia antes, no ensino médio e nas outras fases da minha vida então abriu um leque muito grande assim de conhecimento sobre a história, sobre a geografia e sobre vários pontos assim sobre conhecimentos gerais e o terceiro ponto que eu vejo bem forte assim na minha é a questão da língua, que eu consegui aprender outras línguas que eu entrei na universidade eu sabia que era curso de línguas

adicionais mas mesmo assim eu tive um receio de não aprender aquelas línguas e não conseguir falar ela um dia. Então, isso também é uma conquista que eu considero boa assim para minha vida que eu consegui falar o inglês, falar o espanhol entender o que os outros falam também e conseguir explicar isso para outras pessoas e ensinar isso também para os alunos acredito que essa é uma conquista que a universidade me proporcionou e que é um conhecimento que a gente leva pra vida né, mesmo que algum dia eu não queira mais ser professora ou ensinar a língua, eu acredito que é uma coisa que vai ficar e é uma coisa que eu vou conseguir utilizar pra o resto da minha vida. E um quarto ponto que é uma conquista também é conhecer muitas pessoas que hoje em dia são importantes na minha vida e fazer amizades, essa é uma conquista social, fazer amizades com pessoas com que eu não imaginava, que são pessoas diferentes de mim, que tem crenças diferentes da minha, que têm ideologias diferentes da minha, que mesmo assim eu consigo considerar como amigos e como parceiros hoje em dia de profissão e também que são pessoas que fazem parte da minha vida social fora da universidade também. Deve ter outras conquistas que eu não lembro agora, mas o que mais me chamaram assim atenção e que eu consigo destacar como prioridade ou melhor, como maioria assim né na minha vida, no meu percurso universitário são essas aí. O pertencimento_e_amizades eles são fundamentais em todas, em decorrer de toda a graduação, porque sem esses fatores eu acredito que a gente não possa continuar ali na graduação sem amizades e se sentindo pertencendo daquela comunidade e se sentindo tranquilo naquela comunidade e como eu disse nas outras respostas ali, o senso de pertencimento, àquela profissão, futura profissão e aquele curso, foram um dos sentimentos_positivos, me causaram alegria no primeiro momento ali e também e no decorrer da universidade, as diferenças_culturais de primeiro momento elas foram um choque para mim e porque elas são diferenças, então elas foram me ajudando a entender e compreender melhor o outro e também reforçando que elas, aquelas... aqueles aspectos em mim que eu fui conseguindo diferenciar né, fazer diferença Ó o outro é desse jeito, mas eu preciso respeitar ele. Então são diferenças_culturais, eu tive colegas de São Paulo, colegas de Manaus, colegas de Rio de Janeiro e de outros lugares do Brasil que tinham culturas diferentes, tinham formas diferentes de viver, então isso foi uma coisa que me ajudou e nos ajudou a conquistar ali uma amizade, conquistar um senso de respeito entre um aos outros né, que fizeram a diferença ali na minha, na

minha graduação. Autorreflexão_e_avaliação, autorreflexão, ela iniciou ali no primeiro semestre quando eu comecei a pensar sobre mim e autorrefletir sobre a minha identidade. Então eu durante toda a universidade eu acredito que autorrefleti sobre mim muitas, muitas vezes: isso que eu quero fazer? Estou correta no que estou fazendo? Por que não consigo fazer tal coisa? Então, isso foi me ajudando a entender o meu processo né e eu consegui muitas conquistas que eu tenho acredito que elas devem a essa autorreflexão e essa autoavaliação também avaliação daquele meu processo porque elas foram importantes para eu entender como funcionava o meu tempo, como é que funcionava a forma de aprendizagem e também como que funcionava as didáticas da própria universidade, a liderança eu acredito que ela foi importante também nessa questão de sala de aula, eu digo mais na questão dos estágios que foram importantes na minha graduação e foram uma das partes que mais teve tensão, onde tive mais emoções_negativas e positivas ao mesmo tempo e que eu tive que entender que estamos estudando para ser professores, somos estudantes né, mas estamos estudando para ser professores e de certa forma líderes também, na sala de aula, então, eu nunca fui uma pessoa muito líder, eu sempre fui liderada, essa é verdade eu sempre respeitei as regras e ordens que vinham para mim ou instruções então ali naquele momento dos estágios eu deveria ser líder, e claro que tem a questão também da liderança entre os colegas né, e as minhas amizades sempre tem o líder e por exemplo Ah tem um colega que não gosta muito de estudar e ele me influenciava negativamente Ah vamos matar aula Vamos deixar isso aqui para fazer mais tarde então essa questão de liderança também foi importante para o meu sucesso_ou_insucesso_acadêmico e algumas disciplinas e que ali eu posso associar à autorreflexão e às amizades, então eu tinha que perceber quando estava errado e quando eu deveria mudar e não seguir esses líderes que às vezes eram más influências, e quando eu deveria ser líder também influenciar eles para fazer as tarefas e fazer alguma coisa que a gente precisava ali no momento. A minha felicidade_e_infelicidade, eu justifico ela como elas estiveram as duas ali eu acho igualmente na minha processo de graduação e também no meu dia-a-dia, as felicidades elas vinham sempre que eu me sentia satisfeita com alguma coisa ou quando eu me senti quando tive sucesso em algum momento e as infelicidades quando obviamente eu não conseguia aprovar em alguma disciplina ou quando eu tinha algum atrito em sala de aula, pode ser em algum grupo ou quando eu não tive alguma relação muito boa com os

professores também, que não foi a maioria, a maioria dos professores eu tive uma relação muito boa, mas teve alguns professores em que eu tive essa infelicidade pela metodologia mesmo, não consegui aprender a metodologia deles a forma de ensino ou o professor era mais fechado, então eu tive a infelicidade nas reprovações e nas frustrações que eu não consegui aprender alguma coisa, ou não conseguir entregar alguma coisa. Sim, ele contribuiu muitas vezes pro meu, mal_estar, a gente pode dizer assim, o não_bem_estar acadêmico, sim em diversas vezes, acredito, que igualmente com a felicidade ali, fui feliz e me contribuiu pro meu processo acadêmico ali e a infelicidade também, que foi nesses momentos onde eu não tive relação boa com o professor, ou quando eu não tive relação com o meus colegas também, ou com as vezes eu não tinha, o meu bem_estar eu ficava bem triste bem agoniada e bem infeliz quando eu não conseguia vencer uma disciplina e eu não conseguia melhorar naquela disciplina, isso aconteceu na disciplina de texto e discurso em inglês, por causa das minhas inseguranças, meu bem_estar ele era bem comprometido e eu era bem feliz naquela disciplina a professora era um amor, mas eu tinha alguns filtros negativos que me proibiram de avançar naquela disciplina e eu consegui vencer essa disciplina mas a frente quando eu tive um pouquinho mais de maturidade, quando eu consegui entender que era só uma disciplina e que estava tudo bem eu errar, eu não conseguia aprovar ali no primeiro momento, e teve muitas vezes que eu tranquei essas disciplinas por causa de questões emocionais, eu me sentia muito insegura, me sentia muito infeliz e eu tinha uns colegas que era fluentes em inglês, então isso me causava um mal_estar assim que eu não conseguia ficar na sala de aula e assim eu saia, mas era mais a questão linguística mesmo que eu era insegura, achava que eu não iria conseguir fazer aquelas atividades. O ambiente e a convivência acredito que sempre foi muito tranquilo, convivência com o ambiente com a universidade em geral, professores, corpo de professores, a direção também, sempre foi muito tranquila, pessoal dos funcionários também, sempre foram muito tranquilas, acho que sempre me causaram bem_estar e eu acredito que isso tem sido muito... Eu tenho contato com eles ainda, então foi muito tranquilo assim, me causaram bem_estar dentro da universidade. As minhas relações_interpessoais, acredito que assim como a felicidade_e_infelicidade também teve alguns momentos que é as relações_interpessoais ali com os meus colegas e às vezes com professores, eles foram... há me causaram alguns momentos, me causaram bem_estar e alguns

momentos não, não pela pessoa em si, mas pelo, pela forma que era abordada as aulas. Sucesso_ou_insucesso_acadêmico. Sucesso e insucesso, o sucesso é eu acredito que eu consegui ver assim ele, mais agora pro fim do curso né, e o insucesso em muitas vezes que eu não fui aprovada ou eu não dei tudo de mim ou nessas vezes nas aulas de texto e discurso em que eu desistia, esse insucesso em conseguir concluir a disciplina causava um mal_estar, me causava uma frustração e me causava um uma sensação de incapacidade e o sucesso era toda vez que eu conseguia realizar, conseguia produzir alguma coisa em espanhol ou em inglês, e o estado_emocional_e_físico, então, meu estado_emocional, ele foi bem durante os primeiros semestres, ele foi bem instável né, por causa desses gatilhos que foram surgindo né, com os traumas que eu tive na infância e com essa autorreflexão de pensar sobre a minha identidade do que eu queria fazer na minha vida, então meu estado_emocional nesses primeiros semestres ele foi complicado e instável e físico igualmente, eu estava sempre cansada e frustrada às vezes feliz e às vezes animada então foi instável, posso dizer que foi instável no início da universidade depois no decorrer do curso eu consegui ter um estado emocional tranquilo e estável porque eu já conseguia me reconhecer me pertencer entender que eu estava pertencendo àquela universidade e que eu tinha direito de estar ali e estava tudo bem eu errar em alguns momentos e era aquilo ali que eu queria fazer então o meu estado emocional foi instável nos primeiros semestres, no início da universidade, e depois ele ficou estável com esse processo de autorreconhecimento posso dizer, e saúde_mental a mesma coisa quando a gente está emocionalmente abalado quando a gente tem alguns problemas interno, os meus problemas nunca foram com família, que sei que teve alguns colegas que sofreu com alguns pais e tudo mais, mas meus problemas emocionais nunca foram em relação à família e outras pessoas, mas sim a mim mesma em relação ao curso, então sempre foi uma relação de eu sou capaz ou eu não sou capaz, eu posso estar aqui ou não? eu consigo ou não? Então esses estado_emocional instável, gerou alguma exaustão emocional mas exaustão mental também, então acredito que a minha saúde_mental esteve mais abalado no início da universidade e no fim da universidade com o trabalho final, mas ali no meio do percurso, na trajetória do curso eu acho que a minha saúde_mental estava regular, posso dizer assim. Então, a maturidade quando vou colocar ali desde o início da universidade, a maturidade fui conquistando ela aos poucos, quando eu entendi que nem sempre as pessoas vão gostar de ti e nem

sempre o jeito que tu tiver é o correto ou as crenças que tu tem são aceitas, ou teu jeito de ser vai ser aceito e isso era uma coisa que pesava para mim, eu falei ali sobre as diferenças_culturais, às vezes eu me sentia mal por ser uma pessoa que não tinha tanto dinheiro e pela minha forma de me vestir e isso me afetava também emocionalmente posso dizer ali no meu estado_emocional é alguns momentos eu ficava me questionando apesar de ser uma universidade pública, em alguns momentos a cultura o choque de cultura as amizades elas influenciam positivas e negativamente, e até até mesmo os problemas é, como é que eu posso dizer? Os filtros negativos que eu tive com a língua e também os traumas que eu tive na infância, então, isso era um turbilhão de emoções, no início da universidade quando entrei nos meus primeiros semestres era um turbilhão de emoções, tive que gerenciar isso e ir adquirindo uma maturidade emocional que antes eu não tinha nas escolas que estudei antes da universidade eu não me preocupava com isso, a roupa que eu me vestia, o jeito que eu falava, se eu era tímida ou não, se eu aprendia mais rápido que os outros ou não, então eu isso afetava emocionalmente obviamente né, e isso fui amadurecendo aos poucos quando eu entendi que eu não precisava ser igual ao outro, eu podia ter a minha crença, podia ser religiosa, podia ser da igreja e ter colegas que fossem da umbanda e não me sentir mal enquanto eles faziam alguma piada, enquanto eles falavam em festas por exemplo, nunca fui a festas dentro da universidade e isso era uma coisa que me chocava emocionalmente porque todo fim de semana eles faziam alguma festa ou uma junção e eu não participava nesses junções, então algumas amizades eu não tinha, algumas diferenças ali eram claras e a minha inteligência_emocional eu posso dizer que a maturidade em relação aos meus colegas em relação à universidade e à cultura da universidade que tem que fazer festas e tudo mais, foi ganhando pouco a pouco essa percepção de que eu não preciso ser igual aos outros para ser amigos deles, para estar no mesmo lugar de aprendizagem, no mesmo lugar de formação. Papel_e_prática_do_professor entra muito nessa questão anterior, o meu papel_e_prática_do_professor eles foram sempre um medo de fracassar, então, eu sempre soube que o professor ele tem um papel na cidade, ele pode influenciar os alunos positivamente ou negativamente se for, se o professor não tiver a habilidade de conduzir a aula e ficou bem claro esse papel, essa prática do professor nos estágios, que eu disse em algumas questões anteriores que eu tinha muita insegurança, eu tinha muito medo de fracassar, eu tinha muito de repetir alguns

exemplos ruins que eu tive na minha infância, de alguns professores e ao mesmo tempo eu me agarrava àquele papel_de_aluno, então eu era aluna eu tive aquela coisa bem clara na minha cabeça, que eu estava sendo avaliada mas naqueles momentos eu era professora também, então o meu papel_de_professor e as práticas que eu tive dentro da sala de aula, na residência pedagógica também que eu fiz ali eu tive que exercer aquele senso_de_pertencimento e ter aquela segurança de que eu posso fazer isso, isso aí entra todos os outros pontos né, entra inteligencia_emocional, entra o sentimento de pertencer àquele lugar, sentimento de que eu posso fazer isso, entender que eu sou líder naquele momento na sala de aula também, conseguir controlar a minha turma, e isso sempre foi sempre claro quando os professores da universidade nos ensinavam: olha, tu vai ser professor e tu precisa aprender a gramática que as vezes é chato né, tu precisa aprender todo o conteúdo, todo o cronograma que é pedido ali da língua, mas quando tu for ensinar pro teu aluno tu não necessariamente precisa ensinar só a gramática ou só aquelas formas mais tradicionais, tu vai aprender a transmitir isso pra ele, então, esse é o papel_do_professor na minha mentalidade, tu aprender o necessário ali sobre a língua e algumas coisas na universidade e transmitir isso de uma forma mais suave, mais tranquila que a cabeça do aluno, pensamento do aluno consiga entender aquilo ali que tu está tentando passar pra ele, isso é nas práticas_do_professor. A organização_institucional, acredito que a nunca tive nenhum mal_estar em relação a isso e também não me atrapalhou nada em meu sucesso ou das minhas conquistas no decorrer da universidade, acredito que a organização sempre foi muito boa, sempre foi muito tranquila, grade de professores e também o PPC do curso sempre foi muito legal. Acredito que seja isso, não teve pontos negativos assim ao meu ver, na organização_institucional. Primeiro deles ali, autorreflexão, meu bem_estar né para eu entender quem eu sou, entender o que eu quero, e entender as minhas emoções, o ambiente_de_convivência que foi um ambiente que foi sempre tranquilo, sem problemas, e que sempre teve todo o apoio, inclusive emocional, que algumas vezes eu precisei, fui no psicólogo que a universidade oferece, então acredito que o ambiente_de_convivência entra também na organização_institucional que sempre foi, que deu apoio ali pra os estudantes, e acredito que o sucesso_acadêmico também sempre ficou claro ali pra mim quando era sucesso e quando era insucesso e então acredito que isso também influenciou bastante o meu bem_estar acadêmico positivamente e negativamente, e por último, a

inteligência_emocional, sócioemocional, que é a aquela habilidade de gerenciar as minhas emoções e entender o meu processo dentro da universidade, entender que eu sou diferente e que eu preciso, não preciso né, agradar os outros ou não preciso ser igual ao outro para ser feliz pra me sentir bem onde eu estou, e que eu faço parte daquilo ali também que é o pertencimento. Em primeiro lugar eu acho que pode ser os insucessos, sempre fui uma pessoa que cobre demais então acredito que em todas as pessoas pode ser parecido, ninguém gosta de fracassar em algum momento então a maior parte das vezes ali foi o insucesso com alguma coisa, e também, o meu estado_emocional negativo que é os traumas que eu tive que me acompanharam ali durante todo o processo acadêmico e que muitas vezes me fizeram fracassar em algumas disciplinas em alguns momentos da minha vida que não era só disciplina também, às vezes como eu relacionava com os colegas então o meu estado_emocional instável eu acho que foi um um dos pontos que mais, contaram ali negativamente no meu bem_estar dentro da universidade e a infelicidade também de não conseguir fazer alguma coisa ou me sentir triste por não conseguir acompanhar os meus colegas, por exemplo. Eu vou fazer uma síntese de tudo isso que a gente conversou, e que eu acredito que isso se afluou melhor, ou melhor, se afluou nos últimos semestres da universidade, que é o semestre que eu me encontro, no momento do trabalho final, acredito que eu pude refletir sobre todo o meu percurso e pude colocar ali em destaque as coisas que foram positivas na minha vida e coisas que não foram positivas enquanto eu estava na universidade, por ser uma universidade integral, um curso integral, manhã e tarde e às vezes tinha algumas palestras à noite então eu passava a maior parte do meu dia na universidade, e eu sempre fui uma pessoa muito emocional, muito reflexiva sobre mim mesma, sempre gostei de observar as coisas também, e quando eu entrei na universidade eu não tinha noção de muitas coisas né, tanto que eu disse ali que a minha saúde_mental às vezes estava meio abalada ou eu tinha um estado_emocional instável porque eu não entendia muito as coisas que estavam acontecendo e eu me sentia às vezes sozinha porque eu não sabia se os meus colegas entendiam aquilo que eu estava passando, eu às vezes me sentia insegura porque eu pensava que eu não era merecedora dali, como se alguém fosse vir em algum momento e falar O que tu ta fazendo aqui? Por que você quer ser professora? Lembra quando tu era pequena? Bah, o professor dizia que tu não era capaz, que tu era isso, que tu era aquilo porque tu não te desenvolvia que nem os

teus colegas então isso foi uma coisa que me fez escolher falar sobre identidade no meu trabalho final, e isso foi uma coisa intrínseca, eu escolhi esse tema, falar sobre a identidade do professor e sobre o processo de formação do professor e eu não percebi que eu estava falando sobre mim mesma, eu não estava falando do professor em geral, e que sim era um trauma um gatilho que me acompanhou durante toda a universidade em que eu não me dei de conta, em que eu não percebi que era sobre aquilo hã, e quando eu comecei a escrever o trabalho final eu comecei a ter alguns, algumas instabilidades no meu estado emocional e físico porque afetou o meu físico também me trouxe algumas coisas como hipertensão e me causaram mal_estar e eu não entendia o porquê, eu sempre eu me dediquei ao máximo na universidade, e no insucesso eu conseguia dar volta por cima eu conseguia realizar aquilo ali e no momento em que eu deveria estar feliz, estar mais animada em concluir a universidade e escrever sobre aquilo ali eu me sentia instável, ai eu tive alguns momentos, alguns episódios de ansiedade, de depressão, porque eu simplesmente não conseguia escrever sobre a minha identidade como professor e qual o meu papel_de_professor dentro da universidade e fora da universidade e a minha saúde_mental ela foi abalada por causa disso, eu acabei me distanciando dos meus professores, dos meus orientadores dos meus colegas que se ofereciam para me ajudar, eu cortei que algumas amizades que queriam estar ali presentes no processo de escrita, Ai eu te ajudo com isso, eu te ajudo com aquilo eu acabei me isolando de todo mundo por causa daquela insegurança e eu não entendia por que eu não conseguia terminar aquela escrita, que eu não conseguia escrever uma linha sobre aquilo ali, e eu estava falando sobre mim e também sobre outras pessoas que tiveram esse processo de formação de professor, e no momento que eu consegui entender, eu consegui lembrar, que teve muito momentos da universidade que foram difíceis, os conteúdos e também as relações sociais com alguns amigos os choques culturais que eu tive, que eu consegui administrar aquilo ali e quando eu percebi que eu não estava conseguindo escrever sobre a minha identidade e que meu mal_estar em relação aquele trabalho final que fala sobre toda a minha trajetória na universidade, quando eu percebi que era sobre traumas não resolvidos na infância e o sentimento de fracassar ou sentimento de não querer fazer algo errado ou não querer errar, eu me cobrava demais, então eu entendi que o meu insucesso naquele momento, meu insucesso em concluir aquele trabalho final era por causa de um trauma que eu tive na infância e que eu precisava

conversar com os outros, eu precisava contar isso para meu orientador, eu precisava dizer de como eu estava me sentindo e pedir ajuda né, quando eu quebrei essa barreira eu consegui entender a importância das amizades e a importância de contar com as outras pessoas, das relações interpessoais, quando eu consegui contar isso, esse bloqueio que estava acontecendo comigo, com a minha orientadora, a primeira palavra que ela me disse assim, “Eu não imaginava que isso acontecia contigo, por que durante todo o teu curso, tu sempre foi uma menina que te dedicou, sempre foi uma menina muito alegre, aparentemente né, sempre foi uma menina que se dedicava sempre tinha teus momentos bons dentro da universidade, sempre foi muito aplicada também nas coisas e eu não imaginava que tu tinha essas inseguranças. Inclusive ela me disse assim Mas tu fala super bem, tu é uma professora muito boa eu já te vi dando aula para algumas pessoas e eu sei que tu é capaz, eu sei que tu consegue, eu sei que tu é uma professora acima das expectativas que tu consegue ter um bom relacionamento com os alunos, que tu é uma professora que envolve a turma e tudo mais. e ela foi me dizendo Olha, o jeito que tu te enxerga muitas vezes não é o jeito que tu é. então isso é, eu acredito que faz parte ali da inteligência_socioemocional, né. O meu medo de fracassar ou ser reprovado pelos outros me fez eu me distanciar e me bloquear em muitos momentos e eu me enxergar, me autoavaliar de uma forma negativa e isso me causou um bloqueio na hora de concluir a minha graduação na hora de falar sobre o meu processo de graduação, que é exatamente esse é o meu tema, falar sobre a minha identidade como aluna e como professora, eu acredito que que isso tem, isso mudou, isso tem ficado muitas vezes mais claro para mim a importância da gente ter uma inteligência, ter um controle, ter uma educação emocional dentro da universidade e utilizar também os recursos que são disponíveis para nós dentro da universidade, não só os recursos institucionais que são os psicólogos e os apoios mas os recursos sociais, que são as amizades que estão ali muitas vezes para te alavancar, para te ajudar e também os professores que são teus amigos também que estão ali tem ensinando mas que também tem o papel_social que é ter uma empatia contigo, te entender ver quais são os teus problemas, ver tuas dificuldades dentro do curso né, e te ajudar como ser humano, te ajudar como profissional e te ajudar como estudante, a melhorar, então acredito que a maior parte do meu mal_estar nesse momento da conclusão do meu trabalho final ali ou da escrita do meu trabalho final foi por questões traumáticas não tratadas e a falta de

comunicação com as pessoas que faziam parte do meu do meu círculo de amizades e círculo de convívio todos os dias. Acredito que só há uma reflexão que eu fiz, tipo resumo, uma síntese disso que eu já falei algumas vezes que é entender que o meu bem_estar muitas vezes ele é atrapalhado ou ele é prejudicado por causa de, de medos e inseguranças que só existem na nossa cabeça, as vezes é com eu sou, mas como eu me enxergo e como eu me enxergo não necessariamente é como eu sou, uma coisa que eu, uma professora minha sempre me dizia era, Júlia, tu não precisa ter vergonha, sempre foi muito tímida né? Tu não precisa ter vergonha, a gente sempre vai estar passando vergonha na nossa vida, nos momentos que tu for falar para o público tu vai passar vergonha, então tu tem que aprender a passar vergonha na melhor forma possível, porque as pessoas em alguns momentos elas vão te valorizar em outros momentos não então não é tu pensar que o outro vai pensar de ti, eu me importar o que o outro vai pensar de mim, mas ter certeza do que eu estou fazendo, segura daquilo que estou ensinando, e tu vai acabar perdendo a vergonha e isso foi uma coisa que citei antes ali foi no sucesso, uma conquista que eu tive foi a capacidade de me expressar melhor dentro de qualquer âmbito ou com o público e com os outros, a comunicação pessoal ali interpessoal com os outros.

****** *_n_16 gen_2 id_10 raç_1 ing_3 rest_2 res_1 pro_1**

Eu sou muito ansiosa e eu tenho muita baixa autoestima, então, é difícil. Hoje ainda falei pra professora que uma vez ela me mandou uma mensagem me elogiando, enfim, e que eu imprimi e coloquei na parede do meu quarto que era para eu ler, porque eu tenho ela num conceito muito alto e eu achei Poxa, se ela me elogiou foi incrível então eu gosto de ler aquilo para lembrar quando eu estou assim, mal, mas óbvio que quando consigo fazer alguma coisa certa, basicamente fico feliz e satisfeita mas ao mesmo tempo eu sempre acho que poderia ser melhor, que poderia, então tem sempre esse lado que me sabota mas tiveram sim vezes que me senti bem. É que nem tu falou, eu me sinto bem aí vem aquela carga de motivação, só que ela dura muito pouco assim, num período bem curto, então, por isso que a durante a pandemia, eu sinto, embora, depois vai vir essas perguntas né com o relacionamento com as pessoas lá, embora lá não seja o meu lugar eu não me encaixe muito lá na universidade, eu sentia falta de eu ir para lá, por que as aulas *online*, primeiro eu sou muito eu tenho deficit de atenção então qualquer coisa tira a minha atenção, então em casa eu não conseguia não rendia e então, esse

sentimentos era mínimos e quase não tinham efeito quando a gente tava *online*, mas lá é diferente eu não sei explicar, não sei se eu respondi como tu queria. E era basicamente só isso, eu ficava feliz quando eu tirava uma nota boa ou quando eu conseguia fazer alguma coisa, tipo eu sempre achei que eu tenho uma boa pronúncia que o que às vezes também não é bom que eu meio pensava assim “Eu estou bem, eu não preciso estudar muito porque eu já estou bem.” então parece que eu me autossabotava mas às vezes eu ficava feliz quando eu tinha que falar alguma coisa eu sempre gostei, embora eu tenha vergonha, eu gostava de falar para que tipo, nossa olha aqui eu falo bem mas, enfim, isso. No segundo semestre eu tive um problema com um professor e que eu me senti bem ruim, assim, mas é porque eu também tenho um perfil extremamente sensível, então uma coisa que para outra pessoa é normal, para mim se tu falar de um jeito mais incisivo eu já vou Ah eu me magoo, acho que é pessoal então teve isso com colegas várias vezes, porque, enfim, o perfil do aluno da UNIPAMPA pelo menos o de letras, ele tem ele é X e eu sou Y em todos, religião, política, absolutamente tudo, então eu me sinto até hoje um peixe fora d’água assim e no começo eu ficava braba com algumas coisas porque eu passei por duas eleições lá de dois mil e dezoito e a de dois mil e vinte e dois e eu tenho gênio forte eu fiquei braba por muitas coisas eu discutia hoje eu já não falo mais mas, enfim, e daí isso me fazia sentir raiva, das emoções: raiva, triste, decepcionada, duvidando o porquê, eu já sou formada em direito e eu pensando em por que eu não continuei insistindo no direito e resolvi fazer isso aqui, várias vezes eu pensei em desistir, esses sentimentos. Assim, na primeira turma que eu entrei que como eu entrei em julho, eles já tinham começado juntos, eu conhecia algumas pessoas assim embora que já tivesse os grupinhos formados e eu gostava deles, só que aí o que eu mais gostava desistiu e eu comecei do zero passar outra turma, eu comecei assim, eu tenho um grupo sem citar nomes, mas o grupinho ali de amigos que eu comecei a andar e tal só que uma vez foi muito engraçado que a gente estava conversando e a gente pensou será que a gente seria amigos se a gente não tivesse se conhecido aqui? e aí todo mundo ficou assim... cara, os três, não né, claro que não. completamente diferente o que não quer dizer que, mas foi o que eu coloquei ontem no questionário, eu não acredito que vou levar ninguém e não é nem assim, Ah, porque eu não quero. é porque, são completamente o único assunto que a gente tem hoje em dia, são coisas da universidade, não tem mais nada em comum, embora eu tenha amigas da vida inteira que hoje a gente pense

completamente diferente, é diferente pois a gente tem uma história, a gente se conheceu desde pequena, é diferente não sei te explicar e que a gente já se respeita. Uma coisa de lá da UNIPAMPA que eu acho assim, eles pedem muito respeito, só que o respeito ele acaba se tu diverge da opinião deles, então, eu acho que eu tenho relacionamento bom com os professores assim, no começo eu era mais intolerante, mas hoje eu me adaptei, tem uns que eu realmente gosto que eu gostaria de levar para minha vida, não sei se vou mas eu gostaria, tem outros que não e com os alunos não acredito que vou levar ninguém mas esse semestre está bem bom assim, esse semestre eu peguei colegas bem legais, então está ok, mas não são amigos, não está aquela coisa assim. Teve um semestre que eu tinha vontade de, tenho vontade de chorar não quero ir para lá, porque eu sentava sozinha, quando era trabalho em grupo eu tipo não tinha grupo para fazer, ninguém queria, eu desisti, no semestre passado eu desisti numa cadeira porque e a cadeira era de educação inclusiva, e óbvio, que é educação inclusiva é para outra, mas o que eu quero dizer é o inclusivo abrange absolutamente tudo, aí a professora falou Ela ficou sozinha e ninguém que fazer com ela? Ninguém respondeu até que um porque a professora falou e aquilo me deu uma vontade de chorar na hora eu Ai que horror e sendo que eram todos pessoas que eu conhecia naquela turma, não era ninguém diferente, então, tem vezes é difícil assim, não vou dizer que eu amo a UNIPAMPA e que eu amo o pessoal ali. Os que trabalham são super simpáticos, o pessoal da biblioteca, o pessoal da portaria, o pessoal da portaria são super queridos mas... enfim. Bom, minha família com certeza minha mãe, as minhas irmãs, as minhas amigas mais próximas todos eles sempre me apoiaram muito em qualquer decisão, me estimularam sempre. Com certeza eu amadureci muito durante o curso e eu acho que... o que eu mais aprendi na UNIPAMPA, eu sou, como eu falei, sou muito geniosa, muito temperamental e bateu levou, e eu tive que aprender a ficar quieta lá, porque lá... não pode ser assim e... se só de eles saberem posicionamento político, religião de x pessoas, a pessoa já sofre sim represália lá dentro, então, se tu fala é muito pior e tipo as vezes isso é dado em aula sabe? Questionam a tua fé em aula e tu tem que ficar quieta, porque se tu fala todo mundo debocha e eu fico, eu sou muito transparente assim de ficar tipo, de ficar vermelha quando eu estou brava, eu sou já vermelha porque eu tenho rosado, mas eu fico vermelha quando eu fico brava, eu gaguejo, eu então... uma coisa que eu aprendi é um pouco a ser tolerante e controlar o meu temperamento eu acho é

basicamente isso. Ambiente_de_convivência, que nem eu falei que esse semestre está muito bom e eu tenho mais vontade de ir, tudo flui melhor. Sucesso_ou_insucesso_acadêmico também, quando tu vai muito bem nas cadeiras aquilo te motiva, acho que é isso são os mais... papel_e_prática_do_professor também, quando a aula é interessante e... quando aquele professor... é legal assim. Saúde_mental, estado_emocional, físico e diferenças_culturais também. Saúde_mental principalmente durante a pandemia, que nem eu já falei antes que eu fiquei muito assim, estado_emocional, físico também, físico também pode ser da autoestima, tipo quando eu não estou bem fisicamente isso reflete totalmente no meu humor, no meu rendimento... e diferenças_culturais também como responde ali nas outras. Das diferenças_culturais ali na cultura, religião e política, então as diferenças políticas e religiosas que isso influenciou bastante. De valores, enfim.

****** *n_17 gen_2 id_01 raç_1 ing_6 rest_4 res_3 pro_2**

Superação, visto pela dificuldade que eu encontrava pelo começo e hoje eu já não encontro tanto, também porque passar por etapas que eu achei que não conseguiria mas que eu consegui. Felicidade, de estar junto hoje aos meus amigos da faculdade e de poder conquistar, pequenos objetivos ao longo do tempo, ao longo dos dias, ao longo do semestre. Então que vai juntando isso na minha construção é importantíssimo, acredito que outros aspectos positivos, integração acredito que é um aspecto super importante é me sinto muito integrada ao curso com os meus colegas, os meus professores, acolhimento, tanto os professores quanto os colegas foram muito bem receptivos e fizeram com que a minha caminhada no curso mais suavizado, isso pelo acolhimento. Eu estou tentando pensar em uma emoção aqui, mas acho que é justamente a superação. Esse acolhimento me ajudou a superar tanto os meus ideais e as ideias que eu tinha antecedente do curso, previamente quanto ao longo deste. Esse acolhimento proporcionou, essa superação e dentro dos parâmetros que a gente era colocado à prova, então é isso. Acredito que algumas emoções negativas que eu possa ter, foram insatisfação, com alguns professores, com alguns métodos de ensino, com algumas, não digo colegas meus colegas sempre foram excelentes, mas, todos não só os meus amigos. Mas insatisfação comigo, dos métodos, dos professores, de alguns né não generalizando, insuficiência, sentir insuficiente é uma emoção que a gente sente muito dentro da faculdade porque a gente sente que não vai conseguir, que a gente não é bom o bastante pra ta lá, isso sempre né. Tristeza, porque alguns momentos

foram tristes mesmo né, momentos que não consegui recuperar foram insatisfatórios, foram realmente infelizes não posso deixar de nomear. Indignação com algumas coisas com algumas coisas que acontecem no curso, alguns professores e alguns métodos e acho que é isso. Sim, há acredito que as relações_interpessoais elas são de extrema relevância dentro de uma trajetória acadêmica, tá muitas pessoas dizem que você tem que fazer o teu, por ti, mas isso é mentira porque a gente precisa das relações_interpessoais, nós precisamos de relações_sociais, a gente precisa estar em contato com outros seres humanos para gente poder avançar na nossa vida, não só acadêmico, profissional, como pessoal, acredito que as relações_interpessoais com colegas influenciaram muito, tanto em questão da gente não se perder dentro de matérias, de disciplinas, questões de relações_interpessoais com professores é de extrema relevância, por mais que tenha essa ideia de que o professor de faculdade é o teu superior e tu nunca vai poder chegar para falar alguma coisa com ele porque ele não é aberto para isso, isso é mentira, o professor ele tem que ser sim, tu tem que tem um afetivo com o aluno porque isso acaba proporcionando uma relação mais saudável, em sala de aula e conseqüentemente propõe com que o aluno se interesse mais pela disciplina e busque meios que ele possa, dar continuidade ao conhecimento dele, fora do campus também acredito que é total visto pela família, pelos amigos que sempre a gente necessita pelas pessoas que nos apoie nos objetivos que a gente quer atingir, então, as relações fora do campus propõe exatamente isso é apoio, então isso apoio é de extrema relevância visto que a gente precisa disso diariamente, pra conquistar os nossos objetivos. Minha família me apoia nessa questão, meu amigos também tenho relacionamento, então sempre tive meio que me apoiassem tanto psicologicamente quanto financeiramente, e isso é de extrema relevância e não todas na minha trajetória acadêmica né, sem eles eu não poderia estar aqui. Eu acho que cada atividade tem sim o seu propósito, eu consigo perceber que por trás de certas atividades têm objetivo, até porque a gente está numa formação de professores a gente tem que propor em cada atividades um objetivo específico. Então eu percebo que há algum objetivo. Porém também percebo desorganização de certas atividades e isso é perceptível, não é algo que a gente inventa, o que acontece a relevância dessas atividades na minha vida acadêmica as minhas, tinha certas atividades que eu sei que são realmente relevantes para a minha trajetória as mais simples às vezes, não sei o que elas vão dar uma melhorada, tanto nas

questões da língua, que é o que a gente estuda quanto do como ensinar, a didática, temos que realizar atividades que tem que fazer sentido, né, pois tem certas atividades que não vão me agregar em nada, então a gente absorve aquilo que nos agrega. Acredito que por questão de relevância, para mim eu absorvo o que me agrega. Mas isso é pessoal. O avanço na língua é algo visível, presente na minha vida. Então o avanço na língua é perceptível o domínio de língua que eu tenho hoje, não é o mesmo que eu tinha no primeiro semestre, é visível. Questão também de didática eu tinha um conhecimento da ciência e da didática porém eu sei que no meio em que eu possa exercer, não serão os mesmos que eu tenha conhecimento, então eu acho que a minha forma de pensar didaticamente mudou, e melhorou acredito eu, então houve um avanço nas questões da língua e o da ciência, acredito que é um bom avanço, claro há alguns obstáculos que a gente não sente da noite pro dia, mas aos poucos a gente está construindo eu estou construindo a minha trajetória de forma bem sucessiva. Pertencimento, acredito que a gente precisa dessas relações a gente precisa estar acolhido, então, acho que as pertencimento_e_amizadess é um dos fatores que mais nos agregam à nossa caminhada acadêmica e é necessário também. Diferenças_culturais eu acho super interessante a gente abordar esse aspecto porque a gente tem um foco de diferenças_culturais sim, mas é importante a gente ter o conhecimento saber que a gente não é único no mundo e que a nossa cultura também não é a única, então acredito que entender e conhecer também faz uma diferença. Depois, acho que o ambiente_de_convivência é super importante porque é o ambiente que nos transforma, que nos faz produzir. Estado_emocional_e_físico, também, é óbvio, a gente não pode estar emocionalmente abalado e mesmo assim estar num aspecto assim, estado de obcecado por trabalho, por exemplo. Não existe, visto também que a gente não pode estar com a perna quebrada e ir tranquilamente para a faculdade como se a gente tivesse tudo bem. Há também a questão da saúde_mental, mesmo aspecto em estado_emocional precisa de saúde_mental para produzir, a gente não é máquina, a gente é seres humanos e a gente precisa estar emocionalmente bem, saudável. Acredito que seja isso aí. Assim como tem aspectos positivos em tudo há os negativos né, então, por exemplo que falharam para me ajudar a produzir, a dar continuidade aos meus cursos é o aspecto emocional principalmente, mas às vezes a gente cobra e... A gente não consegue atingir certos objetivos, a gente não consegue, não conseguimos, não estamos prontos no momento, então acredito que

fazer essa autoavaliação mesmo. Sucesso_ou_insucesso_acadêmico a gente se frustra muito com questões de nota, acredito que a gente precisa saber em lidar com isso, saber perder, saber ganhar e melhorar. Acredito que o papel_e_prática_do_professor o curso, apesar dele ser muito bom ele falha nesse aspecto de pertencimento, de papel_do_professor o que que é ser professor, o que que é ser o docente, às vezes a gente chega num estágio, e a gente não sabe. Então eu acredito que tenha uma deficiência nos aspecto da docência do papel_docente dentro do curso de letras. Dentro do nosso curso, ele é um curso muito bom. Ele é um curso muito completo, mas eu acredito que as questões de relações_interpessoais e vínculos_afetivos elas são deixadas de lado como em qualquer curso de graduação e não vou criticar apenas o curso de letras, não, acontece na graduação. O que que acontece por que que isso é falho, porque a gente necessita do ambiente_de_convivência, das relações_interpessoais do âmbito_social para a gente se sentir acolhido e dar continuidade ao curso muitas pessoas desistem da graduação justamente por não ter esse vínculo não ter essas relações, então, acredito que o curso deva ter um olhar desse acolhimento dos alunos. Não só o acolhimento do primeiro semestre, do segundo semestre sendo ingressante tu se sente acolhido, não, é dar continuidade a esse acolhimento é tu se sente que pertencente a esse lugar também saber que lugar é esse. Acredito que esse pertencimento deva acontecer durante todo o curso, nos oito semestres que ele às vezes ele é deixado de lado e é por isso que as pessoas desistem no sétimo semestre, então fazer essa execução, e talvez tentar transformar o que a gente tem hoje para buscar as melhorias, que a gente possa ter um amanhã.