



## “LAYLA A AVENTUREIRA”: A GRATIDÃO COMO HABILIDADE DE BEM-ESTAR PSÍQUICO

*“Layla la aventurera”: La gratitud como habilidade de bienestar psíquico*

*“Layla the adventurer”: Gratitude as a Psychic Well-Being Skill*

### João Felipe Lima da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-4398-7228>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: [joaofelipeacad@gmail.com](mailto:joaofelipeacad@gmail.com)

### Héginny Queiroz da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-0712-3881>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: [est.heginny@gmail.com](mailto:est.heginny@gmail.com)

### Têmeni Nascimento da Conceição

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-6541-1630>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: [temeninascimento@gmail.com](mailto:temeninascimento@gmail.com)

### Andressa Taveira Silva

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-9445-4130>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: [andressataveira15@gmail.com](mailto:andressataveira15@gmail.com)

### Layla Ruthelly de Sousa Morais

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-8848-1126>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: [layla.ruthelly15@gmail.com](mailto:layla.ruthelly15@gmail.com)

### Ellen Zoppi dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-9425-6902>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: [ellen.santos@adventista.edu.br](mailto:ellen.santos@adventista.edu.br)

### Anselmo Cordeiro de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0156-716X>

Seminário Adventista Latino-Americano de Teologia – Faculdade Adventista da Bahia (SALT/FADBA)

E-mail: [anselmo.souza@adventista.edu.br](mailto:anselmo.souza@adventista.edu.br)

**Eixo temático:** Ciências da Saúde



## PRODUÇÃO TÉCNICA E TECNOLÓGICA

### Introdução (Contexto)

A gratidão vem sendo um tema de estudo crescente que pode ser abordada a partir de várias perspectivas. O psicólogo Robert A. Emmons professor da UC Davis (Davis, Califórnia) produz pesquisas no campo da psicologia da personalidade, psicologia da emoção e psicologia da religião e este traz concepções acerca da temática conceituando-a como uma virtude, hábito característico individual, reconhecimento, admiração e apreço às situações da vida, mesmo sendo em momentos atravessados por adversidades (EMMONS; SHELTON, 2002). A gratidão está relacionada a capacidade de percepção e constatação de recebimento de um benefício provido por um responsável benfeitor (WATKINS, 2009).

A gratidão é associada com menores sintomas depressivos (LIN, 2015) e de ansiedade (PETROCCHI; COUYOUMDJIAN, 2016) e está conectada com ajuste psicológico positivo, incluindo maior satisfação com a vida e felicidade (WOOD; JOSEPH; LINLEY, 2007). Também foi comprovado que a gratidão diminui estresse em análises longitudinais (WOOD, MALTBY, GILLETT, 2008). O ato de expressar gratidão aos outros pode facilitar a adaptabilidade a mudanças e melhorar as emoções diárias (ALGOE; ZHAOYANG, 2015). A gratidão tem uma forte ligação com a fidelidade e podemos ver vários exemplos na bíblia. Geralmente a fidelidade vem como resultado dessa gratidão, assim como no exemplo de Rute; por ser grata a sua sogra por toda bondade e vivência ela a acompanhou em sua trajetória (viúva e sem filhos) indo para uma nova realidade ao invés de voltar para sua família.

### Objetivos

Desenvolver um produto educativo no gênero textual de histórias em quadrinhos sobre a gratidão como habilidade promotora de bem-estar psíquico infantil.



### Método (Planejamento e Desenvolvimento)

Refere-se à um estudo metodológico projetado para o desenvolvimento do produto educativo no formato de história em quadrinhos (HQ) com a temática baseada na habilidade gratidão como promotora de bem-estar psíquico no público infantil. Mediante isso, a questão norteadora do tema foi pensada através da estratégia PCC (população, conceito e contexto), tal como explicitado abaixo:

- **P – População:** Crianças de 6-9 anos de idade
- **C – Conceito/Interesse:** Conceber a gratidão como habilidade promotora de bem-estar psíquico
- **C – Contexto:** Saúde mental

Elegendo a seguinte pergunta de pesquisa: “como a gratidão promove o bem-estar psíquico infantil?”

Com o objetivo de melhor orientar a construção de um produto técnico educativo em saúde, em uma abordagem baseada em evidências a presente proposta foi pensada levando em consideração o check list GREET (Development and validation of the guideline for reporting evidence-based practice educational interventions and teaching) tal como pode ser visto no quadro 1.

**Quadro 1** – Planejamento da construção do produto educativo e intervenção.

| BREVE NOME          |  |
|---------------------|--|
| <b>INTERVENÇÃO:</b> | A intervenção será com crianças de 6 a 9 anos, do clube de Aventureiras da igreja do campus universitário da UNIAENE. O grupo comparecerá a uma reunião e em uma roda de conversa, abordaremos o assunto gratidão e a promoção de saúde mental através dela. Como produto final relacionado a temática abordada na prática, será distribuída uma HQ (história em quadrinho). |



|   |  |
|---|--|
|   |  |
| <b>POR QUÊ?</b><br>(Deste processo educacional) |  |
| <b>TEORIA:</b>                                  | O produto técnico educativo será introduzido no meio social, no formato de uma HQ, onde será compartilhado no quinto Congresso sul-americano de pesquisa na educação Adventista, com o intuito de apresentar ao clube de aventureiros. |
| <b>OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:</b>               | Apresentar de maneira dinâmica e ilustrativa as crianças sobre como a gratidão é uma habilidade promotora de bem-estar psíquico e social.  |
| <b>O QUE?</b>                                   |  |
| <b>MATERIAIS:</b>                               | O Material utilizado para ação educacional foi uma história em quadrinhos Produzida no web site ORCID.   |
| <b>ESTRATÉGIAS EDUCACIONAIS:</b>                | Como estratégias de ensino foram utilizadas uma intervenção por meio de uma roda de conversa com as crianças, elaboração e apresentação do produto no COSUDI.  |
| <b>INCENTIVOS:</b>                              |  |



|                       |   |
|-----------------------|---|
|                       | Não houve nenhum incentivo e/ou reembolso fornecidos aos alunos.  |
| <b>QUEM FORNECEU?</b> |   |
| <b>INSTRUTORES:</b>   | Estudantes da graduação de psicologia estão atuando na facilitação durante a implementação da intervenção. Ou seja, na publicação do produto educativo ao público-alvo.                   |
| <b>COMO?</b>          |   |
| <b>ENTREGA:</b>       | A entrega do produto técnico será feita de modo presencial na visita ao clube de aventureiros compartilhada de forma individual para o público infantil e no COSUDI.                      |
| <b>AMBIENTE:</b>      | Será entregue e apresentado no antigo Salt, onde ocorrem as reuniões do clube de aventureiros e no quinto Congresso Sul-Americano da pesquisa na educação Adventista (V COSUDI- UNIAENE). |
| <b>QUANDO E COMO?</b> |   |
| <b>CRONOGRAMA:</b>    | <ul style="list-style-type: none"><li>- Planejamento: março</li><li>- Revisão teórica: abril</li><li>- Produção do template: abril</li></ul>  |



|              |   |
|--------------|---|
|              | <ul style="list-style-type: none"><li>- Produção do roteiro: maio</li><li>- Entrega do HQ: maio</li></ul> |
| <b>TEMPO</b> | Uma roda de conversa agendada previamente com os responsáveis pelo clube (aproximadamente 45 minutos).    |

**Fonte:** Elaboração própria, Cachoeira, 2023.

## Resultados

### PRODUTO TÉCNICO

A estruturação do produto técnico, história em quadrinhos (HQ), baseou-se primariamente em pesquisa, para o entendimento do assunto em questão, seguida da elaboração do referencial teórico científico e teológico sobre a habilidade gratidão como promotora de saúde mental no público infantil. Com essas bases já alicerçadas iniciou-se o esboço do projeto (HQ- história em quadrinhos)

A partir desses conhecimentos e objetivos claros, os primeiros esboços foram traçados. A história em quadrinhos segue a seguinte estrutura: a introdução (configuração/contextualização), desenvolvimento (conflito) e a resolução ou proposta de intervenção. Para a contextualização foi elaborado um cenário onde dois aventureiros, um grato e o outro ingrato, estão interagindo após uma gincana do clube. O conflito é que ambos ganharam prêmios, porém um acha que o prêmio do outro é melhor que o seu, demonstrando ingratidão. Na intervenção a criança grata consegue influenciar a criança ingrata com o *jogo da gratidão* ensinado pelos seus pais.

**Descritores:** Gratidão; Habilidades Sociais; Bem-estar Psíquico.



## Referências

FREITAS, Lia Beatriz, et al. **O juízo moral das crianças sobre a ingratidão.** Rio Grande do Sul, PEPSIC, 2011. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S14130394201100010002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S14130394201100010002)> . Acesso em: 08 abril de 2023.

PIETAL, Maria Adélia Minghelli; FREITAS, Lia Beatriz de Lucca. **Sobre a gratidão.** Rio de Janeiro, PEPSIC, 2009. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S180952672009000100010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180952672009000100010)> . Acesso em: 09 de Abril de 2023.

ALLAN, David. G. **Como se tornar mais grato e por que isso lhe tornará mais feliz, saudável e resiliente.** CNN Brasil, 2022. Disponível em: <<https://www.cnnbrasil.com.br/saude/como-se-tornar-mais-grato-e-por-que-isso-lhe-tornara-mais-feliz-saudavel-e-resiliente/>> . Acesso em 14 de Abril de 2023.

SIQUEIRA, Felipe Queiroz; FREITAS, Lia Beatriz de Lucca. **Gratidão a benfeitores e reflexões sobre educação moral.** Ceará, 2019. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/profile/FelipeSiqueira2/publication/335171188\\_Gratidao\\_a\\_benfeitores\\_e\\_reflexoes\\_sobre\\_educacao\\_moral/links/61f29e7edafcdb25fd55b6b2/Gratidao-a-benfeitores-e-reflexoes-sobre-educacao-moral.pdf](https://www.researchgate.net/profile/FelipeSiqueira2/publication/335171188_Gratidao_a_benfeitores_e_reflexoes_sobre_educacao_moral/links/61f29e7edafcdb25fd55b6b2/Gratidao-a-benfeitores-e-reflexoes-sobre-educacao-moral.pdf)> . Acesso em 20 de Abril de 2023.

(BÍBLIA, Rute 1:16 -17)