

CENTRO EDUCACIONAL IMPÉRIO DO SABER

ENTRE O QUE SE VIVE E O QUE SE SONHA:

A percepção dos jovens sobre sucesso e felicidade

Salvador, Bahia

2025



Ana Beatriz Sena Santos

Haniel Santana Lima Santos

Ícaro Andrade Santos

Wagner Pereira Silva

ENTRE O QUE SE VIVE E O QUE SE SONHA:

A percepção dos jovens sobre sucesso e felicidade

Relatório apresentado à 9ª FEMIC - Feira Mineira de Iniciação Científica.
Orientação do Prof. Ícaro Andrade Santos e orientação de Wagner Pereira Silva.

Salvador, Bahia

2025



RESUMO

A ansiedade entre jovens tem apresentado crescimento expressivo nos últimos anos, superando, pela primeira vez, os índices observados em adultos no Brasil. Pesquisas recentes apontam uma alteração na chamada “curva da felicidade”, revelando que a juventude deixou de ser o período de maior satisfação pessoal e bem-estar. Esse cenário evidencia mudanças nas experiências emocionais e sociais dessa faixa etária, levantando questões sobre os fatores que influenciam sua saúde mental, como o uso excessivo das redes sociais, as pressões acadêmicas e a busca por aceitação em um mundo conectado. Diante disso, torna-se essencial investigar como os jovens, principais usuários dessas redes, lidam com expectativas, sentimentos de satisfação pessoal e definição de sucesso. O presente estudo tem o objetivo de compreender como adolescentes percebem e definem os conceitos de felicidade e sucesso, considerando influências sociais, culturais, econômicas e digitais. Foi realizado um levantamento bibliográfico sobre o tema e, em seguida, aplicado um questionário (Google Forms) a estudantes da 1ª à 3ª série do Ensino Médio, de uma escola particular em Salvador (BA). A pesquisa contou com 35 voluntários, dos quais 54,3% consideraram a felicidade como verdadeiro sucesso, embora 88,6% percebam que a sociedade valoriza mais conquistas materiais e status. Sentimentos de pressão para “dar certo” (74,3%) e comparações sociais, especialmente pelas redes (74,3%), apareceram como respostas relevantes. Apesar de quase metade acreditar ser possível ser feliz sem ser bem-sucedido, barreiras como medo do julgamento, pressão familiar, falta de apoio financeiro e desigualdades estruturais foram citadas por mais da metade. Para 65,7%, o contexto econômico e social influencia diretamente suas metas e expectativas. Os resultados mostram que os jovens costumam valorizar a felicidade como medida de sucesso, mas essa visão é constantemente atravessada por pressões sociais, familiares e econômicas.

Palavras-chave: Juventude, realização pessoal, saúde mental.



SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
2 JUSTIFICATIVA	7
3 OBJETIVOS	8
4 METODOLOGIA	9
5 RESULTADOS OBTIDOS	10
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	14
REFERÊNCIAS	15
APÊNDICE	16



1 INTRODUÇÃO

A adolescência é uma etapa do desenvolvimento humano marcada por transformações biológicas, psicológicas e sociais. É definida como um período de transição entre a infância e a vida adulta, caracterizado por mudanças na expressividade, no comportamento e na adaptação social, aspectos que variam de acordo com o contexto cultural e social em que o indivíduo está inserido.

O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), instituído pela Lei nº 8.069, de julho de 1990, em seu Título I, artigo 2º diz: “Considera-se criança a pessoa com até 12 anos de idade incompletos, e adolescente aquele com idade entre 12 e 18 anos”. No entanto, a Organização Mundial da Saúde (OMS) define a adolescência como um período biopsicossocial que abrange a segunda década da vida, isto é, dos 10 aos 20 anos. Essa definição também é adotada pelo Ministério da Saúde do Brasil (Brasil, 2007) e pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE. Brasil, 2007).

Para o filósofo americano Erik Erikson (1912–1920), o desenvolvimento psicossocial ocorre em oito fases, denominadas por ele de “oito idades do homem”, cada uma marcada por um conflito específico que precisa ser resolvido para que o indivíduo cresça de forma saudável. São elas: 1. Confiança básica versus desconfiança básica (0-18 meses); 2. Autonomia versus vergonha e dúvida (18 meses-3 anos); 3. Iniciativa versus culpa (3-6 anos); 4. diligência versus inferioridade (6-12 anos); 5. Identidade versus confusão de papéis (12-18 anos); 6. Intimidade versus isolamento (18-40 anos); 7. Generatividade versus estagnação (40-65 anos); 8. Integridade versus desespero (65 anos e mais).

Para fins desta pesquisa iremos focar ao quinto estágio, Identidade versus confusão de papéis (12-18 anos), , uma vez que ela retrata justamente a fase da juventude. Segundo Erickson (1972), nesse estágio, o principal desafio do adolescente é desenvolver um sentido claro de identidade individual; assim, o jovem precisa compreender quem é, quais são seus valores, crenças, interesses, objetivos e o lugar que ocupa e/ou deseja ocupar no mundo. Os adolescentes começam a se questionar sobre o futuro, a



sexualidade, o papel na sociedade, as amizades e, acima de tudo, a aproximação das expectativas familiares e culturais. Durante essa busca, o adolescente pode viver papéis e comportamentos diferenciados, fato que o leva a se perguntar quem ele é realmente e qual expectativa ele deseja ter no futuro. O autor ressalta que se o adolescente possui dificuldades para se afirmar ou se sente pressionado a ser quem realmente não quer, pode vivenciar um estado de confusão de papéis, gerando insegurança, baixa autoestima e dificuldades nos relacionamentos interpessoais. Construir uma identidade significa desenvolver o autoconhecimento, reconhecer seus valores morais, compreender seus desejos e seguir um caminho coerente com suas escolhas pessoais.

Quanto a isso, Erikson (1972) afirma que:

“Entre as indispensáveis coordenadas da identidade está o ciclo vital, pois partimos do princípio de que só com a adolescência o indivíduo desenvolve os requisitos preliminares de crescimento fisiológico, amadurecimento mental e responsabilidade social para experimentar e atravessar a crise de identidade. De fato, podemos falar da crise de identidade como o aspecto psicossocial do processo adolescente. Nem essa fase poderia terminar sem que a identidade tivesse encontrado uma forma que determinará, decisivamente, a vida ulterior”

Portanto, a adolescência também é a fase em que o indivíduo mais é exposto à pressão de ser algo no futuro. Nesse estágio da vida, é essencial que os jovens se percebam como produtivos e suficientemente maduros para enfrentar os desafios que a vida lhes impõe, já que é inevitável admitir que a fase da adolescência é baseada no espectro da pressão para ter sucesso e ser bem sucedido no futuro, e isso se deve a aproximação do indivíduo com a vida adulta e a com a expectativa que a sociedade ou até mesmo o próprio indivíduo cobra dele mesmo a partir do que molda suas expectativas do que é “ser alguém na vida”.



2 JUSTIFICATIVA

A felicidade vista como completo bem-estar físico, mental e social (OMS, 1998) é definida com base em uma construção multidimensional, que compreende os domínios emocionais e cognitivos. Refere-se a uma autoavaliação subjetiva da qualidade de vida do sujeito e, por sua vez, é percebida, por grande parte dos investigadores, com uma combinação de humor positivo, ausência de humores negativos e a satisfação com a vida (Ferreira & Simões 1999), fatores esses que surgem associados à saúde. A transição da infância para a adolescência envolve diversas mudanças físicas e psicológicas. Dentre as mudanças psicológicas estão, a busca pela identidade como já citado, desequilíbrios e instabilidades, apatia, desinteresse e conflitos afetivos (Aberastury & Knobel, 2008) e principalmente a mudança da percepção do que acreditam ser a felicidade.

Essa percepção entre os jovens tem passado por profundas transformações nas últimas décadas, especialmente com o advento das redes sociais. plataformas digitais como Instagram e TikTok, se tornaram não apenas espaços de socialização, mais também ambientes onde padrões de vida, beleza, realização profissional e pessoal são constantemente expostos e muitas vezes idealizados .

Diante disso, torna-se imprescindível investigar a maneira que os jovens, principais usuários dessas redes, internalizam essas representações (seja também com influência de ideologias familiares, finanças e crenças) e de que forma elas moldam suas expectativas, sentimentos de satisfação pessoal e definição de sucesso.

Entender isso é crucial para identificar possíveis impactos negativos e positivos na saúde mental dessa geração, tais como a ansiedade, depressão, sensação de insuficiência, ou, o estímulo à busca por metas e crescimento pessoal. Sendo assim é de extrema relevância trazer em pauta a formulação de estratégias educacionais, sociais e de bem-estar emocional voltadas para a construção de uma relação mais saudável sobre o que é exposto nos meios digitais.



3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral

Compreender como os adolescentes percebem e definem os conceitos de felicidade e sucesso, considerando as influências sociais, culturais, econômicas e digitais que impactam sua saúde mental e bem-estar.

3.2 Objetivos específicos

- Investigar de que forma as redes sociais e a exposição a influenciadores afetam a percepção de felicidade e sucesso entre jovens.
- Identificar a influência das pressões acadêmicas, familiares e sociais na autoestima e nas expectativas de realização pessoal.
- Analisar como fatores econômicos e desigualdades estruturais interferem nas metas e oportunidades dos adolescentes.
- Avaliar a relação entre felicidade e sucesso na perspectiva dos estudantes, destacando convergências e contradições.
- Discutir a importância do apoio familiar e social na construção de uma visão mais equilibrada sobre felicidade e realização.



4 METODOLOGIA

A pesquisa teve início com a realização de um levantamento bibliográfico, desenvolvido por meio da consulta a literatura especializada, com ênfase em artigos científicos disponíveis na plataforma Google Acadêmico. Além disso, foram consideradas fontes complementares, como vídeos educativos e revistas eletrônicas de universidades estaduais e federais, a fim de ampliar o embasamento teórico sobre o tema.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário elaborado no Google Formulários, aplicado a estudantes do 1º ao 3º ano do Ensino Médio de uma escola privada localizada em Salvador (BA). O questionário era composto por 15 perguntas (Apêndice 1), contemplando questões objetivas e subjetivas.

As questões objetivas foram estruturadas com base na Escala Likert, de modo a possibilitar uma análise quantitativa mais consistente das percepções dos participantes, enquanto as questões abertas permitiram uma compreensão qualitativa das opiniões e experiências relatadas pelos jovens.

Posteriormente, com o objetivo de aprofundar a compreensão dos dados coletados, foram realizados encontros no Clube de Ciências da referida instituição de ensino, contando com a participação ativa dos autores da pesquisa e seus orientadores. Por fim, os dados coletados foram tabulados no Microsoft Word e analisados.

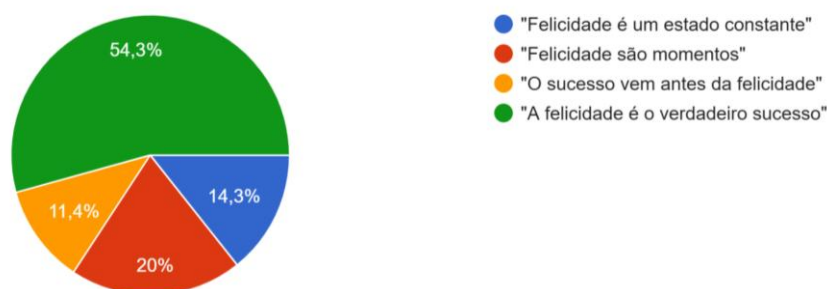
É importante destacar que a participação dos estudantes nesta pesquisa ocorreu de forma inteiramente voluntária, mediante a autorização expressa de seus responsáveis legais e a assinatura do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), em conformidade com os preceitos éticos estabelecidos para pesquisas envolvendo seres humanos.



5 RESULTADOS OBTIDOS

No total, 35 estudantes participaram da pesquisa. Inicialmente, os estudantes foram questionados se sentem culpa ou frustração por não alcançar o que outras pessoas da sua idade já conquistaram. Cerca de 31,4 % dos voluntários afirmaram ser muito frequente, o que é já se torna um número preocupante. Mais da metade dos jovens (54,3%), entraram em concordância que entendem a felicidade como o verdadeiro sucesso (Figura 1).

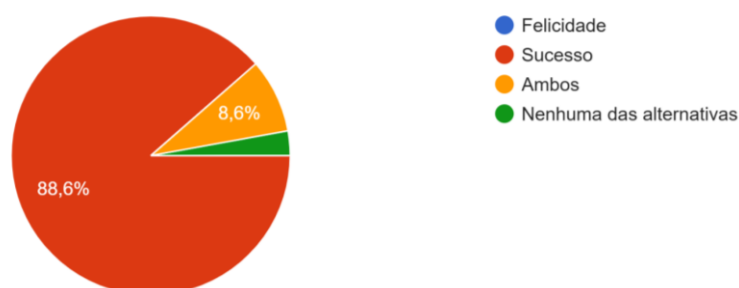
**Figura 1 – Respostas dos estudantes para a pergunta
“Qual das frases abaixo mais se aproxima da sua visão atual?”**



Também é importante ressaltar que apenas 11,4% acreditam que o sucesso venha antes da felicidade, então compreendemos que os jovens têm a percepção que não vale a pena ter sucesso sem antes estar feliz consigo mesmo, valorizando assim, mas a felicidade do que o sucesso. Entretanto, quando questionados sobre o que a sociedade mais valoriza entre felicidade ou sucesso, foi quase unânime o entendimento que o sucesso é mais bem visto (Figura 2). Com base nisso, é possível afirmar que apesar dos alunos terem a própria percepção de que a felicidade deve vir antes do sucesso, eles entendem que na sociedade valoriza mais um homem “bem-sucedido” financeiramente do que um homem “feliz”.

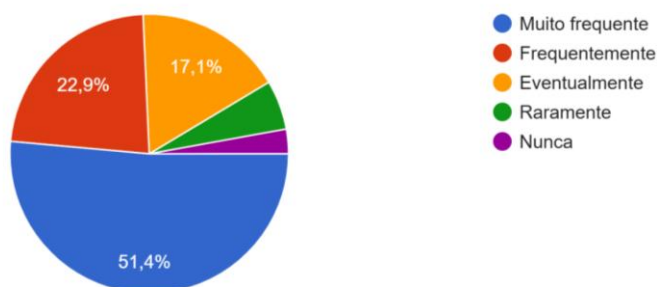


Figura 2 – Respostas dos estudantes para a pergunta: “Na sua opinião, o que a sociedade valoriza mais atualmente: felicidade ou sucesso?”



Cerca de 42,9% dos entrevistados não sabem dizer se é possível ser feliz sem ser bem-sucedido, porém 37,2% concordam que acham que a afirmação é verdadeira. Isso pode ter alguma relação com o fato de os jovens terem a ideia de que para ser feliz, se sentir realizado financeiramente e bem consigo mesmo, é preciso “dar certo na vida”. Assim, essa pressão para alcançar isso é vivenciada de forma constante por 74,3% dos entrevistados (Figura 3).

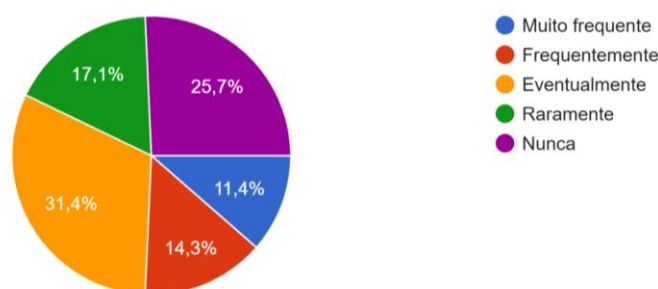
Figura 3 – Respostas dos estudantes para a pergunta: “Você sente pressão para “dar certo” na vida?”





Essa pressão, como já foi citado anteriormente na pesquisa, pode ocorrer devido a expectativas impostas pela família, a sociedade, e até mesmo pelo próprio indivíduo, mas também pelo estilo de vida exposto nas redes. Quando questionados se sentem insatisfação pessoal após visualizarem postagens nas redes sociais, era esperado que fosse algo frequente entre os voluntários, entretanto apenas 11,4% relataram ser muito frequente; com a maior porcentagem sendo 31,4 % (Figura 4).

Figura 4 – Respostas dos estudantes para a pergunta: “Com que frequência você se sente insatisfeito(a) com a sua vida após ver postagens nas redes sociais?”



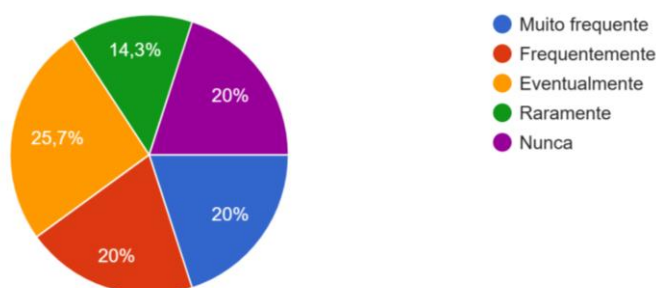
Quando questionados sobre o hábito de se compararem continuamente a outras pessoas, a maioria dos participantes afirmou que isso ocorre raramente (37,1%), enquanto apenas 14,3% admitiram que essa comparação acontece com frequência.

Um dado que merece atenção é que cerca de 80% dos estudantes relataram sentir que algo sempre os impede de serem autênticos em suas escolhas de vida. O apoio financeiro e a pressão familiar como motivos mais citados, ambos, com 17,1% das respostas. Apesar disso, 40% dos jovens afirmaram que, ao compartilharem seus sonhos com os responsáveis, costumam receber o apoio ou a resposta que gostariam de ouvir. Ainda assim, 17,1% relataram que raramente têm esse retorno positivo.



Foi percebido também que a maioria dos jovens, possuem o conhecimento que muitas das vezes questões como raça, gênero, orientação sexual ou classe social influenciam nas chances de uma pessoa alcançar sucesso e felicidade. E, 40% dos entrevistados acreditam ser necessário renunciar à felicidade para atingir o sucesso, enquanto 20% afirmam nunca ter pensado nisso (Figura 5).

Figura 5 – Respostas dos estudantes para a pergunta: “Com que frequência você se sente insatisfeito(a) com a sua vida após ver postagens nas redes sociais?”



Os resultados obtidos a partir das respostas subjetivas foram variados. Quando questionados sobre suas percepções em relação à felicidade, alguns jovens responderam coisas como: *“Pequenas coisas, fazer algo que você gosta”* ou *“Ser feliz é estar com os amigos, a família, e ter momentos bons durante a vida”*. Esses jovens possivelmente veem a felicidade no simples, acreditam que ela está presente nos pequenos momentos que possuem um verdadeiro significado.

Enquanto outros associam a felicidade é justamente o estado de estar bem consigo mesmo e se sentir suficiente: *“Ser feliz é sentir paz consigo mesmo e com a vida, mesmo em meio aos desafios. É encontrar alegria nas coisas simples, valorizar o que se tem e viver com propósito. Não é estar bem o tempo todo, mas saber reconhecer e aproveitar os bons momentos.”* ou *“Estar bem consigo mesma e com o mundo ao seu redor, se sentir suficiente”*.



6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados da pesquisa sugerem que os jovens tendem a valorizar a felicidade como uma forma de medir o sucesso, e também acreditam que sentir-se feliz é um caminho para alcançá-lo. Contudo, essa percepção é fortemente influenciada por pressões sociais, causadas por altas expectativas, comparações com outras pessoas nas redes sociais e barreiras pessoais ou familiares, como questões financeiras e desigualdades sociais.

Em sua maioria, a ideia de felicidade entre os jovens participantes está ligada à sensação de autossuficiência, aos bons momentos vividos e à realização de metas e sonhos, muitas vezes condições associadas ao sentimento de liberdade para fazer o que desejam. Já a visão de sucesso varia: alguns o relacionam a dinheiro, bens materiais e reconhecimento, enquanto outros acreditam que ser bem-sucedido é sentir-se feliz consigo mesmo e com a própria vida. Há ainda quem veja o sucesso como a realização de todos os objetivos traçados, sejam eles financeiros, profissionais ou pessoais.

Apesar de valorizarem o bem-estar, esses mesmos fatores acabam fazendo com que muitos jovens priorizem ser vistos como pessoas bem-sucedidas pela sociedade, acreditando que isso é o mesmo que ser feliz. Essas influências, muitas vezes, podem interferir nas escolhas que irão fazer sobre o futuro, mostrando como as pressões externas podem afetar o modo como cada um entende a própria felicidade e o que considera ser sucesso.



REFERÊNCIAS

ABERASTURY, A.; KNOBEL, M. Adolescência normal: um enfoque psicanalítico. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

BRASIL. Estatuto da Criança e do Adolescente: Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Brasília, DF: Presidência da República, 1990. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 20 out. 2025.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Saúde do adolescente: competências e habilidades. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2007.

ERIKSON, E. H. Identidade: juventude e crise. Rio de Janeiro: Zahar, 1972.

FERREIRA, J. A.; SIMÕES, A. Estrutura factorial da Escala de Satisfação com a Vida (SWLS). *Análise Psicológica*, Lisboa, v. 17, n. 3, p. 315–323, 1999.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira 2007. Rio de Janeiro: IBGE, 2007.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). World Health Report 1998: Life in the 21st Century — A Vision for All. Geneva: World Health Organization, 1998.



APÊNDICE 1

Perguntas do formulário disponibilizado aos estudantes do Ensino Médio:

1. Você sente culpa ou frustração por não alcançar o que outras pessoas da sua idade já conquistaram? (Objetiva)
2. Você concorda que é possível ser feliz sem ser bem-sucedido(a)? (Objetiva)
3. Na sua opinião, o que a sociedade valoriza mais atualmente: felicidade ou sucesso? (Objetiva)
4. Qual das frases abaixo mais se aproxima da sua visão atual? (Objetiva)
5. Você se sente comparando sua vida com a de outras pessoas? (Objetiva)
6. Com que frequência você se sente insatisfeito(a) com a sua vida após ver postagens nas redes sociais? (Objetiva)
7. Você costuma acreditar que sua realidade atual está próxima da sua ideia de felicidade?(Objetiva)
8. Existe algo que te impede de ser autêntico(a) nas suas escolhas de vida? (Objetiva)
9. Você sente que o contexto atual do país (ou do mundo) influencia sua forma de pensar sobre o futuro? (Objetiva)
10. Você costuma acreditar que precisa abrir mão da felicidade para alcançar o sucesso? (Objetiva)
11. Quando você sente que atingiu algo “importante”, costuma ainda assim não se sentir feliz? (Objetiva)
12. Quando você fala sobre seus sonhos para seus responsáveis, eles respondem o que você gostaria de ouvir? (Objetiva)
13. Você acredita que questões como raça, gênero, orientação sexual ou classe social influenciam nas chances de uma pessoa alcançar sucesso e felicidade? (Objetiva)



Entre o que se vive e o que se sonha: A percepção dos jovens sobre felicidade e sucesso

14. Com as suas palavras, defina o que é ser feliz. (Subjetiva)
15. Com as suas palavras, defina o que é ter sucesso. (Subjetiva).