



FACULDADE UNIRB – PARNAÍBA
CURSO DE PSICOLOGIA

Marlanne Cristina Silva Sousa

**ALTRUÍSMO E SEU REFLEXO NO BEM-ESTAR DAS
PESSOAS ENVOLVIDAS EM LAÇOS DE AMIZADE:
UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

PARNAÍBA/PI

2021

Marlanne Cristina Silva Sousa

**ALTRUÍSMO E SEU REFLEXO NO BEM-ESTAR DAS
PESSOAS ENVOLVIDAS EM LAÇOS DE AMIZADE:
UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado à Faculdade UNIRB -
Parnaíba, como requisito para a Conclusão do
Curso de Graduação em Psicologia.

Orientadora: Prof. Dra. Bruna de Jesus
Lopes.

PARNAÍBA/PI

2021

Marlanne Cristina Silva Sousa

**ALTRUÍSMO E SEU REFLEXO NO BEM-ESTAR DAS
PESSOAS ENVOLVIDAS EM LAÇOS DE AMIZADE:
UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado à Faculdade UNIRB -
Parnaíba, como requisito para a Conclusão
do Curso de Graduação em Psicologia.

Aprovada em: ___/___/___.

**BANCA
EXAMINADORA**

Prof. Dra. Bruna de Jesus Lopes (Orientador)
Faculdade UNIRB -Parnaíba (UNIRB)

Prof. Ma. Cintia Caroline Prado Craveira
Faculdade UNIRB - Parnaíba (UNIRB)

Prof. Dr. Ricardo Neves Couto
Faculdade UNIRB - Parnaíba (UNIRB)

AGRADECIMENTOS

Agradeço à minha orientadora, Prof. Dra. Bruna de Jesus Lopes, por ter me ajudado do início ao fim desta pesquisa. Agradeço também a todos os professores, as amigadas que foram construídas ao longo dessa caminhada que, de alguma forma, contribuíram para a minha formação acadêmica e pessoal nos últimos anos. Agradeço à minha família e aos meus amigos por estarem sempre ao meu lado. Em especial, agradeço aos meus pais, aos meus irmãos e minha vó por tudo o que já fizeram e fazem diariamente por mim. Muito obrigada!

“A amizade, esse doce sabor do outro, daquele que nos completa, ou que se diferencia de nós, nos faz mais vivos, mais parte desse mundo” (LOPONTE, 2009, p. 922).

RESUMO

A presente pesquisa tem por finalidade produzir uma revisão sistemática acerca de como o altruísmo interfere no bem-estar das pessoas envolvidas em laços de amizade. Desde modo o objetivo geral é conhecer a relação entre altruísmo e bem-estar nos vínculos de amizade; tendo como objetivos específicos: conhecer o reflexo do comportamento altruísta para os relacionamentos de amizade; e investigar como o bem-estar interfere nos vínculos de amizade. Por fim, buscou-se descrever de forma sucinta as relações entre o altruísmo e o bem-estar na amizade. Considerou-se a hipótese de que as relações de amizade têm como privilégio o altruísmo em que possibilita o bem-estar e com isso é esperando que seja de forma positiva. Durante levantamento bibliográfico sobre o tema foram selecionados 44 trabalhos publicados no período de 2015 a 2020 no Google Acadêmico, Scielo e Pepsic. Dentre eles, 10 artigos foram escolhidos para formar o corpus de análise da pesquisa. O critério de seleção utilizado foram os usos dos descritores “amizade”, “altruísmo” e “bem-estar”. A análise dos trabalhos aponta que o comportamento altruísta se encontra como uma peça fundamental e norteadora para as relações de amizade, assim como, um fator positivo em relação ao bem-estar dos indivíduos envolvidos nos relacionamentos de amizade. A conclusão do trabalho caracteriza o comportamento altruísta como potencializador nas relações de amizade; bem como, atua de modo positivo em relação ao bem-estar.

Palavra-chave: Amizade. Altruísmo. Bem-Estar.

ABSTRACT

This research aims to produce a systematic review of how altruism interferes with the well-being of people involved in friendship ties. Thus, the general objective is to know the relationship between altruism and well-being in the bonds of friendship; having as specific objectives: to know the reflex of altruistic behavior for friendship relationships; and investigate how well-being interferes with bonds of friendship. Finally, we sought to briefly describe the relationship between altruism and well-being in friendship. It was considered the hypothesis that friendship relationships have the privilege of altruism in which it enables well-being and, therefore, it is hoped that it will be in a positive way. During a bibliographical survey on the subject, 44 works published from 2015 to 2020 in Google Academic, Scielo and Pepsic were selected. Among them, 10 articles were chosen to form the research analysis corpus. The selection criteria used were the use of the descriptors "friendship", "altruism" and "well-being". The analysis of the works shows that altruistic behavior is a fundamental and guiding piece for friendship relationships, as well as a positive factor in relation to the well-being of individuals involved in friendship relationships. The conclusion of the work characterizes altruistic behavior as an enhancer in friendship relationships; as well, it acts in a positive way in relation to the well-being.

Key word: Friendship. Altruism. Welfare.

LISTA DE QUADRO

Quadro 1 – Listagem de estudos incluídos na revisão e suas variáveis consideradas	20
--	----

LISTA DE GRÁFICO

Gráfico 1 – Distribuição temporal dos artigos selecionado para análise.....	23
--	----

SUMÁRIO

ABSTRACT	7
LISTA DE QUADRO	8
LISTA DE GRÁFICO	8
1.0 INTRODUÇÃO	10
2.0 REVISÃO DE LITERATURA.....	12
2.1 Amizade.....	12
2.2 Comportamento Altruísta	14
2.3 Bem-Estar	15
2.4 Bem-estar relacionado aos vínculos de amizade	16
3.0 METODOLOGIA.....	19
3.1 Métodos	19
4.0 RESULTADOS E DISCUSSÃO	20
5.0 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	25
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA.....	26

1.0 INTRODUÇÃO

O altruísmo, segundo Guimarães (2019), pode ser entendido como a ajuda ao próximo, na qual se caracteriza por não possuir segundas intenções, não buscar o benefício próprio e não ter a intenção de receber algo em troca. No dicionário Houaiss este construto encontra-se definido como: “1.1 amor desinteressado ao próximo; filantropia, abnegação” (HOUAISS; VILLAR; FRANCO, 2001, p. 171).

Para Durkheim (apud STEINER, 2009) as pessoas altruístas podem sentir contentamento pessoal ao proporcionar bem-estar ao outro, ademais o altruísmo e o egoísmo mostram-se ligados, levando Durkheim definir o altruísmo como a ligação com o eu ou com o outro; porém, em seguida, expressou o altruísmo como parte do eu e o egoísmo como parte do social.

Na biologia o altruísmo é entendido como uma estratégia evolutiva no sentido de causar uma melhor adaptação das espécies (MATURANA; VARELA, 2010). Segundo Pinheiros (2010), Darwin explica o altruísmo, no sentido de proporcionar o bem da espécie, refletindo a emissão de um comportamento solidário que não tenha interesse individual. Sendo tais sentimentos e condutas instintos humanos (ARALDI, 2016).

Dessa forma, Post (2005) aponta que através das emoções positivas, é possível haver manifestação do sentimento altruísta, e isto pode estar conectado com o bem-estar e com a saúde. O comportamento altruísta, tem grande importância para as pessoas que visam o contentamento do outro (PARIZOTTO; FREITAS, 2015). Conforme Falcone et al. (2017) ao realizar uma pesquisa de revisão sistemática sobre a temática, encontrou algumas produções que apontaram o efeito benéfico desse tipo de conduta para os indivíduos, a exemplo do bem-estar.

O ato de ajudar outras pessoas está relacionado, direta ou indiretamente, a benefícios do bem-estar, emoções positivas e senso de comunidade (POZZI et al., 2014). Segundo Viegas, Oliveira e Falcone (2019) a motivação altruísta foi identificada pela maior parte dos voluntários. O estudo realizado sobre a avaliação do impacto no trabalho voluntário, com participação de 66 pessoas divididas em dois grupos de forma equitativas; no primeiro, as pessoas não participaram de nenhum trabalho voluntário, denominada por grupo de controle; e no segundo, grupo experimental, as pessoas realizavam trabalhos voluntário. Os resultados obtidos apontaram que o comportamento altruísta é motivado pela expectativa de ajudar, sendo tanto centradas no outro ou autocentrada (OLIVEIRA, 2018).

As condutas altruístas presentes nos vínculos de amizade são motivadas pela tentativa de suprir a necessidade do outro e isso cria uma gama de condutas e incentivos que poderão intervir no comportamento futuro das pessoas tal como: a cooperação, voluntariado, respostas passivas e ativas frente a certos acontecimentos e maior relação de bem-estar (SANTOS, 2017). Há benefícios para quem recebe ajuda, de modo que, ocasiona o bem-estar e satisfação; assim como para o altruísta, através de um mecanismo de retroalimentação, onde os indivíduos envolvidos são alcançados mesmo que seja de diferentes modos (KRIEGER; FALCONE, 2017).

Diante disso, esta pesquisa tem por finalidade produzir uma revisão sistemática acerca de como o altruísmo interfere no bem-estar das pessoas envolvidas em laços de amizade. Desde modo o objetivo geral é conhecer a relação entre altruísmo e bem-estar nos vínculos de amizade; tendo como objetivos específicos: conhecer o reflexo do comportamento altruísta para os relacionamentos de amizade; e investigar como o bem-estar interfere nos vínculos de amizade. Por fim, busca-se descrever de forma sucinta as relações entre o altruísmo e o bem-estar na amizade.

O percurso metodológico se desenvolveu da seguinte forma: a partir de uma revisão bibliográfica verificou-se nos bancos de dados do GOOGLE ACADÊMICO, SCIELO e PEPSIC como objetivo de qualificar a produção de conteúdo acerca de como o altruísmo interfere no bem-estar das pessoas envolvidas em laços de amizade. Leva-se em consideração que este trabalho é de suma importância, pois contribuíra para preencher uma lacuna teórica e gerar reflexões sobre o tema estudado e assim possibilitar novas considerações acerca do assunto.

2.0 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Amizade

A amizade tem o papel de grande importância na vida dos seres humanos (DESOUSA; CERQUEIRA-SANTOS, 2012). No entanto, na literatura constata um consenso a respeito da definição do relacionamento de amizade (DUARTE; SOUZA, 2010). Rezende (2002) relata que a amizade é um vínculo pessoal, privado, verdadeiro e voluntária marcada por afinidade, segurança e espaço para partilhar questões pessoais, princípios parecidos, solidariedade, suporte emocional, investimento de tempo e diálogo.

Ao contrário do que existe na relação entre familiares e em outras formas de relacionamento, a amizade é caracterizada como pessoal e privada, em que não são postos normas culturais e valores (SOUZA; HUTZ, 2008). Colaborando com essa ideia, Dias (2017) afirma que a amizade vem sendo apresentada como um relacionamento para além dos familiares e parceiros íntimos; não obstante, há estudos no qual os participantes evidenciaram que é viável entre parentes o vínculo de amizade.

De acordo com o estudo realizado na escola Damião de Góis em Portugal, com participação dos alunos do 5º ano, realizado na forma de observação e questionário, o resultado apontou que a família não é vista apenas como uma instituição de obrigatoriedades, mas sim como um grupo de pessoas que cria entre si relações de amizade (BRITES, 2019). Gomes e Silva Júnior (2008) apontam: “O clássico discurso de amizade caracteriza-se por uma semântica que qualifica o vínculo de amizade como vínculo de familiaridade ou parentesco, associando o amigo à figura do irmão” (p. 268).

Na antiguidade, já se tratava a definição de amizade como princípio motivador de altruísmo entre as pessoas (AQUINO; SANTOS; FICAGNA, 2019). Segundo a concepção aristotélica, a amizade é pensada em três vertentes: a benevolência, em que desejamos verdadeiramente a paz e o bem-estar de outra pessoa; a reciprocidade, quando desejamos que haja relação de sentimentos e valores na relação com o outro; o bem querer, no qual o mesmo bem que é desejado para si, é desejado para o outro (SANTOS, 2018). Logo, na cultura contemporânea a ideia de amizade é conhecida como um processo definido pelo o falar espontâneo/livremente, em relação aos temas de interesse em comum e marcada por novas percepções, olhares e comportamentos justamente pelo fato de que é na amizade que consiste uma força sensível do diálogo vivo, em que não se tem valor em si, mas sim na relação com o outro, devido os constantes movimento no mundo contemporâneo (CONTE; FIALHO, 2016).

Gomes e Junior (2010) trazem a percepção de amizade como uma característica política, que afeta a ligação da aceitação do outro voltada assim para as experiências, cujos

traços de casualidade e indecisão direcionam para a perspectiva de mudança da subjetividade que são capazes de criar práticas de políticas transformadoras. Segundo Azevedo et al. (2015) a amizade é interpretada como uma relação de semelhança política em que não tem intenção de tornar nulo as diferenças; caracterizando-se como um encontro agradável implicado em ampliar os horizontes e perfeição os pensamentos, ampliando a eficácia do agir dos indivíduos.

Na compreensão sobre amizade é possível observar o indivíduo, a coletividades e, também, a extensão política incluindo as subjetividades, que refletem nas escolhas éticas de cada indivíduo (CRUZ, 2016). As pessoas entrevistadas por Gomes e Silva (2007), ressaltam a amizade como um âmbito de acolhimento e alegria. É esperado que as relações de amizade possam proporcionar empatia, paciência, altruísmo, honestidade e gratidão (SOUZA; HUTZ, 2007).

Segundo Correia (2013) as crianças que tem amigos manifestam um melhor desenvolvimento em relação aos níveis de habilidades e competências, que contribuem para o aprendizado; resultando em crianças mais autoconfiante e altruístas. Já na adolescência, Costa (2016) aponta que adolescentes com amigos se revelam mais altruístas, cooperativos, autoconfiantes e com mais clareza para solucionar problemas diferentes daqueles que não tem amigos. Para o autor, nas amizades da adolescência, o altruísmo pode ser entendido como uma aceitação da perspectiva emocional, sensibilidade, senso de humor, amadurecimento cognitivo na brincadeira; consiste em uma condição de identidade entre os amigos (WISNIEWSKI; TOLENTINO, 2011).

Carvalho e Colombani (2018) afirmam que a amizade perfeita, tem a ver com os sentimentos particulares aos homens considerados virtuosos; presumem o altruísmo como qualidade necessária. De acordo com Fleitas (2016), encontra-se uma contestação na interpretação sobre o entendimento de altruísmo indispensável na relação de amizade que pode ter o significado de desejar um bem ao outro ou apenas desejar o bem do outro pelo outro; podendo assim, ser entendido como um bem relacionado à utilidade ou simplesmente ao prazer.

A disposição breve de pensamento e ação provocada pela bondade é uma motivação altruísta ou o querer realizar condutas pró-social, portanto, essas práticas de bondade têm como potencial a construção de confiança e encorajamento de vínculos (PEREIRA, 2019). Ou melhor, as amizades positivas que as pessoas constroem com os outros exercem um efeito positivo, principalmente, uma maior satisfação com a vida; como resultado, redução de estresse, tornando a bondade marcada como um elemento motivacional no reconhecimento de

um comportamento altruísta (RODRIGUES, 2016). Na amizade, ao menos, o altruísmo é exclusivamente um ponto de vista do amar; no entanto, um aspecto considerado natural e irreduzível (UTZ, 2009).

As respostas empáticas tem capacidade de gerar comportamento pró-social, tendo como exemplo, de altruísmo, de amizade e de manifestação de apoio, dessa maneira os comportamentos podem ter como motivação os fatores como morais e éticos (MOTA, 2019). Conforme Leonardos (2018) a empatia é correlacionada a outros comportamentos pró-sociais e estabelecida como base para as condutas altruísticas.

2.2 Comportamento Altruísta

Há uma variedade de nomenclaturas utilizadas para o termo altruísmo, como, comportamento social, conduta social positivo, benevolência, solidariedade, prática de cuidado, comportamento pró-social, dentre outras, sendo marcada pela ausência de uma descrição clara e com isso dificulta uma definição exata de quais condutas são capazes de ser consideráveis como altruístas (VILALVA, 2017).

Comportamento altruísta é apontado como uma atitude de ajudar alguém, sendo conhecido na psicologia como um comportamento pró-social (KRIEGER; FALCONE, 2017). Para Ricciardello (2018) os comportamentos altruístas podem ter como motivação o dever, e com isso é necessário compreender as motivações que levaram a essa atitude de ajudar. Enquanto estado motivacional, o altruísmo é capaz de gerar um grande gama de motivações, assim como várias atitudes que influenciam os comportamentos das pessoas (SANTOS, 2017).

Referente a filosofia, o conceito de altruísmo é marcado como uma aptidão inata do indivíduo em se importar com o outro; e mesma realizada de forma autêntica, é necessário o aprimoramento através da educação positiva, buscando impedir algumas tendências relativas ao egoísmo (PARIZOTTO; FREITAS, 2015). Percebido de um ponto de vista etológico, o altruísmo é apontado como sinônimo de benevolência (VILALVA; LOHR, 2019). Pessoas altruístas possuem amor ao próximo, preza e se importam com os outros, inclusive quando contêm dificuldades ou inconveniências e com isso compreende as necessidades do próximo, logo é o inverso do egoísmo (ANDRADE, 2017).

O altruísmo é denominado como comportamento pró-social, no qual o altruísmo seria uma subcategoria desse comportamento (NUNAN; JABLONSKI, 2009). Lencastre (2010) o aponta como um sentimento social que oriunda da compaixão. Falcone et al. (2008) ressaltam a presença de custos a quem realiza um comportamento altruísta, isto é, tal comportamento

demanda uma renúncia em prol das necessidades de outra pessoa. Conforme Guimarães e Laurenti (2019) o altruísmo poderia ser compreendido como uma atitude que, em princípio, não tem consequências para os indivíduos que age altruisticamente.

As pessoas altruístas são integralmente benevolentes, independentemente do modo de se comportar frente ao outro; em contrapartida, pessoas reciprocamente altruístas tem seu comportamento diretamente vinculado ao comportamento do outro (DELGADO, 2017). Dessa forma, para o altruísmo ser considerado genuíno, esse comportamento não poderia ser explicado por condutas de interesses do sujeito, isto é, não busca favorecer os interesses pessoais (PALUDO et al., 2018). Contudo, Oliveira e Silva (2015) ressaltam que o altruísmo recíproco, é exatamente no sentido de uma condição mais extensa de cooperação, as pessoas ajudam por motivo de que ambos têm benefícios.

Ricard (2015), em relação ao comportamento, para ser visto como altruísta é indispensável ter em vista o bem-estar do próximo, compreendido como uma motivação genuína. Sobre os aspectos que proporcionam o bem-estar, as atitudes altruístas vêm sendo regularmente identificado (OLIVEIRA, 2018).

2.3 Bem-Estar

Freire e Tavares (2011) destacam que o bem-estar é apontado como um acontecimento multidimensional. Descrever o bem-estar é complexo, em consequência de ser motivado por fatores como cultura, idade, gênero, nível e socioeconômico (GIACOMONI, 2004). Colaborando com o autor acima, Sarriera (2015) afirma que o bem-estar é atravessado sobre questões cultura, sociais e culturais.

Nas últimas três décadas, investigadores se dedicaram, em produzir conhecimento e trazer evidências científicas a respeito do bem-estar. Ademais, vários estudiosos obtiveram sucessos em suas pesquisas, dessa forma o conceito de bem-estar foi inserido no campo científico da psicologia e transformando o tema como o mais debatido e aplicado, que abarcar os aspectos psicológicos que constituem uma vida saudável (COSTA, 2017).

Na literatura, bem-estar e qualidade de vida são compreendidos como conceitos diferenciados; porém, em alguns momentos são denominados como sinônimos (SILVA; FERREIRA, 2013). Nessa ótica, Molina et al. (2017) afirmam que o bem-estar pode ser compreendido como o grau em que cada pessoa entende sobre qualidade de vida de maneira benéfica., como um todo, e refere-se à avaliação positiva de suas experiências em termos de cognição e afeto.

No campo da psicologia, a definição do bem-estar teve seu período de evidência que ocorreu na década de 60, com o seguimento do paradigma da psicologia positiva, passando ter um significado mais amplo, isto é, tendo um fim no conceito de bem-estar classificado como apenas a “ausência de doença” (NUNES, 2015). O estudo da psicologia positiva agrega esforços para fortalecer o conhecimento científico a respeito de como, por que e em que situações, aos efeitos positivos, o bem-estar, otimismo e a felicidade são capazes de colaborar com o crescimento e desenvolvimento dos indivíduos (LOPES, 2015).

A concepção de bem-estar tem se tornada bastante discutida, é há tipos de concepções divergentes e complementares. Diante disso, o mais difundido está classificado em duas concepções: bem-estar psicológico (BEP) e o bem-estar subjetivo (BES) (FRANCISQUINI, 2020). Sob o mesmo ponto de vista, a corrente teórica do bem-estar subjetivo (BES) realiza-se em uma prática mais hedônica, sendo referente à busca ao prazer e a prevenção da dor; por outro lado o bem-estar psicológico (BEP) possui uma base no ponto de vida tradicional do eudaimônica que é norteada para a prática do verdadeiro “daimon”, assim como também da nossa verdadeira natureza (XAVIER, 2018).

Franca-Freitas et al. (2017) declaram que uma análise cognitiva de bem-estar é um parecer avaliativo que as pessoas têm a respeito de sua vida, ou uma concepção em relação a aspectos específicos. Baseado em evidências Santana e Gondim (2016) revelam que as pessoas que regulam satisfatoriamente suas emoções tem tendência a ter um nível mais satisfatório de bem-estar. Conforme Araújo e Villa (2020) o bem-estar tem significado de saúde em uma definição mais ampla, de forma ativa assim como também em todos os respectivos aspectos.

2.4 Bem-estar relacionado aos vínculos de amizade

A literatura tem relacionado à amizade como componente fundamental em inúmeros contextos, direcionado especialmente na promoção de concepção de bem-estar físico e mental, de felicidade, qualidade de vida e no prolongamento da expectativa de vida (SCHLÖSSER, 2020; PERON et al., 2010; OLIVEIRA et al., 2007; CARVALHO et al., 2017). Aliás, o tipo de relacionamento aparenta influenciar o bem-estar, visto que tem sido fundamental a eficiência das redes de amizade (GOUVEIA et al., 2016).

Na pesquisa de Souza e Duarte (2013) apresentam que na análise sobre as relações entre bem-estar e amizade, há a necessidade de serem inseridos também os demais conhecimentos interpessoais, bem como as relações familiares e os amorosos. Logo os relacionamentos de amizade são mantidos pela concepção de bem-estar e qualidade de vida,

sendo assim um dos requisitos apontados como fundamentais em diversos atributos de relacionamentos, por exemplo, os amorosos e familiares (SILVA et al., 2020).

Conforme Almeida e Teixeira (2018), nas últimas décadas, o bem-estar tem demonstrado um funcionamento confiante em razão das emoções benéficas nas relações de amizades e com isso a definição de bem-estar tem se tornado cada vez mais interessante na literatura. A habilidade de construção e a manutenção dos vínculos de amizades são consideradas como um indicador de proteção para a saúde física, mental e psicossocial, sendo associado aos níveis de importância para a autoestima e bem-estar (CARVALHO et al., 2017).

Ter amizades satisfatórias tem sido apontado como um indicador importante para o bem-estar mental, físico e psicossocial, particularmente para os adolescentes acrescenta-se que, a qualidade das relações de amizade em termos de intimidade e apoio pode proporcionar a eles o fortalecimento de sua autoconfiança, competência social e a suas expectativas para o futuro. Ou seja, os adolescentes que retratam as amizades como mais traços positivos tendem a ter uma relação mais positiva das emoções (CAPELINHA, 2013).

As amizades com características positivas são capazes de influenciar no desenvolvimento dos adolescentes e atuar como fator de proteção para a inclusão deles em grupos divergentes, além disso, proporciona uma maior sensação de contentamento com a vida, e com bem-estar (TOMÉ, 2011). O estudo de Silva, Giordani e Dell'Aglio (2017), com 420 adolescentes, estudantes de escolas públicas de Porto Alegre, apresentou uma grande importância das dimensões do bem-estar subjetivo em relação às satisfações com a amizade, família e religiosidade foram apontados como aspectos positivos para o bem-estar.

Souza (2006) buscou entender sobre a percepção da qualidade da amizade em adultos de ambos os sexos. Participaram do estudo 541 universitários na faixa etária de 18 a 58 anos divididos em 335 mulheres e 206 homens de diferentes cursos, foram empregadas nove escalas que constituem os Questionários McGill de amizade. Os resultados revelaram que as amizades de sexo oposto, com a ausência de relacionamento amoroso, exercem um papel importante no bem-estar, contribuindo para as experiências e situações divergentes.

Já em questão aos idosos, Almeida e Maia (2010) afirmam que para os idosos os fatores mais importantes nos vínculos de amizade estão associados as possibilidades de interações sociais; pois a sensação de bem-estar que provém das relações com outras pessoas e a oportunidade de construir boas amizades pode estar relacionada a prevenção da solidão. A amizade está estreitamente ligada à ideia de felicidade, uma vez que proporciona o bem-estar

e a autoestima; além de ajudar a lidar melhor com diferentes acontecimentos geradores de estresse como doença, luto e a perda de emprego (COSTA, 2016).

3.0 METODOLOGIA

No presente estudo, o principal objetivo é analisar as produções da literatura que discutem sobre como o altruísmo interfere no bem-estar das pessoas envolvidas em laços de amizade. Para isto, foi necessária uma pesquisa nos bancos de dados, publicados nos últimos 5 anos (2015 a 2020). A ponto de melhorar a definição no contexto da pesquisa, foram necessários a elaboração mais específicas para direção e a seleção do material, métodos e a análises dos dados.

3.1 Métodos

A pesquisa iniciou no mês de julho com o processo de pesquisa nas fontes de exclusivamente acadêmico, foram escolhidas três bases de dados: GOOGLE ACADEMICO, PEPSIC E SCIELO. No sentido de uma melhor definição, inicialmente foi utilizado os descritores: Amizade, Altruísmo e Bem-estar. Para a seleção das fontes, foram considerados como critério de inclusão os artigos publicados na língua portuguesa; publicados no ano de 2015 a 2020; disponibilizados integralmente nas bases de dados; as bibliografias que abordassem o altruísmo, bem-estar e amizade. Os artigos excluídos seguiram os seguintes critérios: publicados em outros idiomas e aqueles que não atenderam a temática. Também foi excluído as bibliografias que apresentou os termos referentes a amizade, altruísmo e bem-estar apenas nos títulos, resumo, palavra-chave e referencias bibliográfica, que discorreram apenas periféricamente.

4.0 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise partiu das produções científicas sobre o altruísmo em questão de afetar o bem-estar das pessoas em relações de amizade; com isso, o processo iniciou-se por meio de buscas de produções científicas nas bases de dados, tendo como objetivo conhecer a relação entre altruísmo e bem-estar nos vínculos de amizade com a finalidade de qualificar a produção de conteúdo relacionado ao altruísmo, bem-estar das pessoas envolvidas em laços de amizade.

Primeiramente foi feita uma revisão bibliográfica das produções científicas, através de um levantamento nas bibliotecas eletrônicas. Quando colocados no google acadêmico a combinação das palavras-chave “amizade”, “altruísmo” e “bem-estar” no período de 2015 a 2020 os valores são de 6.150 aproximadamente, correspondendo as produções dos vários conhecimentos. Em outras bases de dados como na Scielo e Pepsic quando colocados os descritores “amizade” combinando com os termos “altruísmo” e “bem-estar”, seguindo a delimitação do idioma e ano de publicação não foram encontrados artigos.

Inicialmente foram selecionados 44 artigos para a releitura dos resumos na base de dados google acadêmico. Foram excluídos 23 artigos que não atendiam aos objetivos do estudo, 1 artigo foi excluído por não estar disponibilizado por completo. Permaneceram, portanto, 21 artigos para serem lidos na íntegra. Estando novamente submetidos aos critérios de exclusão, 11 artigos foram excluídos, pois apesar de apresentarem os termos referentes ao estudo no título (três artigos), no resumo (quatro artigos), (três artigos) nas palavras-chaves ou nas referências bibliográficas (um artigo), não abordavam a temática do trabalho. Restaram 10 artigos para inclusão do estudo e foram analisados de acordo as seguintes categorias: título, autor, ano, revista e resumo apresentado no (quadro 1) abaixo:

Quadro 1- Listagem de estudos incluídos na revisão e suas variáveis consideradas.

QT	TÍTULO	AUTOR	ANO	REVISTA	RESUMO
1	Ética, moral e amizade em tempos líquidos: fundamentos críticos para uma práxis de direitos humanos.	AQUINO, S. R.; SANTOS, W. FICAGNA, V.	2019	Revista Eletrônica Direito e Política	A caracterização do momento presente como “tempo líquido” mostra a amplitude das comunicações humanas e, ao mesmo tempo, a fragilidade e o esvaziamento das relações humanas. Valores como a Ética, Moral, Amizade e Fraternidade são considerados descartáveis, já que nada, hoje, foi feito para durar, ou, numa expressão, não se deseja hipotecar o futuro.

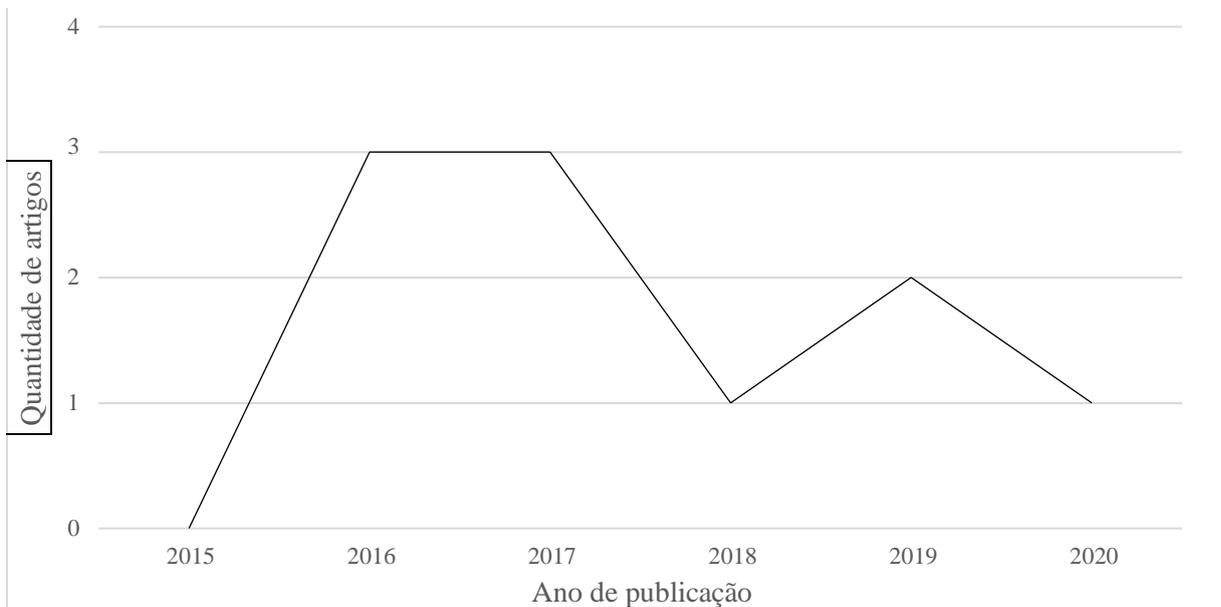
2	Relações de amizade e autoconceito na adolescência: um estudo exploratório em contexto escolar.	CARVALHO, R. G et al.	2017	Estud. psicol.	No presente estudo, analisou-se a relação entre a qualidade das relações de amizade e as autopercepções dos adolescentes, expressas no seu autoconceito. A amostra foi constituída por 65 estudantes portugueses, com idades compreendidas entre os 12 e os 16 anos ($M = 14$).
3	Relações de amizade de adolescentes em situação de acolhimento institucional: fatores de risco e de proteção.	COSTA, A. C. R. C.	2016	Repositório Institucional da UFPA-RIUFPA	Estudos apontam que além da família, o grupo de pares constitui-se em um importante contexto de desenvolvimento para o adolescente, sendo as relações de amizade entre seus membros um influente fator de risco e de proteção nesse período da vida. Nesse sentido, esta dissertação objetivou investigar os fatores de risco e de proteção associados às relações de amizade e a percepção da qualidade desse tipo de relacionamento por adolescentes no contexto do acolhimento institucional.
4	Partilhar e confortar: comportamentos altruístas genuínos ou estratégicos? Estudo com crianças de 3 e 5 anos	DELGADO, Sara	2017	ISPA	O desenvolvimento do comportamento pró-social tem vindo a ser abordado por diversos estudos. Contudo, a literatura ainda não apresenta dados consistentes no que diz respeito à emergência e manutenção do comportamento pró-social, principalmente na idade pré-escolar. Verificam-se lacunas nos estudos anteriores, bem como resultados contraditórios. Este estudo pretendeu contribuir para uma maior compreensão de dois tipos de comportamento altruísta, a partilha e o conforto, em crianças entre os 3 e os 5 anos.
5	Felicidade e amizade na ética nicomaquéia.	FLEITAS, H. F. R.	2016	Repositorio institucional-UCS	A felicidade (<i>eudaimonia</i>) e a amizade (<i>philia</i>) são temas amplamente abordados na obra de Aristóteles, não obstante, são tratados com destaque em suas obras sobre a ética e a política, especialmente na <i>Ética a Nicômacos</i> . A presente dissertação analisa a relação e complementariedade destes dois temas na <i>Ética Nicomaquéia</i> e a metodologia de investigação para a composição deste estudo é a bibliográfica, dispondo-se como aporte teórico basilar as investigações, considerações e argumentações de Aristóteles na obra acima citada, especificamente nos Livros I, II e X que tratam da temática da felicidade e nos Livros VIII e IX, que abordam o tema da amizade.
6	Impacto do trabalho voluntário nos níveis de empatia, autoestima e	OLIVEIRA, E R	2018	Instituto de Psicologia	O voluntariado é caracterizado pelo auxílio a outras pessoas, de forma programada e voluntária, na ausência de quaisquer recompensas financeiras, sendo compreendido como um comportamento pró-social. As

	bem-estar subjetivo.				dificuldades sociais enfrentadas ao redor do mundo exaltam a importância de iniciativas solidárias que possam contribuir para uma sociedade mais justa e igualitária.
7	Perceção do impacto de uma intervenção psicológica positiva em grupo numa amostra não clínica	PEREIRA, J. B.	2019	Repositório Institucional da Universidade Fernando Pessoa	O presente estudo teve como objetivo analisar as percepções sobre o impacto da aplicação de um programa de psicologia positiva, tendo em vista a promoção do bem-estar na vida diária, em alunos do ensino superior.
8	Regulação emocional, bem-estar psicológico e bem-estar subjetivo.	SANTANA, V. S.; GONDIM, S. M. G.	2016	Estud. psicol.	O artigo analisa as relações entre modos de regulação emocional e três dimensões de bem-estar subjetivo, a partir de dois modelos: um de predição e outro de mediação, que envolve efeitos indiretos da autonomia e do domínio do ambiente. Foram utilizadas três escalas, uma para avaliar dois modos de regulação emocional (<i>up regulation</i> e <i>down regulation</i>), outra para avaliar três dimensões de bem-estar subjetivo (afetos positivos, afetos negativos, satisfação com a vida) e outra para avaliar dois componentes do bem-estar psicológico (autonomia, domínio do ambiente).
9	Atitudes e comportamentos altruístas e prossociais em jovens do Ensino Secundário: um contributo para a implementação do Heroic Imagination Project em Portugal.	SANTOS, M. G.	2017	Veritati - Repositório Institucional da Universidade Católica Portuguesa	o presente estudo teve por objetivo geral caracterizar a amostra de adolescentes portugueses, estudantes do ensino secundário, no que concerne às suas atitudes altruístas e ao seu envolvimento em comportamentos altruístas e prossociais.
10	Elementos caracterizadores das representações sociais da amizade para universitários.	SCHLÖSSER, A.	2020	Revista de Psicologia	Dentre as modalidades de relacionamentos interpessoais, a amizade desponta como uma das mais significativas, considerando os valores e comportamentos associados ao que se espera em uma relação de amizade. O objetivo deste estudo foi identificar os elementos caracterizadores das representações sociais da amizade para universitários.

O Gráfico 1 apresenta a frequência acumulada dos 10 artigos selecionados para realização do estudo, tendo em vista publicações correspondentes aos anos de 2015 a 2020. Além da escolha do período de publicação, também foram priorizados artigos, revista

disponíveis integralmente e publicados na língua portuguesa. O primeiro artigo selecionado foi publicado em 2016 e o último em 2020. Dos 10 artigos, não foi selecionado artigos publicados em 2015. No ano de 2016 e 2017 houve um aumento na publicação. Outro momento que os artigos selecionados tiveram um aumento em relação ao ano foi em 2019, logo após ocorreu uma diminuição dos artigos no período de 2020. As pesquisas apontaram que há mais estudos desenvolvidos sobre adolescentes.

Gráfico 1- Distribuição temporal dos artigos selecionado para análise



O objetivo desse trabalho foi compreender e analisar os achados da literatura referentes ao comportamento altruísta e o bem-estar relacionado ao vínculo de amizade. Os artigos apresentados no decorrer dessa sessão foram apresentados no quadro 1 na perspectiva de produzir uma discussão sobre o tema debatido.

Através da análise de conteúdo, observa-se que há uma concepção da amizade sendo vista como estimuladora de comportamento altruísta, apontada pelos autores Aquino, Santos e Ficagna (2019). Frente a isso, as relações de amizade com comportamento altruísta motivam ações positivas em certas situações; além de proporcionar bem-estar entre as pessoas. Já Fleitas (2016) questiona a percepção de que o altruísmo seja relevante para os vínculos de amizade e assim apresenta diferentes significados para o comportamento altruísta, como apenas relacionado ao prazer ou por conveniência. Entretanto, Delgado (2017) coloca os comportamentos altruístas como totalmente benevolentes ou recíprocos.

No que diz respeito ao período da adolescência, as atitudes altruístas nos vínculos de amizades podem ter um papel de fortalecimento dos adolescentes, tornando-os mais cooperativos (COSTA, 2016). Durante o período da adolescência, a amizade tem papel muito importante visto que contribuir para o desenvolvimento de responsabilidade e sensibilidade. Autores mencionam que comportamentos altruístas são apontados como responsável por proporcionar o bem-estar nos vínculos de amizade (CARVALHO et al., 2017; OLIVEIRA, 2018).

De acordo com as investigações sobre os relacionamentos de amizades, nos quais o altruísmo é visto como o fator responsável pelo fortalecimento do bem-estar, acredita-se que esses relacionamentos podem atuar como uma forma preventiva e redutiva de fatores de risco a saúde como solidão, depressão, e com isso a dificuldade de criação de laços afetivos duradouros, por outro lado proporciona a promoção da autoestima das pessoas envolvidas.

Nessa direção Oliveira (2015) argumenta que as atitudes altruístas tem um forte efeito positivo em relação ao bem-estar e na satisfação com a vida, além de motivar sentimentos de realização pessoal. No ponto de vista de Schlösser (2020) a amizade visa promover o bem-estar subjetivo como o bem-estar psicológico para os indivíduos. O estudo de Santana e Gondim (2016) ratifica essa informação, o qual aponta que as emoções tais como: admiração, alegria e satisfação, confiança e segurança estão relacionadas a níveis elevados de bem-estar.

Também foi possível verificar que as amizades que não vem a proporcionar e preservar o bem-estar entre seus vínculos podem causar vulnerabilidade, devido às pessoas considerarem essas relações como um fator importante nas suas vidas. No que tange a amizade, o possuir amigos se demonstra como uma ação projetiva, na qual a confiança e a partilha transformam-se em motor de fortalecimento dos vínculos entre as pessoas (KOURY, 2015).

O altruísmo estabelece um comportamento relevante para os relacionamentos interpessoais, gerando de maneira relativa à satisfação e o bem-estar (KRIEGER; FALCONE, 2017). Alves (2019) reconhece que os comportamentos altruístas são capazes de desencadear o bem-estar em ações do dia a dia. Autores mencionam que atitudes altruístas intensificadas nos vínculos de relacionamento são capazes de inspirar nos comportamentos futuros das pessoas (PEREIRA, 2019; SANTOS, 2017). Por fim, os artigos analisados apontaram que os sentimentos e atitudes positivas tais como autoestima, enfrentamento e otimismo estão relacionados as redes de amizades construídas por pessoas que são altruístas. Assim como, o bem-estar pode ser proporcionado através de uma boa relação amizades.

5.0 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo se propôs a verificar a relação do altruísmo e o bem-estar nos vínculos de amizade. A análise dos artigos selecionados através de uma revisão da literatura nacional mostrou que o comportamento altruísta e o bem-estar apresentaram relação significativa para as construção e manutenção das relações de amizade. Considera-se as questões levantadas relevante, pelo o potencial de gerar reflexões e assim contribuir para os estudos sobre a temática.

Os resultados apontaram que o comportamento altruísta é estimulador dos relacionamentos de amizade; assim como, as atitudes altruístas nas relações influenciam de forma positiva no bem-estar. Na fase da adolescência, amizade altruística tem como papel de fortalecimento tanto para si como para os outros envolvidos nesses vínculos. Em relação ao bem-estar, a amizade combinada com o comportamento altruísta serve como fortalecedor. Tendo isso em vista, este trabalho pretendeu refletir sobre o comportamento altruísta nos relacionamentos de amizade, investigar como o bem-estar interfere nos vínculos de amizade e descrever alguns aspectos das relações entre o altruísmo e o bem-estar na amizade.

Todavia, a realização do estudo teve algumas limitações: no processo de busca de artigos relacionados ao tema da pesquisa, como o número reduzido dos artigos que abordam essa temática e alguns dos trabalhos não disponibilizados integralmente, apenas os resumos. Vale salientar que para pesquisas futuras poderiam ser realizados estudos que adotassem também uma abordagem empírica, como a elaboração de questionários ou entrevista em adultos e assim analisar se existe relação coerência entre a teoria e a prática. Dessa forma, essa pesquisa constatou que o comportamento altruísta pode ser um fator de fortalecimento das relações, podendo torná-las mais leves, saudáveis e próspera.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

ALMEIDA, A. K.; MAIA, E. M. C. Amizade, idoso e qualidade de vida: revisão bibliográfica. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 15, n. 4, p. 743-750, dez. 2010. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722010000400010&lng=en&nrm=iso. acesso em 17 nov. 2020.

ALMEIDA, B. R.; TEIXEIRA, M. O. Bem-estar e adaptabilidade de carreira na adaptação ao ensino superior. **Rev. bras. orientac. prof**, Florianópolis, v. 19, n. 1, p. 19-30, jun. 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902018000100004&lng=pt&nrm=iso. acesso em: 25 out. 2020.

ALVES, R. **A Neurociência da Felicidade**. 1.ed. São Paulo: MK Editora, 2019.

ANDRADE, S. Estudo de investigação sobre a personalidade. **Psicologia.pt - O Portal dos Psicólogos**. 2017. Disponível em: https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo_licenciatura.php?estudo-de-investigacao-sobre-a-personalidade&codigo=TL0405&area=d10. Acesso em: 13, ago.2020.

AQUINO, S. R.; SANTOS, W. FICAGNA, V. Ética, moral e amizade em tempos líquidos: fundamentos críticos para uma práxis de direitos humanos. **Revista Eletrônica Direito e Política**, Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciência Jurídica da UNIVALI, Itajaí, v.14, n.1, 2019.

ARALDI, C. L. Nietzsche e Paul Rée: Acerca da existência de impulsos altruístas. *Cad. Nietzsche*, São Paulo, v. 37, n. 1, p. 71-87, Jun 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2316-82422016000100071&lng=en&nrm=iso. acesso em: 31 Mar. 2020.

ARAÚJO, G. M.; VILLA, S. B. A relação entre bem-estar e resiliência na habitação social: um estudo sobre os impactos existentes. **Ambient. constr.**, Porto Alegre, v. 20, n. 3, p. 141-163, jul. 2020. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-86212020000300141&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 26 out. 2020.

AZEVEDO, L. G. N. G et al. Experimentação política da amizade em comunidades da internet a partir da teoria dos afetos de Espinosa. **Psicol. USP**, São Paulo, v. 26, n. 2, p. 208-220, ago. 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65642015000200208&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 22 out. 2020.

BRITES, T. S. G. **A família, comunidade de amor:** contributo para o estudo do efeito da lecionação sobre a representação que as crianças têm da família. 2019. 226 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Religiosas) – Instituto Universitário de Ciências Religiosas, Universidade Católica Portuguesa Faculdade De Teologia, Lisboa, 2019.

CAPELINHA, J. C. C. A qualidade das relações de amizade na adolescência e suas implicações ao nível do autoconceito e da auto-estima. 2013. 74 p. Dissertação (Mestrado em psicologia, especialidade em Psicologia Educacional) - Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida- ISPA. Lisboa, Portugal, 2013.

CARVALHO, A. B. COLOMBANI, F. Ética e amizade na formação de professores e na prática docente: a sala de aula como lugar de encontro. In: 11 ENCONTRO INTERNACIONAL DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES/12 FÓRUM PERMANENTE DE INOVAÇÃO EDUCACIONAL– 11 ENFOPE/12 FOPIE, 4., 2018, Sergipe **Anais** [...]. Sergipe: grupo Tiradentes: portal de eventos, 2018. Trabalho 2179-0663. Disponível em: <https://eventos.set.edu.br/enfope/article/viewFile/8781/3763>. Acesso em: 8 nov.2020.

CARVALHO, R. G et al. Relações de amizade e autoconceito na adolescência: um estudo exploratório em contexto escolar. **Estud. psicol. (Campinas)**, Campinas, v. 34, n. 3, p. 379-388, set. 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2017000300379&lng=en&nrm=iso. acesso em: 17 nov. 2020.

CONTE, E. FIALHO, B. P. A amizade nas relações de ensino e aprendizagem. **Perspectiva**, Florianópolis, v. 34, n. 1, p. 205-239, jan./abr. 2016.

CORREIA, N. S. P. Amizade é.... As relações de amizade em adultos com Deficiência Intelectual. 2013. 99f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida- ISPA, Universidade de Lisboa, Portugal, 2013.

COSTA, A. C. R. C. **Relações de Amizade de Adolescentes em Situação de Acolhimento Institucional:** Fatores de Risco e de Proteção. 2016. 121f. Dissertação (Mestrado em Teoria e Pesquisa do Comportamento), Universidade Federal do Pará, Belém. 2016.

COSTA, F. G. Bem-estar subjetivo, resiliência e representações sociais no contexto do diabetes mellitus. 2017. 254 f. Tese (Doutorado em Psicologia Social) -Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2017.

CRUZ, E. F. Notas sobre amizade e família: a vida como obra de arte no encontro com Antônia e as cinzas no jardim. **Pro-Posições**, Campinas, v. 27, n. 1, p. 73-89, abr. 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73072016000100073&lng=pt&nrm=iso. acessos em 23 out. 2020.

DELGADO, Sara. Partilhar e confortar: comportamentos altruístas genuínos ou estratégicos? Estudo com crianças de 3 e 5 anos. 2017.46f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida- ISPA, Universidade de Lisboa, Portugal, 2017.

DESOUSA, D. A. CERQUEIRA-SANTOS, E. Relacionamentos de Amizade e Coping entre Jovens Adultos. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 28 n. 3, p. 345-356, Jul-Set 2012.

DIAS, M. S. L. Concepções de amizade reais ou virtuais dos jogadores de mmos. **Revista de Psicologia-GEPU**, v. 8, n.1, p. 001-211, Jan-Jun 2017.

DUARTE, M. G.; SOUZA, L. K. DE. O que importa em uma amizade? A percepção de universitários sobre amizades. **Interpersona: An International Journal on Personal Relationships**, v. 4, n. 2, p. 271-290, 30 Dez. 2010.

FALCONE, Eliane Mary de Oliveira et al. Inventário de Empatia (I.E.): desenvolvimento e validação de uma medida brasileira. **Aval. psicol.**, Porto Alegre, v. 7, n. 3, p. 321-

334, dez. 2008. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712008000300006&lng=pt&nrm=iso. acessos em 17 ago. 2020.

FALCONE, E. M. O. et al. Investigando os efeitos do comportamento altruísta através de uma revisão sistemática. In: XI Congresso Brasileiro de Terapias Cognitivas p.1. Foz do Iguçu, PR. 2017 Disponível em:

<http://cbtc.fbtc.org.br/assets/edicao/2017/arquivos/Simposios/Eliane-Mary-de-Oliveira-Falcone.pdf>.

FLEITAS, H. F. R. Felicidade e amizade na ética nicomaquéia. 2016. 72 f. Dissertação (Mestrado em Filosofia), Universidade de Caxias do Sul-UCS, Caxias do Sul, 2016.

FRANCA-FREITAS, M. L. P et al. Habilidades Sociais e Bem-Estar Subjetivo de Crianças Dotadas e Talentosas. **Psico-USF**, Itatiba, v. 22, n. 1, p. 1-12, abr. 2017. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712017000100002&lng=en&nrm=iso. Acesso em 23 out. 2020.

FRANCISQUINI, P. D et al. Relação entre bem-estar, qualidade de vida e esperança em cuidadores familiares de pessoas esquizofrênicas. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília, v. 73, supl. 1. ed. p.1-8. 2020. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672020001300169&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 01 nov. 2020.

FREIRE, T; TAVARES, D. Influência da autoestima, da regulação emocional e do gênero no bem-estar subjetivo e psicológico de adolescentes. **Rev. psiquiatr. clín.**, São Paulo, v. 38, n. 5, p. 184-188, 2011. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832011000500003&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 07 set. 2020.

GIACOMONI, C. H. Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto, v. 12, n. 1, p. 43-50, jun. 2004. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2004000100005&lng=pt&nrm=iso. acessos em 28 ago. 2020.

GOMES, L. G. N. JUNIOR, N. S. Experimentação política da amizade: alteridade e solidariedade nas classes populares. **Psic. : Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 23, n. 2, p. 149-158, jun de 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722007000200005&lng=en&nrm=iso. acesso em 07 de agosto de 2020.

GOMES, L. G. N; JUNIOR, N. S. Amizade e experimentação política: solidariedade e resistência entre amigos nas classes populares. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 62, n. 1, p. 72-83, abr. 2010. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672010000100008&lng=pt&nrm=iso. acessos em 09 ago. 2020.

GOMES, Livia Godinho Nery; SILVA JUNIOR, Nelson da. Implicações políticas da semântica familialista nos discursos de amizade contemporâneos. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 13, n. 2, p. 267-275, jun. 2008. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722008000200009&lng=en&nrm=iso. acesso em: 18 Jan. 2021.

GOUVEIA, O. M. R.; MATOS, A. D.; SCHOUTEN, M. J. Redes sociais e qualidade de vida dos idosos: uma revisão e análise crítica da literatura. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v.19, n.6, p.1030-1040, dez. 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232016000601030&lng=en&nrm=iso. acesso em: 17 nov. 2020.

GUIMARÃES, R. K. Uma sistematização da literatura analítico-comportamental sobre o conceito de altruísmo. 2019. 183 f. Dissertação (Mestrado em Análise do Comportamento, do Departamento de Psicologia Geral e Análise do Comportamento), Universidade Estadual de Londrina, Paraná, 2019.

GUIMARÃES, R.K; LAURENTI, C. O estudo do altruísmo na Análise do Comportamento: Um panorama a partir de uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva- RBTCC**, [S.l.], v. 21, n. 4, p. 487-502. Out. 2019. Disponível em: <http://www.usp.br/rbtcc/index.php/RBTCC/article/view/1305/690>.

KOURY, M. P. G. Por que as amizades acabam? Uma análise a partir da noção goffmaniana de vulnerabilidade. **Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad**. Argentina, n.17, p.20-31, abr-jul. 2015.

KRIEGER, S.; FALCONE, E. M. O. A Influência das distorções cognitivas no comportamento altruísta. **Rev. bras.ter. cogn.**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p. 76-83, dez. 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872017000200002&lng=pt&nrm=iso. acessos em 21 out. 2020.

LENCASTRE, M. P. A. Bondade, Altruísmo e Cooperação. Considerações evolutivas para a educação e a ética ambiental. **Rev. Lusófona de Educação**, Lisboa, n. 15, p. 113-124, 2010. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-72502010000100008&lng=pt&nrm=iso. acessos em 17 ago. 2020.

LEONARDOS, Claudia. Barbosa. **Reciprocidade feminina: o comportamento nos grupos fechados do Facebook**. 2018. 102f. Dissertação (Programa de Mestrado Profissional em Comportamento do Consumidor) - Escola Superior de Propaganda e Marketing – ESPM, São Paulo, 2018.

LOPES, J. J. B. Bem-estar psicológico em estudantes do ensino superior. 2015. 228 f. Tese (Doutorado em Psicologia, especialidade em psicologia clínica) - Universidade de Évora, Portugal, 2015. Disponível em: <http://dspace.uevora.pt/rdpc/handle/10174/14604> acesso em: 18 nov.2020.

MATURANA, H. R.; VARELA, F.J. A árvore do conhecimento: as bases biológicas da compreensão humana. São Paulo: Palas Athena, 2010.

MOLINA, M. L et al. Bem-estar e fatores associados em professores do ensino fundamental no sul do Brasil. **Rev. CEFAC**, São Paulo, v. 19, n. 6, p. 812-820, dez. 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-18462017000600812&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 27 ago. 2020.

MOTA, B. E. F. A influência de cenas de interação social sobre a eletromiografia facial e sobre os estados emocionais e sua relação com os traços individuais. 2019. 83 f. Dissertação (Mestrado em Saúde e Nutrição) - Escola de Nutrição, Universidade Federal de Ouro Preto, Escola de Nutrição, Ouro Preto, 2019.

NUNAN, A; JABLONSKI, B. Comportamento pró-social através da técnica da carta perdida: Há vagas para altruísmo em estacionamentos universitários?. **Psicol. pesq.**, Juiz de Fora, v. 3, n. 1, p. 47-58, jun. 2009. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472009000100005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 20 ago. 2020.

NUNES, C.A. P. P. S. A relação entre capital psicológico e bem-estar no trabalho. 2015. 62 f. Dissertação (Mestrado em Gestão de Recursos Humanos) – Universidade de Lisboa. Instituto Superior de Economia e Gestão, Lisboa, 2015.

OLIVEIRA, A.M.A.; SILVA, S.A.O. Expandindo o círculo ético aos animais não-humanos: Peter Singer, considerações sobre relativismo cultural e perspectivas jurídicas. **Alethes: Per. Cien. Grad. Dir. UFJF**, [S.l.]. v. 05, n. 09, p. 241-256, jul./dez. 2015.

OLIVEIRA, D. C. “Pegar”, “ficar” e “namorar”: representações sociais de relacionamentos entre adolescentes. **Rev Bras Enferm**, Brasília, v.60 n.5. p. 497-502. set-out. 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672007000500003&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 17 nov. 2020.

OLIVEIRA, E R. Impacto do trabalho voluntário nos níveis de empatia, autoestima e bem-estar subjetivo. 2018. 144 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social) – Instituto de Psicologia, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018.

OLIVEIRA, E. R. Avaliação da empatia e do bem-estar subjetivo em indivíduos voluntários e não voluntários. 2015. 55f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Instituto De Psicologia, Universidade Do Estado Do Rio De Janeiro, Rio de Janeiro, 2015.

PALUDO, K. I. Como o cérebro constrói o altruísmo: relações entre empatia afetiva, empatia cognitiva e automatismo psíquico. **Caderno PAIC**. [S.l.] v.19, n.1, p. 579-591, 2018.

PARIZOTTO, A. P. V; FREITAS, A. P. Percepções de voluntários em um hospital universitário sobre o desenvolvimento de atividades lúdicas: a arte de se doar ao outro. **Pesquisa em Psicologia - anais eletrônicos**, 30 out. 2015. Disponível em: https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/pp_ae/article/view/8629 Acesso em: 13, ago.2020.

PEREIRA, J. B. Percepção do impacto de uma intervenção psicológica positiva em grupo numa amostra não clínica. 2019. 125 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia, com especialização em Psicologia Clínica e da Saúde) -Universidade Fernando Pessoa, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Porto, 2019.

PERON, Suellen Ibrahim; GUIMARAES, Luisa Schivek; SOUZA, Luciana Karine de. Amizade na adolescência e a entrada na universidade. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 3, p.664-681, dez. 2010. Disponível em

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812010000300003&lng=pt&nrm=iso. acessos em 17 nov. 2020.

PINHEIRO, J. L. A. A evolução do altruísmo e do senso moral. 2010. 123 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Humanas) - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2010.

POST, S. G. Altruism, happiness, and health: it's good to be good. *International Journal of Behavioral Medicine*, v.12, n.2, p.66-77, 2005.

POZZI, M et al. The Effect of the Psychological Sense of Community on the Psychological Well-Being in Older Volunteers. *Europe's Journal of Psychology*, v. 10, n. 4, p. 598-612, nov. 2014.

REZENDE, C. B. Os significados da amizade: Duas visões de pessoa e sociedade. 1.ed. Rio de Janeiro: FGV, 2002.

RICARD, M. A revolução do altruísmo. 1.ed. São Paulo: Palas Athena, 2015.

RICCIARDELLO, G. **Instituições da economia solidária: o voluntariado**. 2018. 37 f. Dissertação (Mestrado em desenvolvimento e cooperação internacional) – Instituto Superior de Economia e Gestão- ISEG, Lisboa, 2018.

RODRIGUES, S. M. Promoção da empatia em crianças do 1º ciclo do ensino básico: programa de competências emocionais e sociais. 2016. 126 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Educação, Especialidade em Contextos Educativos) - Universidade Dos Açores, Ponta Delgada, 2016.

SANTANA, Vitor Santos; GONDIM, Sônia Maria Guedes. Regulação emocional, bem-estar psicológico e bem-estar subjetivo. **Estud. psicol. (Natal)**, Natal, v. 21, n. 1, p. 58-68, Mar. 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2016000100058&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 26 out. 2020.

SANTOS, M. G. **Atitudes e comportamentos altruístas e prossociais em jovens do Ensino Secundário: um contributo para a implementação do Heroic Imagination Project em Portugal**. 2017. 46 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia), Universidade Católica Portuguesa, Porto, 2017.

SARRIERA, L. C. **Perspectiva psicossocial na saúde comunitária: a comunidade como protagonista**. 1. Ed. Porto Alegre, RS: Editora Meridional LTDA, 2015.

SCHLÖSSER, A. Elementos caracterizadores das representações sociais da amizade para universitários. **Revista de Psicologia**, Fortaleza, v.11 n. 1, p. 12-19. jan- jun. 2020.

SILVA, C. A.; FERREIRA, M. C. Dimensões e indicadores da qualidade de vida e do bem-estar no trabalho. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 29, n. 3, p. 331-339, set. 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722013000300011&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 02 set. 2020.

SILVA, D. G.; GIORDANI, J. P.; DELL'AGLIO, D. D. Relações entre satisfação com a vida, com a família e com as amizades e religiosidade na adolescência. **Est. Inter. Psicol.**,

- Londrina, v. 8, n. 1, p. 38-54, jun. 2017. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072017000100004&lng=pt&nrm=iso. acessos em: 18 nov. 2020.
- SILVA, R. M et al. Nível de tolerância nas relações de amizade em profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 9, p. 631-645, 2020. v. 9 Esp.1. DOI: <https://doi.org/10.36239/revisa.v9.nEsp1.p631a645>. Disponível em: file:///D:/Downloads/617-1632-3-PB%20(4).pdf. Acesso em: 17 nov. 2020.
- SOUZA, L. K. Amizade em adultos: adaptação e validação dos questionários McGill e um estudo de diferenças de gênero. 2006. 102 f. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2006.
- SOUZA, L. K.; HUTZ, C. S. A. qualidade da amizade: adaptação e validação dos questionários McGill. **Aletheia**, Canoas, n. 25, p. 82-96, jun. 2007. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942007000100007&lng=pt&nrm=iso. acessos em 03 nov. 2020.
- SOUZA, L. K.; DUARTE, M. G. Amizade e bem-estar subjetivo. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 29, n. 4, pág. 429-436, dezembro de 2013. Disponível em:
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722013000400009&lng=en&nrm=iso. acesso em 17 de novembro de 2020.
- SOUZA, L. K; HUTZ, C. S. Amizade na adultez: fatores individuais, ambientais, situacionais e diádicos. **Interação em Psicologia**, Curitiba, v.12 n.1, p. 77-85, jun 2008. Disponível em:
<https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/8166/9212>. Acesso em: 06 ago. 2020.
- STEINER, P. Altruísmo, egoísmo e solidariedade na Escola Durkheimiana. Durkheim: 150 anos. Tradução de Alexandre Braga Massella. [S.l: s.n.], 2009.
- TOMÉ, G. M. Q. Grupo de pares, comportamentos de risco e a saúde dos adolescentes portugueses. 2011. 291 f. tese (Doutorado em Ciências de Educação, Especialidade Educação para a Saúde) - Universidade Técnica De Lisboa, Faculdade De Motricidade Humana, Lisboa,2011.
- UTZ, Konrad. A Benevolência na definição aristotélica da amizade. **HYPNOS**, São Paulo, 1º semestre 2009, n. 22, p. 35-60. 2009.
- VICENTE, S. R. C. R. M et al. Representação de amizade e irmandade para filhos únicos: estudo exploratório utilizando o método clínico piagetiano. **Gerais, Rev. Interinst. Psicol.**, Belo Horizonte, v. 6, n. 2, p. 192-204, jul. 2013. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202013000200004&lng=pt&nrm=iso. acessos em 12 ago. 2020.
- VIEGAS, M.P.; OLIVEIRA, E. R.; FALCONE, E. M. O. Fatores motivacionais, cognitivos, emocionais e os efeitos relacionados ao voluntario. **Rev. Bras. ter. cogn.**, Rio de janeiro, v. 15, n. 1, p. 66-74, jun. 2019. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872019000100010&lng=pt&nrm=iso. acessos em 08 dez. 2020.

VILALVA, S. Comportamento altruísta em crianças de dois a cinco anos. 2017.83 f. Dissertação (Mestrado, setor em Educação). Universidade Federal do Paraná- UFPR, Curitiba, 2017.

VILALVA, S. LOHR, S. S. Comportamento altruísta em crianças de dois a cinco anos de idade. **Revista Zero-a-Seis**, Florianópolis v. 21, n. 39, p. 149-165, jan-jun. 2019.

WISNIEWSKI, M. & TOLENTINO, P. C. As relações de amizade na infância: fator de socialização e desenvolvimento pessoal. In: X Congresso Nacional de Educação – EDUCERE.10.,2011. Curitiba. **Anais** [...]. Curitiba: Pontifícia Universidade Católica do Paraná, 2011.

XAVIER, A. G. Flow e Bem-Estar na Utilização das Redes Sociais: Realidade ou Ficção?. 2018. 28 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde), Universidade Lusófona do Porto, Porto, 2018.