

## A APROPRIAÇÃO DA LUDICIDADE PELA PSICOLOGIA POSITIVA E MERCADO DE SAÚDE

THE APPROPRIATION OF LUDICITY BY POSITIVE PSYCHOLOGY AND THE  
HEALTH MARKET

LA APROPIACIÓN DE LA LUDICIDAD POR LA PSICOLOGÍA POSITIVA Y EL  
MERCADO DE LA SALUD

Gabriela dos Santos Dias Mol<sup>1</sup> <https://orcid.org/0009-0006-5685-3282>

Gabriela S. Rocha<sup>2</sup> <https://orcid.org/0009-0007-1085-4623>

Márcia Mineiro<sup>3</sup> <https://orcid.org/000-0003-4760-5544>

<sup>1</sup> Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – Vitória da Conquista, Bahia, Brasil;  
gdiasmol@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – Vitória da Conquista, Bahia, Brasil;  
gaabisrocha@gmail.com

<sup>3</sup> Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – Vitória da Conquista, Bahia, Brasil;  
marcia@uesb.edu.br

**RESUMO:** A ludicidade vem sendo frequentemente esvaziada e apropriada em diferentes contextos, na presente situação falou-se da psicologia positiva. Por isso, o trabalho objetivou analisar de que maneira a ludicidade tem sido apropriada pelo mercado de saúde, transformando-a em uma solução ‘simplificada’ para problemas complexos. E como objetivos específicos buscou identificar de que forma a ludicidade é apresentada como recurso terapêutico ou preventivo em práticas voltadas ao adoecimento; e apresentar as implicações sociais, culturais e subjetivas do uso da ludicidade como solução simplificada em contextos de saúde e adoecimento. A pesquisa é de natureza teórica com abordagem qualitativa, amparada no paradigma construtivista, com objetivos exploratórios-descritivos, analisando três obras de Kellerman e Seligman; Rashid e Seligman e; Seligman por meio da análise de conteúdo. Como resultados pode-se compreender que a ludicidade, ao ser apropriada pelo mercado de saúde, perde seu caráter livre e espontâneo e passa a funcionar como um dispositivo de regulação subjetiva alinhado à racionalidade neoliberal. Ela é apresentada como uma solução simplificada e eficiente para problemas complexos, como *burnout* e depressão, deslocando o foco das causas estruturais do adoecimento para o indivíduo e sua capacidade de adaptação.

**Palavras-chave:** ludicidade; Psicologia Positiva; mercado de saúde; neoliberalismo.

**ABSTRACT:** Ludicity has been increasingly emptied of its original meaning and appropriated in different contexts; in the present case, this discussion focused on positive psychology. Therefore, this work aimed to analyze how ludicity has been appropriated by the health market, transforming it into a ‘simplified’ solution for complex problems. The specific objectives were to identify how ludicity is presented as a therapeutic or preventive resource in practices related to illness, and to discuss the social, cultural, and subjective implications of using ludicity as a simplified solution in contexts of health and disease. This is a theoretical research with a qualitative approach, grounded in the constructivist paradigm, with exploratory-descriptive

objectives. It analyzes three works by Kellerman and Seligman; Rashid and Seligman; and Seligman, using content analysis. As a result, it can be understood that ludicity, when appropriated by the health market, loses its free and spontaneous character and begins to function as a device of subjective regulation aligned with neoliberal rationality. It is presented as a simplified and efficient solution to complex problems such as burnout and depression, shifting the focus from the structural causes of illness to the individual and their capacity for adaptation.

**Keywords:** lucidity; Positive Psychology; health market; neoliberalism.

**RESUMEN:** La ludicidad ha sido frecuentemente vaciada de su sentido original y apropiada en distintos contextos; en el presente análisis, la discusión se centró en la psicología positiva. Por esto, el estudio tuvo como objetivo analizar de qué manera la ludicidad ha sido apropiada por el mercado de la salud, transformándola en una solución ‘simplificada’ para problemas complejos. Como objetivos específicos, se buscó identificar cómo la ludicidad se presenta como recurso terapéutico o preventivo en prácticas relacionadas con el padecimiento, y exponer las implicaciones sociales, culturales y subjetivas del uso de la ludicidad como solución simplificada en contextos de salud y enfermedad. La investigación es de naturaleza teórica, con enfoque cualitativo, sustentada en el paradigma constructivista y con objetivos exploratorio-descriptivos. Se analizaron tres obras de Kellerman y Seligman; Rashid y Seligman; y Seligman, mediante el análisis de contenido. Como resultado, se puede entender que la ludicidad, al ser apropiada por el mercado de la salud, pierde su carácter libre y espontáneo y pasa a funcionar como un dispositivo de regulación subjetiva alineado con la racionalidad neoliberal. Se presenta como una solución simplificada y eficiente para problemas complejos, como el *burnout* y la depresión, desplazando el foco de las causas estructurales del sufrimiento hacia el individuo y su capacidad de adaptación.

**Palabras clave:** ludicidad; Psicología Positiva; mercado de la salud; neoliberalismo.

## Introdução

A ludicidade, entendida como dimensão fundamental da experiência humana, tem se tornado um termo frequentemente citado em várias áreas do conhecimento. No campo da saúde, observa-se que recursos ditos ‘lúdicos’ vêm sendo incorporados como ‘estratégias terapêuticas’ e preventivas, frequentemente articuladas às propostas da ‘Psicologia Positiva’. Essa vertente, ao enfatizar forças pessoais, bem-estar e qualidade de vida, vem fornecendo fundamentos teóricos, com respaldo ‘científico’, para justificar a ‘utilização’ da suposta ‘ludicidade’ como ‘ferramenta’ de enfrentamento e superação de adversidades relacionadas ao adoecimento.

Entretanto, ao mesmo tempo em que a literatura especializada evidencia ‘potencialidades’ dessa abordagem psicológica, emergem críticas quanto à forma como a ludicidade é apropriada pelo mercado de saúde. Em muitos casos, ela é apresentada como solução rápida e ‘simplificada’ para questões complexas, desconsiderando as múltiplas dimensões sociais, culturais e subjetivas implicadas nos processos de saúde e adoecimento e tratando sintomas e não causas do adoecimento psicológico.

Tendo em pauta tais constatações empíricas informais dentro da literatura relativa à Psicologia Positiva, a pesquisa da qual este artigo se origina objetivou um aporte teórico-científico e sistemático para e elas e se propôs a *analisar de que maneira a ludicidade tem sido apropriada pelo mercado de saúde transformando-a em uma solução 'simplificada' para problemas complexos*. E como objetivos específicos: identificar de que forma a ludicidade é apresentada como recurso terapêutico ou preventivo em práticas voltadas ao adoecimento; e apresentar as implicações sociais, culturais e subjetivas do uso da ludicidade como solução simplificada em contextos de saúde e adoecimento.

A metodologia que ampara esta pesquisa se fundamenta em uma abordagem qualitativa, sendo que a pesquisa tem natureza teórica. A pesquisa tem raízes teóricas na psicologia e na educação sendo amparada pelo paradigma construtivista. Tem objetivos descritivos e exploratórios e faz uma análise crítica através da análise de conteúdo em seis obras de Martin Seligman.

O trabalho é estruturado em cinco seções inter-relacionadas, sendo estas: resumo, introdução, seguido pelo desenvolvimento (composto pelo referencial teórico-conceitual, a metodologia, a sistematização e análise dos dados) e, por fim, as considerações finais e referências.

## Referencial Teórico

A construção deste referencial teórico tem como finalidade oferecer o suporte conceitual necessário para compreender as bases que sustentam a literatura sobre ludicidade, mercado de saúde e os sentidos produzidos a partir dessa dinâmica. Ao investigar como práticas lúdicas têm sido transformadas em soluções aparentemente simples para problemas de elevada complexidade, torna-se imprescindível articular diferentes campos de análise, de modo a situar tanto os pressupostos que fundamentam essa prática quanto às consequências que dela decorrem.

## Psicologia Positiva

A psicologia positiva foi introduzida no artigo *Positive Psychology: An Introduction* (Seligman, Martin; Csikszentmihalyi, 2000) com uma crítica à psicologia pós segunda guerra mundial. Segundo os autores, a psicologia tradicional, praticada até então e desenvolvida a partir das intervenções voltadas ao sofrimento pós-guerra, voltava o olhar apenas para o sofrimento individual, ao invés de se preocupar em promover o bem-estar social. O discurso do

bem-estar coletivo vem juntamente ao crescimento econômico dos Estados Unidos que, de acordo com Seligman e Csikszentmihaly (2000), focaliza o crescimento material em detrimento das necessidades humanas. Dessa forma, a psicologia positiva surge com a promessa de “[...] fazer pessoas normais mais fortes e produtivas e elevar o potencial humano<sup>1</sup>” (Seligman; Csikszentmihalyi, 2000, p. 8).

Entendendo que fatores como perseverança, percepção, fé, esperança, entre outros, são pontos que podem reduzir os efeitos do adoecimento mental, Seligman e Csikszentmihaly (2000) defendem que a promoção dessas virtudes é uma ação de prevenção que pode ser desenvolvida pela psicologia positiva. Dessa forma, acreditam que o trabalho do psicólogo é o de construir sistematicamente essas ‘competências’, prevenindo problemas como o abuso de substâncias na esquizofrenia e a violência de estudantes que têm acesso à armas, má criação e tendência à mesquinhez (Seligman; Csikszentmihalyi, 2000).

Em 2011, ao publicar o livro *Flourish*, Seligman afirma que o construto da Psicologia Positiva não é a felicidade, mas sim o bem-estar. Este é composto, segundo ele, por cinco elementos mensuráveis: emoções positivas, engajamento, relacionamentos, sentido e realização (Seligman, 2012). Esses elementos formam o modelo PERMA (emoções positivas, engajamento, relações positivas, significado e realização), utilizado em intervenções para desenvolver esses focos e aumentar o bem-estar.

As emoções positivas “expandem o campo de visão, percepção, atenção, a criatividade, a capacidade de resolução de problemas, criando também uma maior abertura para novos relacionamentos” (Omais, 2024, p. 26). O engajamento, também chamado de *flow* por Seligman, diz respeito ao envolvimento em atividades recompensadoras e gratificantes, servindo como energizadoras do indivíduo. Os relacionamentos e a qualidade destes afetam diretamente a produtividade, o humor e a vida das pessoas, fazendo parte dos pilares para o bem-estar. Já sentido e significado são considerados importantes por representarem uma grande fonte de motivação humana, orientando os sujeitos para a realização de objetivos. Por fim, a realização está relacionada à concretização de metas, trazendo o sentimento de gratificação (Omais, 2024). Dessa forma, Seligman (2012) compreende o *flow* como principal fonte de emoções positivas.

## Neoliberalismo/Mercado da saúde

---

<sup>1</sup> Traduzido pelas autoras.

A racionalidade neoliberal estabeleceu um novo paradigma no campo da saúde, notadamente na saúde mental, em que a lógica individualizante responsabiliza cada sujeito por seu próprio adoecimento (Coelho; Neves, 2023). Sob esta ótica, o tratamento clínico e social dado ao sofrimento psíquico se alinha com a cultura vigente de exercício do poder. O foco do paradigma psiquiátrico na modernidade segue a lógica do dispositivo saber-poder biomédico, que passou a ter como máxima não mais a cura, compreendida como o retorno ao estado anterior à patologia, mas sim o autoaprimoramento (*enhancement*) (Coelho; Neves, 2023). Nesse cenário, a capacidade de obter sucesso, medida pela maximização de resultados, é analisada sob a perspectiva do aumento do capital humano, e o indivíduo deve buscar a excelência permanente, seguindo o modelo do atleta de alta performance, o que também acirra a competitividade (Coelho; Neves, 2023).

Essa mudança transformou pacientes em clientes e sustentou a lógica do *enhancement*, buscando não apenas tratar o sofrimento, mas melhorar a performance daqueles considerados, em teoria, saudáveis (Coelho; Neves, 2023). Paralelamente, conceitos de bem-estar e felicidade, popularizados por áreas como a Psicologia Positiva (PP), foram apropriados pela mídia e pelo mercado (Reppold *et al.*, 2019). A felicidade é, frequentemente, concebida e comercializada como um produto ou uma condição fugaz e autocentrada, alheia às demandas coletivas e explorada pelo *marketing* de forma utilitarista, configurando o chamado capitalismo emocional (Reppold *et al.*, 2019).

Essa diagnóstica contemporânea, que se refere à expansão dos atos e estratégias de inserção política, clínica e social do diagnóstico, corrobora a patologização da existência, transformando traços singulares em perigosos para a determinação normativa das formas de vida (Coelho; Neves, 2023). Intervenções baseadas em construtos positivos, quando aplicadas de forma acrítica e descontextualizada, podem inclusive ter efeitos adversos sobre as pessoas e a sociedade, reforçando a necessidade de se ligar o desenvolvimento pessoal às virtudes cívicas e à justiça social, distanciando-se de um conformismo apático e consumista (Reppold *et al.*, 2019).

A lógica neoliberal, ao desviar o foco da cura para o *enhancement* e para a individualização do sofrimento psíquico como um fracasso pessoal diante da exigência de excelência permanente, pavimentou o caminho para a ascensão e mercantilização de soluções de bem-estar (Coelho; Neves, 2023). Nesse contexto, a Psicologia Positiva e seus construtos de felicidade e bem-estar expandiram-se rapidamente, sendo apropriados pela mídia e pelo mercado de modo a utilizarem a ‘legitimidade científica’ para transformar produtos e técnicas em meios de alcançar saúde, longevidade e plenitude (Reppold *et al.*, 2019). Essa expansão,

muitas vezes realizada em formato *fast food* e descontextualizado, concebe a felicidade como uma condição fugaz, ‘escolhível’, autocentrada e utilitarista, configurando o chamado capitalismo emocional (Reppold *et al.*, 2019).

É nesse vácuo que a Ludopolítica<sup>2</sup> emerge como uma técnica de dominação intencional e sistematizada que capitaliza e controla a expressividade e o tempo livre (Grillo; Grando, 2021). Suas práticas de ludicização<sup>3</sup> transformam o lúdico (que é livre expressão e vivência singular) em um rótulo e uma mercadoria, vendendo-o como um atrativo para garantir o engajamento, a otimização e a positividade de colaboradores, consumidores e pacientes (Grillo; Grando, 2021). Ao ser empregada como um suposto ‘tratamento’ ou ‘ferramenta’ de aprimoramento, essa abordagem, que ignora os condicionantes sociais do mal-estar e foca apenas na *performance*, correndo o risco de ter efeitos adversos sobre as pessoas e a sociedade, reforçando a tirania do pensamento positivo e a ideia opressiva de que o sofrimento é um problema exclusivamente individual.

## Ludicidade

Faz-se importante para a construção deste estudo abordar a etimologia da palavra *ludicidade*, que muitas vezes é distorcida pelo senso comum. Lúdico “é um vocábulo que se tornou banal e vulgarizado no cotidiano, em virtude de ser empregado para qualificar ações de alegria, formato e classificação de brinquedos, obras de arte, discursos políticos partidários, métodos didático-pedagógicos etc.” (Grillo; Grando, 2022, p. 1). Deste modo, é importante destacar que o conceito utilizado neste trabalho entende ludicidade como fenômeno

anímico interno, autotélico, ontológico, relacional-afetivo que revela um estado de prazer, inteireza, plenitude, fruição e fluxo positivo de emoções, o qual ocorre quando se está imerso em uma situação que arrebatava o indivíduo, de tal forma que ele não vê o tempo passar, evade da realidade, sente-se infinito e deseja que isto nunca acabe. É um estado de ‘brilho interno’, de ‘boniteza’, invisível aos olhos, mas essencial ao coração (Mineiro, 2021, p. 58).

Ainda segundo Mineiro e Ferreira (2024) este fenômeno se manifesta de diversas formas podendo ser ‘sentido’ em momentos que envolvem jogos, brincadeiras, dinâmicas, humor, artes, festas, vivências, metáforas, esportes, relações interpessoais e algumas outras atividades. Diante de tais explicações é possível compreender que a ludicidade não pode ser considerada

---

<sup>2</sup> Conceito que designa uma forma intencional e sistematizada de controle das práticas de divertimento, do tempo livre e da expressividade dos sujeitos, operada por meio de discursos e estratégias supostamente lúdicas (Grillo; Grando, 2021).

<sup>3</sup> Refere-se ao processo discursivo e prático de atribuir caráter lúdico a objetos, atividades ou contextos que não são, em si, lúdicos, como o trabalho, a educação ou a gestão empresarial (Grillo; Grando, 2021).

uma atividade, ou como alguns autores confundem com ‘jogo’, mas sim um sentimento/fenômeno subjetivo de cada indivíduo. O que implica dizer que como subjetivo, os sentimentos que uma pessoa pode sentir durante uma atividade não serão os mesmos de outra pessoa. Por exemplo, um esporte que pode causar o sentimento de ludicidade em uma pessoa, pode causar irritação e ansiedade em outra.

Entendido o conceito de ludicidade que será abordado<sup>4</sup>, é necessário compreender também o conceito de autotelia, que é compreendida como tudo aquilo que não precisa resultar em algo além dele próprio ou ter finalidade outra (Mineiro; Ferreira, 2024). A autotelia é parte ontológica da ludicidade, pois esta tem um fim em si mesma, no entanto, quando interpretada como ‘tratamento’ para questões de saúde, por exemplo, ocorre a desontologização desta pelo neoliberalismo/mercado de saúde, visto que ela passa a ter uma finalidade para além de si mesma, passa a ser ‘ferramenta’, uma *commodity*. O que acontece nesse sentido é a ‘utilização’ da ludicidade como meio de tratar sintomas de transtornos psicológicos e neste momento ela ‘passa a ter um fim’, o que esvazia a ludicidade da sua característica ontológica de autotelia. Cabe ressaltar ainda o exemplo do âmbito escolar, no qual a ludicidade também passa por esse desontologização, tornando-se uma estratégia de aprendizagem. Além disso, nem sempre o ‘instrumento lúdico’ utilizado para o ‘tratamento’ irá causar o fenômeno da ludicidade no indivíduo, visto que ela é eminentemente subjetiva.

Estabelecidos os alicerces teóricos, passa-se agora a explicitar as escolhas metodológicas realizadas.

## Metodologia

A presente pesquisa é de caráter teórico e tem abordagem qualitativa. A pesquisa teórica é conceituada como um conjunto de ideias ou princípios, um mapa ou guia para a esfera social, que orienta a ação do pesquisador. A teoria social auxilia na invenção de questões e estratégias para a exploração do mundo, e uma pesquisa teórica de qualidade deve possuir relevância e implicações aplicadas (Denzin; Lincoln, 2006). A pesquisa tem raízes no campo da Educação e dialoga com outras áreas do conhecimento como Psicologia, Sociologia e Economia.

A construção da pesquisa foi amparada no paradigma construtivista. Segundo Dezin e Lincoln (2006) o paradigma construtivista é um dos principais paradigmas interpretativos que estruturam a pesquisa qualitativa, sendo que aqueles que o empregam se voltam para a produção de interpretações reconstruídas do mundo social. Ele adota uma ontologia relativista, que

---

<sup>4</sup> Que é o marco conceitual desta pesquisa.

postula a existência de múltiplas realidades construídas em planos locais e específicos, e se baseia em uma epistemologia subjetivista ou transacional, na qual o pesquisador e o entrevistado trabalham juntos na criação das compreensões, valorizando o conhecimento transacional (Denzin; Lincoln, 2006).

**Quadro 1 - Quadro metodológico**

Procedimento metodológico	Escolha metodológica
Natureza da pesquisa	Teórico
Método	Pesquisa bibliográfica sistemática.
Abordagem	Qualitativa
Paradigma	Construtivista
Objetivo	Pesquisa descritiva e exploratória
Delimitação	Obras de Seligman que tratem em confluência da Ludicidade (2012 a 2024).
Instrumento de produção de dados	Fichamentos eletrônicos de citações com extração automática.
Dados	Qualitativo.
Análise de dados	Análise de conteúdo – categorial temática.

Fonte: Elaboração própria

O estudo utilizou objetivos descritivos e exploratório, segundo Minayo (2009) a pesquisa descritiva, refere-se à apresentação das opiniões dos informantes de forma o mais fiel possível, como se os dados falassem por si próprios, é um procedimento que consiste na enumeração das características do texto, resumida após tratamento analítico. Já a pesquisa exploratória se relaciona a estudos de natureza que buscam a sondagem de relações, fatos e processos muito pouco conhecidos (Minayo, 2009).

Foi utilizado uma bricolagem de metodologias qualitativas, que conforme Kincheloe e Berry (2007) a bricolagem é inspirada na palavra francesa *bricoleur* que descreve um faz-tudo que lança mão das ferramentas disponíveis para realizar uma tarefa, é um processo ativo de pesquisa que consiste no emprego de estratégias metodológicas à medida que são necessárias no desenrolar do contexto da situação de pesquisa; levando o pesquisador a construir ativamente seus métodos a partir das ferramentas que tem à mão, em vez de receber passivamente metodologias ou seguir diretrizes e roteiros preexistentes.

A pesquisa empregou um método bibliográfico sistemático de procedimentos investigativos com coleta de dados através de fichamento eletrônico crítico com citações diretas e indiretas (Mineiro; Silva; Ferreira, 2022). A seleção das obras foi feita de maneira assistemática por enfoque temático, por isso, foram selecionados três livros de Kellerman e

Seligman (2024); Rashid e Seligman (2019); e Seligman<sup>5</sup> (2012) que tratam das emoções positivas e de um tratamento ‘simplista’ voltado para a ‘resiliência’ e ignorando os contextos sociais. As obras de apoio para análise também foram selecionadas de maneira assistemática com base em Cabanas e Illouz (2022), Ehrenreich (2013), Han (2018), Coelho e Neves (2023) Grillo; Grando (2021), Mineiro; Ferreira (2024) e Rivas (2023). Todo este aparato bibliográfico será demonstrado no quadro 2.

**Quadro 2 - Obras selecionadas/apoio**

Obras selecionadas	Obras de apoio da análise
Psicoterapia Positiva: Manual do Terapeuta. (Rashid; Seligman, 2019)	Cabanas; Illouz (2022); Ehrenreich (2013); Grillo; Grando (2021); Mineiro; Ferreira (2024); Rivas (2023), Han (2018) e Coelho; Neves (2023).
Florescer: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar. (Seligman, 2012)	
A mente do amanhã (Kellerman; Seligman, 2024)	

Fonte: Elaboração própria

A título de dados, a pesquisa trabalhou com 423 citações, obtidas sistematicamente, identificando de forma eletrônica palavras-chave previamente escolhidas em função da temática (*vide* quadro 3). Após o refinamento, chegou-se ao total de 61 citações (sendo que, em algumas citações aparece mais de um dos termos, e por esse motivo, o quantitativo diminui consideravelmente), elas são, portanto, o *corpus* para a análise realizada. Com base na interpretação do *corpus*, foram organizados grupos (categorias) temáticas que tornaram possível chegar a um conjunto de inferências analíticas apresentadas neste trabalho.

Para a análise dos dados foi utilizada a análise de conteúdo categorial temática, que segundo Bardin (2011) busca compreender os sentidos presentes nos materiais a partir da organização e categorização dos temas recorrentes. As categorias foram traçadas *a posteriori*. O *corpus* foi construído com base em um *checklist* de palavras (*vide* quadro 3) a serem buscadas nos textos por meio dos fichamentos e selecionadas as possíveis citações.

**Quadro 3 - Quadro de palavras**

Palavras/termos e suas derivações	Apropriação
Resiliência	O lúdico é apresentado como ‘técnica’ rápida para fortalecer a resiliência, responsabilizando o indivíduo por suportar pressões estruturais.
Bem-estar	Reduzido a meta individual alcançável por meio de atividades prazerosas (jogos,

<sup>5</sup> Um dos ‘pais’ da Psicologia Positiva.

Palavras/termos e suas derivações	Apropriação
	inâmicas, <i>mindfulness</i> <sup>6</sup> ), como se fosse solução simples para sofrimentos complexos.
Potencial/potencialidade	O potencial humano é reduzido a um recurso individual a ser explorado e maximizado por meio de práticas lúdicas, transformando a ideia de potência em capital de desempenho e autorrealização, alinhado às demandas de produtividade e ao mercado de bem-estar.
Engajamento	Atividades lúdicas são usadas para aumentar o ‘engajamento’ <sup>7</sup> do indivíduo em planos de saúde, empresas ou programas de bem-estar, convertendo prazer em mecanismo de controle.
Ludicidade (ou lúdico)	Transformada em recurso terapêutico ou empresarial padronizado, apresentada como técnica simples para aumentar felicidade, saúde ou produtividade, esvaziando seu caráter crítico, cultural e relacional.
Jogo	Utilizado como ferramenta para treinar habilidades emocionais e comportamentais, transformando o brincar em dispositivo de intervenção simplificada e mercantilizada.
Emoções positivas	São tratadas como “recursos internos” a serem estimulados via atividades lúdicas, reduzindo afetos complexos a variáveis controláveis para aumentar saúde e produtividade.

Fonte: Elaboração própria

Como critério de inclusão da citação levou-se em consideração a aderência à temática da palavra a qual foi relevante para a seleção. Como critério de exclusão foi definido a repetição de termos na mesma citação.

Após a leitura e a varredura das palavras nos textos, adotaram-se os seguintes passos, inspirados na metodologia de Mineiro e Ferreira (2024): 1. Quantificação das ocorrências de cada palavra em cada livro; 2. Leitura das citações para, então, encaminhá-las a uma das três atitudes possíveis: (I) Acatar a citação, atribuindo-lhe um rótulo (escrito ou por cor), quando apresentar relação direta ou indireta com o assunto temático; (II) Reclassificar a citação em outra categoria que apresente maior aderência ao assunto temático; (III) Descartar a citação, sem atribuição de rótulo, quando não houver aderência nem possibilidade de analogia.

A Tabela 1 representa o alicerce metodológico inicial que precede e sustenta a definição dos critérios e a subsequente categorização das citações, atuando como o primeiro passo fundamental na varredura e processamento dos textos. Conforme a metodologia adotada, inspirada nos trabalhos de Mineiro e Ferreira (2024), a quantificação das ocorrências de cada palavra em cada livro foi a ação precursora à leitura detalhada e à classificação das citações. Da

<sup>6</sup> Prática originalmente vinculada a tradições contemplativas orientais, especialmente o budismo, que, no contexto contemporâneo, foi apropriada e ressignificada pelo neoliberalismo como uma técnica de autorregulação emocional, atenção plena e gestão do estresse.

<sup>7</sup> A palavra engajamento tem a sua origem no francês *engagement*, que por sua vez deriva do verbo *engager*. A raiz, o verbo *engager* em francês, tem o significado de dar em garantia ou empenhar.

busca inicial por termos foram excluídos os seguintes: *mindset*, mercado, negócio, produtividade e capital psicológico; como critério de exclusão para estes termos foi levado em consideração que as palavras que apareciam menos de dez vezes em cada um dos livros<sup>8</sup>.

**Tabela 1** - Quantitativos dos termos

Termo	Quant.			Total
	Psicoterapia positiva	Florescer	A mente do amanhã	
Resiliência	47	104	94	245
Bem-estar	136	252	67	455
Potencial/potencialidade	35	22	43	100
Engajamento	61	91	10	162
Ludicidade (ou lúdico)	29	0	1	30
Jogo	16	29	17	62
Emoções positivas	114	35	10	159
<b>Total</b>				<b>1213</b>

Fonte: Elaboração própria

O mapeamento quantitativo foi necessário para determinar a relevância estatística dos termos, ressaltando que palavras que apareceram menos de dez vezes em cada um dos livros foram retiradas do escopo de análise, servindo como critério de exclusão na fase inicial. Especificamente, a seleção das citações abrangeu os termos resiliência, bem-estar, potencial/potencialidade, engajamento, ludicidade (ou lúdico), jogo e emoções positivas. O somatório dessas ocorrências nos três livros totalizou 1206 menções. A Tabela 1 revela que o termo bem-estar apresentou a maior frequência, somando 455 ocorrências totais, sendo mais presente em *Florescer* (252 menções) e *Psicoterapia positiva* (136 menções). Outros termos, como resiliência, também demonstram alta incidência (245 no total). Em contrapartida, ludicidade (ou lúdico) registrou 30 ocorrências totais e jogo 62 ocorrências.

Vale ressaltar, que apesar do termo lúdico/ludicidade não ter aparecido com tanta frequência nas buscas o sentido de lúdico, que para esta pesquisa é um fenômeno autotélico, subjetivo e de fluxo positivo pode aparecer com diferentes nomes no texto, como por exemplo, emoções positivas.

Dessa forma, a Tabela 1 não só apresenta os números brutos, mas também direcionam o olhar das pesquisadoras para as citações que precisavam ser lidas para que, então, pudessem

<sup>8</sup> Com exceção para a palavra ludicidade, principal objeto dessa pesquisa.

ser acatadas, reclassificadas ou descartadas, dependendo de sua aderência ao assunto temático. Este processo quantitativo inicial pavimentou o caminho para a identificação das três categorias temáticas finais: Base psicológica, Instrumentalização e Implicações.

O processo de descarte das citações na análise foi justificado pelo critério de que o material selecionado não estabelecia uma conexão direta com a ludicidade ou a crítica à sua simplificação/mercantilização, apesar de pertencerem ao campo geral do bem-estar, resiliência e emoções positivas. As citações excluídas focaram em intervenções genéricas ou em detalhes de aplicação que eram irrelevantes para o tema central. Por exemplo, foram descartados trechos sobre contexto de auditoria, segurança de dados ou história evolutiva do cérebro, classificados como temas organizacionais ou históricos; também foram removidas descrições de emoções negativas, detalhes metodológicos da *Whole Person Model (WPM)* ou interações de vendas, pois não abordavam a instrumentalização da ludicidade ou a crítica à simplificação. Ademais, citações longas sobre o Programa de Resiliência Penn ou o Treinamento Militar, embora relevantes para resiliência, foram descartadas para evitar a redundância de contexto, já que seus pontos mais concisos e ativos (como a resiliência ser ‘ensinada e medida’) já haviam sido sintetizados nas categorias principais focadas na apropriação lúdica.

## Análise

A etapa de análise foi estruturada a partir da identificação de três categorias principais, apresentadas no Quadro 4. Essas categorias emergem do diálogo entre o referencial teórico e o material empírico, permitindo compreender como a ludicidade, o engajamento e as emoções positivas se articulam em diferentes contextos relacionados à saúde e ao bem-estar. A organização em categorias visa dar coerência interpretativa ao fenômeno investigado, evidenciando tanto suas potencialidades quanto suas ambiguidades e limites.

**Quadro 4 - Categorias de análise**

Categorias	Descrição
Base psicológica	Esta categoria estabelece a base psicológica do Engajamento ( <i>flow</i> ), das Emoções Positivas e do Potencial/Ludicidade, definindo a essência do que é subsequentemente instrumentalizado pelo mercado de saúde.
Instrumentalização	Esta categoria ilustra a apropriação e instrumentalização da Ludicidade, do Jogo, do Engajamento e da Resiliência como ‘técnicas e ferramentas’ de <i>coaching</i> ou produtos de mercado (incluindo tecnologia) para promover a saúde e o bem-estar.
Implicações	Esta categoria reúne o material que critica a superficialidade ou uso desbalanceado de elementos lúdicos (o jogo pelo jogo), contextualiza o sofrimento estrutural (problemas complexos) e explora as implicações da redução do bem-estar a métricas simples.

Fonte: Elaboração própria

As categorias de análise constituem o eixo interpretativo que orienta a leitura dos resultados, oferecendo uma visão integrada sobre as múltiplas formas pelas quais a ludicidade é ‘vívada, apropriada e esvaziada’ no campo contemporâneo da saúde e do bem-estar.

## Base psicológica

A análise crítica revela uma intersecção paradigmática entre a subjetividade psicológica e a ‘racionalidade econômica neoliberal’ necessária para compreender a apropriação da ludicidade pelo mercado de saúde como uma solução simplificada. O foco da categoria apresentou termos como ‘Resiliência, Emoções Positivas, Potencial, Bem-estar e Engajamento (*Flow*<sup>9</sup>)’, os quais, embora apresentados como dimensões intrínsecas e promotoras de plenitude, encontram-se profundamente alinhados às exigências de desempenho máximo e auto-otimização características da sociedade neoliberal (Coelho; Neves, 2023; Han, 2018; Mineiro; Ferreira, 2024).

No contexto do objetivo de identificar como a ludicidade é apresentada como recurso terapêutico ou preventivo, as fontes demonstram que esses conceitos são o cerne da Psicologia Positiva e da indústria da felicidade, que se consolidam como o correlato ideológico do capitalismo neoliberal (Mineiro; Ferreira, 2024; Rivas, 2023). O bem-estar, conforme definido pelo acrônimo PERMA (Kellerman; Seligman, 2024), transforma-se em um conjunto de atributos psicológicos passíveis de mensuração e aprimoramento contínuo (o *enhancement*<sup>10</sup>) (Cabanas; Illouz, 2022; Coelho; Neves, 2023; Mineiro; Ferreira, 2024). O foco terapêutico ou preventivo não reside na eliminação da doença, mas sim na potencialização do indivíduo (Kellerman; Seligman, 2024; Seligman, 2012), elevando-o além do neutro para o máximo desempenho, em uma lógica que busca a ‘excelência permanente e inalterável’ (Coelho; Neves, 2023). A Ludicidade, enquanto *flow*, é instrumentalizada para tal fim, sendo descrita como um estado ideal de intensa concentração e motivação intrínseca para o desenvolvimento, que, paradoxalmente, é avaliado subjetivamente (Seligman, 2012). “Você teve a sensação de que o tempo parou? (Seligman, 2012, p. 28)” sensação essa que remete a ludicidade, ao momento de

---

<sup>9</sup> As autoras consideram que o *flow* ou a fruição se dá por meio do sentimento/fenômeno da ludicidade, mas de acordo com Seligman, a ‘positividade’ vem por meio do engajamento.

<sup>10</sup> Optamos por seguir o significado sintetizado por Coelhos e Neves (2023), a partir de diversos autores, ao utilizar o termo *enhancement* em inglês, uma vez que não há uma expressão equivalente na língua portuguesa para designar esse “empuxo ao melhor, à potencialização de algo preexistente ou dimensão de extravasamento e excesso” (Neves *et al.*, 2021, p. 127). Assim, o *enhancement* é compreendido não apenas como aprimoramento, mas como um empuxo — uma força que impulsiona em direção a uma melhoria constante e crescente.

completa entrega e prazer como descrito por Mineiro e Ferreira (2024) que é cooptado em função não de ludicidade, mas de ‘engajamento’ no qual o sentido proposto por Seligman (2012) é o de ‘ficar completamente absorvido pela tarefa’.

Esta transformação da ludicidade e das emoções positivas em recursos preventivos e terapêuticos se dá por meio de um processo de ‘mercantilização e simplificação’, onde o subjetivo é convertido em *emodities*<sup>11</sup> (serviços, terapias e produtos que prometem a transformação pessoal) (Cabanas; Illouz, 2022; Mineiro; Ferreira, 2024). A ‘resiliência’, por exemplo, que ocupa um lugar central nos atributos (Kellerman; Seligman, 2024; Rashid; Seligman, 2019; Seligman, 2012), é promovida como a capacidade essencial para que o indivíduo ‘se recupere’ das dificuldades e ‘prosperare’, mesmo diante das ‘condições adversas’ do trabalho. Isso atende à demanda organizacional por trabalhadores invulneráveis e adaptáveis, transferindo-se para o indivíduo o ônus da incerteza e da instabilidade do mercado (Cabanas; Illouz, 2022; Ehrenreich, 2013; Mineiro; Ferreira, 2024).

A ênfase nessas qualidades psicológicas (Resiliência, Otimismo, Autoeficácia) como chaves para o sucesso e o bem-estar (Kellerman; Seligman, 2024) legitima a ideia de que o sucesso e o fracasso, a saúde e a doença, são resultados de ações e esforços individuais (Cabanas; Illouz, 2022). Esse discurso da ‘autoresponsabilidade’ despolitiza o sofrimento, no qual doenças psíquicas como depressão ou *burnout* (cansaço generalizado), que são sintomas patológicos da ‘crise da liberdade’ na sociedade de desempenho, não são vistas como uma recusa às normativas sociais ou um reflexo de mazelas econômicas, mas sim como um fracasso individual diante da suposta possibilidade de uma vida plena (Cabanas; Illouz, 2022; Coelho; Neves, 2023; Ehrenreich, 2013; Han, 2018; Mineiro; Ferreira, 2024).

A apropriação da ludicidade (Lúdico Real, autotélico, livre de finalidade) pelo mercado resulta naquilo que é denominado Ludopolítica ou ludicização, que a transforma em um mecanismo de dominação e exploração da livre expressividade (Grillo; Grando, 2021; Mineiro; Ferreira, 2024). O *flow* ou ludicidade, que etimologicamente deveriam ser uma experiência intrínseca de prazer e desinteresse, é cooptado sob o Paradigma do Lúdico Total/Utilitarista, no qual a ludicidade se torna uma ‘ferramenta’ a serviço do rendimento, da produtividade e do lucro (como na gamificação) (Grillo; Grando, 2021; Mineiro; Ferreira, 2024).

Nesse cenário, os elementos lúdicos e as emoções positivas atuam como um anestesiamiento emocional, um desvio da realidade que impede o indivíduo de refletir sobre as

---

<sup>11</sup> Neologismo formado pela junção das palavras *emotion* (emoção) e *commodity* (mercadoria) (Cabanas; Illouz, 2022).

causas socioculturais da dor (Ehrenreich, 2013). O discurso científico da felicidade e da otimização, do qual os conceitos são o alicerce, seduzem o sujeito a se autoexplorar e a se vigiar incessantemente, o que se oferece como solução ‘simplificada’ para o adoecimento (mediante técnicas de autogestão emocional, otimismo e resiliência) não passa, em última instância, de uma técnica eficiente de controle psicopolítico, que explora a liberdade individual para a produção de maior lucro e manutenção do sistema hegemônico (Ehrenreich, 2013; Grillo; Grandó, 2021; Han, 2018; Mineiro; Ferreira, 2024). A constante busca por felicidade e aprimoramento, vendida como um projeto pessoal de autogestão (típico do *psidadão*<sup>12</sup> ou cliente-cidadão), perpetua um ciclo de insatisfação e culpa, no qual a infelicidade é vivida com vergonha, sinalizando uma biografia fracassada por não ter conseguido atingir o potencial máximo exigido.

## Instrumentalização

A análise da categoria elucida o processo de apropriação e instrumentalização da ludicidade pelo mercado de saúde em consonância com a racionalidade neoliberal. Esta apropriação visa transformar o lúdico em uma solução supostamente ‘simplificada e eficiente’. A categoria apresenta como principais conceitos intrinsecamente relacionados à ludicidade ‘Jogo, Engajamento e Resiliência’, que são redefinidos e vendidos como ‘técnicas, ferramentas de *coaching* ou produtos de mercado’, incluindo inovações tecnológicas (Kellerman; Seligman, 2024; Rashid; Seligman, 2019; Seligman, 2012). Tais elementos servem ao propósito neoliberal de otimização de si e da produtividade (Coelho; Neves, 2023; Han, 2018). O ‘engajamento’, por exemplo, que é frequentemente apresentado como um recurso terapêutico, sendo um antídoto para o tédio, a ansiedade e a depressão (Rashid; Seligman, 2019), no qual, o indivíduo é ensinado a realizar atividades que exploram suas ‘forças’ para criar esse engajamento (Rashid; Seligman, 2019), o que, no contexto neoliberal, serve para mobilizar o sujeito por sua própria vontade e aumentar a produtividade e o rendimento (Mineiro; Ferreira, 2024).

O conteúdo analisado demonstra a centralidade da ‘resiliência e do bem-estar’. A resiliência não é apenas ensinada e avaliada no Exército dos Estados Unidos, tornando-se um modelo para a medicina civil (Seligman, 2012), mas também é oferecida pelo mercado em soluções autônomas de gestão de estresse ou treinamentos (Kellerman; Seligman, 2024). A

---

<sup>12</sup> “Podemos definir o *psidadão* como uma subjetividade individualista e consumista que faz com que os cidadãos de sociedades neoliberais sejam clientes para os quais a busca da felicidade se torna uma segunda natureza graças à convicção de que a funcionalidade e o valor pleno do indivíduo estão intimamente ligados à autootimização contínua por meios psicológicos” (Cabanas; Illouz, 2022, p. 120).

rapidez dos resultados, como “[...] em apenas três meses vemos uma impressionante melhora de 125% nas pontuações de resiliência [...]” (Kellerman; Seligman, 2024, p. 95), ressalta a promessa de simplificação e eficácia imediata. Esses treinamentos e intervenções, fundadas na Psicologia Positiva, buscam não apenas erradicar o sofrimento, mas principalmente ‘potencializar o indivíduo’, elevando sua *performance* (Cabanas; Illouz, 2022; Han, 2018; Mineiro; Ferreira, 2024; Rivas, 2023).

A ludicidade, ‘materializada’ em jogos e aplicativos (*emodities*), é explicitamente transformada em solução, exemplos disso incluem jogos virtuais como recurso social ou laboratorial e a utilização de ‘subterfúgios lúdicos’ para instigar a ‘remoção de lixo<sup>13</sup>’, ou a criação de ‘aplicativos de resiliência’ e ‘jogos certos para ensinar forças pessoais, habilidades sociais e resiliência’ (Kellerman; Seligman, 2024; Rashid; Seligman, 2019; Seligman, 2012). Essas soluções são vendidas com base na crença de que a eficácia tem bases científicas e oferecem retornos rápidos e mensuráveis em troca de pouco investimento e esforço (Cabanas; Illouz, 2022). O *Jogo da Paz Mundial* (Seligman, 2012) e o *Jogo que pode lhe dar mais 10 anos de vida* (Rashid; Seligman, 2019) são manifestações dessa promessa de que o lúdico, sob sua potencial manifestação - o jogo, pode resolver dilemas do mundo real e, de maneira sedutora, promover o desenvolvimento pessoal e a saúde (Han, 2018).

A partir da leitura dos textos de Seligman é possível perceber a mercantilização do psicológico e a subsequente individualização do sofrimento. A ‘resiliência’ é enquadrada como o “[...] verdadeiro alicerce de qualquer estratégia de capital humano” (Kellerman; Seligman, 2024, p. 96), demonstrando a fusão da gramática psicológica com a econômica (Coelho; Neves, 2023; Han, 2018). O bem-estar e as emoções positivas são convertidos em ‘Capital Psicológico’, que segundo Seligman (2012), deve ser cultivado por meio de *coaching*, cursos e aplicativos. A exemplo disso, apresentamos a figura 1, que sutil (ou não tão sutilmente assim), expõe a ideia de que o emocional está diretamente ligado ao rendimento, e portanto, de que a culpa do fracasso financeiro é diretamente do indivíduo que não ‘adaptou’ o seu emocional para a ‘maximização’ é amplamente inculcada por *coachings*.

---

<sup>13</sup> Neste caso Rashid e Seligman (2019) tratam da remoção de lixo no sentido literal, como um serviço voluntário para ‘engajar’ emoções positivas.

**Figura 1** – Story de *coach* de nome Elton Euler



Fonte: Instagram (2025)

Esta lógica de mercado (meritocracia, empreendedorismo, produtividade) opera por meio da psicopolítica neoliberal, que explora a liberdade individual, o indivíduo se torna responsável pelo seu adoecimento e por sua própria otimização (Cabanas; Illouz, 2022; Coelho; Neves, 2023; Grillo; Grando, 2021; Han, 2018). Se o trabalhador consome os ‘produtos para desenvolver seus próprios atributos psicológicos’ e falha, a culpa do insucesso é inteiramente individual, e não do sistema.

A instrumentalização do jogo e da ludicidade, nesse contexto, é um exemplo da ludicização (transformar o lúdico em objeto externo à pessoa) e da ludopolítica (técnica intencional de controle da expressividade e do tempo livre) (Grillo; Grando, 2021). A ludicidade, que em sua essência autotélica deveria ser livre de finalidade, é transformada em ‘ferramenta’ a serviço do rendimento, da produtividade e do lucro (Mineiro; Ferreira, 2024). Isso fica evidente em exemplos como o *Slack*, que, apesar de ter nascido de um jogo fracassado, se tornou um aplicativo de mensagens de sucesso no mercado (Kellerman; Seligman, 2024), ou o uso de jogos para o desenvolvimento pessoal e profissional, mas que na realidade servem à vigilância e ao controle (Grillo; Grando, 2021). A busca pela felicidade e pelo bem-estar,

mensurados por aplicativos, transforma o cidadão em um psidadão (subjetividade individualista e consumista).

Em última análise, as práticas simplificadas, como o treinamento rápido de resiliência e o uso do lúdico para autodisciplina, reforçam a tendência de patologização da existência, em que qualquer sinal de cansaço, tristeza ou falha é visto como um ‘bloqueio mental’ a ser removido terapêuticamente em nome da eficiência. O sofrimento, em vez de ser um reflexo de problemas estruturais, é rearticulado como uma ‘deficiência psicológica individual’, promovendo um desvio da realidade e um anestesiamiento que impede a reflexão crítica e a ação sociopolítica.

## Implicações

O material desta categoria de análise articula-se de maneira direta com a prevalência de *burnout*, estresse excessivo, ansiedade, depressão e isolamento social, destacando o custo financeiro massivo dessas afecções na ‘força de trabalho’ (Kellerman; Seligman, 2024) e deixando de lado o sofrimento pessoal do indivíduo. Autores como Cabanas e Illouz (2022), Grillo e Grando (2021), Han (2018) e Mineiro e Ferreira (2024) confirmam que o sofrimento psíquico é, na contemporaneidade, um sintoma patológico da crise da liberdade, inerente à sociedade de desempenho, onde o indivíduo, como um ‘neossujeito’ ou ‘empresário de si’, se autoexplora voluntariamente em busca de uma otimização incessante (Coelho; Neves, 2023). A lógica neoliberal individualizante responsabiliza o sujeito por seu adoecimento, transformando o mal-estar, que é de origem social e estrutural, em fracasso pessoal.

Neste cenário de vulnerabilidade estrutural, a ludicidade, tal como capturada pelo mercado, é instrumentalizada como uma solução (Rashid; Seligman, 2019), evidenciando a superficialidade e o propósito de curto prazo deste tipo de ‘solução’ (Rivas, 2023). Remete-se a ideia de que no jogo a ‘vitória não parece se reduzir à emoção positiva’, ecoando a desnaturação da autotelicidade, a essência do lúdico (Mineiro; Ferreira, 2024). A ludicidade genuína, em seu sentido autotélico (sem um objetivo exterior), é substituída por um simulacro utilitarista focado no desempenho, rendimento e lucro (Mineiro; Ferreira, 2024).

Ao focar na crítica às métricas e a lógica de mercado, é possível perceber que o financiamento se volta para as opções mais baratas e chamativas, em detrimento da avaliação real de reflexo no bem-estar. Esse fenômeno é o cerne da *Happycracia* e da *Psicopolítica*, nas quais a felicidade e a ludicidade se tornam *emodities* que prometem a transformação pessoal e o aprimoramento contínuo (Cabanas; Illouz, 2022; Han, 2018). Práticas como o *coaching* e

aplicativos de *self-help* (como o *Happify*) são promovidas como ‘soluções eficientes e fundadas em evidências científicas’, visando não à cura, mas ao *enhancement* e à maximização da *performance* mental (Cabanas; Illouz, 2022; Coelho; Neves, 2023). O lúdico, então, é usurpado por práticas de ‘ludicização’ ou ‘gamificação’ que, sob o disfarce de prazer e diversão, atuam como técnicas de exploração da expressividade e do tempo livre, gerando mais motivação, desempenho e rendimento (Grillo; Grando, 2021; Han, 2018; Mineiro; Ferreira, 2024). O jogo, que seria o ‘outro trabalho’, é cooptado pelo capitalismo da emoção para gerar produtividade (Grillo; Grando, 2021; Han, 2018; Mineiro; Ferreira, 2024).

A menção ao Produto Interno Bruto (PIB) e ao bem-estar (Rashid; Seligman, 2019; Seligman, 2012), e a defesa de que o bem-estar não é o único valor humano, inserem-se na crítica à *tecnohappygracia*<sup>14</sup>, na qual a felicidade é mensurada e utilizada como critério político supostamente objetivo para deliberações, desviando a atenção de questões estruturais como a desigualdade (Cabanas; Illouz, 2022). Um adendo importante neste âmbito é que muitas ‘ciências’ vêm tentando quantificar ‘habilidades’ e sentimentos humanos através de escalas, tratando a subjetividade humana como produto e ‘medindo’ suas ‘qualidades’ por meio de índices, como se produtos fossem. Uma tentativa de transformar tudo (vida, sentimentos, subjetividade) em números frios, padronizáveis, ranqueáveis e excludentes. Nós pereceremos sob “as águas geladas do cálculo egoísta” (Marx; Engels, 2010).

Em nível subjetivo e cultural, pode-se perceber o conflito entre o trabalho/dinheiro e o tempo dedicado às relações e atividades lúdicas. A tecnologia agrava essa situação, simplificando a conexão “clicar num simples botão” (Kellerman; Seligman, 2024, p. 126) sem melhorar o bem-estar geral, enquanto a vigilância se intensifica (Grillo; Grando, 2021). É importante relatar ainda que a tirania da positividade ao notar que emoções positivas podem ser vistas como fingimento (Seligman, 2012) ou que a manifestação explícita de entusiasmo ou ludicidade pode ser inibida por ser percebida como ‘falta de modéstia’, ‘feminina’ ou ‘melosa’ (Rashid; Seligman, 2019; Seligman, 2012), o que torna possível perceber o caráter de menosprezo pelo sentimento da ludicidade puro e autotélico. Esta é uma implicação cultural grave, na qual a negatividade é deslegitimada e patologizada como disfuncional, forçando o indivíduo à auto-hipnose e ao ‘trabalho infindável de autoexame e autocontrole’ para se adaptar.

Em suma, a apropriação da ludicidade pelo mercado de saúde (física e mental) reflete a lógica neoliberal do *enhancement*, transformando o lúdico, que deveria ser um espaço de

---

<sup>14</sup> Termo criado por Cabanas e Illouz (2022) para criticar a ideia que vem sendo incutida na psicologia positiva de que é possível mensurar sentimentos (subjetividade) através de escalas numéricas.

liberdade, contemplação, e resistência contra a opressão, em uma ferramenta produtiva e de engajamento forçado. Os problemas complexos gerados pelo sistema são, assim, neutralizados e individualizados através de soluções psicológicas e lúdicas simplificadas, que, paradoxalmente, aumentam a exploração e a subserviência do ‘psidadão’ neoliberal. A análise enseja que a ludicidade, desviada de sua essência autotélica, converte-se em um mecanismo de dominação sutil que promove o conformismo e mascara o sofrimento social sob o véu sedutor do prazer e da auto-otimização.

Com o intuito de compreender se todos os objetivos (geral e específicos) foram alcançados, foi feito o quadro 5 ao qual busca interligar os resultados da análise a cada um dos objetivos da pesquisa.

**Quadro 5 - Balancete investigativo**

<b>Objetivo geral</b>	<b>Retorno da pesquisa</b>
Analisar de que maneira a ludicidade tem sido apropriada pelo mercado de saúde transformando-a em uma solução ‘simplificada’ para problemas complexos	A análise dos dados demonstra que a apropriação da ludicidade pelo mercado de saúde ocorre através de uma intersecção paradigmática entre a subjetividade psicológica e a racionalidade econômica neoliberal. O mercado oferece a ludicidade como uma solução ‘simplificada e eficiente’ para lidar com problemas complexos de origem estrutural, como <i>burnout</i> , estresse excessivo, ansiedade e depressão, que geram um custo financeiro massivo na força de trabalho. A natureza complexa desses males reside no fato de serem sintomas patológicos da "crise da liberdade" na sociedade de desempenho, na qual o indivíduo é um ‘empresário de si’ que se autoexplora. Em vez de abordar as causas sociais e econômicas desse sofrimento, o mercado simplifica a solução ao converter o mal-estar estrutural em fracasso e deficiência pessoal. Essa transformação se dá pela mercantilização e simplificação do subjetivo, em que a ludicidade autotélica (livre de finalidade) é convertida em <i>emodities</i> e ferramentas utilitaristas focadas em desempenho, rendimento e lucro.
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Retorno da pesquisa</b>
Identificar de que forma a ludicidade é apresentada como recurso terapêutico ou preventivo em práticas voltadas ao adoecimento	A ludicidade é apresentada como recurso preventivo e terapêutico a partir da Psicologia Positiva e da indústria da felicidade, que se consolidam como o correlato ideológico do capitalismo neoliberal. Essa apresentação ocorre mediante a redefinição de conceitos como Resiliência, Emoções Positivas, Potencial, Bem-estar (PERMA) e Engajamento, os quais, embora sejam dimensões da plenitude, encontram-se alinhados às exigências de desempenho máximo e auto-otimização da sociedade neoliberal. O foco terapêutico ou preventivo dessas intervenções não se concentra na eliminação do adoecimento, mas sim no <i>enhancement</i> e na potencialização do indivíduo, elevando-o além do estado neutro em busca da ‘excelência permanente e inalterável’. A ludicidade, enquanto <i>flow</i> , é instrumentalizada para esse fim, sendo cooptada em função do ‘engajamento’ que implica ‘ficar completamente absorvido pela tarefa’, o que serve, no contexto neoliberal, para mobilizar o sujeito por sua própria vontade e aumentar a produtividade e o rendimento.
Apresentar as implicações sociais, culturais e subjetivas do uso da ‘ludicidade’ como solução simplificada em contextos de saúde e adoecimento	O uso da ludicidade como solução simplificada gera implicações significativas ao reforçar a racionalidade econômica neoliberal, operando por meio da psicopolítica neoliberal. Em nível social e cultural, a ênfase nessas qualidades psicológicas como chaves para o sucesso legitima o discurso da ‘autoresponsabilidade’, despolitizando o sofrimento psíquico, como <i>burnout</i> e depressão, que são sintomas patológicos da ‘crise da liberdade’ na sociedade de desempenho, e redefinindo-os como um fracasso individual diante da suposta possibilidade de uma vida plena. Nesse cenário, o bem-estar e as emoções positivas são convertidos em ‘Capital Psicológico’, sendo mensurados e utilizados como critério político na tecnohappyracia, desviando a atenção de questões estruturais, como a desigualdade socioeconômica. Em nível subjetivo, a ludicidade instrumentalizada atua como um anestesiamiento emocional, sendo um desvio da realidade que impede o indivíduo de refletir criticamente sobre as causas socioculturais da dor.

Fonte: Elaboração própria

O estudo alcançou plenamente seus objetivos, demonstrando que a apropriação da ludicidade pelo mercado de saúde, com a legitimação pseudocientífica da Psicologia Positiva, em consonância com a racionalidade neoliberal, transforma o lúdico em uma ‘solução simplificada’ para sofrimentos que têm origem estrutural e social.

## Considerações Finais

O trabalho teve como objetivo geral analisar de que maneira a ludicidade tem sido apropriada pelo mercado de saúde transformando-a em uma solução ‘simplificada’ para problemas complexos. E como objetivos específicos: identificar de que forma a ludicidade é apresentada como recurso terapêutico ou preventivo em práticas voltadas ao adoecimento; e compreender as implicações sociais, culturais e subjetivas do uso da ludicidade como solução simplificada em contextos de saúde e adoecimento.

A metodologia adotada caracterizou-se por uma abordagem qualitativa, com objetivos descritivos e exploratórios. A pesquisa foi de natureza teórica. A estrutura empírica utilizou a pesquisa bibliográfica sistemática como procedimento principal. A análise dos dados extraídos dos textos pré-selecionados foi feita utilizando a análise de conteúdo categorial temática, guiada pelas categorias ‘Base Psicológica’; ‘Instrumentalização’; e ‘Implicações’.

A pesquisa demonstrou que a ludicidade, ao ser apropriada pelo mercado de saúde, perde seu caráter livre e espontâneo e passa a funcionar como um dispositivo de regulação subjetiva alinhado à racionalidade neoliberal. Ela é apresentada pela Psicologia Positiva como uma solução simplificada e eficiente para problemas complexos, como burnout e depressão, deslocando o foco das causas estruturais do adoecimento para o indivíduo e sua capacidade de adaptação. Essa instrumentalização da ludicidade transforma o prazer e o jogo em ferramentas de produtividade, inserindo o sujeito na lógica do desempenho e da autoexploração, ao mesmo tempo em que mascara as contradições sociais que produzem o sofrimento psíquico, os quais a Psicologia Positiva defendem não afetar o bem-estar do indivíduo.

Como sugestão para novas pesquisas, seria relevante investigar como diferentes práticas lúdicas (fora da lógica mercadológica) podem recuperar sua dimensão emancipatória, promovendo reflexão crítica e resistência às dinâmicas de controle subjetivo. Além disso, futuros estudos poderiam analisar comparativamente contextos institucionais (como empresas, escolas e serviços de saúde) para compreender de que maneira a ludicidade é incorporada e quais efeitos reais produz na saúde mental e nas relações de trabalho. Essas investigações

poderiam contribuir para a construção de abordagens mais éticas e críticas sobre o papel do lúdico na contemporaneidade.

## Referências

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo, SP: Edições 70, 2011.

CABANAS, Edgar; ILLOUZ, Eva. **Happycracia: fabricando cidadãos felizes**. São Paulo: Ubu Editora, 2022.

COELHO, Leticia; NEVES, Tiago. Sofrimento psíquico no neoliberalismo e a dimensão política do diagnóstico em saúde mental. **Saúde e Sociedade**, [s. l.], v. 32, n. 3, p. 1–11, 2023.

DENZIN, Norman K.; LINCOLN, Yvonna S. **O Planejamento da Pesquisa Qualitativa: Teorias E Abordagens**. Porto Alegre: Artmed, 2006.

EHRENREICH, Barbara. **Sorria: como a promoção incansável do pensamento positivo enfraqueceu a América**. Rio de Janeiro: Editora Record, 2013.

GRILLO, Rogério de Melo; GRANDO, Regina Célia. A Ludopolítica e o Advento da Gamificação na Escola. **Revista Brasileira de História, Educação e Matemática (HIPÁTIA)**, [s. l.], v. 7, n. 1, p. 1–13, 2022.

GRILLO, Rogério de Melo; GRANDO, Regina Célia. Ludopolítica: a ditadura da ludicização. **Brazilian Journal of Policy and Development (BRJPD)**, [s. l.], v. 3, n. 3, p. 145–163, 2021.

HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica**. Belo Horizonte: Editora Âyiné, 2018.

KELLERMAN, Gabriella Rosen; SELIGMAN, Martin. **A mente do amanhã**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2024.

KINCHELOE, Joe L.; BERRY, Kathleen S. **Pesquisa Em Educação: Conceituando a Bricolagem**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

MARX, Karl; ENGELS, Friedrich. **Manifesto Comunista**. tradução: Álvaro Pina. 1. ed. São Paulo: Boitempo, 2010.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009.

MINEIRO, Márcia. **O essencial é invisível aos olhos: a concepção dos estudantes sobre a mediação didática lúdica na educação superior**. 2021. 447f. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2021.

MINEIRO, Márcia; FERREIRA, Lúcia Gracia. **Ludicidade e Neoliberalismo: compreendendo interrelações pela perspectiva de B. C. Han**. Campinas, SP: Pontes Editores, 2024.

MINEIRO, Márcia; SILVA, Mara A. Alves Da; FERREIRA, Lúcia Gracia. Pesquisa Qualitativa E Quantitativa: imbricação de múltiplos e complexos fatores das abordagens investigativas. **Momento - Diálogos em Educação**, [s. l.], v. 31, n. 03, p. 201–218, 2022.

RASHID, Tayyab; SELIGMAN, Martin. **Psicoterapia Positiva: Manual do Terapeuta**. Porto Alegre: Artmed, 2019.

REPPOLD, Caroline Tozzi *et al.* Felicidade como Produto: Um Olhar Crítico sobre a Ciência da Psicologia Positiva. **Revista Avaliação Psicológica**, [s. l.], v. 18, n. 04, 2019. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-04712019000400002&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712019000400002&lng=en&nrm=iso&tlng=pt). Acesso em: 20 out. 2025.

RIVAS, María Tocino. **El capitalismo emocional: De Eva Illouz a los teóricos del biocapitalismo**. Madrid: Dykinson, 2023.

SELIGMAN, Martin. **Florescer: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

SELIGMAN, Martin E. P.; CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. Positive psychology: An introduction. **American Psychologist**, [s. l.], v. 55, n. 1, p. 5–14, 2000.

## SOBRE O/AS AUTOR/AS

**Gabriela dos Santos Dias Mol**. Mestranda em Educação (UESB) - Especialização em Neuropsicologia Clínica (FASU-UNIGRAD) - Graduada em Psicologia (UFBA-IMS); Participa do Grupo de Pesquisa para o Desenvolvimento das Altas Capacidades. <http://lattes.cnpq.br/7663840029988215>

**Gabriela S. Rocha**. Mestranda em Educação (UESB) – Especialização em Gestão Pública, Auditoria e Docência para Ensino Superior (Intervale) – Graduada em Ciências Contábeis (UESB); Participa do Grupo de Estudos e Pesquisa Interdisciplinar e Crítica (GEPIC). <http://lattes.cnpq.br/4916472480153024>

**Márcia Mineiro**. Pós doutora em Educação (UFBA) – Doutora em Educação (UFBA) – Mestra em Contabilidade (FVC); Professora adjunta na Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB) – Brasil; Líder do Grupo de Estudos e Pesquisa Interdisciplinar e Crítica (GEPIC). <http://lattes.cnpq.br/7761326206148197>

## Como citar

MOL, Gabriela dos Santos Dias; ROCHA, Gabriela S.; MINEIRO, Márcia. A apropriação da Ludicidade pela Psicologia Positiva e Mercado de Saúde, **Revista de Estudos em Educação e Diversidade**, Itapetinga, v. 6, n. 13, p. 1-23, jan./dez., 2025.