

Design para o bem-estar: uma abordagem empática no desenvolvimento de briefings

Michelle Cotrim

UEMG

<http://lattes.cnpq.br/0193303883074007>

michellecotrim84@gmail.com

Rita Ribeiro

UEMG

<http://lattes.cnpq.br/5074309517644166>

rribeiroed@gmail.com

Resumo

Este artigo apresenta como a abordagem Design para o Bem-Estar (D.BE) pode contribuir para uma nova forma de construir o briefing no campo do design. Com base nos princípios do Design Positivo, o D.BE propõe deslocar o foco tradicional da resolução de falhas para a ampliação de experiências humanas positivas. O estudo de caso utiliza a aplicação da metodologia no desenvolvimento de um produto-piloto voltado ao público com Transtorno do Espectro Autista (TEA). O artigo busca demonstrar como briefings empáticos e processuais podem gerar soluções mais inclusivas, sensíveis e significativas. A pesquisa evidenciou que a escuta ativa, a análise de padrões sensoriais e emocionais e a construção conjunta de diretrizes de projeto são estratégias eficazes para promover bem-estar por meio do design.

Palavras-chave

Design para o Bem-Estar; Briefing empático; Integração sensorial; Transtorno do Espectro Autista

Design for Well-Being: An Empathic Approach to the Development of Design Briefings

Abstract

This article introduces Design for Well-Being (D.BE) as a methodological approach aimed at creating more emphatic and human-centered design briefings. Grounded in positive psychology, D.BE shifts the focus from functional deficiencies to emotional and sensory contexts. Based on a case study involving children with Autism Spectrum Disorder (ASD), tools such as cultural probes and emotional journeys were used to identify patterns of well-being and guide inclusive design solutions. The results indicate that flexible, co-created, and iterative briefings enhance the potential of design as a tool to promote human flourishing.

Keywords

Design for Well-Being; Empathic Briefing; Sensory Integration; Autism Spectrum Disorder;

1 Introdução

Kruger e Cross (2006), ao discutirem as diferentes abordagens na prática do design, identificaram quatro estratégias principais, sendo estas: orientado pelo conhecimento (knowledge-driven), orientado pelo problema (problem-driven), orientado para soluções (solution-driven), orientado pela informação (information-driven). (Figura 1)

tempo	Abordagem	Definição do problema	Informação	Alternativas (soluções)
—	orientado pelo conhecimento (prévio)	→	↓	↓
≡	orientado pelo problema	↑	→	↓
↓	orientado para soluções	↓	→	↑
+	orientado pela informação	↑	↑	→

Legenda: ↑ alta → média ↓ baixa

Figura 1: Abordagens design

Fonte: adaptado pela autora (Kruger e Cross/2006)

Os autores apontam três variáveis principais: nível de definição do problema, nível de informação disponível e diversidade de alternativas geradas em relação ao tempo gasto, sendo este o eixo vertical.

Na abordagem orientada pelo conhecimento prévio, a definição do problema é média, mas há baixa coleta de informações e poucas alternativas propostas, já que o processo parte de pressupostos anteriores. Já a abordagem orientada pelo problema se destaca por uma definição clara do desafio, mas ainda trabalha com informações limitadas e gera poucas soluções. A abordagem orientada para soluções, por outro lado, apresenta definição fraca do problema, trabalha com informação média e ainda assim gera poucas alternativas.

Por fim, os autores contemplam abordagem orientada pela informação que baseia-se em alta coleta de dados, boa definição do problema e oferece uma diversidade média de alternativas, sugerindo um caminho mais investigativo.

Desmet et al. (2012) apontam que, geralmente, na prática do design – design de interação e design industrial – é adotada a abordagem design orientado para solução de problemas. Isto é, o design tem sido compreendido como um solucionador de problemas, ou seja, um mediador na transformação de uma situação indesejada (problemática) em uma situação preferível através da remoção do problema em vez de focar na geração de bem-estar.

Nesse sentido, de acordo com o mesmo autor (DESMET, 2010), a abordagem orientada para solução de problemas visa neutralizar ou tornar dormentes emoções e/ou situações negativas ("keep the demons asleep"). Salamanca et al. (2014) corroboram com este argumento ao pontuar que:

Esse modo tradicional de raciocínio é relevante, pois aumenta a qualidade e a eficácia dos produtos e serviços que todos utilizamos, procura minimizar situações problemáticas que possam ameaçar nosso bem-estar e, em geral, torna nossa vida mais fácil e melhor. Entretanto, neutralizar o negativo, resolvendo nossos problemas cotidianos, não significa necessariamente entregar uma experiência positiva e proveitosa. (SALAMANCA et al., 2014, tradução da autora)

Entretanto, de acordo com Desmet e Hassenzahl (2012), o desenvolvimento de um projeto com foco em solucionar um problema (design orientado para solução de problemas) pode oferecer uma solução paliativa, que responde temporariamente ao problema e não necessariamente contempla todas as possibilidades. Como alternativa a essa abordagem tradicional, tais autores propõem o design orientado a possibilidades. Diversos pesquisadores, entre eles, Jordan (2000), Desmet (2002, 2007), Norman (2004), McCarthy & Wright (2004), Hassenzahl (2010), Gaver (2002), Dunne (2006) e Zimmerman (2009), têm impulsionado essa corrente de pensamento.

Jimenez et al. (2014) argumentam que:

Os principais sistemas de valores do design orientado para possibilidade são uma visão mais positiva e otimista da vida cotidiana. O design é uma disciplina com potencial para mudar nosso ambiente e moldar nossa sociedade. Compreendê-lo exclusivamente como forma de reduzir as deficiências pode limitar seu potencial. (JIMENEZ et al., 2014, tradução da autora)

Observamos que pensar um projeto do ponto de vista das possibilidades para o desenvolvimento do potencial humano pode contribuir para uma perspectiva ampliada. Desmet e Hassenzahl (2012) pontuam que, apesar de alguns teóricos considerarem que possibilidades se configuram como a representação do problema em um nível mais abstrato, "um design orientado por possibilidades visa mais – pode criar produtos, objetos, dispositivos sem se referir a nenhum problema, mas ainda baseado na prática e nas necessidades humanas." (DESMET, 2012, tradução da autora)

Para os autores, tanto a abordagem pelo viés do problema quanto pelo viés da possibilidade buscam a modificação do estado atual para um estado futuro. Ambas reconhecem a existência de um problema/questão de pesquisa, porém a diferença está no tipo de reação ao problema.

Jimenez et al. (2014) argumentam que "vários desafios podem ser identificados ao projetar orientado para possibilidades." Talvez o mais evidente seja a falta de conhecimento prático sobre como identificá-las e usá-las nos processos de design." (JIMENEZ et al., 2014, tradução da autora). Sendo assim, os autores propuseram uma diretriz para aplicação do design orientado a possibilidades.

Observamos também que o design orientado para possibilidades emerge como um desdobramento metodológico do Design Positivo, uma abordagem que propõe ampliar o papel do design além da simples resolução de problemas, buscando deliberadamente promover o bem-estar humano. Essa perspectiva se ancora em fundamentos da Psicologia Positiva e entende que as emoções humanas, mesmo sendo subjetivas, podem ser sistematizadas e intencionalmente consideradas no processo projetual. Isso exige do designer um olhar mais sensível, que considere os valores pessoais dos usuários e o contexto relacional entre eles e os artefatos.

Entretanto, notamos que, como o Design Positivo foca na avaliação pessoal do bem-estar subjetivo (emoções), este apresenta certas limitações para ser aplicado a grupos que não consigam identificar e/ou expressar de forma clara suas emoções e sentimentos. Sendo assim, propusemos utilizar uma perspectiva ampliada em relação ao bem-estar, priorizando a visão eudaimonia e buscando abarcar sempre que possível a visão hedonista, uma adaptação do modelo esquemático proposto por Jimenez et al. O novo modelo apresentado, denominado Design para o bem-estar (D.BE), propõe identificar possibilidades de projeto por meio da investigação de contextos de bem-estar (eudaimonia e hedonismo) por meio da associação de avaliação pessoal e de terceiros.

Desta forma, o Design para o Bem-Estar (D.BE) propõe uma mudança de olhar, entendendo o projeto não mais apenas como solução de um problema, mas convida designers a investigar não apenas o que está errado, mas principalmente o que já funciona bem na vida dos usuários, valorizando momentos de bem-estar. Para tanto, é necessário abandonar a lógica da urgência e da solução imediata para adotar uma postura mais empática e exploratória. Este artigo discute a aplicação do D.BE no desenvolvimento de briefings empáticos, tomando como estudo de caso o projeto de um planejador visual para crianças com TEA.

2 Design para o Bem-Estar: Fundamentos e Metodologia

O Design para o Bem-Estar (D.BE) propõe uma mudança das abordagens tradicionais ao priorizar a ampliação de experiências positivas em vez da simples correção de problemas. Enquanto o design convencional tende a neutralizar emoções negativas (como frustração ou ansiedade), o D.BE propõe a criação ativa de contextos que promovam bem-estar, autonomia e realização pessoal (Desmet e Hassenzahl, 2012). Essa perspectiva alinha-se à psicologia positiva, que entende o bem-estar como um constructo multidimensional, abrangendo tanto dimensões hedônicas (prazeres momentâneos) quanto eudaimônicas (sentido de propósito e crescimento). No contexto do TEA, por exemplo, isso se traduz em projetos que não apenas mitigam desafios sensoriais, mas também celebram singularidades, como a preferência por rotinas ou a sensibilidade a estímulos visuais.

Ao tratarmos de bem-estar observamos que vários autores discutem sua natureza multidimensional (Ayres, 1975; Diener, 1984; Ryff, 1989; Damásio, 1994; Seligman, 2002; Desmet, 2002; Huppert e So, 2013) desta forma se faz necessário apontar que dentro do escopo do D.BE consideramos quatro dimensões principais, sendo estas: físico, mental e emocional, sensorial e social.

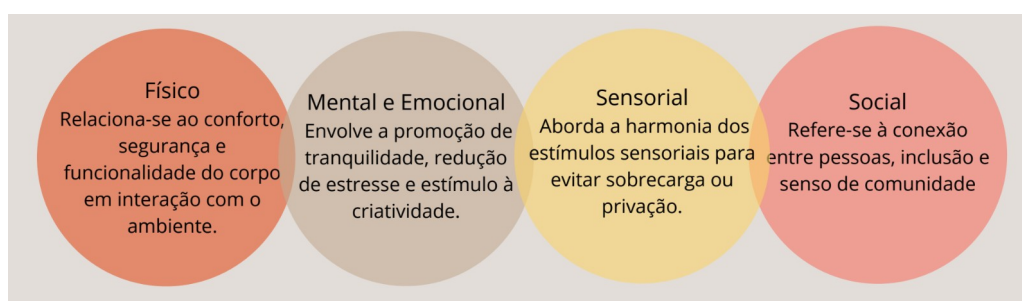


Figura 2: Dimensões do bem-estar
Fonte: elaborado pela autora

A figura 2 apresenta as quatro dimensões fundamentais do bem-estar consideradas no Design para o Bem-Estar (D.BE), integrando aspectos físicos, mentais/emocionais, sensoriais e sociais. Essa estrutura alinha-se às teorias de Ryff (1989) sobre bem-estar psicológico, que destaca seis

componentes fundamentais, incluindo autonomia, domínio ambiental e crescimento pessoal, os quais podem ser relacionados às dimensões mental/emocional e social. Além disso, a ênfase na dimensão sensorial encontra respaldo nos trabalhos de Ayres (2005) sobre integração sensorial, que demonstram como o processamento adequado de estímulos ambientais é crucial para o equilíbrio emocional e a funcionalidade cotidiana. A dimensão sensorial refere-se ao equilíbrio entre estímulos ambientais e a capacidade perceptiva dos usuários, com atenção especial à evitação de sobrecargas ou privações sensoriais. Essa abordagem é especialmente relevante em contextos como o Transtorno do Espectro Autista (TEA), onde o projeto deve considerar hiper e hipo-respostas a sons, luzes, texturas e movimentos.

A inclusão da dimensão física corrobora com a definição de bem-estar da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2001), que o descreve como um estado completo de bem-estar físico, mental e social, indo além da mera ausência de doenças. Por fim, a dimensão social diz respeito à promoção de conexão, pertencimento e inclusão. (Huppert, So, 2013)

A metodologia do D.BE (figura 3) estrutura-se em cinco etapas interconectadas. A primeira, identificação de possibilidades, envolve técnicas imersivas tais como trajetos emocionais e sondas culturais para mapear momentos de bem-estar no cotidiano. No estudo de caso analisado, a observação participante apontou que as crianças TEA podem associar organização (ex.: roupas dispostas em ordem fixa) a sentimentos de segurança, enquanto os pais tendem a valorizar a interação social durante refeições. Essas informações, tradicionalmente ignoradas em briefings funcionais, foram sistematizadas em mapas visuais que revelaram convergências afetivas e tensionamentos contextuais entre os diferentes perfis envolvidos.

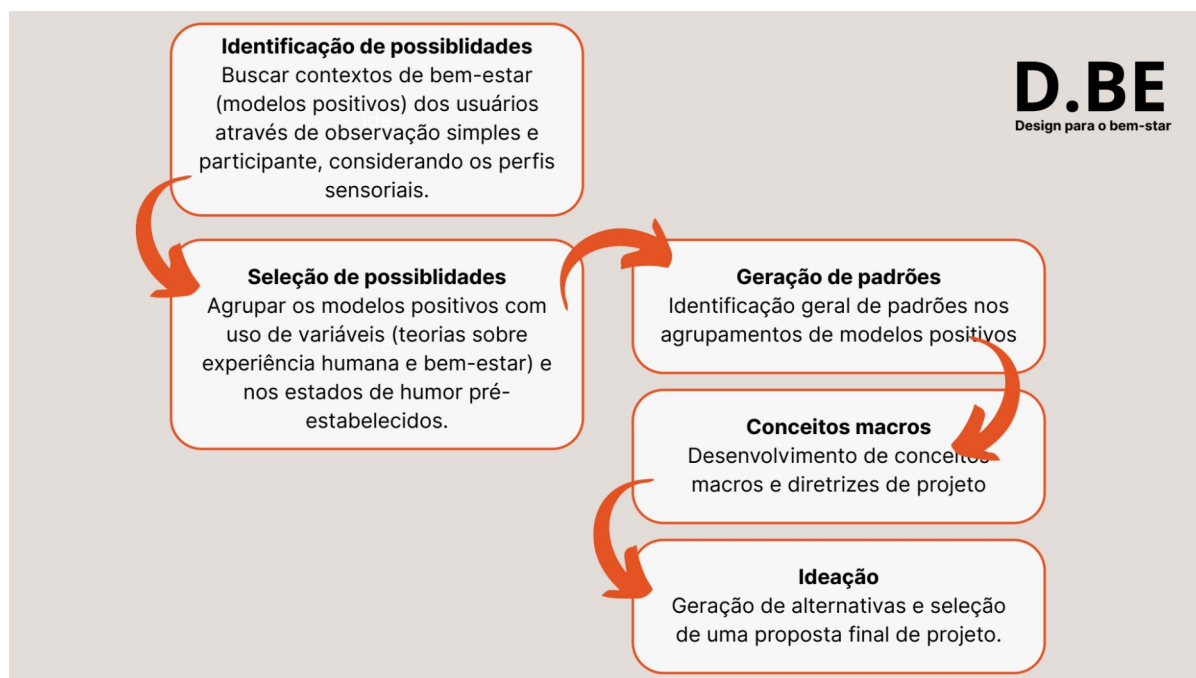


Figura 3: Design para o bem-estar (D.BE)

Fonte: elaborado pela autora

A segunda etapa, denominada seleção de padrões, é responsável pela organização dos relatos e observações anteriores em categorias temáticas como por exemplo: estados de humor, rotinas

cotidianas e perfis sensoriais. Esse processo visa identificar relações recorrentes entre estímulos e respostas emocionais por meio de ferramentas como o quadro identificador de perfil sensorial (figura 4).

Figura 4: Perfil Sensorial
Fonte: elaborado pela autora

Perfis sensoriais		
Hipo	Sentido	Hiper
	Auditivo	
	Olfativo	
	Tátil	
	Paladar	
	Visual	
	Vestibular	
	Propriocepção	

Por exemplo, uma criança com hipo-resposta vestibular pode buscar atividades de movimento intenso, enquanto outra com hiper-resposta tátil evita tecidos ásperos. Essas informações deixam de ser apenas dados diagnósticos e tornam-se subsídios ativos para orientar o projeto. Em vez de metas genéricas como “promover interação”, o briefing passa a incluir recomendações específicas como “utilizar materiais macios e neutros” ou “oferecer espaços de refúgio visual”. Com base nos apontamentos acima percebemos a necessidade de discutirmos a formulação do problema em um projeto de design, bem como as implicações que o D.BE podem trazer para a construção do briefing.

3 Briefing e D.BE

No campo do design, a formulação do briefing de projeto é um passo fundamental que orienta toda a cadeia de decisões criativas e técnicas; é um dos primeiros documentos formulados no processo de projeto, funcionando como um roteiro inicial que descreve o problema a ser resolvido, os objetivos pretendidos, as características do público-alvo e as restrições envolvidas. (BATISTA; MEYER, 2018)

Segundo Baxter (1995), um briefing eficiente transcende a mera enumeração de especificações técnicas, devendo capturar a essência do desafio de design ao considerar tanto as demandas explícitas quanto as subjacentes dos usuários. Essa perspectiva é compartilhada por Löwgren e Stolterman (2004), que enfatizam a necessidade de um briefing flexível, capaz de se adaptar conforme novas informações são obtidas durante a pesquisa com as partes interessadas. Dessa forma, observamos que um bom briefing não se configura como um documento rígido, mas como um instrumento maleável que incorpora dados qualitativos e quantitativos, articulando diversas perspectivas para definir o escopo do projeto de maneira abrangente.

Compreendemos também que as abordagens contemporâneas destacam o caráter colaborativo e centrado no usuário do briefing. Sanders e Stappers (2008) argumentam que o briefing ideal surge de um processo cocriativo, no qual designers, usuários e demais envolvidos negociam significados e prioridades. Brown (2009) destaca que o briefing ressalta que um bom briefing não deve ser excessivamente restritivo, permitindo espaço para exploração e descobertas inesperadas; deve ser

claro em seu objetivo central, oferecendo direção sem engessar as possíveis soluções, mantendo flexibilidade nos caminhos para alcançá-lo. Essa abordagem permite que equipes multidisciplinares reinterpretem e ajustem o briefing ao longo do processo, incorporando novos insights gerados pela pesquisa, prototipagem e feedback contínuo, essenciais para a inovação centrada no ser humano.

Essas abordagens corroboram com a perspectiva do Design para o Bem-Estar (D.BE), que propõe o desenvolvimento de um briefing mais empático que busca integrar dimensões emocionais e contextuais que frequentemente são negligenciadas em metodologias mais tradicionais.

Notamos que briefings empáticos demandam ferramentas tais como jornadas do usuário e personas detalhadas, que vão além de informações demográficas superficiais, incorporando aspectos sensoriais e emocionais. Assim, a elaboração do briefing transforma-se em um exercício de síntese criativa, convertendo complexidades humanas em diretrizes claras, sem perder a flexibilidade necessária para incorporar novos insights ao longo do processo.

Tradicionalmente, a formulação do briefing parte da identificação de falhas objetivas ou ausências funcionais. A lógica predominante é orientada pela resolução de problemas previamente definidos, como “falta de acessibilidade”, “má ergonomia” ou “baixo desempenho”. O problema, nesse caso, é descrito de forma racional, mensurável e prática. Essa abordagem, embora útil em contextos técnicos, tende a reduzir a complexidade da experiência humana a dados demográficos e operacionais.

Em contraste, o Design para o Bem-Estar propõe uma mudança epistemológica na forma de entender o problema. Em vez de começar pelo “o que falta?”, o D.BE pergunta “como as pessoas se sentem nesse ambiente?” ou “o que faz com que essa experiência seja positiva para alguém?”. O foco desloca-se da disfunção para a possibilidade: da correção de um erro para a ampliação de uma sensação desejável.

O briefing, neste contexto, surge como ferramenta central para articular a complexidade do problema de projeto. Se na prática tradicional ele se resume a um documento prescritivo — listando requisitos técnicos e prazos, no D.BE transforma-se em um processo investigativo, capaz de capturar nuances invisíveis. Métodos como observação participativa e mapeamento emocional permitem identificar modelos positivos de comportamento, ou seja, práticas informais que geram bem-estar, mas raramente são verbalizadas. Por exemplo, um briefing centrado no bem-estar não perguntaria apenas “O que falta neste ambiente?”, mas “Que rituais ou interações já trazem alegria ou conforto aqui, e como podemos potencializá-los?”

Desta forma compreendemos que a formulação do briefing no D.BE é mais aberta, exploratória e flexível. Ela não se resume a uma lista de exigências ou metas, mas atua como um convite à descoberta, permitindo que o processo projetual gere soluções que emergem da realidade emocional das pessoas. Como resultado, o design tem o potencial de se transformar em uma ferramenta de promoção de desenvolvimento humano (*flourishing*). Essa mudança exige uma transformação também na postura do designer, que passa de técnico solucionador para facilitador de experiências significativas.

No próximo item vamos discutir brevemente os impactos de um briefing mais empático dentro da metodologia D.BE a partir da aplicação da mesma durante o desenvolvimento de um projeto-piloto, com parte da tese de doutorado da autora.

4 Briefing empático: breve análise

O projeto-piloto desenvolvido demonstrou os impactos positivos do uso de briefings mais empáticos a partir da metodologia D.BE (Design para o Bem-Estar). Esse projeto teve como foco crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), utilizando como ponto de partida experiências reais de bem-

estar. Ao contrário dos briefings tradicionais, por muitas vezes centrados em dados estatísticos e metas generalizadas, o briefing emergiu da escuta ativa de momentos significativos do cotidiano.

Essa escuta possibilitou a construção de um briefing profundamente ancorado em dimensões emocionais e sensoriais. A partir do relato de uma mãe, por exemplo, destacou-se que o momento da refeição era percebido como oportunidade de conexão familiar, mas que frequentemente se tornava estressante por causa de estímulos visuais e auditivos no ambiente. Em vez de propor diretamente “soluções para melhorar a alimentação da criança”, o briefing empático se estruturou em torno de perguntas por exemplo: “Como ampliar a sensação de acolhimento e pertencimento durante as refeições?”. Consideramos que essa reformulação abriu espaço para soluções mais sensíveis e contextualizadas.

Outro impacto importante do briefing empático no projeto foi a capacidade de identificar padrões positivos de vivência, ao invés de focar exclusivamente nas disfunções. Por meio da metodologia apresentada, os pesquisadores conseguiram mapear comportamentos espontâneos que contribuíam para o bem-estar da criança, tais como o uso repetido de determinados objetos ou preferências por rotinas específicas. Esses padrões foram agrupados visualmente e deram origem a perfis sensoriais únicos, que nortearam todo o processo de ideação.

Além dos impactos no produto final, o briefing empático contribuiu para uma postura projetual mais aberta e processual. O documento de briefing foi entendido como vivo e em constante evolução, sendo reescrito e complementado a partir de novas observações. Essa flexibilidade permitiu ajustes iterativos com base em evidências cotidianas, garantindo maior alinhamento entre proposta e experiência real de uso.

Em síntese, o projeto-piloto demonstrou que briefings mais empáticos não apenas ampliam o entendimento do problema de projeto, mas também podem favorecer soluções mais responsivas e afetivas. Ao valorizar as experiências vividas dos usuários como ponto de partida, o Design para o Bem-Estar redefine o briefing como ferramenta relacional, mais sensível às subjetividades humanas e capaz de gerar impactos reais no cotidiano. Essa abordagem se mostra especialmente potente em contextos de inclusão, como o TEA, onde escutar o que faz bem é tão importante quanto resolver o que faz mal.

5 Considerações finais

O presente artigo buscou discutir como o Design para o Bem-Estar (D.BE) oferece uma abordagem inovadora e sensível para a formulação de briefings no campo do design. A partir de fundamentos da psicologia positiva e da valorização de experiências subjetivas de bem-estar, o D.BE desloca o foco da simples resolução de problemas para a ampliação de possibilidades positivas na vida dos usuários. Observou-se que o briefing, nesse contexto, deixa de ser um instrumento técnico e prescritivo para assumir o papel de uma ferramenta relacional, dinâmica e empática.

O estudo de caso apresentado apresentou impactos concretos dessa abordagem, demonstrando como a escuta ativa, a análise de padrões emocionais e sensoriais e o uso de métodos qualitativos permitiram a geração de soluções mais contextualizadas e significativas para o público-alvo. Essa experiência revela o potencial do D.BE para ampliar o alcance e a profundidade dos projetos de design, sobretudo em contextos de inclusão como o Transtorno do Espectro Autista (TEA).

Portanto conclui-se que a adoção de briefings empáticos, estruturados a partir da realidade vivida dos usuários, não apenas contribui para uma prática projetual mais ética e humana, como também potencializa a inovação. Ao integrar aspectos emocionais, sensoriais e sociais desde o início do processo, o D.BE se consolida como uma metodologia promissora para o design contemporâneo, propondo uma nova postura para o designer: a de facilitador de experiências significativas e

transformadoras. No encontro entre empatia e método, o Design para o Bem-Estar transforma o ato de projetar em um gesto de escuta ativa e respeito à singularidade.

Referências

- AYRES, Jean. **Integração sensorial e a criança**. São Paulo: Editora Memnon, 2005.
- BAXTER, Mike. **Product Design: A Practical Guide to Systematic Methods of New Product Development**. Londres: Chapman & Hall, 1995.
- BROWN, Tim. **Design Thinking: Uma metodologia poderosa para decretar o fim das velhas ideias**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2009.
- DAMÁSIO, António R. **O erro de Descartes: Emoção, razão e o cérebro humano**. São Paulo: Companhia das Letras, 1994.
- DESMET, Pieter M.A. **Designing Emotions**. Delft: Delft University of Technology, 2002.
- DESMET, Pieter M.A.; HASSENZAHN, Marc. **Towards happiness: Possibility-driven design**, in: Anais... Chicago: IIT Institute of Design, 2012.
- DIENER, Ed. **Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index**. American Psychologist, v. 55, n. 1, p. 34-43. 2000. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>. Acesso em: 5 jul. 2025.
- GAVER, Bill. **Designing for Homo Ludens**, in: Anais... Londres: ACM Press, 2002.
- HASSENZAHN, Marc. **Experience Design: Technology for All the Right Reasons**. San Rafael: Morgan & Claypool Publishers, 2010.
- HUPPERT, Felicia A.; SO, Timothy T. C. **Flourishing Across Europe: Application of a New Conceptual Framework for Defining Well-Being**. Social Indicators Research, v. 110, n. 3, p. 837-861. 2013. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3545194/>. Acesso em: 5 jul. 2025.
- JIMENEZ, Nancy; DESMET, Pieter; HASSENZAHN, Marc. **Gratitude: A structured approach toward the design of positive interactive systems**, in: Anais... Helsinque: ACM Press, 2014.
- JORDAN, Patrick W. **Designing Pleasurable Products: An Introduction to the New Human Factors**. Londres: Taylor & Francis, 2000.
- LÖWGREN, Jonas; STOLTERMAN, Erik. **Thoughtful Interaction Design: A Design Perspective on Information Technology**. Cambridge: MIT Press, 2004.
- NORMAN, Donald. **Emotional Design: Why We Love (or Hate) Everyday Things**. Nova York: Basic Books, 2004.
- ROSA, Valentina Marques da; MEYER, Elisabeth; WOLFF, Fabiane; TONETTO, Leandro Miletto; BRUST-RENCKE, Priscila G. **A Systematic Review of Design and Wellbeing**. Strategic Design Research Journal, v. 15, p. 66-79. 2022. Disponível em: <https://revistas.unisinos.br/index.php/sdrj/article/view/19974>. Acesso em: 5 jul. 2025.
- RYFF, Carol D. **Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being**. Journal of Personality and Social Psychology, v. 57, n. 6, p. 1069-1081. 1989. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>. Acesso em: 5 jul. 2025.
- SALAMANCA, Juan; et al. **Positive design and transformative services: How design research can help reframe challenges in health and wellbeing**, in: Anais... Lancaster: Lancaster University, 2014.

SANDERS, Elizabeth B.-N.; STAPPERS, Pieter Jan. **Co-creation and the new landscapes of design.** CoDesign, v. 4, n. 1, p. 5-18. 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/15710880701875068>. Acesso em: 5 jul. 2025.

SELIGMAN, Martin E.P. **Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment.** Nova York: Free Press, 2002.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **The International Classification of Functioning, Disability and Health – ICF.** Genebra: OMS, 2001.

ZIMMERMAN, John; FORLIZZI, Jodi; EVANSON, Shelley. **Research through design as a method for interaction design research in HCI**, in: Anais... Boston: ACM Press, 2007.