

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA
CAMPUS GOVERNADOR VALADARES
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS
BACHARELADO EM CIÊNCIAS CONTÁBEIS**

LETÍCIA PEREIRA FERNANDES

**PLANEJAMENTO FINANCEIRO: CARACTERIZAÇÃO DAS EMOÇÕES E
COMPORTAMENTOS NAS FINANÇAS PESSOAIS DOS DOCENTES DO
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS DA UFJF - GV**

**GOVERNADOR VALADARES
2025**

LETÍCIA PEREIRA FERNANDES

**PLANEJAMENTO FINANCEIRO: CARACTERIZAÇÃO DAS EMOÇÕES E
COMPORTAMENTOS NAS FINANÇAS PESSOAIS DOS DOCENTES DO
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS DA UFJF - GV**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Ciências Contábeis, da Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares como requisito parcial à obtenção do grau de Bacharel em Ciências Contábeis.

Orientadora: Profa. Dra. Marinette Santana Fraga.

Coorientadora: Profa. Dra. Laura Brandão Costa.

**GOVERNADOR VALADARES
2025**

Leticia Pereira Fernandes

“Planejamento Financeiro: Caracterização das emoções e comportamentos nas finanças pessoais dos docentes do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas da UFJF - GV”

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Ciências Contábeis, da Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares como requisito parcial à obtenção do grau de Bacharel em Ciências Contábeis.

Aprovada em (dia) de (mês) de 2025.

BANCA EXAMINADORA

Profª. Dra. Marinette Santana Fraga - Orientadora
Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares

Profª. Dra. Laura Brandão Costa - Coorientadora
Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares

Prof. Dr. Anderson de Oliveira Reis
Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares

Prof. Dr. Antônio Augusto Brion Cardoso
Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares

RESUMO

Este estudo busca identificar os comportamentos e as emoções, no campo de estudo da educação financeira que influenciam a execução do planejamento financeiro pessoal dos docentes do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) - Campus Governador Valadares. Delineou-se como problema de pesquisa: “**quais aspectos emocionais e comportamentais, no campo de estudo da educação financeira, estão presentes na execução do planejamento e orçamento financeiro pessoal?**” Justifica-se a relevância do tema devido às decisões financeiras serem pautadas por questões racionais e cognitivas, logo, o estudo e o autocontrole são habilidades essenciais para promover o equilíbrio financeiro. A metodologia consiste em uma pesquisa aplicada e descritiva, tendo abordagem qualitativa. A coleta de dados se efetivou por meio de questionário *online* que abordava questões sociodemográficas, sobre comportamentos e emoções, gestão financeira pessoal e conhecimentos em educação financeira. Na amplitude dos resultados, aponta-se percentuais que refletem percepções distintas dos docentes em relação aos fatores de finanças e de emoções. Observa-se que o hábito de registrar e acompanhar assiduamente as entradas e saídas de recursos financeiros não é amplamente difundida entre os respondentes. Ademais, o consumo é utilizado em maior escala como mecanismo de gratificação e recompensa do que de consolação e regulação do humor. Constatou-se que as emoções têm impacto no comportamento financeiro e que a situação financeira, por sua vez, pode desencadear diversas emoções. Conforme a coleta de dados, as emoções mais sentidas nas finanças pessoais são a felicidade e a tristeza.

Palavras-chave: Planejamento financeiro pessoal, finanças comportamentais, emoções, educação financeira.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Modelo de Orçamento Financeiro	5
Figura 2 - Fluxograma do Comportamento do Consumidor	8
Figura 3 - Balanço Patrimonial Pessoa Física	13

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Ocupação na UFJF-GV.....	18
Gráfico 2 - Faixa etária.....	19
Gráfico 3 - Ferramentas de controle orçamentário.....	24
Gráfico 4 - Inteligência Emocional	30
Gráfico 5 - Emoções percebidas nas finanças pessoais.....	31

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Demonstração do Resultado de Pessoa Física.....	14
Tabela 2 - Classe docente de acordo com o plano de carreira e cargos de magistério federal.	19
Tabela 3 - Gênero	20
Tabela 4 - Gestão financeira pessoal dos docentes.....	21
Tabela 5 - Comportamentos e emoções na gestão financeira.....	25

SUMÁRIO

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	3
2.1 Educação financeira: ênfase no orçamento e planejamento financeiro	3
2.2 Finanças comportamentais e aspectos emocionais	6
2.3 Planejamento Financeiro Pessoal: contabilidade e seus elementos	12
3 ASPECTOS METODOLÓGICOS	15
4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS	17
4.1 Perfil dos docentes	17
4.2 Análise da gestão financeira pessoal dos docentes	20
4.3 Análise do conhecimento em educação financeira dos docentes	24
4.4 Análise dos comportamentos e vieses cognitivos na administração financeira pessoal	24
4.5 Análise das Emoções x Dinheiro	29
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	34
6. REFERÊNCIAS	37

1 INTRODUÇÃO

A expansão do consumo pela *internet* e o crescimento das compras *online* têm exercido um impacto significativo na gestão financeira pessoal, uma vez que, a ampla disponibilidade de produtos e a facilidade de acesso a promoções e anúncios, desafia os indivíduos a manterem o equilíbrio entre o desejo, a necessidade e o consumo consciente.

Nessa perspectiva, os indivíduos são frequentemente influenciados a consumir, principalmente com a constante ascensão das redes sociais que se tornaram uma plataforma viável para comercialização e divulgação de produtos e serviços, visto que, os consumidores preferem a agilidade, praticidade e as indicações do mundo virtual para buscar a satisfação de suas necessidades.

É perceptível o crescimento acentuado da utilização de dispositivos eletrônicos pelos brasileiros. Cerca de 92,50% da população encontra-se conectada à *internet*, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2023). Dados da pesquisa revelam que o Brasil conta com aproximadamente 464 milhões de dispositivos digitais em uso, incluindo computadores, *notebooks*, *tablets* e *smartphones* (FGVcia, 2023), cuja expansão está diretamente ligada ao crescimento do comércio eletrônico.

A *BigDataCorp* (2023) relata que o número de lojas virtuais no Brasil saltou de 1.640.076 em 2022 para 1.911.164 em 2023, com 83,46% desses *e-commerces* operando exclusivamente *online*, sem lojas físicas. Estima-se que a mudança no comportamento do consumidor reflete não apenas a transformação digital em andamento, mas também uma nova dinâmica econômica, em que a conveniência e a acessibilidade desempenham papéis cruciais.

A pesquisa evidencia que, ao longo dos últimos oito anos, o número de lojas virtuais com presença em redes sociais aumentou em 20% (*BigDataCorp*, 2023). O comportamento de compra dos consumidores também está migrando para o universo digital, onde 62% dos brasileiros entrevistados fazem de duas a cinco compras *online* por mês, enquanto 85% realizam pelo menos uma compra por mês na *internet* segundo a pesquisa “*E-commerce Trends 2024*”, realizada pela *Octadesk* em parceria com o *Opinion Box*,

Diante desse contexto, em que o mercado tem mostrado mudanças em sua atuação para atingir maior número de consumidores e que esses, por sua vez, são influenciados pela facilidade em adquirir diversos produtos e serviços, torna-se necessário o aprimoramento dos conhecimentos financeiros por meio da educação financeira a fim de otimizar a gestão consciente das finanças pessoais, e isso inclui o nível de gastos e de investimentos conforme o

seu ganho mensal. De forma complementar, entende-se que os indivíduos precisam exercitar sua inteligência emocional para lidar com os diversos estímulos ao consumo, uma vez que, o comportamento do consumidor é pautado por questões racionais, comportamentais e emocionais (Hawkins, 2018).

A educação financeira envolve a habilidade de tomar decisões conscientes e eficazes no que diz respeito ao uso e à administração do dinheiro (Gallery, Gallery, Brown e Palm, 2011). Nesse sentido, ela instrui os cidadãos na utilização eficiente e sustentável de seus recursos, objetivando a saúde financeira desses e contribuindo para o desenvolvimento da inteligência emocional. De acordo com a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE, 2013) uma sociedade dotada de consciência financeira também coopera para a economia do país, pois promove crescimento econômico e redução dos índices de inadimplência e endividamento.

A Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC, 2023) mostrou que 77,6% das famílias brasileiras encontram-se endividadas. Ressalta que o cartão de crédito, que é o meio de contratação de crédito mais utilizado hoje, representa 87,2% das dívidas contraídas. Ademais, o relatório associa o elevado índice de endividamento ao baixo grau de instrução financeira dos brasileiros e à facilidade de acesso ao crédito. Observa-se que essas elevadas taxas emergem da necessidade da disseminação da educação financeira no país.

Concomitantemente, os aspectos emocionais e comportamentais dos indivíduos também são fatores que colaboram na eficácia ou ineficácia da gestão do orçamento financeiro pessoal, uma vez que, as tomadas de decisões dos agentes econômicos sofrem influências das finanças comportamentais (Dias, 2022). Essas visam compreender as intervenções cognitivas, sociais e emocionais no processo decisório do consumidor, portanto, enquadraram-se no estudo das características psicológicas que afetam as decisões financeiras dos indivíduos e dos mercados financeiros.

Há diversos recursos auxiliares de controle financeiro que objetivam quantificar, enumerar e classificar os gastos e os recebimentos a fim de proporcionar uma visão financeira sistêmica. Dessa forma, um recurso que pode ser explorado no planejamento financeiro e orçamentário pessoal é o conhecimento dos elementos da Contabilidade, ciência que auxilia na administração dos recursos financeiros e econômicos promovendo a gestão e o controle do patrimônio (Travassos, 2022).

Nesse âmbito, torna-se fundamental aprimorar o controle financeiro pessoal e desenvolver o autocontrole emocional a fim de lidar com as constantes ofertas e notificações do *e-commerce* em prol da saúde financeira pessoal e do cumprimento do orçamento pessoal. Mediante essa assertiva, elaborou-se a seguinte questão de pesquisa: "**quais aspectos emocionais e comportamentais, no campo de estudo da educação financeira, estão presentes na execução do planejamento e orçamento financeiro pessoal?**". O objetivo geral, deste estudo, é verificar quais emoções e comportamentos estão presentes na execução do planejamento financeiro pessoal dos docentes do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) - Campus Governador Valadares. Delineou-se como objetivos específicos, i) analisar o conhecimento em educação financeira dos docentes investigados; ii) identificar a realização e os mecanismos utilizados pelos docentes no controle financeiro pessoal; iii) verificar como os aspectos emocionais e comportamentais identificados influenciam no cumprimento do planejamento financeiro; iv) comparar a prática de planejamento financeiro entre os indivíduos do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas da UFJF/GV. A contribuição deste trabalho é direcionada para o campo do debate sobre gestão financeira, especialmente no tocante aos impactos dos aspectos comportamentais e emocionais na execução do orçamento pessoal.

A estrutura para o desenvolvimento está dividida em cinco tópicos. Após a introdução exposta nesta seção, aponta-se o referencial teórico, que versa sobre a caracterização da educação financeira com ênfase no planejamento financeiro, além de abordar sobre a contabilidade como uma ferramenta de gestão econômica e, por conseguinte, discorre sobre finanças comportamentais e aspectos emocionais: foco no comportamento do consumidor. Em seguida, a terceira seção explicita a metodologia com o percurso da realização da pesquisa, seguido da seção destinada para as análises de resultados e por fim, pelas considerações finais.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Educação financeira: ênfase no orçamento e planejamento financeiro

A educação financeira desempenha um papel crucial em diversas dimensões da vida pessoal e econômica das pessoas, uma vez que, ela as capacita e as orienta na gestão e no uso do dinheiro. Portanto, promove uma maior consciência econômica, possibilitando a elaboração de um planejamento financeiro que abrange os investimentos, as economias, as metas e os

gastos, estimulando a poupança e desestimulando o endividamento. Um dos seus elementos é o orçamento das pessoas físicas.

Segundo (Carota, 2021), o orçamento pessoal tem como objetivo a previsão e o controle financeiro, isto é, consiste na identificação e na alocação das entradas e das saídas de recursos. Dessa maneira, o autor distingue dois tipos de orçamento. O primeiro é o orçamento previsto, que registra as receitas e despesas estimadas para um determinado período. O segundo é o orçamento realizado, que reflete detalhadamente os efetivos recebimentos e as suas alocações. Ambos devem ser utilizados em conjunto para permitir a comparação entre o que foi planejado e executado.

Como ressalta (Carota, 2021, p. 7): “Em síntese, a finalidade é saber para onde vai (ou foi) o meu dinheiro (receita menos despesa), ou seja, registrar tudo o que se ganha e gasta de forma diária, mensal e anual.” Segundo Macedo Junior (2007, p. 26), “planejamento financeiro é o processo de gerenciar seu dinheiro com o objetivo de atingir a satisfação pessoal”. Permite que o indivíduo tenha o controle da sua situação financeira para gerir suas necessidades e alcançar seus objetivos no decorrer da vida. Dito isso, é uma ferramenta personalizada e ajustável em conformidade às necessidades e circunstâncias de cada pessoa.

Prado (2013, p. 23) esclarece que:

Educar para o dinheiro não é condenar o consumo e doutrinar para a poupança. É estimular a organização pessoal para que desejos de consumo não extrapolem limites. É exercitar a disciplina para ter qualidade de consumo por toda a vida, não apenas como recompensa de sacrifícios presentes. As ferramentas de controle devem ser simples, para que possam ser usadas todos os dias, sem consumir nosso tempo. As boas práticas de educação financeira devem induzir as escolhas equilibradas. Isso se faz combinando referências matemáticas com práticas ambientais, sociais, filosóficas e éticas (Prado, 2013, p. 23).

Nesse contexto, o orçamento pessoal pode ser feito em blocos de anotações, em aplicativos ou em planilhas eletrônicas. Sugere-se que o ideal é que seja de fácil compreensão e uso. Este instrumento deve ser atualizado e revisado frequentemente a fim de garantir a tempestividade das informações e a sua eficácia na gestão das finanças pessoais. Portanto, torna-se um procedimento crucial para garantir a saúde econômica e alcançar objetivos de vida, uma vez que envolve a avaliação detalhada da situação financeira, incluindo a renda, despesas, ativos e passivos, e a definição de metas de curto, médio e longo prazo.

As metas de curto prazo são aquelas que podem ser alcançadas em um período que varia de uma semana a um ano, como adquirir um novo celular, comprar ingressos para um festival ou roupas. Já as metas de médio prazo geralmente se estendem de dois a cinco anos e incluem objetivos como a compra de um veículo ou a aquisição de eletrodomésticos. Por outro lado, as

metas de longo prazo têm um horizonte mínimo de cinco anos e envolvem compras mais significativas, como a aquisição de um imóvel (Macedo, 2013).

O planejamento financeiro também é subdividido a fim de acompanhar a realização das metas. No curto prazo, envolve a gestão do fluxo de caixa e o controle de despesas para garantir que as necessidades diárias e os imprevistos sejam atendidos sem comprometer o orçamento. No médio prazo, o foco está na criação de estratégias para alcançar metas específicas, o que geralmente requer uma combinação de economias e investimentos controlados. Já o planejamento financeiro de longo prazo é fundamental para assegurar a estabilidade e o crescimento contínuo, englobando a preparação para a aposentadoria, a aquisição de imóveis e a construção de um portfólio de investimentos robusto. Cada horizonte temporal exige abordagens e ferramentas distintas, mas todos são interligados e contribuem para uma saúde financeira sustentável (Carota, 2021).

A Figura 1 exemplifica uma planilha de planejamento financeiro com ênfase no controle orçamentário pessoal que poderia ser utilizada para fins de gestão financeira pessoal:

Figura 1 - Modelo de Orçamento Financeiro

ORÇAMENTO FINANCEIRO - JUNHO				
		ORÇAMENTO	ORÇAMENTO	ORÇAMENTO
RECEITAS		PREVISTO	REALIZADO	VARIAÇÃO
	SALÁRIO MENSAL	\$1,700.00	\$1,700.00	
	PENSÃO	\$1,412.00	\$1,412.00	
	BOLSA MONITORIA	\$450.00	\$450.00	
	TOTAL GANHO	\$3,562.00	\$3,562.00	
DESPESAS				
	ALIMENTACAO	\$900.00	\$1,000.00	-\$100.00
	GASOLINA	\$100.00	\$80.00	\$20.00
	FARMÁCIA	\$80.00	\$120.00	-\$40.00
	MENSALIDADE ACADEMIA	\$120.00	\$120.00	\$0.00
	ROUPAS E ACESSÓRIOS	\$300.00	\$450.00	-\$150.00
	PLANO DE INTERNET	\$55.00	\$55.00	\$0.00
	TOTAL GASTO	\$1,555.00	\$1,825.00	-\$270.00
INVESTIMENTOS/METAS				
	FINANCIAMENTO MOTO	\$650.00	\$650.00	
	PARCELA PACOTE DE VIAGEM	\$250.00	\$250.00	
	RESERVA DE EMERGÊNCIA	\$300.00	\$300.00	
	TOTAL INVESTIDO	\$1,200.00	\$1,200.00	
APURAÇÃO				
	TOTAL DE RECEITA (+)		\$3,562.00	
	TOTAL DE DESPESA (-)		\$3,025.00	
	LÍQUIDO DO MES		\$537.00	
	POUPANÇA ADICIONAL		\$537.00	

Fonte: Elaborada pela autora, adaptada de Carota (2021).

A Figura 1 ilustra, de modo fictício, a segregação das receitas e despesas do mês de junho de uma estudante. Os dados indicam que a principal fonte de renda advém do trabalho

assalariado, enquanto a maior despesa refere-se à alimentação. Ademais, esse modelo de controle financeiro inclui o planejamento de uma meta de curto prazo, no caso fictício retratado, uma viagem e a constituição da reserva de emergência que objetiva cobrir despesas imprevistas.

A maior variação observada entre o que foi previsto e executado está no item de roupas e acessórios. O resultado atual é positivo, uma vez que, a estudante gastou menos do que ganhou, embora tenha ultrapassado os limites preestabelecidos de algumas despesas. Nota-se que este modelo é básico e não distinguiu as receitas e despesas em fixas e variáveis, bem como, não detalhou os gastos. De maneira geral, o controle financeiro adotado pode ser considerado um bom instrumento de gestão.

No ramo do orçamento pessoal, as despesas podem ser classificadas em fixas, são aquelas que ocorrem regularmente e possuem valores relativamente constantes, como aluguel, mensalidades escolares e planos de telefone. Já as despesas variáveis são mais flexíveis, variando conforme o consumo ou decisões pontuais, como alimentação e lazer. A distinção entre essas categorias é essencial para o planejamento financeiro, pois facilita a identificação de gastos indispensáveis e a adaptação das despesas variáveis quando necessário (Carota, 2021).

2.2 Finanças comportamentais e aspectos emocionais

A educação financeira aliada com o planejamento financeiro auxilia na gestão e no uso do dinheiro, entretanto, torna-se necessário compreender também o papel das emoções nessa equação. Conforme Rocha (2021, p. 32) as “emoções são um conjunto de respostas cognitivas, fisiológicas e comportamentais que ocorrem de maneira automática e inconsciente”. Aprender a reconhecer emoções permite a regulação emocional que envolve a habilidade dos indivíduos em perceber, classificar, utilizar, compreender e gerenciar suas emoções com eficácia. Essa habilidade possibilita a resolução de problemas, a tomada de decisões, o cumprimento de metas e o controle das emoções.

Argumenta-se que o dinheiro, embora frequentemente considerado um mero meio de troca e acumulação de riqueza, exerce uma influência profunda e multifacetada sobre nossas emoções. Ele tem o poder de acirrar sentimentos de segurança e estabilidade, promovendo um senso de bem-estar e controle sobre a vida. No entanto, também pode ser fonte de ansiedade e estresse, especialmente quando está associado a dívidas, insegurança financeira ou desigualdades.

A complexa relação entre dinheiro e emoções revela como a percepção e manejo dos recursos financeiros podem moldar não apenas o estado emocional, mas também das interações sociais e o senso de identidade das pessoas. Em última análise, o dinheiro é mais do que números em uma conta; é um catalisador de experiências emocionais que refletem as aspirações, preocupações e valores mais profundos de um indivíduo. Tendo em vista esta relação, a mente humana é dotada de emoções e estas refletem diretamente nas operações financeiras (Ferreira, 2023).

Algumas emoções geram sensações de prazer e bem-estar, o que tende a aumentar a probabilidade de repetir os comportamentos que as causaram. Em contraste, emoções negativas geralmente induzem ações destinadas a evitar ou eliminar essas sensações desconfortáveis. Além disso, as emoções influenciam profundamente a função cognitiva do cérebro, afetando aspectos como atenção, memória, percepção e a tomada de decisões (Rocha, 2021). Essa vertente vai ao encontro do campo de pesquisa das finanças comportamentais.

O objetivo das finanças comportamentais é o estudo do comportamento econômico e da tomada de decisão dos indivíduos, ou agentes econômicos, na linguagem da economia. Isso é feito por meio da análise das influências cognitivas, sociais e emocionais no comportamento econômico. Enquanto a economia tradicional preceitua que basta gastar menos do que se ganha para ter economias para o futuro, os pesquisadores da economia comportamental estão preocupados em entender os motivos pelos quais uma coisa tão simples como guardar dinheiro não é realizada pela maioria das pessoas (Dias, 2022, p. 31).

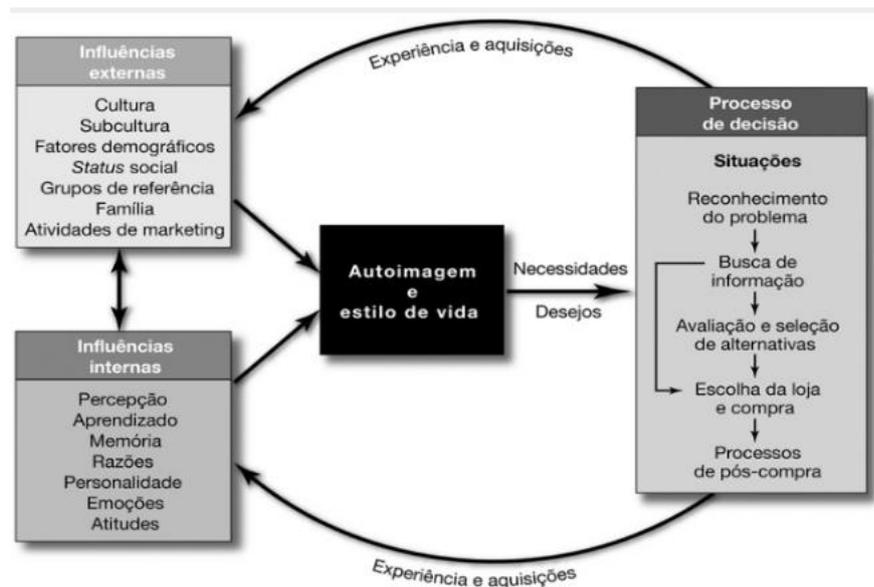
De forma simplificada, o comportamento pode ser entendido como a maneira de agir ou de se portar. Muitos estudiosos, no entanto, preferem definir comportamento como um conjunto de atitudes e reações que um indivíduo exibe em resposta a estímulos que recebe do ambiente e/ou a exteriorização do que acontece no seu interior (Leite, 2020).

A princípio, Smith (1776) defendeu que os indivíduos são seres racionais e busca sempre maximizar a satisfação e bem estar. Entretanto, com o avanço dos estudos compreendeu-se que a racionalidade humana é limitada, pois o processo decisório sofre influência cognitiva, afetiva e emocional (Dias, 2022). O conceito de “racionalidade limitada” surgiu com Herbert Simon precursor de Tversky e Kahneman, acredita-se que ao invés de buscar a solução ótima, os seres humanos procuram soluções boas o suficiente, dada a complexidade do mundo e a capacidade limitada para processar informações (Simon, 1955).

Diante dessas afirmações, argumenta-se que o comportamento do consumidor é um campo de estudo essencial para entender como e porque os indivíduos tomam decisões sobre a

compra, uso e descarte de produtos e serviços. Esse processo envolve as análises psicológicas, sociais e econômicas que influenciam suas escolhas. Em suma, consiste em uma sequência de etapas que os indivíduos seguem antes de decidir consumir determinado serviço ou produto conforme mostra a figura 2 que ilustra o comportamento do consumidor:

Figura 2 - Fluxograma do Comportamento do Consumidor



Fonte: Andrade (2023).

De acordo com a Figura 2, o processo decisório do consumidor inicia-se com o reconhecimento de uma necessidade ou problema que o impulsiona a buscar possíveis soluções. Destaca-se que esse diagnóstico pode ser provocado por fatores internos (como uma necessidade pessoal) ou externos (como uma campanha publicitária). A partir dessa busca por informações e alternativas, o consumidor avalia as opções disponíveis, comparando características, preços e qualidade para identificar a opção que melhor atende a sua demanda (Andrade, 2023). Com base nessa análise, ele toma a decisão de compra e posteriormente avalia o seu nível de satisfação com o produto ou serviço adquirido, conforme o argumento seguinte:

[...] quando nos propomos a estudar o comportamento do consumidor, estamos buscando refletir sobre o que motiva os consumidores a comprar, como tomam suas decisões de compra, quais fatores externos e internos exercem influência sobre essas decisões, como produtos ou serviços são adquiridos, consumidos e posteriormente avaliados, e como realizam o descarte dos produtos adquiridos (Ceribeli; Merlo, 2014, p. 1).

Nesse contexto comportamental, Kotler (2006) destaca que os fatores psicológicos podem ser divididos em: motivação, percepção, aprendizagem, crenças e atitudes. Karsaklian (2004, p.23) afirma que “a base das motivações se encontra na questão do equilíbrio psicológico

do indivíduo". A descoberta de uma necessidade leva o indivíduo a uma situação de desconforto. Nesse contexto, Kotler (2006) acrescenta ainda que essa situação de desconforto é motivo suficientemente importante para levar a pessoa a agir.

O autor Zurawicki (2010) retrata que a motivação é a razão para o comportamento. O motivo é conceituado como uma força interna não visível, capaz de estimular e orientar uma resposta comportamental específica. Em essência, um motivo explica o porquê de um indivíduo realizar uma determinada ação. Portanto, no mundo contemporâneo os agentes econômicos são constantemente motivados a consumir o que acarreta na criação de um desejo ou necessidade que culmina no consumo em busca da satisfação.

Dentro desse cenário, é essencial o desenvolvimento da inteligência emocional, que se refere à capacidade de reconhecer e gerenciar eficazmente as próprias emoções. A emoção é um estado psicológico complexo, intimamente ligado ao afeto e ao humor, pode ser uma sensação positiva e agradável ou negativa e desagradável. Geralmente, é desencadeada por estímulos internos ou externos, exercendo influência significativa tanto sobre o pensamento quanto sobre as ações de um indivíduo. As emoções básicas são identificadas em todas as culturas: felicidade, surpresa, raiva, tristeza, medo e repugnância (Fiorelli, 2018).

A felicidade é um estado de bem-estar, serenidade e paz interior. A raiva, também conhecida como fúria, cólera e ira é caracterizada por representar um sentimento de irritação muito grande, de frustração ou rancor, que pode gerar hostilidade, agressividade e comportamentos impulsivos. A tristeza é costumeiramente definida como um estado de desânimo, falta de alegria e melancolia. Além dos sintomas psicológicos, a tristeza também pode ocasionar sintomas físicos, como choro, insônia e falta de apetite (Leite, 2020).

Do ponto de vista econômico, pode-se afirmar que quanto maior o envolvimento emocional, maior será a predisposição para adquirir um produto ou serviço. Da mesma forma, um desejo intenso pode levar o consumidor a assumir riscos financeiros mais elevados para concretizar o consumo, muitas vezes comprometendo suas finanças. Daí a afirmação de que o controle do consumo requer, antes de qualquer outra ação, o controle das próprias emoções.

O autor Goleman (1996) apresentou teorias que explicam como as emoções são percebidas pelo sistema nervoso e os impactos que elas exercem na vida cotidiana. Segundo ele, uma pessoa com habilidade em gerenciar suas próprias emoções demonstra características como: capacidade de auto motivação; resiliência para enfrentar frustrações; manutenção da confiança e da persistência e controle dos impulsos. Logo, são capacidades fundamentais para o gerenciamento do planejamento financeiro pessoal.

Portanto, grande parte dos comportamentos financeiros está profundamente enraizada em fatores emocionais. Por exemplo, compras impulsivas muitas vezes são motivadas pela busca de satisfação imediata ou atuam como recompensa por uma meta alcançada ou tarefa concluída. Como também se tornam mecanismos para lidar com emoções negativas, como estresse ou tristeza na busca pela regulação do humor. Da mesma forma, o medo de perdas pode desencorajar a realização de investimentos, enquanto a aversão ao risco pode levar os indivíduos a optarem por alternativas financeiras menos lucrativas, mas percebidas como mais seguras. (Riva, 2023)

Torna-se habitual a expressão "vou comprar porque mereço" muita das vezes surge como uma forma de lidar com sentimentos de tristeza ou estresse, mas também com sentimentos positivos em relação à auto recompensa. Nessas situações, a compra proporciona um alívio temporário ou um aumento na autoestima ocupando um lugar de premiação por algo feito ou conquistado (Marques, 2022). Esse consumo também pode servir como um mecanismo para escapar do desconforto emocional, oferecendo um prazer imediato que atua como uma distração do mal-estar. No entanto, é crucial reconhecer que essa estratégia pode levar a decisões financeiras prejudiciais e que o alívio proporcionado pela compra é efêmero, portanto, não resolve as causas subjacentes da tristeza ou do estresse (Fiorelli, 2018).

Outra expressão que reflete a interseção entre decisões, dinheiro e emoção é "*shopping* terapia." Esse termo descreve a prática de fazer compras como uma forma de lidar com estresse, ansiedade ou outros sentimentos negativos. A ideia é que a experiência de comprar algo novo pode proporcionar um alívio temporário e uma sensação de bem-estar, funcionando como uma forma de terapia emocional. No entanto, é importante notar que, apesar do alívio imediato, essa estratégia pode levar a gastos excessivos e não planejados, frequentemente associado ao arrependimento ou problemas financeiros (Oliveira, 2018).

A compra impulsionada pelas emoções é um espectro amplamente observado também no consumo alimentar, o que se caracteriza como "comer emocional". Esse comportamento ocorre quando os indivíduos escolhem alimentos com o intuito de alterar ou regular seu estado emocional. Nesse contexto, a alimentação passa a ser influenciada pelas emoções, seja como uma resposta a sentimentos negativos ou como uma forma de intensificar emoções positivas. A escolha alimentar, portanto, deixa de ser uma ação lógica e se torna uma estratégia para lidar com as emoções, refletindo a busca por conforto, alívio ou prazer imediato (Alvarenga, 2019).

Uma pesquisa realizada em novembro de 2024 pela Fintech Onze em parceria com a Icatu revelou que sete em cada dez brasileiros acreditam que a falta de dinheiro impacta diretamente sua saúde emocional. Essa relação evidencia como as finanças pessoais transcendem o aspecto material, afetando o bem-estar psicológico e a qualidade de vida das pessoas. A preocupação com dívidas, a dificuldade em lidar com imprevistos financeiros e a

incapacidade de planejar o futuro criam um ambiente de tensão constante, que pode levar a quadros de ansiedade, estresse e até depressão. Assim, o equilíbrio financeiro não é apenas uma questão de gestão econômica, mas também uma ferramenta essencial para preservar a saúde mental.

Diante da interconexão entre o racional, o cognitivo, as finanças e os comportamentos, observa-se que o simples domínio do conhecimento financeiro não é suficiente para promover mudanças comportamentais no planejamento e na execução do orçamento pessoal. Nesse cenário de controle de gastos e consumo impulsivo, o *mindfulness* (atenção plena) surge como uma prática favorável, uma vez que otimiza a autoconsciência e o controle emocional, resultando em decisões financeiras mais equilibradas e conscientes (Souza, 2020).

Definido como a habilidade de estar plenamente presente no momento, com atenção total e sem julgamentos, o *mindfulness* (atenção plena) envolve perceber e aceitar pensamentos, emoções e sensações corporais de forma intencional e sem reatividade. Com raízes nas tradições budistas, essa prática tem sido amplamente aplicada em diversas áreas, como psicologia e terapias, por seus benefícios comprovados, como a redução do estresse, o aprimoramento da concentração e a melhoria da saúde mental. Quando aplicada ao contexto das finanças pessoais, a técnica de atenção plena permite que o indivíduo se torne mais consciente de seus padrões de consumo, refletindo sobre suas necessidades reais antes de tomar decisões financeiras, como realizar compras ou assumir compromissos (Souza, 2020).

Nesse contexto de consumo, o Balanço do Endividamento e da Inadimplência do Consumidor Brasileiro (2023) destacou que o elevado nível de endividamento está associado à facilidade de acesso ao crédito. Essa acessibilidade é amplificada pela crescente disponibilidade de cartões de crédito e facilitada pelos bancos digitais no país. No ano de 2023 mais de dezesseis milhões de consumidores têm mais de três cartões e, quanto maior o número de cartões, maior a dívida a pagar no futuro, visto a prática atrativa de parcelamento sem juros. Essa estratégia de fragmentar o pagamento auxilia no volume de compras uma vez que o desembolso é fracionado (Cardoso, 2023).

Portanto, entende-se que saber administrar o próprio dinheiro, ter autocontrole e autoconhecimento e entender de finanças são fatores relacionados. É imprescindível o autocontrole de fatores intangíveis, isto é, a habilidade de gerenciar impulsos, emoções e comportamentos para atingir metas futuras, equilíbrio financeiro e agir de maneira ética e responsável. Dias, (2022, p. 112) conceitua o autocontrole como “a capacidade de executar planos anteriormente traçados e, portanto, realizar escolhas intertemporais consistentes”. Em

suma, a capacidade de discernir entre necessidades reais e desejos estimulados por influências externas é fundamental para evitar endividamentos e compras desnecessários e manter uma saúde financeira estável. Contudo, este autocontrole pode ser alcançado de modo mais eficiente com a aplicação do conhecimento dos elementos da ciência contábil na vida pessoal. *A priori*, necessário se faz o entendimento da contabilidade e seus relatórios.

2.3 Planejamento Financeiro Pessoal: contabilidade e seus elementos

Entende-se que a Contabilidade é uma ciência que estuda e pratica as funções de orientação, de controle e de registro relativas à administração econômica, conceito oficial formulado no Primeiro Congresso Brasileiro de Contabilistas, realizado no Rio de Janeiro, de 17 a 27 de agosto de 1924. O objeto da Contabilidade é o estudo e o controle do patrimônio e de suas variações visando o fornecimento de informações úteis para as tomadas de decisões (Ribeiro, 2017).

A Norma Brasileira de Contabilidade, NBC TG Estrutura Conceitual, de 21 de novembro de 2019, esclarece que o patrimônio engloba os ativos, os passivos e o patrimônio líquido, logo é um conjunto de bens, direitos e de obrigações para com terceiros, pertencente a uma pessoa física, a um conjunto de pessoas, como ocorre nas sociedades informais, ou a uma sociedade ou instituição de qualquer natureza.

Por conseguinte, essa ciência examina o patrimônio sob duas dimensões: qualitativa e quantitativa. O aspecto qualitativo aborda a identificação e a descrição dos componentes patrimoniais com base em sua natureza, detalhando cada um de acordo com sua espécie. Já o aspecto quantitativo foca na expressão desses elementos em termos monetários (Ribeiro, 2017).

Na contabilidade, o termo “bem” refere-se a qualquer recurso ou ativo passível de controle que possui valor econômico e que pode ser utilizado para gerar benefícios futuros, como por exemplo, imóveis e veículos. De forma semelhante, os “direitos” são todos os valores que a empresa ou a pessoa física tem para receber de terceiros, como: duplicatas a receber e aluguéis. Ao contrário das “obrigações” que são todos os valores que o indivíduo ou entidade tem para pagar a terceiros, como impostos, empréstimos bancários, conta de água e de energia elétrica (Travassos, 2022).

Em conformidade com o CPC 00 (R2) de 10 de dezembro de 2019 a contabilidade elabora variadas demonstrações contábeis que fornecem informações financeiras úteis sobre os ativos, passivos, patrimônio líquido, receitas e despesas das entidades. Logo, essa ciência colabora com a gestão dos recursos econômicos e pode ser utilizada como ferramenta de apoio no controle orçamentário pessoal.

No contexto do Balanço Patrimonial, Ávila (2018) corrobora com um exemplo dessa demonstração para pessoa física (Figura 3):

Figura 3 - Balanço Patrimonial Pessoa Física

ATIVO			PASSIVO		
Total do Ativo		R\$ 409.750,00	Total do Passivo		R\$ 345.330,00
Disponibilidades	Dinheiro no Bolso	R\$ 750,00	Cheque Especial	R\$ 1.500,00	
	Conta Corrente	R\$ 500,00	Cartão de Crédito	R\$ 1.800,00	
	Aplicação Financeira	R\$ 3.500,00	Empréstimos	R\$ 560,00	
			Contas a pagar	R\$ 1.000,00	
			Impostos	R\$ 470,00	
			Outros débitos a pagar	R\$ 1.000,00	
Recebíveis	Salário ou pró-labore	R\$ 8.500,00	Financiamento de Imóvel	R\$ 260.000,00	
	Aluguél a receber	R\$ 1.500,00	Financiamento de veículo	R\$ 79.000,00	
Bens	Veículos	R\$ 35.000,00			
	Imóveis	R\$ 360.000,00			
			Patrimônio Líquido	R\$ 64.420,00	

Fonte: Elaborada pela autora, adaptada de Ávila (2018).

Identifica-se, de acordo com Griffin (2012), que o balanço patrimonial pessoal desempenha um papel crucial no planejamento e na tomada de decisões. Possibilita uma visão detalhada da posição financeira do indivíduo, permitindo a análise da capacidade de caixa disponível para o pagamento das dívidas e o nível de bens e investimentos em relação às obrigações contraídas, bem como a riqueza acumulada que constitui o patrimônio líquido. Portanto, o balanço patrimonial se assemelha a uma fotografia da posição financeira de um indivíduo ou de uma empresa em dado momento e reflete todos os seus bens, obrigações e situação líquida (Bonho, 2019).

A Demonstração do Resultado foca na rentabilidade e, portanto, revela a situação financeira de pessoas físicas e jurídicas. Esse relatório contempla as receitas (entradas de recursos monetários) e as despesas (saídas de recursos monetários). Nessa vertente, o desempenho é mensurado por meio do confronto qualitativo e quantitativo desses componentes (Travassos, 2022).

A Demonstração do Resultado aliada aos conceitos de planejamento financeiro pessoal torna-se um instrumento eficaz na administração das finanças pessoais, e pode ser utilizada para controle, uma vez que retrata o fluxo das receitas e despesas.

A Tabela 1 evidencia um modelo de planilha adaptada da BM&FBOVESPA (2021), que pode ser utilizado no orçamento pessoal:

Tabela 1 - Demonstração do Resultado de Pessoa Física

Demonstração do Resultado
1. RECEITAS
Salário
Aluguel a Receber
Dividendos e Rendimentos Financeiros
2. DESPESAS FIXAS
Aluguel e Condomínio
Financiamento do carro
Seguro do carro
Plano de saúde
Mensalidade de curso
IPTU/IPVA
Academia
3. RESULTADO BRUTO (1 – 2)
4. DESPESAS VARIÁVEIS
Energia e Água
Plano de Internet e Telefone
Combustível e Estacionamento
Supermercado (Alimentação e Limpeza)
Farmácia e Consultas Médicas
Roupas, calçados e acessórios
Salão de Beleza
5. LUCRO/PREJUÍZO LÍQUIDO (3-4)
6. DISTRIBUIÇÃO DO LUCRO LÍQUIDO EM INVESTIMENTOS E POUPANÇA

Fonte: Elaborada pela autora, adaptada de BM&FBOVESPA (2021).

Na Tabela 1 apresentada, adaptada da BM & FBOVESPA (2021), as receitas são representadas pelas entradas dos recursos originários do trabalho, do aluguel de imóveis e dos rendimentos provenientes de aplicações financeiras. Subsequentemente, são detalhadas as despesas fixas, aquelas cujo valor tende a se repetir mensalmente, em contraste com as despesas variáveis, que não apresentam uma ocorrência ou custo uniforme ao longo do período.

No tópico cinco, ao confrontar as receitas com as despesas, obtém-se o lucro líquido quando as entradas superam as saídas, ou o prejuízo líquido no caso inverso. Em situações de resultado positivo, recomenda-se a alocação dos recursos excedentes em investimentos e reservas de emergência em prol da continuidade da eficiência financeira.

Outra demonstração contábil que é relevante na gestão do orçamento pessoal é a Demonstração do Fluxo de Caixa, conhecida por descrever detalhadamente todas as entradas e as saídas de recursos em dado período, isto é, o fluxo do dinheiro. Para a elaboração deste relatório, o conceito de caixa abrange todas as disponibilidades, que incluem: caixa (dinheiro em posse direta da pessoa), Bancos Conta Movimento (dinheiro mantido em contas correntes em instituições bancárias) e Aplicações Financeiras de Liquidez Imediata (investimentos realizados pela empresa com alta liquidez, cujo vencimento não exceda três meses a partir da data da aplicação) (Ribeiro, 2018).

De acordo com o inciso I do artigo 188 da Lei nº 6.404/1976 e conforme as diretrizes estabelecidas na NBC TG 03, o ideal é que as transações relativas às entradas e saídas de caixa sejam selecionadas em três grupos de atividades: Operacionais, de Investimento e Financiamento. As entradas e saídas operacionais dizem respeito a principal atividade da empresa, as de investimento se relacionam com a compra e a venda de ativos e as de financiamento consistem na captação de recursos de terceiros como os empréstimos bancários.

A DFC pode ser adaptada e utilizada na gestão das finanças pessoais. Embora não seja necessário subdividir os três grupos de atividades, ela ainda permite visualizar o ciclo do dinheiro evidenciando sua alocação, data e valor; aspectos que precisam ser gerenciados. Assim, torna-se evidente que a contabilidade enriquece e aprimora a gestão financeira pessoal uma vez que permite com suas técnicas e relatórios uma visão ampla e detalhada de ativos, passivos, despesas, receitas e fluxo de caixa de uma pessoa ou de uma família.

3 ASPECTOS METODOLÓGICOS

Esta seção tem o objetivo de apresentar os métodos e técnicas de pesquisa empregados na elaboração deste trabalho, bem como explicar os conceitos associados a cada um deles. Além disso, visa detalhar o processo de coleta, organização e análise dos dados. Segundo (Fachin, 2017, p. 27):

O método é um instrumento do conhecimento que proporciona aos pesquisadores, em qualquer área de sua formação, orientação geral que facilita planejar uma pesquisa, formular hipóteses, coordenar investigações, realizar experiências e interpretar os resultados (Fachin, 2017, p.27).

O objetivo geral deste estudo é verificar quais emoções e comportamentos estão presentes na execução do planejamento financeiro pessoal dos docentes do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares. Este trabalho consiste em uma pesquisa descritiva e de abordagem qualitativa. Caracteriza-se como descritiva tendo por objetivo descrever as características de uma população, para especificar os conhecimentos financeiros, comportamentos e decisões financeiras e identificar quais emoções são destacadas no gerenciamento do uso dinheiro.

Para o procedimento de coleta de dados, foi utilizado um questionário estruturado, com 43 questões, construído na plataforma do *Google Forms*. O questionário foi dividido em 5 partes: 1) Dados socioeconômicos e demográficos; 2) Gestão financeira pessoal; 3) Conhecimento sobre educação financeira; 4) Comportamentos e vieses cognitivos na administração financeira pessoal; e 5) Emoções e dinheiro. As seções de gestão financeira pessoal e viés cognitivo na administração financeira pessoal possuem uma escala de *likert* de resposta, variando de 0 a 5, onde as opções são, respectivamente, nunca, raramente, ocasionalmente, frequentemente, sempre. Na seção de emoções e dinheiro a escala de *likert* varia de discordo totalmente a concordo totalmente e também apresenta perguntas de múltipla escolha.

Vale mencionar que antes da aplicação do questionário, foi feito um pré-teste com duas professoras do curso de Ciências Contábeis a fim de averiguar se o instrumento estava de fácil entendimento. Após os testes, procedeu-se à divulgação do questionário para 76 docentes do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares, via *email*. O questionário foi enviado apenas uma vez e ficou disponível do dia 20 de janeiro a 29 de janeiro de 2024, logo, por dez dias. A amostra final contou com 44 respondentes, determinada de forma não probabilística, por conveniência.

A seleção dessa amostra se justifica pela autora desta pesquisa ser discente da UFJF-GV e pelo interesse em analisar as emoções e os aspectos comportamentais presentes no planejamento financeiro pessoal dos docentes do curso de Administração, Direito, Economia e Ciências Contábeis da Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Governador Valadares. Ademais, em comparar o controle orçamentário e os conhecimentos sobre educação financeira entre os profissionais dos diferentes cursos. Segundo o mapa de inadimplência produzido pela Serasa de novembro de 2024, os brasileiros com idades entre 41 e 60 anos representam a maior fatia da população com nome restrito, aproximadamente 35%. Na sequência estão as faixas

etárias de 26 a 40 anos (33,8%), acima de 60 anos (19,4%) e os jovens entre 18 e 25 anos (11,7%). Fator que justifica a seleção dos docentes ao invés dos discentes da universidade.

Na primeira página do questionário *online* contém o termo de consentimento livre e esclarecido, em que a pessoa concorda ou não com a participação voluntária para responder ao instrumento. Ressalta-se que não foi necessária a identificação do respondente. As 4 variáveis referentes aos aspectos demográficos são: sexo, idade, o curso e a classe pertencente no plano de carreiras e cargos de magistério federal. A seção da gestão financeira pessoal foi composta por 10 afirmativas e a dos conhecimentos em educação financeira foi composta por 3 questões. O bloco sobre comportamentos e vieses cognitivos na administração financeira pessoal abordou 18 questões e o sobre emoções versus dinheiro contou com 8 afirmativas.

4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

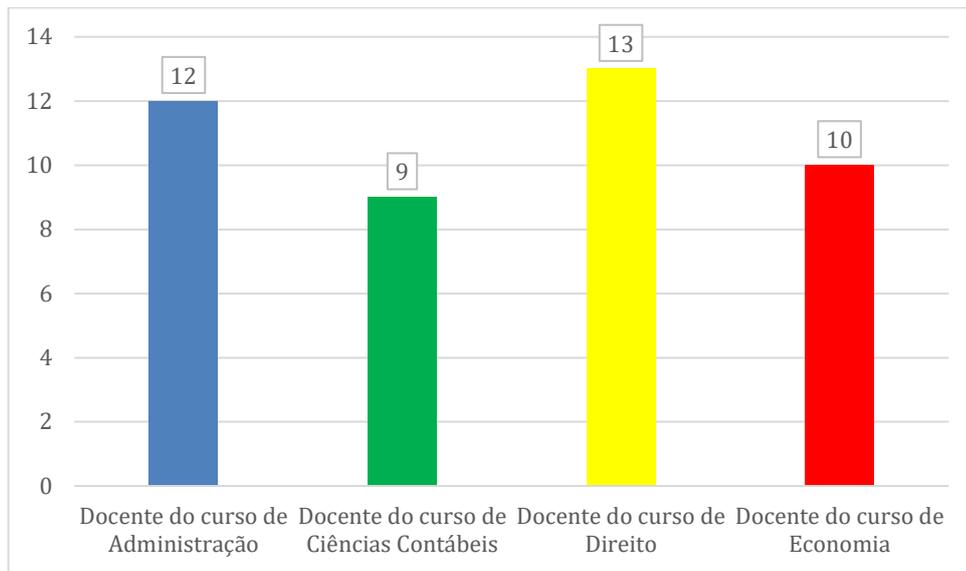
Este capítulo apresenta e detalha os resultados da pesquisa, que investiga as emoções e os comportamentos envolvidos na execução do planejamento financeiro pessoal dos docentes do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares.

As análises estão organizadas em cinco dimensões principais. Primeiramente, será apresentado o perfil dos respondentes. Em seguida, serão exploradas as características da gestão financeira pessoal, seguidas pelos conhecimentos em educação financeira, pelos comportamentos e vieses cognitivos relacionados à execução do planejamento financeiro pessoal e, por fim, a relação entre emoção e dinheiro dos respondentes. Os resultados obtidos por meio do questionário serão expostos em tabelas e gráficos, proporcionando uma visão clara e objetiva das informações

4.1 Perfil dos docentes

Para identificar o perfil dos respondentes da pesquisa, buscou-se descobrir a faixa etária dos docentes, o sexo, a classe ocupada no plano de carreira e o curso de atuação. O Gráfico 1 apresenta as frequências percentuais dos docentes de acordo com seus cursos de atuação.

Gráfico 1 - Ocupação na UFJF-GV

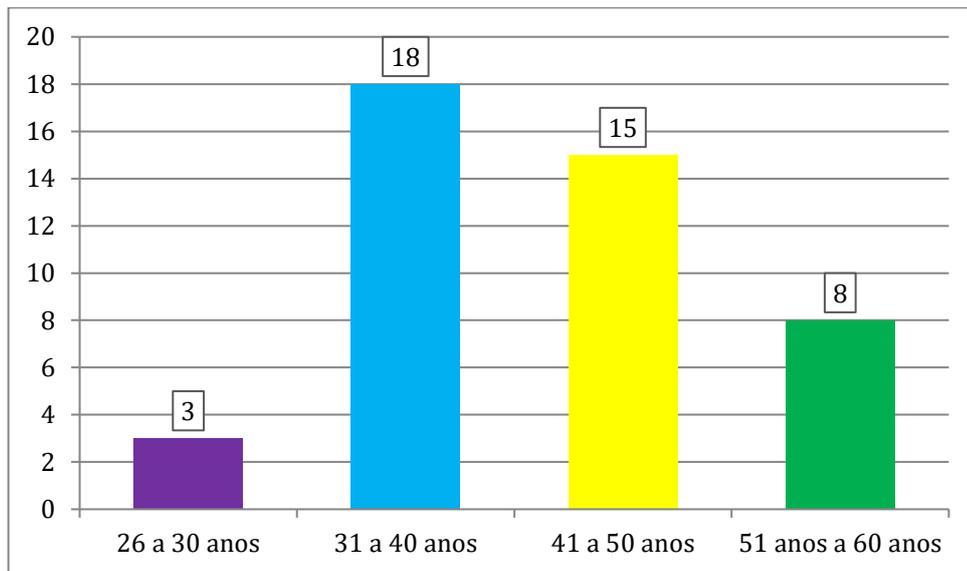


Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Observa-se que a maioria das respostas foi obtida entre os docentes do curso de Direito (13), seguido por Administração (12) e Economia (10). O menor número de entrevistados pertence ao curso de Ciências Contábeis, com 9 participantes. Ressalta-se que o departamento desse curso também possui a menor quantidade de docentes do instituto, constituído por apenas 10 professores efetivos e 2 temporários, sendo que no momento da pesquisa 2 encontravam-se licença. O curso de Direito é formado por 29 professores, o de Administração por 15 e o de Economia por 20 docentes.

A diversidade dos cursos é um aspecto positivo da pesquisa, pois possibilita a comparação entre as áreas de atuação e a identificação de possíveis relações entre o planejamento financeiro pessoal e a formação acadêmica dos docentes. Essa análise comparativa contribuirá para uma compreensão mais ampla sobre como os diferentes campos do conhecimento podem influenciar hábitos financeiros, comportamentos e o modo de gerir as emoções. O Gráfico 2 ilustra a distribuição dos respondentes de acordo com a faixa etária.

Gráfico 2 - Faixa etária



Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Em relação à faixa etária, a maioria dos respondentes (33) tem entre 31 e 50 anos de idade. Apenas três docentes se enquadram na faixa de 26 a 30 anos, enquanto oito possuem entre 51 e 60 anos de vida. A diversidade das idades entre os participantes contribui significativamente para a análise da pesquisa, permitindo avaliar como diferentes fases da vida podem influenciar o planejamento financeiro pessoal, os comportamentos econômicos e a tomada de decisão. A Tabela 2 apresenta a classe ocupada por cada docente em conformidade ao Plano de Carreiras e Cargos de Magistério Federal.

Tabela 2 - Classe docente de acordo com o plano de carreira e cargos de magistério federal

Classe	Quantidade de Respondentes	Frequência
Auxiliar	2	4,55%
Assistente	7	15,91%
Associado	7	15,91%
Titular	1	2,27%
Adjunto	27	61,36%
Total	44	100%

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Entre os respondentes, 61,36% ocupam a classe de adjunto. Por outro lado, a classe de titular possui apenas 1 representante do total de 44 docentes. No Plano de Carreira do Magistério Federal, as diferentes classes simbolizam a progressão e o nível de desenvolvimento do docente dentro da estrutura da carreira. Elas são organizadas de acordo com a titulação do professor(a) e o tempo de serviço, refletindo a experiência, a qualificação acadêmica e o

desempenho profissional. A ocupação dos docentes possui elo com a remuneração dos mesmos, sendo que a classe de titular é a de maior remuneração, e na sequência tem-se: Associado, Adjunto, Assistente e Auxiliar. Portanto, pelos dados, 27 docentes possuem a mesma remuneração. A Tabela 3 representa a distribuição por gênero.

Tabela 3 - Gênero

Curso	Feminino	Masculino	Total	Frequência Feminino	Frequência Masculino
Administração	8	4	12	66,67%	33,33%
Ciências Contábeis	6	3	9	66,67%	33,33%
Direito	3	10	13	23,08%	76,92%
Economia	4	6	10	40,00%	60,00%
Total	21	23	44	47,73%	52,27%

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

A análise da distribuição entre o gênero masculino e feminino revela que a amostra é equilibrada, composta por 23 professores e 21 professoras, distribuídos entre os diferentes cursos. Observa-se que, nos cursos de Administração e Ciências Contábeis, há predominância do público feminino, enquanto nos cursos de Direito e Economia, o sexo masculino é majoritário.

4.2 Análise da gestão financeira pessoal dos docentes

Esta seção aponta a percepção dos docentes sobre assertivas apresentadas no questionário. Na segunda seção do instrumento foram elaboradas afirmativas relacionadas à gestão financeira pessoal, as respostas seguiram a Escala de *Likert*, nesse tipo de escala, os participantes da pesquisa não respondem de forma afirmativa ou negativa, ou ainda se concordam ou não. São convidados a indicar o grau de concordância com a questão levantada, ou a frequência com que realizam determinada atividade ou ação, como também o nível de aprovação, por exemplo.

No caso específico da presente pesquisa, as perguntas tinham como possíveis respostas utilizando esta escala (os chamados itens de *Likert*), a saber: 1) “nunca”; 2) “raramente”; 3) “ocasionalmente”; 4) “frequentemente”, e; 5) “sempre”. A Tabela 4 aponta os resultados apontando a quantidade de docentes por curso e o valor atribuído:

Tabela 4 - Gestão financeira pessoal dos docentes

(continua)

Anoto e controle de meus gastos pessoais.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	1	3	1	1	6	12
Ciências Contábeis	0	2	0	1	6	9
Direito	0	6	2	2	3	13
Economia	3	1	2	1	3	10
Frequência	10,00%	27,00%	11,00%	11,00%	41,00%	100%

Faço uma previsão e o controle dos gastos e fico atento aos meus saldos bancários e às faturas dos cartões de crédito.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	0	1	3	3	5	12
Ciências Contábeis	1	1	0	0	7	9
Direito	0	1	1	3	8	13
Economia	1	0	0	3	6	10
Frequência	4,00%	7,00%	10,00%	20,00%	59,00%	100%

Tenho que tirar meu dinheiro da reserva para pagar minhas despesas mensais						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	6	2	1	2	1	12
Ciências Contábeis	3	3	3	0	0	9
Direito	4	6	2	0	1	13
Economia	4	3	2	1	0	10
Frequência	39,00%	32,00%	18,00%	7,00%	4,00%	100%

Faço uma previsão e controle de gastos e só descubro quanto gastei no final do mês.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	4	2	2	3	1	12
Ciências Contábeis	1	1	2	2	3	9
Direito	5	4	1	2	1	13
Economia	5	1	2	2	0	10
Frequência	35,00%	18,00%	16,00%	20,00%	11,00%	100%

Guardo e/ou invisto parte da minha renda todo mês.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	2	1	2	3	4	12
Ciências Contábeis	1	0	1	4	3	9
Direito	2	1	2	6	2	13
Economia	0	3	1	3	3	10
Frequência	11,00%	11,00%	14,00%	36,00%	28,00%	100%

Pago minhas contas em dia.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	0	0	1	1	10	12
Ciências Contábeis	0	0	1	2	6	9
Direito	0	0	1	4	8	13
Economia	0	0	0	0	10	10
Frequência	0,00%	0,00%	7,00%	16,00%	77,00%	100%

Preciso parcelar minha fatura do cartão de crédito.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	11	0	0	0	1	12
Ciências Contábeis	8	0	1	0	0	9
Direito	12	1	0	0	0	13
Economia	10	0	0	0	0	10
Frequência	93,00%	2,33%	2,33%	0,00%	2,33%	100%

Estou satisfeito(a) com o meu controle orçamentário pessoal.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	2	1	2	3	4	12
Ciências Contábeis	0	0	3	3	3	9
Direito	0	2	5	6	0	13
Economia	0	0	4	2	4	10
Frequência	4,00%	7,00%	32,00%	32,00%	25,00%	100%

Tenho a sensação de que não sei como gastei meu dinheiro.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	5	4	0	2	1	12
Ciências Contábeis	5	1	2	1	0	9
Direito	4	7	2	0	0	13
Economia	5	2	3	0	0	10
Frequência	43,00%	32,00%	16,00%	7,00%	2,00%	100%

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

A análise da coleta de dados sobre a gestão financeira pessoal dos docentes de acordo com a Tabela 4 evidencia boas práticas, mas também desafios significativos, variando entre os diferentes cursos analisados. Em relação ao controle, previsão e planejamento financeiro, o hábito de registrar e gerenciar os gastos pessoais não é amplamente difundido entre os docentes, apenas 41,00% dos 44 docentes afirmam que assiduamente acompanham e registram as saídas dos seus recursos. Destaca-se positivamente os docentes do curso de Ciências Contábeis que conforme o resultado acompanham melhor o destino do seu dinheiro.

Nesse sentido, 43,00% dos docentes afirmam saber as efetivas alocações da sua renda, ou seja, conhece para onde foi o seu dinheiro e apenas 9,00% possui frequentemente ou sempre a sensação de não saber como gastou todo o seu recurso financeiro. Esses dados se relacionam com a ausência do planejamento orçamento, como, segundo (Carota, 2021), o orçamento pessoal tem como objetivo a previsão e o controle financeiro, isto é, consiste na identificação e na alocação das entradas e das saídas de recursos. Ademais permite que o indivíduo tenha o controle da sua situação financeira para gerir suas necessidades e alcançar seus objetivos no decorrer da vida.

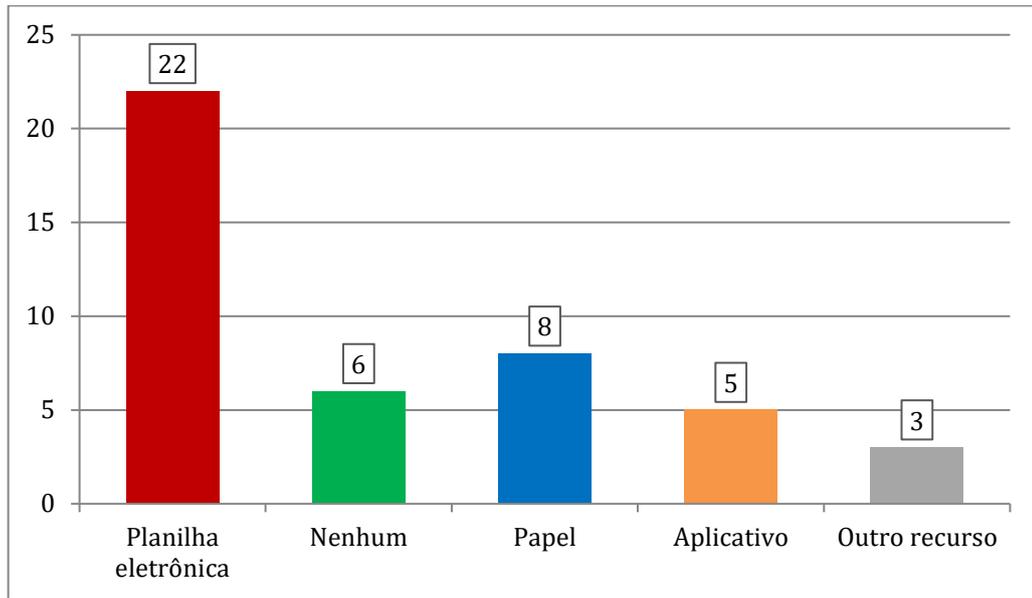
Em relação ao equilíbrio entre os níveis de recebimentos, gastos e investimentos apenas 3 docentes responderam respectivamente que às vezes; ocasionalmente e sempre precisam parcelar o valor do cartão de crédito para liquidar suas despesas mensais. Ademais, 77,00% afirmam que sempre pagam suas contas dentro do prazo hábil, isto é, sem atrasos. Logo, esses dados revelam a capacidade de pagamento das contas mensais com os recursos recebidos dentro do próprio mês pelos docentes, nesse caso, não há a necessidade de utilizar dinheiro guardado ou investido. Também evidencia a educação e gestão financeira para a redução dos ônus financeiros como multas e juros, bem como dos índices de inadimplência e endividamentos da economia brasileira conforme defende a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE, 2013) que uma sociedade dotada de consciência financeira também coopera para a economia do país.

Observa-se que 17 docentes sempre gastam menos do que ganham no mês, outros 14 afirmam que às vezes precisam complementar a renda para pagar as contas do período. Entretanto, o hábito das saídas serem maiores do que as entradas de dinheiro é pertinente apenas para 4,00% da amostra coletada.

Ao tratar de previsão, controle de gastos e acompanhamento de saldos e faturas bancárias, 59,00% dos docentes realizam um monitoramento frequente. Ao somar as respostas com maior concordância de número quatro e cinco temos que 80,00% acompanham seus gastos e respectivas movimentações bancárias. Entretanto, cinco professores não elaboraram a previsão dos gastos e não sabem quanto foi efetivamente gasto no mês, apenas tomam ciência do montante final gasto quando precisam pagar o cartão de crédito e/ou verificar seus saldos bancários. Este hábito não auxilia na saúde e solvência financeira. Vale ressaltar que, elaborar o orçamento previsto e comparar com o realizado promove a identificação dos gastos e ganhos bem como otimiza a capacidade de pagamento, uma vez que, já está pré-definido os limites das despesas em relação a renda (Carota, 2021).

Os hábitos de poupar e investir ainda não estão plenamente consolidados entre os docentes, 27,00% afirmam que sempre economizam ou investem parte da renda mensal, enquanto 6,00% gastam todo o dinheiro. Por fim, a satisfação com a gestão financeira pessoal apresenta uma divisão significativa. Apenas 25,00% afirmam estar plenamente satisfeitos com seu controle financeiro, 4,00% nunca se sentiram satisfeitos e 32,00% revelam uma satisfação mediana. O Gráfico 3 aponta as principais ferramentas de controle orçamentário adotados pelos docentes, segundo suas respostas:

Gráfico 3 - Ferramentas de controle orçamentário



Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Em relação a ferramenta utilizada para controle financeiro, 22 respondentes utilizam a planilha eletrônica, sendo o principal recurso utilizado, seguido pelo tradicional papel que é usado por 8 docentes. Ademais 5 utilizam aplicativos para organizar suas finanças, 3 usam outros recursos não mencionados e 6 docentes (14%) afirmam não utilizar ferramentas para otimizar o gerenciamento do uso do dinheiro.

4.3 Análise do conhecimento em educação financeira dos docentes

As informações coletadas na seção 3 do questionário evidenciam que dos 44 respondentes, 20 já estudaram assuntos relacionados à gestão financeira pessoal, fator que demonstra a necessidade da disseminação de conteúdos sobre o assunto para aprimorar os conhecimentos financeiros pessoais. Entretanto, 29 docentes possuem uma formação acadêmica relacionada a finanças no geral como finanças as empresariais na área de gestão pública.

4.4 Análise dos comportamentos e vieses cognitivos na administração financeira pessoal

Na quarta seção do questionário foram elaboradas afirmativas relacionadas ao comportamento financeiro e a vieses cognitivos na administração financeira pessoal, as respostas seguiram a Escala de *Likert*. Nessa pesquisa, as perguntas tinham como possíveis respostas: 1) “nunca”; 2) “raramente”; 3) “ocasionalmente”; 4) “frequentemente”, e; 5) “sempre”.

Tabela 5 - Comportamentos e emoções na gestão financeira

(continua)

Prefiro juntar dinheiro para comprar um produto à vista do que comprar a prazo.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	1	2	3	5	1	12
Ciências Contábeis	1	2	1	4	1	9
Direito	1	3	4	5	0	13
Economia	1	1	3	3	2	10
Frequência	10,00%	17,00%	25,00%	38,00%	10,00%	100%
Quando não consigo juntar o dinheiro para fazer compras à vista, minha frustração aumenta.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	5	1	4	1	1	12
Ciências Contábeis	3	3	3	0	0	9
Direito	2	2	6	1	2	13
Economia	5	3	1	1	0	10
Frequência	34,00%	20,00%	32,00%	7,00%	7,00%	100%
Costumo realizar pesquisa de preços antes de adquirir um produto ou serviço.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	0	0	1	2	9	12
Ciências Contábeis	0	0	1	4	4	9
Direito	0	0	2	3	8	13
Economia	0	0	0	2	8	10
Frequência	0,00%	0,00%	16,00%	7,00%	77,00%	100%
Verifico e comparo preços de forma limitada, considerando no máximo dois locais.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	4	4	3	1	0	12
Ciências Contábeis	2	2	1	6	2	9
Direito	4	3	2	4	0	13
Economia	2	2	4	1	1	10
Frequência	27,00%	22,00%	20,00%	27,00%	4,00%	100%
Costumo comprar produtos e/ou serviços somente por estarem em promoção, sem verificar minhas reais necessidades.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	7	3	2	0	0	12
Ciências Contábeis	1	5	3	0	0	9
Direito	2	8	2	1	0	13
Economia	6	2	2	0	0	10
Frequência	37,00%	41,00%	20,00%	2,00%	0,00%	100%
Em momentos de tristeza tenho a tendência de realizar compras para me sentir melhor.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	6	2	1	2	1	12
Ciências Contábeis	6	2	1	0	0	9
Direito	4	2	4	2	1	13
Economia	7	2	1	0	0	10
Frequência	52,00%	18,00%	16,00%	10,00%	4,00%	100%
Em momentos de alegria tenho a tendência de gastar mais.						
Curso	1	2	3	4	5	Total

Administração	3	2	4	3	0	12
Ciências Contábeis	2	2	3	2	0	9
Direito	1	5	6	0	1	13
Economia	6	3	0	1	0	10
Frequência	27,00%	27,00%	30,00%	14,00%	2,00%	100%

Costumo comprar parcelado, sem verificar os juros, afinal não possuo condições para adquirir à vista.

Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	8	3	0	0	1	12
Ciências Contábeis	7	0	1	1	0	9
Direito	7	3	3	0	0	13
Economia	9	1	0	0	0	10
Frequência	70,00%	16,00%	100,00%	2,00%	2,00%	100%

Vejo que extrapolei meus gastos do mês, mas compro do mesmo jeito e parcelo minha fatura, pois não me importo com o acréscimo dos juros.

Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	10	0	0	1	0	12
Ciências Contábeis	7	1	1	0	0	9
Direito	11	3	0	0	0	13
Economia	10	0	0	0	0	10
Frequência	86,00%	10,00%	2,00%	2,00%	0,00%	100%

Costumo comprar produtos e/ou serviços como mecanismo de recompensa.

Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	5	4	0	2	1	12
Ciências Contábeis	1	3	2	2	1	9
Direito	6	5	1	0	1	13
Economia	9	1	0	0	0	10
Frequência	47,00%	29,00%	7,00%	10,00%	7,00%	100%

Costumo comprar produtos e/ou serviços como mecanismo de consolação.

Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	7	2	0	2	1	12
Ciências Contábeis	5	3	1	0	0	9
Direito	6	3	3	0	1	13
Economia	7	2	1	0	0	10
Frequência	57,00%	24,00%	11,00%	4,00%	4,00%	100%

Crio interesse por produtos e/ou serviços frequentemente divulgados nas redes sociais ou em propagandas.

Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	2	5	3	2	0	12
Ciências Contábeis	2	5	2	0	0	9
Direito	3	3	5	2	0	13
Economia	2	3	3	1	1	10
Frequência	20,00%	37,00%	30,00%	11,00%	2,00%	100%

Analiso que extrapolei meu limite dos gastos do mês e compro do mesmo jeito devido a minha poupança ou ajuda de terceiros para complementar minha renda e liquidar minhas obrigações.

Curso	1	2	3	4	5	Total
--------------	----------	----------	----------	----------	----------	--------------

Administração	8	2	1	1	0	12
Ciências Contábeis	7	1	1	0	0	9
Direito	9	3	1	0	0	13
Economia	8	1	1	0	0	10
Frequência	72,00%	16,00%	10,00%	2,00%	0,00%	100%

Meu humor é afetado negativamente pela falta de dinheiro e contração de dívidas.

Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	2	0	5	1	4	12
Ciências Contábeis	2	2	3	1	1	9
Direito	1	3	3	3	3	13
Economia	2	2	2	2	2	10
Frequência	16,00%	16,00%	30,00%	16,00%	22,00%	100%

Aumento meu nível de gastos em detrimento do nível de investimentos para comprar produtos e/ou serviços.

Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	3	2	4	2	1	12
Ciências Contábeis	1	3	1	4	0	9
Direito	3	4	5	1	0	13
Economia	3	4	2	1	0	10
Frequência	23,00%	30,00%	27,00%	18,00%	2,00%	100%

Realizo empréstimos ou financiamentos bancários para aquisição de bens sem se preocupar com o valor final pago, afinal as parcelas são compatíveis com os meus rendimentos.

Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	8	0	2	1	1	12
Ciências Contábeis	6	3	0	0	0	9
Direito	9	3	1	0	0	13
Economia	8	1	0	1	0	10
Frequência	70,00%	16,00%	7,00%	4,00%	2,00%	100%

Possuo dificuldade em poupar dinheiro, afinal só se vive uma vez!

Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	7	1	2	1	1	12
Ciências Contábeis	4	5	0	0	0	9
Direito	4	6	1	2	0	13
Economia	8	1	1	0	0	10
Frequência	51,00%	30,00%	10,00%	7,00%	2,00%	100%

Possuo facilidade em poupar dinheiro, afinal existe vida após o hoje!

Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	0	4	1	3	4	12
Ciências Contábeis	1	0	2	3	3	9
Direito	1	3	2	5	2	13
Economia	0	1	2	3	4	10
Frequência	4,00%	18,00%	16,00%	32,00%	30,00%	100%

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

No que diz respeito ao comportamento de compra, aproximadamente 40% dos docentes demonstram preferência por pagamentos à vista em vez de a prazo, uma atitude que contribui

positivamente para o aumento da liquidez e a redução do endividamento. A pesquisa também revelou que 66,00% dos participantes realizam pesquisas de preços entre diferentes estabelecimentos antes de concretizar uma compra. No entanto, quinze docentes afirmam que essa comparação é feita de forma limitada, considerando no máximo dois fornecedores. Além disso, vinte e sete docentes relatam que ocasionalmente ou às vezes adquirem produtos e/ou serviços apenas por estarem em promoção. Esses padrões de comportamento estão alinhados ao fluxograma desenvolvido por Andrade (2023), que destaca a etapa de avaliação e comparação de alternativas como essenciais antes da decisão de compra. O autor também ressalta que o processo de tomada de decisão para consumo surge de uma necessidade ou desejo percebido pelo consumidor que podem ser provocados por fatores externos como uma propaganda publicitária e promoção de preços. Entretanto, os dados coletados evidenciam que os docentes possuem um bom equilíbrio entre o desejo, a necessidade e o consumo consciente.

Segundo Riva (2023), grande parte dos comportamentos financeiros está profundamente enraizada em fatores emocionais. Destacam-se as compras impulsivas que, muitas das vezes, são motivadas pela busca de satisfação imediata ou atuam como gratificação por uma meta alcançada ou tarefa concluída. Como também se tornam mecanismos para lidar com emoções negativas, como estresse ou tristeza na busca pela regulação do humor. Nessa perspectiva, sete docentes afirmam que ocasionalmente compram serviços e/ou produtos como forma de recompensa, enquanto seis usufruem dessa prática frequentemente. Entretanto, em momentos de tristeza e desânimo, a prática do consumo é percebida em menor frequência, apenas 4 docentes utilizam frequentemente o consumo para se sentirem melhor, enquanto cinco ocasionalmente buscam essa alternativa. Ademais vinte e cinco, isto é, aproximadamente 60% dos respondentes afirmam nunca buscarem a compra como meio de consolação e regulação do humor. Porém, essa proporção diminui nos momentos de recompensa, aproximadamente 48% relatam que nunca a utilizam como mecanismo de gratificação.

Uma pesquisa realizada pela Fintech Onze em parceria com a Icatu em novembro de 2024 revelou que sete em cada dez brasileiros acreditam que a falta de dinheiro impacta diretamente sua saúde emocional. Essa relação evidencia como as finanças pessoais transcendem o aspecto material, afetando o bem-estar psicológico e a qualidade de vida das pessoas. Uma análise das respostas dos docentes revela que treze afirmam que ocasionalmente o seu humor é afetado negativamente pela falta de dinheiro e contração de dívidas, enquanto sete dizem que essa influência negativa ocorre com frequência, outros dez destacam que seu

humor é sempre impactado por essas variáveis de escassez e endividamento, fato que condiz com a pesquisa mencionada.

Dias, (2022, p. 112) conceitua o autocontrole como “a capacidade de executar planos anteriormente traçados e, portanto, realizar escolhas intertemporais consistentes”. Logo, consiste em uma habilidade de seguir planos previamente estabelecidos e, assim, tomar decisões coerentes assumindo o custo de oportunidade das escolhas. Conforme o questionário, aproximadamente 23,00% docentes cumprem com o planejamento financeiro relacionado à quantia investida, portanto em nenhuma hipótese diminuem a quantia a ser investida em paralelo ao aumento dos gastos. Apenas nove docentes frequentemente deixam de poupar para gastar seu dinheiro. Dados revelam que grande parte dos professores são dotados de autocontrole. Ademais, nessa mesma linha de investimentos, cerca de 73,00% dos respondentes nunca aumentariam o nível de gastos caso fosse necessário retirar parte do dinheiro investido para liquidar as despesas daquele período.

Ao analisarmos o uso do dinheiro dos docentes, percebe-se que a grande maioria possui uma visão de longo prazo ao se tratar de finanças pessoais, logo suas escolhas de consumo e investimentos são pautadas nesses aspectos temporais, isto é, mais racionais e menos imediatistas. Aproximadamente 53,00% não possuem nenhuma dificuldade em poupar dinheiro e controlar seus gastos em prol da sua saúde financeira a médio e longo prazo. Em contrapartida, cerca de 23,00% acham difícil poupar dinheiro em prol de gastos futuros em detrimento dos possíveis gastos presentes.

Por fim, ao que se refere ao endividamento e às despesas financeiras, trinta e um docentes afirmam considerar as taxas de juros ao contratar um empréstimo ou financiamento, o que condiz com o fato de que a maioria prefere juntar dinheiro para compras à vista, o que reduz o gasto com juros. Mais de 60,00% relatam possuir conhecimento sobre taxa de retorno de investimentos, taxas de juros, empréstimos, e despesas dedutíveis na DIRPF o que salienta o conhecimento em educação financeira, esta que promove uma maior consciência econômica, possibilitando a elaboração de um planejamento financeiro que abrange os investimentos, as economias, as metas e os gastos, estimula a poupança e desestimular o endividamento (Carota, 2021).

4.5 Análise das Emoções x Dinheiro

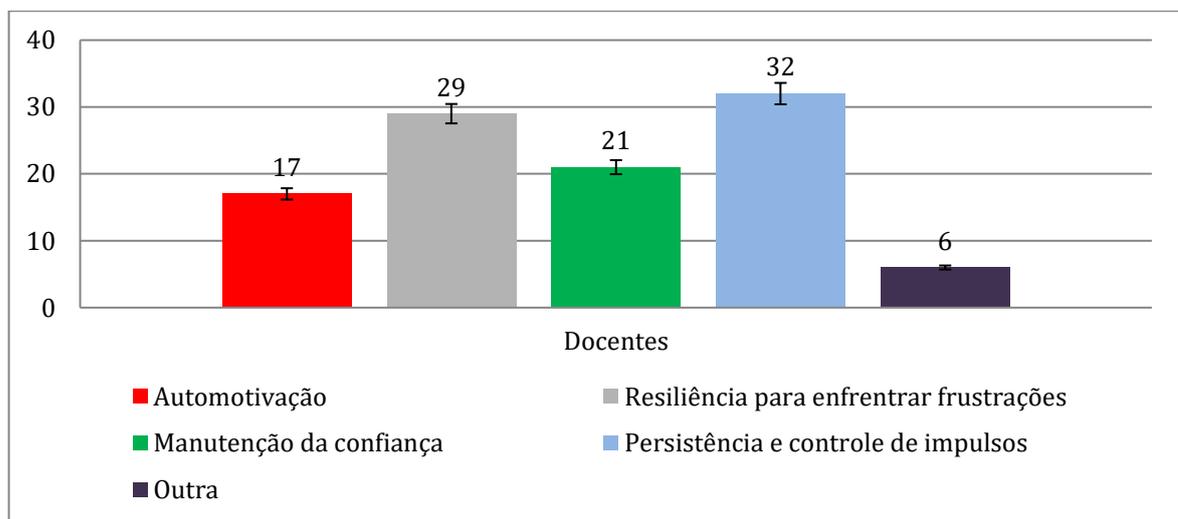
A inteligência emocional é a capacidade de reconhecer, compreender e gerenciar as próprias emoções, além de saber lidar com as emoções alheias. O conceito foi popularizado por Daniel Goleman, psicólogo e jornalista científico, no livro *Inteligência Emocional* (1996).

Segundo ele, a pessoa que sabe gerenciar seu estado emocional demonstra características como capacidade de automotivação, resiliência para enfrentar frustrações, manutenção da confiança e persistência, além do controle dos impulsos. A inteligência emocional possui uma forte relação com o dinheiro, pois as emoções influenciam diretamente a maneira como os indivíduos ganham, gastam, investem e lidam com desafios financeiros. Assim, as habilidades que ela desenvolve são fundamentais para o gerenciamento do orçamento pessoal.

Ao associar esses conceitos às finanças, destaca-se, em primeiro lugar, a autoconsciência financeira, isto é, a capacidade de entender as emoções em relação ao dinheiro e os comportamentos que elas motivam, a fim de evitar decisões impulsivas, como compras por impulso ou medo excessivo de investir. A partir dessa percepção, torna-se necessária a autorregulação, ou seja, o controle dos desejos imediatos, evitando gastos desnecessários e sem planejamento. Além disso, a capacidade de automotivação auxilia na disciplina para poupar e investir que, aliada a metas bem definidas contribui para a execução eficaz do planejamento financeiro.

Com base nas capacidades passíveis de desenvolvimento segundo a inteligência emocional de Goleman (1996), os docentes foram questionados sobre quais eram perceptíveis em relação às finanças, conforme gráfico 4:

Gráfico 4 - Inteligência Emocional



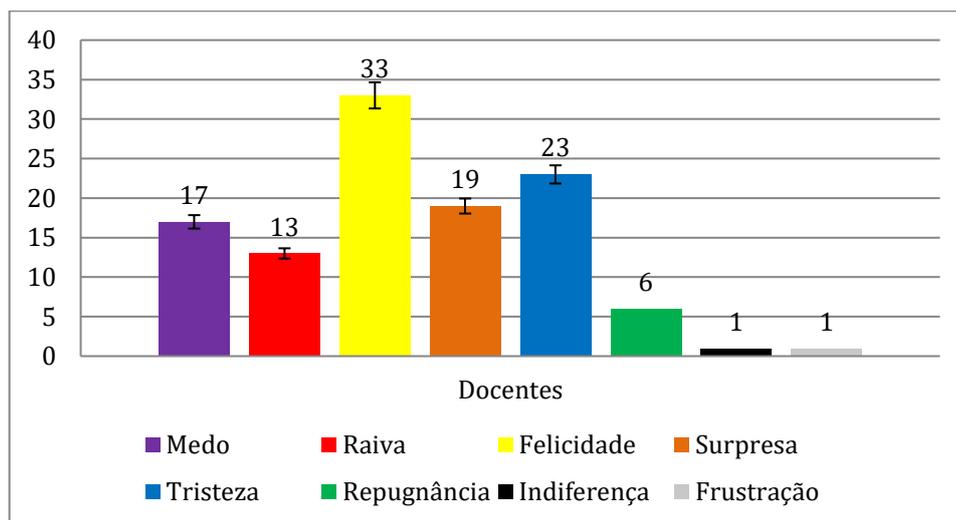
Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Ao analisar as habilidades percebidas pelos docentes na administração financeira pessoal, aliadas aos conceitos de inteligência emocional, observa-se que a persistência e o controle dos impulsos são as características mais presentes em seus comportamentos, seguidas pela resiliência para enfrentar frustrações financeiras. Essas habilidades contribuem para uma

gestão mais equilibrada dos recursos, permitindo que os indivíduos tomem decisões mais conscientes, evitem endividamentos desnecessários e desenvolvam hábitos financeiros mais saudáveis a longo prazo.

A emoção é um estado psicológico complexo, intimamente ligado ao afeto e ao humor, podendo se manifestar como uma sensação positiva e agradável ou negativa e desagradável. Geralmente, é desencadeada por estímulos internos ou externos e exerce uma influência significativa tanto sobre o pensamento quanto sobre as ações de um indivíduo. As emoções básicas, reconhecidas em todas as culturas, incluem felicidade, surpresa, raiva, tristeza, medo e repugnância (Fiorelli, 2018). A partir disso, buscou-se saber quais emoções os docentes já sentiram em relação às suas finanças pessoais conforme o Gráfico 5 a seguir.

Gráfico 5 - Emoções percebidas nas finanças pessoais



Fonte: Elaborado pela autora (2025).

As respostas dos professores revelam que as emoções mais sentidas nas finanças pessoais são respectivamente a felicidade, a tristeza, o medo, a surpresa e a raiva. A felicidade e a tristeza, em particular, podem estar diretamente associadas ao sucesso e aos desafios financeiros, respectivamente, enquanto o medo, a raiva e a surpresa refletem emoções mais complexas que surgem quando enfrenta-se incertezas ou frustrações. A inteligência emocional, conforme descrita por Goleman (1996) e Fiorelli (2018), oferece ferramentas essenciais para reconhecer, entender e controlar essas emoções, permitindo que os indivíduos tomem decisões financeiras mais equilibradas, mesmo em momentos de pressão emocional.

A tristeza é uma emoção negativa frequentemente associada a perdas ou frustrações, e pode ser desencadeada por dificuldades financeiras, como dívidas, falta de planejamento ou a perda de recursos. A raiva, por sua vez, também surge da frustração ou sensação de injustiça, especialmente quando as pessoas sentem que não têm controle sobre sua situação econômica ou em momentos de conflito, como desentendimentos sobre gastos ou dívidas. Fiorelli (2018) aponta que, quando não gerenciada, a raiva pode prejudicar a saúde mental e as finanças pessoais, criando ciclos de estresse e comportamentos destrutivos, como o consumo impulsivo ou a negligência no cuidado financeiro.

O medo, por sua vez, é uma emoção comum no contexto financeiro, principalmente em relação a incertezas econômicas, investimentos ou à sensação de falta de controle sobre a situação. Segundo Goleman (1995), o medo pode gerar ansiedade e paralisia, dificultando a tomada de decisões racionais. No entanto, a inteligência emocional é essencial para controlar essas emoções e suas respectivas reações comportamentais, permitindo que as pessoas tomem decisões financeiras mais equilibradas e eficientes.

De acordo com a Tabela 5, foram apresentadas aos docentes algumas hipóteses que relacionavam as emoções a situações comumente vivenciadas no planejamento orçamentário pessoal e na tomada de decisão. Nesse caso específico, as perguntas tinham como possíveis respostas utilizando a escala de *Likert* (os chamados itens de *Likert*), a saber: 1) “discordo totalmente”; 2) “discordo”; 3) “neutro”; 4) “concordo”, e; 5) “concordo totalmente”.

Tabela 5: Caracterização das emoções nas finanças pessoais (continua)

Medo: penso que posso ter problemas financeiros, mas lido com essa emoção buscando controlar meus gastos e meus rendimentos.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	1	2	1	4	4	12
Ciências Contábeis	1	0	1	4	3	9
Direito	0	0	0	2	11	13
Economia	5	0	1	1	3	10
Frequência	16,00%	4,00%	7,00%	25,00%	48,00%	100%

Raiva: me sinto irritado(a) quando percebo que minhas compras e gastos foram supérfluos e/ou influenciadas por pessoas, e esses não me geraram a satisfação esperada.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	3	2	3	1	3	12
Ciências Contábeis	1	2	3	3	0	9
Direito	1	1	1	6	4	13
Economia	3	2	3	1	1	10
Frequência	18,00%	16,00%	23,00%	25,00%	18,00%	100%

Felicidade: desfruto dessa emoção quando consigo alcançar meus objetivos e projetos de vida; me sinto feliz por conseguir e poder realizar minhas compras e investimentos.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	0	0	2	2	8	12
Ciências Contábeis	0	0	1	3	5	9
Direito	0	1	1	1	10	13
Economia	0	1	2	1	6	10
Frequência	0,00%	4,00%	14,00%	16,00%	66,00%	100%

Tristeza: me sinto triste quando excedo ou não faço meu planejamento financeiro.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	3	0	4	2	3	12
Ciências Contábeis	0	1	2	5	1	9
Direito	0	1	5	2	5	13
Economia	2	0	3	3	2	10
Frequência	11,00%	4,00%	33,00%	27,00%	25,00%	100%

Angústia: me sinto angustiado(a) quando minhas dívidas estão mais altas que meus rendimentos.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	1	1	3	2	5	12
Ciências Contábeis	2	0	4	3	0	9
Direito	1	1	1	3	6	13
Economia	2	0	0	2	7	10
Frequência	14,00%	4,00%	18,00%	24,00%	40,00%	100%

O dinheiro afeta meu humor.						
Curso	1	2	3	4	5	Total
Administração	1	1	3	4	3	12
Ciências Contábeis	1	2	2	3	1	9
Direito	0	0	5	3	5	13
Economia	1	0	5	2	2	10
Frequência	7,00%	7,00%	34,00%	27,00%	25,00%	100%

Fonte: Elaborado pela autora (2025)

Ao analisar os dados coletados, o medo financeiro, segundo Goleman (1996), pode ser um fator paralisante se não for bem gerenciado, mas também pode impulsionar ações positivas, como maior controle de gastos e planejamento financeiro. Aproximadamente 48,00% dos respondentes demonstram lidar com o medo de forma proativa, usando-o como um estímulo para equilibrar receitas e despesas. A raiva em situações de consumo impulsivo ou sob influência externa indica uma falta de controle dos impulsos, uma característica importante dentro da inteligência emocional. Embora 19 docentes reconheçam essa emoção, 10 estão indiferentes, o que pode sinalizar uma aceitação ou desmotivação em relação a comportamentos financeiros impulsivos e sem previsibilidade. Goleman (1996) ressalta que o controle de impulsos é fundamental para solvência financeira, enquanto Fiorelli (2018) destaca a raiva como uma emoção que, quando não gerenciada, pode levar a padrões de consumo destrutivos.

A maioria dos professores expressa felicidade ao atingir metas financeiras, o que demonstra uma forte capacidade de automotivação. Segundo Goleman (1996), essa habilidade é essencial para manter a disciplina em poupar e investir, gerando um ciclo positivo de satisfação financeira. Fiorelli (2018) classifica a felicidade como uma emoção que reforça o comportamento saudável, motivando a repetição de ações que levam a sensações agradáveis. A tristeza após falhas no planejamento é percebida com significância em vinte e três respondentes e pode indicar a autoconsciência, um dos pilares da inteligência emocional.

No entanto, a presença de tristeza sem uma estratégia de correção pode levar à frustração ou à desmotivação. Fiorelli (2018) destaca que, quando bem administrada, a tristeza pode impulsionar mudanças positivas, como revisar os hábitos financeiros e buscar maior controle. Do mesmo modo, a angústia é percebida por 40,00% dos docentes quando o nível de gastos, supera o de ganho, essa emoção também pode atuar como uma força motivadora, para adequação das decisões financeiras e conseqüentemente melhoria dos resultados. Contudo, a felicidade e o medo são as emoções mais predominantes na coleta dos dados, o que pode sugerir que muitos docentes as utilizam como combustível para comportamentos financeiros conscientes.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo buscou analisar quais aspectos emocionais e comportamentais, no campo de estudo da educação financeira, estão presentes na execução do planejamento e orçamento financeiro pessoal dos docentes do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) - Campus Governador Valadares. Ademais, também foi delineado quatro objetivos específicos, i) analisar o conhecimento em educação financeira dos docentes investigados; ii) identificar a realização e os mecanismos utilizados pelos docentes no controle financeiro pessoal; iii) verificar como os aspectos emocionais e comportamentais identificados influenciam no cumprimento do planejamento financeiro; iv) comparar a prática de planejamento financeiro entre os docentes da universidade. A amostra coletada foi de 44 docentes, sendo treze (13) do curso de Direito, doze (12) da Administração, dez (10) de Economia e nove (9) do curso de Ciências Contábeis.

A educação financeira, quando integrada a um planejamento orçamentário eficiente, proporciona a organização das finanças e a previsibilidade das entradas e saídas de recursos. Isso permite um acompanhamento constante dos níveis de investimentos e gastos, além de facilitar o gerenciamento de metas financeiras de curto, médio e longo prazo. Entre os docentes

pesquisados, a planilha eletrônica foi apontada como a ferramenta mais utilizada para o controle orçamentário, seguida pelo uso tradicional do papel.

Em relação ao controle financeiro, os dados indicam que grande parte dos professores realizam previsões e monitoram suas despesas, acompanhando regularmente os saldos bancários e as faturas de cartão de crédito. Esse comportamento foi mais notável entre os professores dos cursos de Ciências Contábeis e Direito, o que pode refletir a afinidade desses profissionais com práticas de gestão e controle financeiro.

A análise do comportamento dos docentes em relação às suas decisões de consumo revela uma relação entre o estado emocional e os hábitos de compra. O consumo é associado em maior frequência à sensação de recompensa, especialmente em momentos de conquista ou realização de metas, o que demonstra que o consumo pode servir como uma forma de reforço positivo. Segundo a análise de dados os docentes são mais propensos ao gasto quando se sentem felizes, do que quando se sentem tristes. Ademais, mais da metade dos docentes relatam que o dinheiro afeta o seu humor.

O fato de aproximadamente 52,00% dos professores, reconhecer que o dinheiro afeta o seu estado emocional, indica a importância das condições financeiras na saúde mental e emocional. A relação entre a falta de dinheiro ou o endividamento ocasiona um impacto negativo no estado emocional, que reflete como as dificuldades financeiras podem influenciar diretamente a qualidade de vida e o bem-estar psicológico do indivíduo.

Os dados indicam que a maioria dos docentes possuem conhecimento sobre educação financeira, com 66,00% tendo estudado tópicos relacionados ao tema durante sua formação acadêmica. Esse conhecimento pode estar relacionado ao nível de autocontrole demonstrado por alguns professores nas suas decisões de consumo, tendo em vista que apenas uma pequena parcela afirma ser influenciada a consumir determinada mercadoria ou serviço por meio de estratégias de marketing e divulgação recorrente em plataformas. Em suma, os docentes apresentam uma postura mais inflexível aos anúncios promocionais e priorizam o cumprimento dos gastos previamente estabelecidos, demonstrando um foco na disciplina financeira.

Torna-se evidente a presença da inteligência emocional na execução do orçamento pessoal dos docentes, visto que, uma considerável parcela dos respondentes afirma perceber habilidades de automotivação, autocontrole, resiliência e persistência nos assuntos monetários. Capacidades essas fundamentais para obter uma boa saúde financeira. Ademais, de forma geral os docentes apresentam um comportamento mais conservador, precavido e responsável quando o assunto é finanças. Logo, se preocupam com as escolhas intertemporais e na solvência

financeira de longo prazo, esse perfil é predominante nos docentes dos cursos de Ciências Contábeis e Economia. Por outro lado, cerca de 10,00% dos respondentes adotam uma abordagem mais imediatista e impulsiva em suas decisões financeiras, com foco no curto prazo, esse perfil prevalece entre os docentes dos cursos de Administração.

Portanto, ao verificar os dados coletados, observa-se que os docentes do curso de Administração estão mais insatisfeitos com o seu controle financeiro pessoal, são mais suscetíveis a gastos não planejados motivados por emoções e impulsos, além de apresentarem maior probabilidade em reduzir o nível de investimentos e poupança. Em contraste, os docentes do curso de Direito se destacam pela sua assiduidade no gerenciamento financeiro, adotando atitudes mais racionais e cumprindo com mais eficácia o planejamento financeiro estabelecido. Esse perfil reflete um comportamento mais metódico e estratégico em relação ao consumo e à gestão da renda.

Os docentes do curso de Ciências Contábeis apresentam características semelhantes aos de Direito, com uma abordagem mais racional e disciplinada em relação às finanças. No entanto, eles se mostram mais suscetíveis às estratégias de marketing das lojas e ao consumo relacionado à gratificação por metas alcançadas, evidenciando uma combinação de controle financeiro com um certo prazer relacionado a recompensas pessoais. Por fim, os docentes do curso de Economia demonstram uma maior aversão a gastos impulsivos motivados pelo estado emocional, bem como uma forte resistência a juros e encargos financeiros. Eles preferem compras à vista e se destacam, junto aos de Ciências Contábeis, como os mais satisfeitos com a forma como gerenciam sua renda, refletindo um comportamento financeiro mais conservador e focado na segurança financeira.

Dessa forma, a integração entre inteligência emocional, controle orçamentário e educação financeira se mostra essencial para uma gestão financeira eficaz. Ao reconhecer o impacto das emoções nas finanças pessoais, os indivíduos podem fortalecer seus mecanismos de planejamento, ajustando hábitos e comportamentos para alcançar suas metas financeiras de maneira sustentável e equilibrada.

Portanto, o trabalho busca contribuir na esfera acadêmica, por meio do incentivo dos estudos voltados a educação financeira, finanças comportamentais e a influência cognitiva nas tomadas de decisões financeiras e no planejamento financeiro pessoal. Conseqüentemente, este estudo possui impacto positivo significativo na esfera social.

Dessa forma, considera-se que os objetivos estabelecidos na pesquisa foram plenamente alcançados. Como limitação, a pesquisa contou apenas com os docentes do Instituto de Ciências

Sociais Aplicadas da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) - Campus Governador Valadares, as conclusões não podem ser generalizadas para todos os docentes da universidade. Bem como, não foram consideradas variáveis sociodemográficas, socioculturais e socioeconômicas dos respondentes.

Sugere-se que a mesma pesquisa seja feita com os docentes da área da saúde, a fim de comparar e averiguar o planejamento financeiro desses que possuem formação acadêmica mais distinta dos docentes das ciências sociais aplicadas. Assim como, é sugerido que futuras pesquisas possam reavaliar esses construtos, a fim de identificar novos fatores que possam contribuir para uma compreensão mais profunda do controle financeiro pessoal. Além disso, é importante investigar nas teorias econômicas e comportamentais elementos que envolvem a tomada de decisão, especialmente os aspectos que conectam o comportamento emocional e racional, para analisar como esses fatores influenciam a autoavaliação financeira pessoal. Essa abordagem integradora pode ampliar as perspectivas sobre como as pessoas gerenciam suas finanças, considerando tanto as variáveis emocionais quanto as cognitivas, possibilitando a construção de estratégias mais eficazes e personalizadas para o controle financeiro pessoal.

6. REFERÊNCIAS

CAROTA, José Carlos. *Educação financeira: orçamento pessoal e investimentos*. 1. ed. Rio de Janeiro: Freitas Bastos, 2021. E-book. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 22 jul. 2024.

PRADO, Rosane de Souza. *Educação financeira no ensino fundamental I*. 2013. Monografia (Licenciatura em Pedagogia) - Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Disponível em: <http://www.ffp.uerj.br/arquivos/dedu/monografias/rsp.pdf>. Acesso em: 06 ago. 2024.

MACEDO JUNIOR, Jurandir Sell. *A árvore do dinheiro: guia para cultivar a sua independência financeira*. Florianópolis: Insular, 2013.

CERIBELI, Hugo B. de; MERLO, Edson M. *Comportamento do consumidor*. 1. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2014. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/user/signin?userCheckReturnTo=/reader/books/978-85-216-2538-4>. Acesso em: 31 jul. 2024.

ANDRADE, Norberto Almeida de. *Comportamento do consumidor aplicado ao neuro marketing*. 1. ed. Rio de Janeiro, RJ: Freitas Bastos, 2023. E-book. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 08 ago. 2024.

ÁVILA, Leandro. *Independência financeira*. São Paulo: Clube dos Poupadores, 2018.

DIAS, Emerson Weslei. *Finanças comportamentais: desejos, tentações e felicidade*. 1. ed. Curitiba: Intersaberes, 2022. E-book. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 05 ago. 2024.

KOTLER, Philip; KELLER, Kevin Lane. *Administração de marketing*. 12. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2006.

KARSAKLIAN, Eliane. *Comportamento do consumidor*. São Paulo: Atlas, 2004.

HAWKINS, Delbert. *Comportamento do consumidor*. Rio de Janeiro: Grupo GEN, 2018. E-book. ISBN 978-85-9515-237-3. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595152373/>. Acesso em: 27 ago. 2024.

GALLERY, Nicholas; GALLERY, Greg; BROWN, Ken; PALM, Craig. *Financial literacy and pension investment decisions*. Financial Accountability & Management, EUA, 2011.

TRAVASSOS, Marcos. *Contabilidade básica: atualizada pelas leis nº 11.638/2007 e nº 11.941/2009 e regras emitidas pelo Comitê de Pronunciamentos Contábeis*. 1. ed. Rio de Janeiro, RJ: Freitas Bastos, 2022. E-book. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 27 ago. 2024.

RIBEIRO, Osni Martins. *Contabilidade geral*. Rio de Janeiro: Grupo GEN, 2017. E-book. ISBN 978-85-472-2081-5. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788547220815/>. Acesso em: 27 ago. 2024.

MARION, José Carlos. *Contabilidade básica*. São Paulo: Atlas, 2018.

GRIFFIN, Michael Patrick. *Contabilidade e finanças: série fundamentos*. 1. ed. Rio de Janeiro: Grupo GEN, 2012. E-book. ISBN 978-85-0218-016-1. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788502180161/>. Acesso em: 02 set. 2024.

BONHO, Fabiana Tais; MARTINS, Filipe S. de Souza; ALVES, Aline. *Contabilidade básica*. Porto Alegre: Grupo A, 2019. E-book. ISBN 978-85-95027-41-1. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595027411/>. Acesso em: 04 set. 2024.

BM & FBOVESPA. *Orçamento pessoal*. Disponível em: http://03_Planilha_BMeFBovespa_OrçamentoPessoalEdu. Acesso em: 02 set. 2024.

FACHIN, Odília. *Fundamentos de metodologia*. Rio de Janeiro: Grupo GEN, 2017. E-book. ISBN 978-85-0263-655-2. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788502636552/>. Acesso em: 05 set. 2024.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. *Metodologia científica*. Rio de Janeiro: Grupo GEN, 2022. E-book. ISBN 978-65-5977-067-0. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786559770670/>. Acesso em: 05 set. 2024.

LEITE, Luciano S. *Psicologia comportamental*. Rio de Janeiro: Grupo GEN, 2020. E-book. ISBN 978-85-3653-301-8. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788536533018/>. Acesso em: 16 set. 2024.

CARDOSO, Letycia. *No Brasil, 16 milhões de consumidores têm mais de três cartões de crédito*. O Globo, Rio de Janeiro, 03 set. 2023. Disponível em: <https://oglobo.globo.com/economia/noticia/2023/09/03/no-brasil-16-milhoes-de-consumidores-tem-mais-de-tres-cartoes-de-credito.ghtml>. Acesso em: 23 set. 2024.

FERREIRA, Vera Rita de Moraes. *A cabeça do investidor: conheça suas emoções para investir melhor*. Rio de Janeiro: Editora Alta Books, 2023. E-book. ISBN 978-85-508-1740-8. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788550817408/>. Acesso em: 16 set. 2024.

ROCHA, Livia de Carvalho; MARTINS, Felipe de Almeida; OLIVEIRA, Aline dos Santos; SILVA, Renata Cristina. *Treino em reconhecimento de emoções*. Barueri: Editora Manole, 2021. E-book. ISBN 978-65-5576-980-7. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786555769807/>. Acesso em: 16 set. 2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. *Informações atualizadas sobre tecnologias da informação e comunicação*. Disponível em: <https://educa.ibge.gov.br/jovens/materias-especiais/21581-informacoes-atualizadas-sobre-tecnologias-da-informacao-e-comunicacao.html>. Acesso em: 24 set. 2024.

FUNDAÇÃO GETÚLIO VARGAS. *Retrospectiva 2023: país tem mais de dois dispositivos digitais por habitante, revela pesquisa*. Disponível em: <https://portal.fgv.br/noticias/retrospectiva-2023-pais-tem-mais-dois-dispositivos-digitais-habitante-revela-pesquisa>. Acesso em: 16 set. 2024.

VALOR ECONÔMICO. *E-commerce está em crescimento há dez anos*. Disponível em: <https://valor.globo.com/patrocinado/dino/noticia/2024/04/09/e-commerce-esta-em-crescimento-ha-dez-anos.ghtml>. Acesso em: 25 set. 2024.

AGÊNCIA VISIA. *Brasileiro fica 3 horas e 31 minutos por dia nas redes sociais*. Disponível em: <https://www.agenciavisia.com.br/news/brasileiro-fica-3-horas-e-31-minutos-por-dia-nas-redes-sociais/>. Acesso em: 30 set. 2024.

SIMON, Herbert Alexander. "A behavioral model of rational choice". *Quarterly Journal of Economics*, v. 69, n. 1, fev. 1955, p. 99-118. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/brasileiros-passam-em-media-56-do-dia-em-frente-as-telas-de-smartfones-computadores/>. Acesso em: 01 out. 2024.

FORBES BRASIL. *62% dos consumidores fazem até cinco compras online por mês, aponta pesquisa*. <https://forbes.com.br/para-ser-dinheiro/202/07/62-dos-consumi-f-um-ci-c-online-por-mes-aponta-pesqui>. Acesso em: 24 nov. 2024.

BARNHART, William R.; BRADEN, Abigail L.; JORDAN, Alexa K. *A alimentação emocional negativa e positiva interage exclusivamente com a facilidade de ativação, intensidade e duração da reatividade emocional para prever o aumento da compulsão alimentar*. *Apetite*, <http://dx.doi.o/10.1016/j.apetite.2020.104688>. Acesso em: 24 nov. 2024.

ALVARENGA, Marle. *Nutrição comportamental* 2a ed. . 2ª edição. Barueri: Manole, 2019. E-book. pág.245. ISBN 9788520456163. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788520456163/>. Acesso em: 24 nov. 2024.

INFOMONEY. *Sete a cada dez brasileiros acreditam que falta de dinheiro afeta a saúde emocional*. <https://www.infomoney.com.br/minhas-financas/sete-a-cada-dez-brasileiros-acreditam-que-falta-de-dinheiro-afeta-a-saude-emocional/>. Acesso em: 08 dez. 2024.

SOUZA, Isabel C. Weiss de. *Mindfulness e terapia cognitivo-comportamental*. Barueri: Manole, 2020. E-book. p.27. ISBN 9786555760330. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786555760330/>. Acesso em: 08 dez. 2024.

FIGURELLI, José O. *Psicologia para Administradores: Razão e Emoção no Comportamento Organizacional*. Rio de Janeiro: Atlas, 2018. 10. edição. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/leitor/livros/9788597016116/>. Acesso em: 13 jan. 2025.

RIVA, Gabriel. *Psicologia e dinheiro: o impacto das emoções nas decisões financeiras*. UOL Economia, <https://economia.uol.com.br/mais/pagbank/2023/09/29/impacto-emoções-dec-financieiras.htm>. Acesso em: 13 jan. 2025.

MARQUES, Fred. *A armadilha do “vou comprar porque mereço”*. Warren Magazine, <https://warren.com.br/magazine/comprar-merecimento>. Acesso em: 13 jan. 2025.

OLIVEIRA, Ana. *Você pratica shopping terapia? Acha que resolve seus problemas comprando?* Jornal em pauta, <https://jornalempauta.com.br/voce-pratica-shopping-terapia-acha-que-resolve-seus-problemas-comprando-2/>. 2018. Acesso em: 13 jan. 2025.