



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE- CCBS  
CURSO DE PSICOLOGIA**

**JÉSSICA FÉLIX MACIEL**

**RESILIÊNCIA E ENVELHECIMENTO: UM OLHAR DE POSSIBILIDADES À LUZ  
DA LOGOTERAPIA**

**CAMPINA GRANDE  
2016**

**JÉSSICA FÉLIX MACIEL**

**RESILIÊNCIA E ENVELHECIMENTO: UM OLHAR DE POSSIBILIDADES À LUZ  
DA LOGOTERAPIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Formação e Licenciatura em Psicologia

Orientadora: Prof. Ms. Lorena Bandeira Melo de Sá

**CAMPINA GRANDE  
2016**

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano da dissertação.

M152r Maciel, Jéssica Félix.

Resiliência e envelhecimento [manuscrito] : um olhar de possibilidades à luz da logoterapia / Jéssica Félix Maciel. - 2016. 34 p.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2016.

"Orientação: Profa. Ma. Lorena Bandeira Melo de Sá, Departamento de Psicologia".

1. Resiliência. 2. Logoterapia. 3. Sentido de vida. 4. Envelhecimento. I. Título.

21. ed. CDD 616.891 6

JÉSSICA FÉLIX MACIEL

**RESILIÊNCIA E ENVELHECIMENTO: UM OLHAR DE POSSIBILIDADES À  
LUZ DA LOGOTERAPIA**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado ao Departamento de  
Psicologia da Universidade Estadual da  
Paraíba, como requisito parcial à  
obtenção do título de Formação e  
Licenciatura em Psicologia

Orientadora: Prof. Ms. Lorena Bandeira  
Melo de Sá

Aprovada em: 21/10/2016.

BANCA EXAMINADORA

Lorena Bandeira Melo de Sá  
Prof. Ms. Lorena Bandeira Melo de Sá (Orientadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Marinalva da S. Mota  
Prof. Ms. Marinalva da Silva Mota  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Manoel Freire de Oliveira Neto  
Prof. Dr. Manoel Freire de Oliveira Neto  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



A minha família, pela dedicação, companheirismo, amizade, e amor  
DEDICO.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, à Deus, por ter me dado saúde e força para superar as dificuldades, pois sem Ele e minha família não seria possível torna-me Psicóloga.

À minha querida orientadora Lorena Bandeira, por apresentar-me a Logoterapia e me deixar encantada, pela dedicação, carinho e compreensão durante as orientações.

A minha mãe Maria José, e meu pai Derivan, por sempre me incentivarem, por nunca medirem esforços para tornar meu sonho realidade, e acima de tudo, por me fazerem acreditar que filha de agricultora e eletricista é capaz de conquistar seus objetivos. Amo vocês infinitamente.

Aos meus irmãos (Rodolfo e Joyce) e meu sobrinho (Natanael) por me permitirem vivenciar valores experienciais.

A Juzênio, meu noivo, amigo, companheiro e confidente por sempre acreditar nos meus sonhos e incentivar-me a conquistá-los. Obrigada por todo amor que tem por mim, sempre serei grata.

As minhas “condonguinhas”, Thaíla (my partner forever), Sabrynna, Micaelly, Sara e Kale pelos momentos de amizade, apoio, fofocas e conversas. As aulas com vocês tornaram-se mais leves, as provas tornaram-se fáceis e o curso tornou-se mais lindo.

Aos idosos (as) da UAMA, com vocês aprendi que a vida é repleta de sentidos e valores.

Que novos desafios surjam e que sejam ainda mais cheios de sentidos. A todos vocês muito obrigada!

“O importante não é que seja jovem ou velho (...) o decisivo é a questão de se seu tempo e sua consciência têm um objetivo, ao qual esta pessoa se entrega, e se ela mesma tem a sensação, apesar de sua idade, de viver uma existência valiosa e digna de ser vivida (...) a sensação de existir para algo ou alguém.” (Viktor Frankl)

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>08</b>
<b>2 ENVELHECIMENTO .....</b>	<b>09</b>
<b>2.1 RESILIÊNCIA .....</b>	<b>12</b>
<b>2.2 CONTRIBUIÇÕES DA LOGOTERAPIA FRENTE AO ENVELHECIMENTO E A RESILIÊNCIA .....</b>	<b>14</b>
<b>3 METODOLOGIA .....</b>	<b>18</b>
<b>3.1 DESCRIÇÃO DO ESTUDO .....</b>	<b>18</b>
<b>3.2 CARACTERIZAÇÃO DO LOCAL DA PESQUISA: .....</b>	<b>18</b>
<b>3.3 PARTICIPANTES .....</b>	<b>18</b>
<b>3.4 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS .....</b>	<b>19</b>
<b>3.5 PROCEDIMENTO PARA COLETA DE DADOS .....</b>	<b>19</b>
<b>3.6 PROCEDIMENTO PARA ANÁLISE DE DADOS .....</b>	<b>19</b>
<b>3.7 CONSIDERAÇÕES ÉTICAS .....</b>	<b>20</b>
<b>4 RESULTADOS E DISCURSSÃO .....</b>	<b>20</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>30</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>32</b>

## **Resiliência e Envelhecimento: Um Olhar de Possibilidades À Luz da Logoterapia**

Maciel, Jéssica Félix\*

### **RESUMO**

O presente artigo propõe averiguar a relação entre a resiliência e o sentido de vida, perante o envelhecimento humano, sob a ótica de mulheres acima de 60 anos. A pesquisa foi realizada na Universidade Aberta à Maturidade – UAMA. A mesma é direcionada a alunos (as) idosos (as), com idade a partir de 60 (sessenta) anos. Parte-se da concepção de que envelhecer torna-se um processo que envolve grandes experiências, sejam positivas ou negativas, e através da resiliência pode-se compreender como o idoso, diante de tais situações negativas encontram sentido para sua vida. A amostra dessa pesquisa é composta de 12 mulheres com idades entre 60 (sessenta) e 80 (oitenta) anos, alunas da UAMA; e a metodologia proposta é um estudo qualitativo, utilizando questionário sócio-demográfico, e de entrevista semi-estruturada que foram analisados a partir do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC). Nos resultados, o estudo demonstrou que a partir do discurso das alunas é possível perceber uma relação entre resiliência e sentido de vida, evidenciando a importância do suporte familiar e religioso, como também da UAMA para superação das adversidades que surgem no decorrer do envelhecimento, demonstrando assim, que a vida sempre tem sentido independente das circunstâncias que o ser humano esteja vivendo.

Palavras-chave: resiliência; sentido de vida; envelhecimento.

---

\*Aluna de Graduação em Psicologia na Universidade Estadual da Paraíba – Campus I.  
Email: jessicafelixmaciel@hotmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

A velhice é compreendida como um acontecimento biológico, social e psicológico. A pessoa mais velha, é definida como idosa (o) quando chega aos 60 anos. Porém o conceito de idade é multidimensional, e envelhecer possui outras dimensões que superam as dimensões da idade cronológica (IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008, pp. 586).

As divisões cronológicas da vida do ser humano não são absolutas e não correspondem sempre às etapas do processo de envelhecimento natural. A velhice não é definida por simples cronologia, mas pelas condições físicas, funcionais, mentais e de saúde das pessoas, o que equivale a afirmar que pode ser observada diferentes idades biológicas e subjetivas em indivíduos com a mesma idade cronológica (SAN MARTIN & PASTOR apud IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008, pp. 589)

Envelhecer corresponde a um período de acúmulo de experiências para cada pessoa, a medida que essas experiências são recordadas, surgem sentimentos de alegria e tristeza e a certeza foram vividos da melhor forma possível.

Segundo Irigaray & Schneider (2008), os idosos podem apresentar uma imensa capacidade de se adaptarem a novas situações e de pensar estratégias que sirvam como fatores protetores, demonstrando uma capacidade de resiliência muito significativa na vida dos mesmos.

A resiliência é a capacidade de transformar uma situação de dor em possibilidade de crescimento, ou capacidade humana para enfrentar, sobrepor-se e ser fortalecido ou transformado por experiências de adversidade (GROTBERG, 2002 apud MAHFOUD & SILVEIRA, 2008, pp.569). As adversidades após superadas são capazes de tornar o indivíduo ainda mais fortalecido para enfrentar a situações similares, protegendo assim o indivíduo.

Frankl (1993) fundador da Logoterapia, apresenta uma perspectiva teórica que compreende o sujeito a partir de três dimensões: biológica, psicológica e espiritual ou noética, sendo esta última, o cerne do sujeito, dimensão saudável que o propulsiona para a busca de um sentido de vida.

Segundo a Logoterapia o sentido de vida, sentido do sofrimento, autodistanciamento, autotranscendência e a realização de valores criativos, vivenciais e especialmente os de atitude, são capazes de fazer com que o ser humano que envelhece e passa por situações irreparáveis e irreversíveis compreenda e supere as situações desagradáveis que ocorrem no decorrer de sua vida, favorecendo assim sua capacidade de resiliência.

Portanto, a resiliência no período que abarca o envelhecimento se torna

imprescindível, visto que a vontade de sentido de vida continua existindo apesar das experiências negativas que alguns idosos vivência.

A partir disso, este artigo, tem como objetivo verificar a relação entre a resiliência e a vontade de sentido de vida perante o envelhecimento, foi realizada uma pesquisa qualitativa com os alunos da Universidade Aberta à Maturidade – UAMA; com base na análise temática do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC), proposta por; Lefèvre, Lefèvre, Crestana e Cornetta (2003). A relevância social e científica do presente estudo institui-se pela corroboração de teorias como a Logoterapia, que através dos seus conceitos são capazes de auxiliar o indivíduo em uma maior capacidade de resiliência.

## **2 ENVELHECIMENTO**

O interesse pela população que envelhece vem crescendo de forma significativa, despertando estudos em diversas áreas do conhecimento, devido ao processo de envelhecimento que o Brasil vem passando nos últimos anos. Segundo o IBGE (2012), supõe que até os anos 60, a população brasileira que era extremamente jovem, com menos de 31,7% para 51,8%, nos últimos dez anos, o que significa dizer que há um idoso para cada duas pessoas de 15 anos ou menos.

Recentemente, é possível perceber uma proliferação dos termos utilizados para se referir as pessoas que envelhecem. Entre os termos mais comuns estão terceira idade, melhor idade, adulto maduro, idoso, velho, meia idade, maturidade, idade maior e idade madura (NERI & FREIRE, 2000, apud IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008).

Ainda é comum que a maior parte das pessoas mais velhas resista a ser chamada de velho. O autor Ferreira (2000), apud Irigaray & Schneider (2008), define a palavra velho da seguinte forma: pessoa muito idosa, antigo, gasto pelo tempo, experimentador, veterano, que há muito tempo exerce uma profissão ou tem certa qualidade, desusado, obsoleto. Nesta breve definição, é possível perceber os vários sentidos negativos da palavra velho e entender que ninguém gostaria de ser tratado como algo descartado, ultrapassado e fora de moda.

Já para o autor Gibson (2000) apud Irigaray & Schneider (2008), a palavra velho não significa decrepitude, desgaste, fora de modo, mas meramente se refere ao número de anos que a pessoa viveu. As palavras na maioria das vezes trazem consigo uma forte associação, fazendo com que o ser humano reflita sobre como ele mesmo se auto define, como uma pessoa velha, mas cheia de coragem para continuar vivendo, ou velha ao ponto de que nada mais lhe proporcionará momentos bons, fazendo jus a definição de Ferreira sobre ser velho.

A relação entre os aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e culturais é fundamental na categorização de um indivíduo como velho ou não. A pessoa é definida como idosa quando chega aos 60 anos, independentemente de seu estado biológico, psicológico e social. Entretanto, o conceito de idade é multidimensional e não é uma boa medida do desenvolvimento humano. (IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008, pp. 586).

Segundo Papalia, Olds & Feldman (2006) apud Irigaray & Schneider (2008) existem três grupos de pessoas mais velhas: os idosos jovens, os idosos velhos e os idosos mais velhos. O termo “idosos jovens” geralmente se refere a pessoas de 65 a 74 anos, que costumam estar ativas, cheias de vida e vigorosas. Os “idosos velhos”, de 75 a 84 anos, e os “idosos mais velhos” de 85 anos ou mais, são aqueles que têm maior tendência para a fraqueza e para a enfermidade, e podem ter dificuldades para realizar algumas atividades da vida diária.

A distinção entre idosos jovens, idosos velhos e idosos mais velhos pode auxiliar no entendimento de que o envelhecimento não é algo determinado pela idade cronológica, mas é consequência das experiências passadas, da forma como se vive e se administra a própria vida no presente e de expectativas futuras (IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008, pp. 586).

O envelhecimento não se dá nem transcorre da mesma forma para todos, as diferenças na forma de envelhecer são influenciadas por circunstâncias históricas, culturais, por fatores intelectuais e de personalidade e também de acordo com a rede social de apoio na qual se encontra o idoso (NERI, 2008, apud IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008). O processo de envelhecimento é uma experiência heterogênea, vivida como uma experiência individual. Algumas pessoas, com 60 anos já apresentam alguma incapacidade, já outras cheias de vida e energia aos 85 anos (BEE, 1997, apud IRIGARAY & SCHNEIDER 2008).

Definir o início da velhice é uma função complicada porque é difícil a popularização em relação à velhice, e há diferenciações significativas entre diferentes tipos de idosos e velhices. A idade é um fator predeterminado, mas o que ocorre durante os anos é característico e exclusivo da pessoa.

Segundo Irigaray & Schneider (2008), o envelhecimento humano, é cada vez mais entendido como um processo influenciado por diversos fatores como gênero cultural, classe social, padrões de saúde individual e coletivos da sociedade, entre outros.

O envelhecimento humano pode ser assimilado como um processo complexo e composto pelas distintas idades: cronológica, biológica, social e psicológica.

- Idade cronológica:



De acordo com Hoyer e Roodin (2003) apud Irigaray & Schneider (2008), a idade cronológica é um dos meios mais usuais e simples de se obter informações sobre uma pessoa, pois mensura passagem do tempo decorrido em dias, meses e anos desde o nascimento. Contudo, o conceito de idade é multidimensional, por isso, a idade cronológica não se torna uma boa medida da função desenvolvimental. A idade se torna um mero marcador de anos aproximado do processo que influencia o comportamento ao longo do tempo.

- Idade biológica:

A idade biológica é definida pelas modificações corporais e mentais que ocorrem ao longo do processo de envelhecimento humano, que pode ser compreendida como um processo que se inicia antes do nascimento do indivíduo e se estende por toda a existência humana (IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008).

- Idade social:

A idade social é definida pela obtenção de hábitos e status social pelo indivíduo, para o preenchimento de muitos papéis sociais ou expectativas em relação às pessoas de sua idade, em sua cultura e em seu grupo social (IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008, pp. 590). Para Neri (2005), apud Irigaray & Schneider (2008), a idade social diz respeito a avaliação do grau de adaptação de um indivíduo ao desempenho dos papéis e dos comportamentos esperados para as pessoas de sua idade, num dado período da história de cada sociedade.

Socialmente, a pessoa é determinada como idosa a partir do momento em que deixa o mercado de trabalho. Com a aposentadoria, muitas vezes se percebe um rompimento abrupto das relações sociais com outras pessoas com as quais o indivíduo conviveu durante muitos anos (IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008, pp. 591). Para algumas pessoas a aposentadoria significa o desengajamento da vida social e, para outros, o início de uma vida social prazerosa, composta por atividades e lazer.

- Idade psicológica:

De acordo com Neri (2005), apud Irigaray & Schneider (2008), o conceito de idade psicológica pode ser referir a relações que existe entre a idade cronológica e às capacidades psicológicas, tais como percepção, aprendizagem e memória, as quais anunciam o potencial de funcionamento futuro do indivíduo.

Durante o processo de envelhecimento normal, algumas capacidades cognitivas como a rapidez de aprendizagem e a memória diminuem naturalmente com a idade. No entanto, essas perdas podem ser compensadas por ganho em sabedoria, conhecimento e experiências (IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008, pp. 591).

De acordo com World (2005), apud Irigaray & Schneider (2008) a idade psicológica,

também pode ser definida pelos padrões de comportamento obtidos e sustentados ao longo da vida e tem uma influência direta na forma como as pessoas envelhecem.

O envelhecimento é o efeito de uma construção que o indivíduo fez durante toda a vida. Ao longo dos anos o indivíduo vai envelhecendo e vivenciando momentos marcantes, momentos esses que são motivo de alegrias, felicidades e até mesmo momentos difíceis, mas sempre exercem um controle sobre a própria vida. Homens e mulheres que se preparam para envelhecer e se adaptam a mudanças fazem um melhor ajuste em sua vida depois dos 60 anos (WORLD, 2005, apud IRIGARAY & SCHNEIDER, 2008).

Segundo Irigaray & Schneider (2008), estudos recentes apontam que os idosos podem apresentar capacidade de se adaptar a novas situações e de pensar táticas que sirvam como fatores protetores, constatando uma capacidade de resiliência significativa na vida dos indivíduos.

## **2.1 RESILIÊNCIA**

As primeiras pesquisas sobre resiliência tiveram início no hemisfério norte, assumindo nos Estados Unidos e Inglaterra uma perspectiva comportamentalista, pragmática centrada no indivíduo. Estendendo-se por toda a Europa, receberam enfoques psicanalíticos. E, chegando à América Latina, tornaram-se enfocados na comunidade, como forma de reação aos problemas, sociais. No início das pesquisas, em geral, havia uma ênfase na infância; depois abrangeram outras etapas da vida, bem como problemas mais específicos, por exemplo, violência e incapacidade (MELILLO, OJEDA & RODRIGUEZ, 2004, apud MAHFOUD & SILVEIRA, 2008, pp. 569).

A resiliência é um termo próprio da física e se refere à capacidade de os corpos responderem a choques, golpes ou pressão, comprovando a resistência do material frente ao impacto. Mede a capacidade do corpo para recuperar-se, retroceder e reassumir sua forma e tamanho original depois de ser comprimido, apertado, dobrado ou esticado.

O termo, assumido pelas ciências sociais, refere-se à capacidade que a pessoa, sistema ou organização tem para resistir a situações difíceis ou mudanças provocadas em seu entorno (KOTLIARENCO, CACERES,; FONTECILLA, 1997, apud GARCIA, 2008, pp. 26). Neste âmbito, a resiliência é mais que o fato de suportar uma situação traumática, pois consiste, também, em reconstruir-se, em comprometer-se numa nova dinâmica da vida

(VANISTENDAEL,; LECOMTE, 2004, apud GARCIA, 2008, pp. 26).

Assim, a resiliência pode ser definida como a capacidade de transformar uma situação de dor em possibilidade de crescimento, ou capacidade humana para enfrentar, sobrepor-se e ser fortalecido ou transformado por experiências de adversidade (GROTBERG, 2002, apud MAHFOUD & SILVEIRA, 2008, pp.569). As adversidades após superadas são capazes de tornar o indivíduo ainda mais fortalecido para enfrentar situações similares, protegendo assim o indivíduo.

Nas últimas décadas a resiliência tem sido examinada de forma sistematizada a partir de trabalhos desenvolvidos com crianças expostas a múltiplos riscos psicossociais em seus ambientes. A partir de 1955, foram realizados 40 anos de observação em inúmeras famílias do Haváí desde o nascimento dos filhos até sua idade adulta. A proposta inicial era investigar os efeitos cumulativos da pobreza, do estresse perinatal e dos cuidados familiares deficientes no desenvolvimento físico, social e emocional das crianças ao longo da vida. Em 72 crianças, 33% foram identificados como sendo de risco devido à exposição a quatro ou mais fatores de risco incluindo pobreza, stress pré-natal, discórdias familiares e baixa escolaridade dos pais. Para a surpresa 10% desse grupo de alto risco não se desenvolveram problemas de adaptação ou ajustamento. Posteriormente, deu-se o nome de resiliência a esses indivíduos (WERNER, 1993, apud GARCIA, 2008, pp. 26).

A adoção do conceito de resiliência é que esse termo mudou o enfoque de um modelo patológico para focalizar nas capacidades humanas e sistemas adaptativos que promovem um desenvolvimento saudável (MASTEN, 2001, apud GARCIA, 2008, pp. 27). Ao invés de focar nos fatores negativos que permitem profetizar quem poderá sofrer algum dano, o foco está nos fatores positivos que às vezes extraordinariamente e de forma inesperada, protegem o indivíduo.

Fatores de risco são influências que ocorrem em qualquer nível sistêmico (família, indivíduo, comunidade, sociedade) que ameaçam os resultados de adaptação positivos. Os fatores de risco estão relacionados com toda sorte de eventos negativos de vida e operam de maneira diferente em períodos de desenvolvimento do indivíduo (CANELAS, 2004, apud MAHFOUD & SILVEIRA, 2008, pp.569).

Em contrapartida, os fatores ou mecanismos de proteção, são condições do ambiente capazes de favorecer o indivíduo ou grupo e de reduzir efeitos ou circunstâncias desfavoráveis

(CANELAS, 2004 apud MAHFOUD & SILVEIRA, 2008, pp.569). Os fatores de proteção podem partir de características socioemocional do próprio indivíduo, mas também podem se relacionar a características familiares e sociais.

O *Coping* religioso/espiritual (CRE) também é uma forma de auxílio para superações de adversidades. O CRE é o processo pelo qual o indivíduo, por meio de sua espiritualidade, crença ou comportamento religioso tenta entender e/ou lidar com importantes desafios pessoais ou situacionais em sua vida. Os pressupostos são: existência de uma experiência estressante; avaliação que a pessoa faz da situação – ameaça, dano ou desafio; recursos disponíveis para lidar com o estresse e responsabilidade ao lidar com determinada experiência (PANZINI, BANDEIRA, 2005 apud VIANNA, VITORINO, 2002).

A resiliência e a logoterapia de Viktor Emil Frankl, tem em comum o reconhecimento dos fatores protetores e a transformação das dificuldades em novas possibilidades. A resiliência requer um marco de valores que a logoterapia favorece ao identificar a dimensão espiritual no ser humano, mais além do biológico, do psicológico e social (GARCIA, 2008, pp. 28).

## **2.2 CONTRIBUIÇÕES DA LOGOTERAPIA FRENTE AO ENVELHECIMENTO E A RESILIÊNCIA**

Viktor Emil Frankl (1905-1997), fundador da Logoterapia, considerada terceira escola vienense de psicoterapia, parte da premissa que o homem busca um sentido para sua existência, a partir da concepção de que somos livres por nossas escolhas e proporcionalmente responsáveis.

Todo ser humano tem a vontade de buscar um sentido para a vida e esta vontade é precisamente a principal força motivadora da pessoa. O sentido da vida não só se encontra quando o ser humano é jovem em idade cronológica, encontra-se também durante o envelhecimento. Para Frankl (1989) o sentido da vida se configura com esta imagem do mundo, uma vez que, para ele, a existência possui uma pluralidade de significados e uma plenitude de sentido. Contudo, o sentido é diferente para cada ser humano, podendo variar de momento para momento, e de situação para situação. Não é necessário procurar um sentido que não atue com a realidade de vida, pois cada indivíduo realiza sua própria experiência de

vida, perante sua condição de ser único e irrepetível.

O ser humano, na medida em que envelhece, vai preenchendo a sua vida de sentidos, sentidos estes que podem ser encontrados de três diferentes formas: primeiro – criando algo ou praticando um ato; segundo – experimentado algo ou encontrando alguém e terceiro – pela atitude que tomamos em relação ao sofrimento inevitável, ou seja, o sentido pode ser encontrado no trabalho, no amor ou no sofrimento (FRANKL, 2002).

Cada pessoa é única e insubstituível, como já foi mencionado anteriormente, então, o sentido é exclusivo e específico de cada um. O sentido a ser realizado no momento é transitório, ou seja, precisa ser cumprido naquele instante. Além disto, existe o caráter de autotranscendência do sentido, isto é, diz respeito a algo ou alguém que está fora da pessoa. Quando a pessoa encontra o sentido de sua vida, descobre aquilo que pode fazer e que exprime sua unicidade, a sua missão diante da vida.

O ser humano ao olhar para o passado pode encontrar sentido, nos momentos vivenciados e que tiveram um grande significado para os mesmos. Segundo Frankl (1993) o passado torna-se, então, um “celeiro” onde se registram momentos cheios de sentido e que não podem ser retirados da pessoa, pois já são realidade consumada.

Na medida em que o ser humano envelhece, ocorrem situações agradáveis e situações desagradáveis, deixando o ser humano em situações limites. Essas situações limites impostas pela vida, faz o ser humano passar momentos de sofrimentos inevitáveis. O ser humano deve entender que o sofrimento faz parte da vida. A dor que pode ser evitada deve ser evitada, caso contrário seria masoquismo (FRANKL, 1993).

Perante as situações limite estabelecidas pela vida, o ser humano experimenta a tensão ao ter que tomar iniciativas para responder ao sofrimento e para desenvolver as capacidades que tem. A negação da realidade faz com que o ser humano caia num vazio existencial, uma frustração que vem da falta de sentido. Apesar das dificuldades, é preciso saber que há algo valioso na vida, e a capacidade de buscar um sentido diante do sofrimento é algo que precisa ser realizada. Para Frankl (1989), o homem não se destrói por sofrer, o homem se destrói por sofrer sem sentido. Sofrer significa agir, crescer, significa igualmente amadurecer.

O desenvolvimento de condutas resilientes diante dessas situações ao invés de renúncia, leva o homem a uma mudança de si, e conseqüentemente do contexto em que está.

A resiliência está em encontrar um sentido na vida em qualquer circunstância. Por mais difícil que a situação pareça, o ser humano quando quer encontrar sentido nas situações difíceis e superar as adversidades conseguem.

Segundo Frankl (2000), na presença das diversidades impostas, haverá o homem que dotar a vida de sentido nas situações mais difíceis, onde o que importa é dar testemunho da melhor e particular potencialidade humana. Transformar a tragédia, a doença, a deficiência ou o fracasso em um triunfo pessoal, em um sucesso humano. Quanto mais difícil a vida se encontra mais sentido será cobrado da mesma.

Então, se a vida tem sentido, também o sofrimento basicamente o terá. Frankl (1978), afirma o que foi mencionado anteriormente, o sentido do sofrimento só pode ser encontrado e dado por cada pessoa particularmente e dependerá da atitude que a pessoa tomar. Se os valores que lhe são oferecidos pela situação sofrida e pelo seu pesado destino, ela encontrará dignidade em seu sofrimento. Mesmo que seja quase impossível que este sentido seja compreendido racionalmente em uma situação extrema inevitável, ele existe.

Segundo Frankl (1993), o ser humano é livre para realizar um sentido e escolher o que fazer de sua vida, está liberdade expressa-se a cada momento vivenciado pelo ser humano. Como os momentos são passageiros, precisa-se vivenciar a atitude mais sensata, sem perder a chance de consolidar-se. Assim, estabelecer resiliência é algo que se faz a cada escolha, a cada momento. Cada momento bem vivido passa a ser uma realização armazenada no terreno do passado. Isto é, aquilo que foi vivenciado de forma positiva, não pode ser mudado. Os acontecimentos do passado não podem ser modificados, mas o sentido e a realização no passado, quando lembrados, constituem forças para viver melhor o presente e suportar as adversidades.

O ser humano no decorrer da sua trajetória para o envelhecimento passa por várias situações e experimenta diversos valores. Os valores vivenciados no seu dia a dia levam o ser humano a encontrar os seus sentidos de vida. Segundo Frankl (1989), os valores podem ser classificados em três categorias: valores criativos, valores vivenciais e valores atitude.

Os valores criativos incluem todas as nossas criações intelectuais, artísticas, de trabalho e realização profissional, que manifestam necessidades humanas fundamentais (XAUSA, 1986). A criatividade é uma probabilidade de dar respostas inéditas a solução de problemas, e neste aspecto, a resiliência está presente, pois a criatividade é o potencial que todo ser humano tem para modificar-se e inovar a sua realidade. Os valores criativos no idoso devem ser estimulados para que o mesmo perceba que é capaz de dar algo ao mundo através da arte, de ações voluntárias, entre outras, e que sua idade não impede de realizar as

atividades que lhe proporcionam bem-estar.

Os valores de experiência são valores que se manifestam na experiência vital ao viver a vida plenamente. Estar relacionado ao amor, ao que o indivíduo sente ou recebe do mundo, experimentando algo ou encontrando alguém (FRANKL, 1989). O idoso descobre que nos valores experiências ele pode receber do mundo, das pessoas algo em troca ao que é transmitido através dos valores criativos, podendo assim experienciar o amor e até mesmo a gratidão dos outros consigo mesmo.

Os valores de atitude são aqueles que surgem quando fatos inesperadas e irreversíveis acontecem acima da capacidade humana de supera-las. Frankl, (apud XAUSA, 1986), usando os termos da antropologia de Jaspers, fala na realização dos valores de atitude diante da tríade trágica da dor, da culpa e da morte. Considera privilegio específico do homem saber sofrer, assumir a culpa e considerar a transitoriedade e a finitude da vida. Na fase da velhice as situações devastadoras de ordem biológica, psicológica ou sociológica ocorrem com mais frequência, fazendo que o indivíduo use dos valores de atitudes e a resiliência, posicionando-se de forma digna frente ao sofrimento inevitável. O ser humano possui uma vontade gigantesca de erguer-se, de superar essas adversidades mudando a si mesmo e voltando assim a realizar os valores de criação e vivenciais.

Dessa forma, frente a uma situação de adversidade, é importante que o logoterapeuta estimule as capacidades humanas do sujeito, a fim de superar as adversidades e situações de crise psicológica. Tais capacidades humanas são denominadas recursos psicológicos (ORTÍZ, 2012).

O autor as define como sendo potencialidades inerentes que constituem o ser humano e constituem-se como principais elementos para o favorecimento das características antropológicas fundamentais da existência humana: o autodistanciamento e a autotranscendência.

Para o autodistanciamento, é necessária ao sujeito a percepção da autocompreensão (compreensão de si mesmo, consciência de si mesmo intencional); a autoregulação (capacidade humana de distanciar-se de si para se opor a seus mandatos psicofísicos) e a autoprojeção (capacidade de ver-se a si mesmo de outra forma, dirigir-se sua reflexividade a si mesmo) (ORTÍZ, 2012). Todos estes fatores são de extrema importância para o idoso, pois envolvem reflexão, sabedoria e capacidade crítica. Estes elementos estão presentes na dinâmica da resiliência.

Para a autotranscendência, é necessária ao sujeito a capacidade de diferenciação (capacidade de perceber o outro como legítimo outro); afetação (capacidade de deixar-se tocar

pelo valor ou sentido captado) e a entrega (atualização de si, saindo de si próprio em direção ao outro) (ORTÍZ, 2012).

Dessa forma, o sujeito que escolhe estimular a si próprio diante das possibilidades que a vida lhe apresenta, mesmo diante das dificuldades e situações irreversíveis, está propenso a dar um sentido, não apenas ao momento em que se encontra, mas à sua própria existência. A logoterapia, através da atuação frente ao estímulo dos recursos psicológicos, fortalece e contribui para a expressão da dimensão noética, favorecendo assim, a capacidade de resiliência.

### **3 METODOLOGIA**

#### **3.1 Descrição do estudo:**

O estudo para essa pesquisa é de cunho qualitativo descritivo, com base na análise temática do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC), proposta por Lefèvre, Lefèvre, Crestana e Cornetta (2003). E teve como objetivo discutir a relação entre a resiliência e a vontade de sentido de vida perante o envelhecimento humano, tendo como amostra os alunos da Universidade Aberta à Maturidade – UAMA.

#### **3.2 Caracterização do local da pesquisa:**

A Universidade Aberta À Maturidade – UAMA, é uma instituição direcionada a idosos com idade a partir de 60 (sessenta) anos. O objetivo da mesma é possibilitar aos idosos à participação em aulas de formação especial aberta à maturidade, aprofundando seus conhecimentos em diversas áreas como: saúde, educação, ciências agrárias, direito, letras, pedagogia, tecnologia, cultura, lazer e temas relacionados ao envelhecimento humano.

#### **3.3 Participantes:**

A população da pesquisa foi definida por conveniência. A pesquisa teve como critério de inclusão participantes com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos. Os participantes foram escolhidos de forma aleatória, sendo, assim, a coleta obtida de forma intencional (não probabilística).



### **3.4 Instrumentos de coleta de dados:**

Para coletar dados foi elaborada entrevista semi-estruturada e um questionário sociodemográfico. A entrevista semi-estrutura consistiu em cinco perguntas, que foram elaboradas de acordo com os objetivos e metas a que o artigo se destina.

### **3.5 Procedimento para coleta de dados:**

Em um primeiro momento foi realizada uma reunião com o Coordenador da Universidade Aberta à Maturidade – UAMA, na cidade de Campina Grande - PB, para autorização da coleta de dados.

A coleta foi realizada entre os meses de abril e maio de 2016 e os dados foram coletados de forma individual, em uma sala reservada na UAMA, através de gravação em áudio com autorização dos participantes. As entrevistas tiveram tempo médio de 8,06 minutos e foram transcritas posteriormente para análise.

### **3.6 Procedimento de análise dos dados:**

Para a análise de dados foi utilizada a técnica do Discurso do Sujeito Coletivo-DSC (Lefèvre, Crestana, Cornetta, 2003), que é uma proposta de organização e tabulação de dados qualitativos de natureza verbal, obtidos de depoimentos. Consiste em analisar o material verbal coletado, extraído de cada um dos depoimentos.

O Discurso do Sujeito Coletivo é uma modalidade de apresentação de resultados de pesquisas qualitativas, que tem depoimentos como matéria prima, sob a forma de um ou vários discursos-síntese escritos na primeira pessoa do singular, expediente que visa expressar o pensamento de uma coletividade, como se esta coletividade fosse o emissor de um discurso (LEFÈVRE, CRESTANA e CORNETTA, 2003).

Para a elaboração do DSC é necessário realizar a seleção de expressões-chave e identificação das ideias centrais.

As expressões chave (ECH) são pedaços, trechos do discurso que revelam a essência do conteúdo do discurso ou a teoria subjacente. A Ideia Central (IC) é um nome ou expressão linguística que revela, descreve e nomeia, da maneira mais sintética e precisa possível, o(s) sentido (s) presentes em cada uma das respostas analisadas e de cada conjunto homogêneo de ECH, que vai dar nascimento, posteriormente, ao DSC (FIGUEIREDO, CHIARI, GOULART, 2013).

### 3.7 Considerações éticas:

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal da Paraíba, protocolo número 55895016.2.0000.5187, seguindo as prescrições da Resolução 466/12, do Conselho Nacional de Saúde (Ministério da Saúde).

Os participantes foram avisados previamente acerca dos objetivos da pesquisa e de que todas as informações seriam mantidas em sigilo, bem como foram comunicados da possibilidade de abandono de participação da pesquisa por parte deles. Por fim, a assinatura de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi efetuada, antes do início da pesquisa.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a coleta dos dados, a análise dos dados foi realizada a partir das transcrições de todas as entrevistas e a extração das ideias centrais mais frequentes nos discursos dos participantes. Assim, a construção das tabelas que abarcam as respostas das perguntas que continham na entrevista semi-estruturada apresenta as ideias centrais e suas respectivas expressões-chave. Dentre os entrevistados, algumas respostas fugiam da temática da pergunta ou os participantes não responderam à pergunta realizada, ocorrendo assim, a exclusão da pergunta para análise.

O questionário sociodemográfico continha as seguintes perguntas: “*Nome*”; “*Idade*”; “*Gênero: Feminino, Masculino*”; “*profissão*”; “*nível de escolaridade*”; “*Religião*”; “*estado civil: solteiro (a); casado (a); viúvo (a); divorciado (a)*”; “*local de residência (indique apenas a terra/local)*” e “*nacionalidade*”.

Resultado do questionário sociodemográfico: participaram desse estudo 12 sujeitos, sendo todas mulheres, com idade entre 60 e 80 anos, da cidade de Campina Grande e brasileiras. Estado civil: 9 viúvas e 3 casadas; religião: 10 católicas e 2 evangélicas; nível escolar: 7 ensino superior, 4 ensino médio e 1 ensino fundamental; profissão: todas aposentadas.

Primeira pergunta realizada na entrevista semi-estruturada: O que seria o sentido da vida para você?

Sujeito	Expressões-chave	Ideias centrais
02	<i>“[...] é viver bem com a minha família”</i>	
06	<i>“Minha vida tem muito sentido, porque eu tenho uma grande família”</i>	Suporte Familiar
08	<i>“Minha família, pelos meus netos, os demais familiares, minha nora, meus genros tudo isso me faz lutar pela minha sobrevivência e procurar viver com felicidade”</i>	
10	<i>“Com deus e minha família”</i>	

**Tabela 01: respostas que contém expressões-chave e ideia central suporte familiar**

Para os sujeitos 2, 6, 8 e 10 o sentido das suas vidas estão relacionados a convivência com seus familiares. O suporte que ambos recebem os fazem querer continuar lutando para se manterem vivos e sempre em busca de novos sentidos. As respostas dos sujeitos nessa categoria relacionam-se com o conceito de valores experiências de Frankl (1989), que se manifestam na experiência vital ao viver a vida plenamente. Este valor está relacionado ao amor, ao que o indivíduo sente ou recebe do mundo, experimentando algo ou encontrando alguém. Através dos familiares os sujeitos descobrem que são capazes de dar, e podem receber algo em troca, como: amor, felicidade, e forças para continuar vivendo.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *suporte familiar* da seguinte forma

Sentido da vida é *“[...] é viver bem com a minha família. Minha vida tem muito sentido, porque eu tenho uma grande família. [...] tudo isso me faz lutar pela minha sobrevivência e procurar viver com felicidade”*.

<b>Sujeito</b>	<b>Expressões-chave</b>	<b>Ideia central</b>
03	<i>“[...] é honrar o dom que deus nos deu, pra levar em frente o projeto de vida que ele fez pras nossas vidas”</i>	
05	<i>“Com deus e amor”</i>	deus
11	<i>“O sentido da minha vida é agradecer a deus [...]”</i>	

**Tabela 02: respostas que contém expressões-chave e ideia central deus**

Na segunda categoria os discursos dos sujeitos 3, 5 e 11 demonstram que o sentido de vida está relacionada a ideia central de deus. Os valores experienciais (Frankl, 1989), se fazem presente nesta relação entre ser humano e deus como forma de agradecimento e amor ao divino por terem recebido o dom da vida. É possível perceber que através da espiritualidade os sujeitos conseguem vivenciar a vida plenamente, pois acreditam que existe um ser divino capaz de cuidar e proteger suas vidas.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *deus* da seguinte forma:

Sentido da vida é *“O sentido da minha vida é agradecer a deus [...]. [...] é honrar o dom que deus nos deu, “pra” levar em frente o projeto de vida que ele fez “pras” nossas vidas”*.

Segunda pergunta realizada na entrevista semi-estruturada: como você consegue superar as dificuldades que surgem na sua vida?

Sujeito	Expressões-chave	Ideias centrais
01	<i>“Com as graças de deus [...]”</i>	
06	<i>“Enquanto Jesus me der forças, coragem e disposição consigo superar muitas coisas”</i>	
08	<i>“Enfrentando-as com determinação, com coragem, de cabeça erguida. E na certeza de que Deus está na minha frente e vai me ajudar a resolver qualquer problema [...]”</i>	<b>Auxílio divino</b>
09	<i>“[...] primeiramente eu peço orientação ao Divino [...]Ele não dá a ninguém um problema que não possa resolver, então aí, eu me agarro nisso e consigo resolver qualquer problema que venha aparecer”</i>	
11	<i>“Toda a dificuldade que eu já tive em minha vida eu recorri a Deus [...]”</i>	

**Tabela 03: respostas que contém expressões-chave e ideia central auxílio divino**

Nesta categoria os sujeitos 1, 6, 8, 9 e 11 recorrem ao auxílio divino para conseguir superar as dificuldades que surgem perante a vida. Na medida que o ser humano envelhece os mesmos necessitam entender e aprender a lidar com determinadas dificuldades. Para facilitar essa superação, prevenir ou aliviar esses problemas o ser humano faz uso da sua espiritualidade, crença ou religião ocorrendo assim o *coping* religioso (Vianna; Vitorino, 2002). Dessa forma o auxílio divino para esses sujeitos é de extrema importância, visto que através desse suporte os problemas são enfrentados e solucionados.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *auxílio divino* da seguinte forma:

*“Toda a dificuldade que eu já tive em minha vida eu recorri a Deus [...]. Enfrentando-as com determinação, com coragem, de cabeça erguida [...]. E na certeza de que Deus está na minha frente e vai me ajudar a resolver qualquer problema [...]. Ele não dá a ninguém um problema que não possa resolver, então aí, eu me agarro nisso e consigo resolver qualquer problema que venha aparecer”.*

<b>Sujeito</b>	<b>Expressões-chave</b>	<b>Ideia central</b>
03	“Enfrentar, porque sempre tem uma luz no fim do túnel, a gente tem que ter fé e correr atrás”	Através da fé
04	“[...] sempre tem que ter muita força interior, muita fé [...]”	

**Tabela 04: respostas que contém expressões-chave e ideia central através da fé**

Na segunda categoria os sujeitos 3 e 4 conseguem superar as dificuldades através da fé. Os sujeitos escolhem superar as adversidades utilizando-se da fé como forma de continuar vivendo mesmo diante de determinadas situações desagradáveis. Percebe-se nestes sujeitos o quanto a dimensão noética (Frankl, 1978), se faz presente, pois o ser humano acima de tudo é espírito, e este espírito é capaz de superar qualquer eventualidade, sendo assim impulsionados a continuarem buscando o melhor para suas vidas.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *através da fé* da seguinte forma:

*“A gente tem que ter fé e correr atrás, enfrentar, porque sempre tem uma luz no fim do túnel. [...] sempre tem que ter muita fé [...]”.*

Terceira pergunta realizada na entrevista semi-estruturada: O que lhe motiva em sua vida?

<b>Sujeito</b>	<b>Expressões-chave</b>	<b>Ideias centrais</b>
01	<i>“[...] a minha família”</i>	
02	<i>“[...] meus filhos, a minha família [...]”</i>	
05	<i>“[...] o que me motiva a viver é a minha família [...]”</i>	
06	<i>“Minha família, meus filhos, meus netos e meus bisnetos. E pra complementar encontrei a UAMA [...]”</i>	<b>Família</b>
08	<i>“[...] quero ver os meus netos formados [...] quero velos casados, espero que deus me der a graça de ver os meus bisnetos, de conviver com eles [...]”</i>	
09	<i>“[...] a minha filha e os meus dois netos”</i>	
10	<i>“[...] meus filhos, a vitória deles”</i>	
12	<i>“[...] o amor que eu tenho a minha família que eu formei, a mim, as pessoas que respeitam a gente”</i>	

**Tabela 05: respostas que contém expressões-chave e ideia central família**

Nesta categoria os sujeitos 2, 3, 5, 6, 8, 10, 11 e 12 encontram na família motivações para vida. Os sujeitos sentem-se felizes e motivados com a presença e conquistas dos familiares. Neste momento os valores experienciais (Frankl, 1989), se fazem presentes, pois os sujeitos recebem de maneira gratuita atos significativos como por exemplo o nascimento dos netos, as conquistas pessoais dos filhos. Ao mesmo tempo que recebem dos familiares motivos para continuarem, os sujeitos retribuem com amor e gratidão por poderem está vivenciando as conquistas dos seus familiares.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *família* da seguinte forma:

“[...] o que me motiva a viver é a minha família”.

<b>Sujeito</b>	<b>Expressões-chave</b>	<b>Ideias centrais</b>
04	“[...] aquilo que a gente quer realizar e não conseguiu, [...] aquele sonho [...]”	<b>Sonhos</b>
07	“Os sonhos que faltam se realizar [...]”	

**Tabela 06: respostas que contém expressões-chave e ideia central sonhos**

Nesta categoria os sujeitos 4 e 7 sentem-se motivados pelos sonhos ainda não realizados. Estes sonhos não concretizados são motivados pela vontade de sentido (Frankl, 2002) dos sujeitos, sendo assim, a vontade de sentido orienta o ser humano para uma realização de sentido, que neste caso são os sonhos almejados, e o desejo de concretiza-los se mantem vivos graças a vontade de sentido existente no ser humano.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *sonho* da seguinte forma:

“Os sonhos que faltam se realizar, [...] e não conseguiu”.

Quarta pergunta realizada na entrevista semi-estruturada: As dificuldades que você vivencia tem algum significado ou aprendizado para você? Qual?

<b>Sujeito</b>	<b>Expressões-chave</b>	<b>Ideias centrais</b>
03	“As dificuldades só são aprendizados [...]procuro enfrentar, e sempre consciente”	
04	“[...] aprendo bastante quando eu tenho algum período ruim [...]. [...]e que sirva de exemplo pra gente melhorar, pra gente refletir [...]”	
05	“Se você souber resolver aquela dificuldade, você logicamente vai conseguir alguma coisa positiva, aquilo vai fazer com que você cresça, aquilo vai fazer com que você melhore”	<b>Aprendizado</b>
08	“Aprender com as dificuldades da vida nos faz ser cada dia mais grato por ela”	

**Tabela 07: respostas que contém expressões-chave e ideia central aprendizado**

Nesta categoria as dificuldades são aprendizado para os sujeitos 3, 4 e 8. Aprender



com as dificuldades segundo os sujeitos os fazem ser cada dia mais gratos pela vida, pois mesmo diante do sofrimento é possível encontrar sentido. Nessa categoria o sentido do sofrimento (Frankl, 1978), e a capacidade de resiliência do ser humano estão nitidamente ligadas. O sofrimento é essencial ao ser humano e a atitude que os mesmos tomam perante a esse sofrimento os fazem crescer, amadurecer e superar da melhor maneira possível as dificuldades, podendo assim encontrar sentido perante as dificuldades impostas pela vida.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *aprendizado* da seguinte forma:

*“Aprender com as dificuldades da vida nos faz ser cada dia mais grato por ela. As dificuldades só são aprendizados, [...]procuro enfrentar, e sempre consciente. [...] Aprendo bastante quando eu tenho algum período ruim [...]. [...] E que sirva de exemplo “pra” gente melhorar, “pra” gente refletir [...].”*

Sujeito	Expressões-chave	Ideias centrais
09	<i>“As dificuldades é que faz você olhar pra frente, eu vou conseguir, e vou conseguir o melhor possível [...]se eu não tivesse tido essa dificuldade, eu já mais tentaria aguentar subir e lutar”</i>	
10	<i>“Todo mundo passa por dificuldades, eu passei, venci, sempre batalhei, nunca tive medo, e eu tinha os meus filhos, que me davam o significado para lutar [...]Graças a deus eu venci essa etapa, sem problemas”</i>	<b>Superação</b>
12	<i>“Toda dificuldade tem. A gente tem que aprender a vivenciar, transformar aquela dificuldade pra uma coisas boa”</i>	

**Tabela 08: respostas que contém expressões-chave e ideia central superação**

Nesta categoria os sujeitos 9, 10 e 12 aprendem que as dificuldades precisam ser vivenciadas e depois transformadas em atitudes positivas, demonstrando assim a capacidade de resiliência. Os sujeitos são capazes de utilizar a resiliência (Grotberg, 2002, apud Mahfoud & Silveira, 2008), como forma de adaptação, podendo assim, conseguir suportar a dor e o sofrimento vivenciado em determinadas situações. Tomando uma posição positiva diante dos acontecimentos desagradáveis o ser humano voltará a encontrar sentido na sua vida.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *superação* da seguinte forma:

*“Toda dificuldade tem. A gente tem que aprender a vivenciar, transformar aquela dificuldade “pra” uma coisa boa. As dificuldades é que faz você olhar “pra” frente, eu vou conseguir; e vou conseguir o melhor possível [...]”.*

Quinta e última pergunta realizada: Qual a importância da UAMA para sua vida?

<b>Sujeito</b>	<b>Expressões-chave</b>	<b>Ideias centrais</b>
02	<i>“A importância da UAMA é impressionante [...]. [...]a gente aprende, a gente vive... é muito solidário e nos fornece capacidade pra... uma extensão muito grande de vida”</i>	<b>Aprendizado</b>
12	<i>“Acho a UAMA, mais importante do que a universidade. A gente aprende a escutar, a conversar, tira o medo de falar em público, de ser censurada”</i>	

**Tabela 09: respostas que contém expressões-chave e ideia central aprendido**

Nesta categoria os sujeitos 2 e 12 consideram a UAMA importante por poderem aprender algo novo, e que durante a juventude não foi possível. Essa nova forma de viver está relacionada com a resiliência que ambos os sujeitos demonstram ter. Os sujeitos encontram incentivo na UAMA para realizarem algo novo, e passam a viver de uma forma nova, e esta nova forma de viver são adaptações positivas que a resiliência oferece.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *aprendizado* da seguinte forma:

*“A importância da UAMA é impressionante [...]. [...] Acho a UAMA, mais importante do que a universidade [...]. [...] A gente aprende, a gente vive... é muito solidário e nos fornece capacidade “pra”... uma extensão muito grande de vida. [...] A gente aprende a escutar, a conversar, tira o medo de falar em público, de ser censurada”.*

Sujeito	Expressões-chave	Ideias centrais
04	“[...]é muito importante [...] maravilhosa oportunidade [...]foi um incentivo pra eu continuar estudando[...]”	<b>Incentivo</b>
07	“A gente faz muitas amizades, a gente fica sabendo da vida de um, o problema de outro, a superação de um e de outro, e é muito bom. [...]é um incentivo [...]”	

**Tabela 10: respostas que contém expressões-chave e ideia central incentivo**

Os sujeitos 4 e 7 dessa categoria sentem-se incentivados, e este incentivo é importante para a vida dos mesmos. Através da UAMA os sujeitos são capazes de encontrar novos sentidos para vida, sentidos estes que os fazem querer superar as dificuldades, ajudar o próximo e construir novos vínculos afetivos. A UAMA se torna um incentivo para uma vida cheias de realizações e sentidos.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *incentivo* da seguinte forma:

“[...]é muito importante [...] maravilhosa oportunidade [...]foi um incentivo pra eu continuar estudando[...]. A gente faz muitas amizades, a gente fica sabendo da vida de um, o problema de outro, a superação de um e de outro, e é muito bom. [...]é um incentivo [...]”.

Sujeito	Expressões-chave	Ideias centrais
03	“[...] é renascimento, é alegria, companheirismo, é conhecimento”	<b>Renascimento</b>
11	“A UAMA foi assim como um renascer na minha vida [...]uma volta a minha juventude [...]”	

**Tabela 11: respostas que contém expressões-chave e ideia central renascimento**

Nesta categoria os sujeitos 3 e 11 sentem que renasceram após o ingresso na UAMA, sendo este fator importante para os mesmos. Os sujeitos renasceram para uma vida nova podendo assim ter novos conhecimentos, alegrias, companheirismo. O valor atitudinal da teoria de Frankl (Frankl, apud Xausa, 1986), se faz presente neste renascimento. Conforme os sujeitos envelhecem pode ocorrer situações de adversidade, com isso surge a dor e o

sofrimento, e diante deste sofrimento os sujeitos 3 e 11 decidiram tomar uma atitude positiva frente a situação. Dessa forma, a UAMA é a atitude positiva que os sujeitos encontram, e junto dessa atitude renasceram para novos sentidos de vida.

Dessa forma, pode-se construir o discurso do sujeito coletivo da ideia central *renascimento* da seguinte forma:

*“A UAMA foi assim como um renascer na minha vida [...] uma volta a minha juventude [...], [...] é renascimento, é alergia, companheirismo, é conhecimento”.*

Diante dos resultados acima, percebe-se a relação entre os conceitos de sentido de vida e resiliência, e que estes conceitos se interligam com as principais teorias apontadas nesse estudo.

Para a maioria dos participantes entrevistados o suporte familiar e religioso é de extrema importância para suas vidas. Os discursos evidenciam essa importância familiar e religiosa como meio para encontrarem sentido na vida e motivação para continuarem vivendo mesmo diante das adversidades que surgem durante o envelhecimento.

É possível perceber também a importância da UAMA. Através da mesma os participantes sentem-se renovados e capazes de realizar novas atividades, encontrando assim, novas formas de sentido para continuarem vivendo e superando as dificuldades da vida.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante do exposto, percebe-se que as diferentes dimensões de idade que formam o processo de envelhecimento não são capazes de determinar a velhice, pois envelhecer é apenas uma fase da vida, como todas as outras, e não existem marcadores do seu começo e do seu fim.

Se tornar velho é aceitar a velhice e ter orgulho dos muitos anos que conferem experiência, sabedoria e liberdade. Esses anos de experiências adquiridas são muitas vezes repletos de sentidos e que podem ser encontrados através de três caminhos: valores criativos, vivenciais e de atitude, que são realizados a cada momento experimentado pelo ser humano.

As experiências de vida dos idosos mostram o quanto a resiliência é importante na vida do ser humano. Através da resiliência é possível enfrentar as adversidades da vida, assumindo atitudes de coragem diante da situação limite vivenciada em certos momentos e encontrando cada vez mais sentidos para continuar vivendo.

O presente estudo demonstrou esta relação entre resiliência e sentido de vida a partir

do discurso do sujeito coletivo das alunas da UAMA. Nos discursos é possível perceber a importância do suporte familiar e religioso, como também da UAMA para superar as situações de adversidades que emergem no decorrer do envelhecimento, evidenciando assim, que o ser humano é movido por uma vontade de sentido, independente das circunstâncias que o ser humano esteja vivenciando.

### **Resilience and Aging: A Look as possibilities in the light of Logoterapia**

#### **ABSTRACT**

This article proposes to examine the association between resilience and sense of life, to the human aging from the perspective of women over 60 years. The survey was conducted at the Open University to Maturity - UAMA. The same is directed to students (the) elderly (as), aged from sixty (60) years. Part of it is the concept that aging becomes a process that involves great experiences, whether positive or negative, and by resilience can be understood as the elderly, before such negative situations find meaning to his life. The sample of this research is composed of 12 women aged sixty (60) and eighty (80) years of UAMA students; and the proposed methodology is a qualitative study, using socio-demographic questionnaire and semi-structured interviews that were analyzed from the Collective Subject Discourse (CSD). In the results, the study showed, through the speech of the students, that is possible to find a relationship between resilience and meaning of life, showing the importance of family and religious support, as well as OUM support, to overcome the adversities that appear in the course of aging, demonstrating that life always has its meaning regardless of the circumstances that the human being is living.

Key-words: Resilience; Meaning of life, Aging.

## REFERÊNCIAS

- FIGUEIREDO, M. Z. A., CHIARI, B. M., GOULART, B. N. G. de. *In: Discurso do Sujeito Coletivo: uma breve introdução à ferramenta de pesquisa quali-quantitativa*. Distúrb Comun, São Paulo, 25(1): 129-136, abril, 2013. Disponível em: <<http://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/viewFile/14931/11139>> Acesso: 25 de abril de 2016 às 14h34 min.
- FRANKL, V. E. **Fundamentos antropológicos da psicoterapia**. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.
- \_\_\_\_\_. **Psicoterapia e sentido da vida**. São Paulo: Quadrante, 1989.
- \_\_\_\_\_. **A presença ignorada de Deus**. Petrópolis: Vozes, 1993.
- \_\_\_\_\_. **Em busca de sentido**. São Leopoldo: Sinoidal, 2002.
- \_\_\_\_\_. **Em el principio era el sentido: reflexiones em torno al ser humano**. Barcelona: Paidós, 2000.
- GARCIA, S. C. A resiliência no indivíduo especial: uma visão logoterapêutica. **Revista “Educação Especial”** n. 31, 2008, pp. 25-36. Disponível em: <<http://espiritualidadesentido.yolasite.com/resources/Resiliencia%20no%20indiv%20C3%ADduo%20especial.pdf>> Acesso: 11 de janeiro de 2016 às 19h56 min.
- IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *In: Síntese de Indicadores Sociais: Uma análise das condições de vida da população brasileira. Estudos e Pesquisas, Informações Demográfica e Socioeconômica*. Número 29. Rio de Janeiro, 2012. Disponível: <<http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv62715.pdf>>. Acesso: 7 de janeiro de 2016 às 22h28 min.
- IRIGARAY, R. H & SCHNEIDER, T. Q. *In: O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos biológicos, psicológicos e sociais*. Estudos de Psicologia I Campinas I 25(4) I, 2008, pp. 585-593. Disponível: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v25n4/a13v25n4.pdf>>. Acesso: 7 de janeiro de 2016 às 17h54 min.
- LEFÈVRE, Ana Maria. CRESTANA, Maria. CORNETTA, Vitória. A utilização da metodologia do discurso do sujeito coletivo na avaliação qualitativa dos cursos de especialização “Capacitação e Desenvolvimento de Recursos Humanos em Saúde-CADRHU”, São Paulo. *In: Rev. Saúde e Sociedade*, v.12, n.2, p.68-75, jul-dez. 2003.

MAHFOUD, D. R., & SILVEIRA, M. *In: Contribuições de Viktor Emil Frankl ao conceito de resiliência*. Estudos de Psicologia I Campinas I 25(4) I, 2008, pp. 567-576.

Disponível: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2008000400011&script=sci_arttext)

[166X2008000400011&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2008000400011&script=sci_arttext)>. Acesso: 9 de janeiro de 2016 às 21h11 min.

MOREIRA, N., HOANDA, A. Logoterapia e sentido de vida do sofrimento: convergências nas dimensões espiritual e religiosidade. *In: Psico-USF*, v. 15, n.3, p. 345-356, set./dez. 2010.

ORTÍZ, E. M. **El dialogo socrático em la psicoterapia**. Colombia: SAPS, 2012.

VIANNA, L. A. C., VITORINO, L. M. *In: Coping religioso/espiritual de idosos institucionalizados*. Acta Paulista de Enfermagem, vol. 25, núm. 1, 2012, pp. 136-142.

XAUSA, I. A. M. **A Psicologia do Sentido de Vida**. Campinas: Vide Editorial, 1986.

