



PERSPECTIVAS DE MUDANÇA NA VELHICE: UMA PESQUISA PSICOLÓGICA COM IDOSOS

Keila Alves Scionte¹, Lucas Germani Wendt²

¹Acadêmica do curso de Psicologia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar -UNICESUMAR. Bolsista PIBIC⁸/ICETI-Unicesumar. keilaalvesscionte@gmail.com

²Orientador, Mestre, Docente no Curso de Psicologia, UNICESUMAR. Pesquisador do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. Lucas.wendt@unicesumar.edu.br

RESUMO

O objetivo da presente pesquisa será verificar de que forma os idosos vivenciam a mudança e a subjetividade utilizando os recursos da Abordagem Psicologia Gestalt-terapia e os preceitos da Fenomenologia e do existencialismo. A pesquisa buscará obter esse resultado utilizando o método da entrevista reflexiva em uma amostra em Maringá de idosos de mais de 60 anos. Após a coleta, os dados serão analisados de acordo com o método da análise fenomenológica de dados. Espera-se que ao final dessa pesquisa possa se obter dados qualitativos que colaborem para uma visão mais empática da velhice.

PALAVRAS-CHAVE: Autenticidade; Envelhecimento; Fenomenologia; Mudança.

1 INTRODUÇÃO

Nas primeiras teorias psicológicas acerca do desenvolvimento, o foco se dava em crianças e adolescentes, pois é nestas fases em que as mudanças são mais perceptíveis. Muito se esquecia do envelhecimento. Muitas vezes se afirma que os idosos não tem mais capacidade de mudança por não terem mais a plasticidade neural, como é visto em Ferenczi (*apud* BERNARDI, 2021). Mas seria a mudança realmente o ponto mais importante em psicoterapia?

De acordo com Arnold Beisser (1970, p. 1, tradução nossa) “(...) a Mudança ocorre quando o indivíduo se torna o que é, não quando ele tenta se tornar o que ele não é”. Esta é, em Gestalt-terapia, a chamada Teoria Paradoxal da Mudança, e significa que para que a pessoa se torne quem é, é preciso uma mudança, não forçada pelos desejos do indivíduo ou vontades de outrem, mas uma mudança que aconteça por que o indivíduo decidiu investir em si mesmo para assumir quem é, seus papéis, projetos de vida e até mesmo as suas limitações (PINHEIRO, 2016). Essa mudança é uma tarefa árdua, pois exige que a pessoa abandone a construção do que ele gostaria de se tornar para abraçar o que ele verdadeiramente é, no seu aqui-agora (BEISSER, 1970).

Na perspectiva gestáltica, a terapia não deve ser um ambiente com o objetivo de mudança, mas de viver buscando o awareness, que é essa capacidade de se fazer presente no aqui-e-agora experienciar o dia a dia, não apenas vivenciar mas ser momentos (PINHEIRO, 2016).

Todas as mudanças espontâneas encaminham o ser para a sua mais verdadeira essência, essa essência é a forma que o sujeito se expressa no mundo e são essas mudanças que constroem, atualizam e complementam a sua essência todos os dias (ANGERAMI-CAMON, 2018). Assim como afirmava o filósofo Heráclito, “ninguém pode entrar duas vezes no mesmo rio, pois quando nele se entra novamente, não se encontra as mesmas águas, e o próprio ser já se modificou.”

Sendo assim, a mudança representa a busca pela essência e o alcance da totalidade. Em Existencialismo, porém, isso só se dá na morte, pois de acordo com Angerami-Camon:



Na morte, somos a totalidade que não pudemos ser em vida; mas, mesmo em vida, podemos em certo sentido antecipar-nos a nós mesmos em direção à morte e, assumindo a morte, adotar um ponto de vista sobre nós como totalidade. (p. 29, 2018)

O envelhecimento traz a morte como uma certeza, e as vezes até como uma forma de libertação e alívio (GIACOMIN, SANTOS E FIRMO, 2013). Na sociedade ocidental a morte se apresenta como um tabu, há uma tentativa de escape da morte por meio de contos e fábulas que citam poções da juventude, fontes da imortalidade, mas esse escape se apresenta hoje em dia por meio de avanços científicos e procedimentos estéticos que visam retardar o envelhecimento, pois ele vem acompanhado da morte (MESQUITA, 2014), porém, na perspectiva existencialista, a morte é vista como algo natural e até mesmo um motivo para se viver. A pesquisa feita por Giberti e Rosa (2020), demonstrou através de entrevistas com idosos que eles não temem falar sobre a morte, e isto é exatamente o que eles fazem para anteciparem e se prepararem para esta realidade, Fala-se muito sobre questões financeiras, patrimoniais, relacionais e até como se quer morrer. A pesquisa, porém, não traz sobre o contato consigo mesmo.

O ser humano é um ser relacional, um ser de contatos, para a Gestalt-terapia o contato com a busca pela totalidade nada mais é que um fenômeno, que deve ser vivenciado e introjetado para que *self* do indivíduo possa experienciar o fenômeno. Quando esse contato não acontece ou é interrompido em seu ciclo, pode resultar em consequências disfuncionais e até mesmo adoecedoras para o indivíduo (MORAES E D'ACRI, 2014).

Por muito tempo a velhice foi um sinônimo de doença, inutilidade ou desengajamento, por conta dos declínios físicos e cognitivos que acontecem naturalmente na velhice (FRAZÃO, 2014). Hoje o conceito de saúde é entendido de forma muito mais abrangente. De acordo com a Sá Junior (2004, p. 15) “gozar de saúde significava não padecer de enfermidade, estar em harmonia consigo mesmo e com o meio”. Uma vez que desatrelado a imagem de doença da velhice, a ciência conseguiu focar na qualidade de vida (FRAZÃO, 2014), bem como no envelhecimento subjetivo de cada indivíduo, de cada cultura e de cada tempo (MOREIRA E NOGUEIRA, 2008). É inegável que algo encontrado na maioria dos processos de se “envelhecer” é sabedoria. Dessa forma, muitos idosos viveram suas vidas e se consideram sábios e maduros justamente por isso, sentindo que a sua personalidade já está formada e estável e não há mais o que mudar (PAPALIA E MARTORELL, 2022).

O problema norteador da presente pesquisa será: de que forma idosos maringauenses de 60 anos ou mais compreendem o tema 'mudança' nesta fase da vida? Este problema reveste-se de significativa relevância pois no quadro global atual já estamos encarando o eminente envelhecimento populacional, verifica-se então a necessidade de uma maior atenção a esse grupo que será, em algum momento, maioria na sociedade (MESQUITA, 2014).

2 METODOLOGIA

Para a realização da coleta de dados, está prevista a seleção de uma amostra de 3 a 6 idosos residentes em Maringá, com idade superior a 60 anos, que estejam alojados no asilo Wajunkai. O presente estudo submeteu-se à análise crítica e obteve aprovação junto à Comissão de Ética em Pesquisa (CEP). É relevante ressaltar que a pesquisa possui os devidos documentos autorizativos, a saber: a permissão formal do estabelecimento, o aval da Coordenação do Curso de Psicologia e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), todos confeccionados de acordo com os preceitos éticos estipulados pelo CEP e pelo Conselho Regional de Psicologia (CRP). A quantidade definida foi de acordo com os



pressupostos da Análise Fenomenológica interpretativa (TOMBOLATO E SANTOS, 2020). Uma entrevista reflexiva semiestruturada será aplicada para permitir mais liberdade para os entrevistados, pois o objetivo da entrevista é entrar em contato com o fenômeno “mudança”, gerando dados qualitativos. Esse método de entrevista permitirá a captação dos dados subjetivos para o contato com o fenômeno (SZYMANSKI, 2004).

Tendo em vista que um fenômeno é a forma de se aparecer enquanto uma vivência, não é um objeto, mas sim a forma de aparecer na consciência, seja por meio de falas, comportamentos, sentidos. Ele tem a forma subjetiva do indivíduo e é vivido no aqui-e-agora (ANGERAMI-CAMON, 2018). Nesta pesquisa, espera-se estimular que se revelem fenômenos relacionados com o conceito de mudança para a consciência dos voluntários por meio de questões reflexiva. De acordo com Szymanski (2004) a entrevista reflexiva deve seguir alguns passos que são: o estabelecimento de *rapport*; a definição dos tópicos de discussão, que serão sobre morte e mudança; e o uso de técnicas de reflexão já utilizadas na Gestalt-terapia, como a repetição e o “parafaseamento” do que o participante disse (SZYMANSKI, 2004).

As entrevistas serão gravadas e transcritas para serem analisadas fenomenologicamente. Na análise se buscará os fenômenos presentes nos discursos dos participantes. O objetivo não será de padronizar, mas entender cada uma das respostas para então serem agrupadas por temas semelhantes e divergentes entre eles. Serão buscados os sentidos subjetivos que cada um deles atribui a sua própria fala, partindo de conceitos específicos de cada participantes e abrangendo para um contexto maior acerca do envelhecimento e suas mudanças (SZYMANSKI, 2004; TOMBOLATO E SANTOS, 2020).

3 RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se compreender o que os idosos entendem por mudança, e se eles ainda desejam mudar, contribuindo para devolver a independência e autonomia para eles no que diz respeito a sua própria subjetividade.

REFERÊNCIAS

ANGERAMI-CAMON, V. A. . “**Psicoterapia existencial**”. 01/07/2018, ISBN-10 8522101604. Acesso em 02/04/2023

BEISSER, A.. “**The paradoxical theory of change**”. Gestalt Theory, v. 1, n. 2, p. 1-7, 1970. Acesso em 01/04/2023

BERNARDI, L. S. . “**Entre o eu e o outro: A velhice desmedida**”. Universidade regional do noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, 2021. Acesso em 04/04/2023

Estatísticas sociais. “**Em 2019, expectativa de vida era de 76,6 anos**”. Agencia IBGE notícias. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/29502-em-2019-expectativa-de-vida-era-de-76-6-anos>. Acesso em 01/04/2023

FRAZÃO, L, M. . “**Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**”. . São Paulo: Summus. 2014 . Acesso em 04/04/2023



GIACOMIN, K. C.; SANTOS, W. J.; FIRMO, J. O. A. . **“O luto antecipado diante da consciência da finitude: a vida entre os medos de não dar conta, de dar trabalho e de morrer”**. Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2013, v. 18, n. 9 pp. 2487-2496. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232013000900002>. Epub 26 Ago 2013. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232013000900002>. Acesso em 01/04/2023

GIBERTI, G. M.; ROSA, H. R.. **“Preparação para a morte: investigação fenomenológica sobre a experiência de idosos longevos”**. Psicologia USP, v. 31, n. Psicol. USP, 2020 31, p. e200069, 2020. Acesso em 01/04/2023

JUNIOR, L. S. M. S. **“Desconstruindo a definição de saúde”**. Jornal do conselho federal de medicina (CFM). 2004 pg 15-16. Acesso em 04/04/2023

MESQUITA, R. A. **“Envelhecimento e Longevidade”**. Revista Tecnologia e Saúde: Debates interdisciplinares, Centro Universitário de Maringá. 2014. ISBN 978-85-8084-727-7. Acesso em 04/04/2023

MORAES, G. C. e D'ACRI, R. M. **“Contato: funções, fases e ciclo de contato”**. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Org.). Gestalt-terapia: Conceitos Fundamentais. 3. ed. São Paulo: Summus, 2014. P 101-107. Acesso em 05/04/2023

MOREIRA, V.; NOGUEIRA, F. N. N.. **”Do indesejável ao inevitável: a experiência vivida do estigma de envelhecer na contemporaneidade”**. Psicologia USP, v. 19, n. Psicol. USP, 2008 19(1), p. 59–79, jan. 2008. Acesso em 04/04/2023

PAPALIA, D. E.; MARTORELL, G.. **“Desenvolvimento humano”** .2022. E-book. ISBN 9786558040132. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786558040132/>. Acesso em 04/04/2023

PASSOS, J. M.; PAULA, N.. **“Expectativa de Vida No País Sobe Para 72,8 Anos.”** Senado.leg.br, 2009. Disponível em: www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/418946/noticia.htm?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Em%201970%2C%20a%20expectativa%20de. Acesso em 01/04/2023

PINHEIRO, M. **“Teoria Paradoxal da mudança”**. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Org.). Gestalt-terapia: Conceitos Fundamentais. 3. ed. São Paulo: Summus, 2014. P 101-107. Acesso em 05/04/2023

SZYMANSKI, H. **“Entrevista reflexiva: um olhar psicológico para a entrevista em pesquisa”**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, v. 20, n. 2, p. 169-176, maio/ago. 2004. Acesso em 06/04/2023

TOMBOLATO, M. A.; SANTOS, M. A. . **Análise Fenomenológica Interpretativa (AFI): fundamentos básicos e aplicações em pesquisa**. Rev. abordagem gestalt., Goiânia , v. 26, n. 3, p. 293-304, dez. 2020 . Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672020000300006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 12/04/2023.