



O SENTIDO DA VIDA EM IDOSOS QUE PARTICIPAM DE GRUPOS DE
CONVIVÊNCIA

Jéssica Müller

Caxias do Sul, 2020

UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL
ÁREA DO CONHECIMENTO DE HUMANIDADES
CURSO DE PSICOLOGIA

**O SENTIDO DA VIDA EM IDOSOS QUE PARTICIPAM DE GRUPOS DE
CONVIVÊNCIA**

Trabalho apresentado como requisito parcial
para Conclusão de Curso de Graduação em
Psicologia, sob orientação da Profa. Dra.
Rossane Frizzo de Godoy

Jéssica Müller

Caxias do Sul, 2020

SUMÁRIO

	Página
RESUMO.....	5
INTRODUÇÃO.....	6
OBJETIVOS.....	8
Objetivo Geral.....	8
Objetivos Específicos.....	8
REVISÃO DA LITERATURA.....	9
Velhice: Conceitos e Perspectivas.....	9
Inclusão Social dos Idosos através dos Grupos de Convivência.....	12
O Sentido da Vida na Logoterapia.....	16
MÉTODO.....	20
Delineamento.....	20
Fontes.....	20
Instrumentos.....	21
Procedimentos.....	21
Referencial de Análise.....	21
RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	22
Categoria 1 - Velhice.....	23
Categoria 2 - Grupos de Convivência.....	26
Categoria 3 - Sentido da Vida.....	31
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	36
REFERÊNCIAS.....	37

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Categorias, Unidades de Análise e Cenas Correspondentes.....	22
Tabela 2. Categoria 1 – Velhice.....	23
Tabela 3. Categoria 2 – Grupos de Convivência.....	26
Tabela 4. Categoria 3 – Sentido da Vida.....	31

RESUMO

O aumento da longevidade populacional tem se tornado um grande desafio para a saúde pública. Doenças próprias da velhice têm assoberbado os serviços de saúde diante da escassez de recursos disponíveis para se oferecer um tratamento adequado aos idosos. Frente a esse cenário, estudos que privilegiem o desenvolvimento de uma velhice saudável são relevantes e extremamente necessários. O presente trabalho de conclusão de curso tem como objetivo geral identificar possíveis contribuições do sentido da vida em idosos que participam de grupos de convivência. O estudo também propõe, como objetivos específicos, conceituar a fase da velhice, apresentar possíveis benefícios dos grupos de convivência e caracterizar sentido da vida na perspectiva da logoterapia. Esse trabalho possui como delineamento a pesquisa qualitativa, com cunho exploratório e interpretativo. Como fonte de pesquisa foi escolhido o artefato cultural *Eu Idoso*. Como instrumento foi utilizada uma tabela para fazer a descrição e categorização das cenas. O referencial de análise utilizado foi baseado na análise de conteúdo. O recorte dos conteúdos se deu por meio do modelo aberto, com categorias a *posteriori*. A estratégia adotada como modo de interpretação dos dados foi o emparelhamento. As categorias criadas e suas respectivas unidades de análise foram: 1) Velhice – preconceito, perdas da velhice e sabedoria; 2) Grupos de Convivência – objetivo do grupo, benefícios do grupo e direito dos idosos; 3) Sentido da Vida – vazio existencial, valores de atitude, valores de vivência e valores de criação. Resultados: foi possível identificar no documentário, a partir dos relatos, que existe um preconceito com a fase da velhice, e que essa é fortemente influenciada pela cultura. Mas nota-se que estes estigmas sociais vêm sendo superados quando a sociedade propõe e investe na participação social, pois sabe-se que a solidão e o isolamento podem ser considerados fatores de risco para desencadear sintomas depressivos. Através dos depoimentos dos participantes do Grupo Viver Mais, foi identificado que os idosos que viviam isolados estavam acometidos pelo vazio existencial, resultado da falta de sentido, e, após a participação no grupo de convivência, puderem redirecionar sua existência e seus propósitos, a partir das vivências dos valores propostas pela logoterapia, conferindo assim um novo sentido para sua vida.

Palavras-chave: idosos, grupos de convivência, logoterapia, sentido da vida

INTRODUÇÃO

O interesse pela fase da velhice surgiu na disciplina de Psicologia da Vida Adulta e do Envelhecimento, cursada em 2016/2. Trata-se de um momento da vida marcado pelas dificuldades adaptativas, tanto emocionais quanto fisiológicas, decorrentes dessa fase. Assim, a forma como cada sujeito encara e se propõe a essa mudança é crucial para o desenvolvimento de uma velhice saudável, como também o acesso a políticas públicas que minimizem o impacto decorrentes dessa fase.

Em relação ao gosto pela temática da participação de idosos em grupos de convivência, adveio principalmente pelo trabalho desenvolvido na Secretaria Municipal de Assistência Social do meu município. Participei ativamente no planejamento e execução das atividades desenvolvidas nos programas e projetos da Secretaria, em especial do Grupo da Terceira Idade.

O interesse pela logoterapia surgiu na disciplina de Psicologia e Psicoterapia Humanista e Existencial, cursada em 2019/2. Foi proposto um trabalho, com o objetivo de integrar os conteúdos estudados em sala de aula sobre esta abordagem. Assim, tive a oportunidade de aprofundar teoricamente e ver o quão importante essa teoria pode ser. A busca pelo sentido na vida contribui para que o sujeito desenvolva potencialidades e permite a construção de um sentimento de realização existencial.

A fase da velhice começa a partir dos 60 anos de idade. Em nível mundial, a projeção é que até 2030 o número de pessoas com 60 anos ou mais cresça 46%, resultando numa das maiores transformações do século (Organização das Nações Unidas [ONU] News, 2019). No Brasil, o número de idosos tende a aumentar. Segundo os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) (em Ministério da Saúde, 2019), no ano de 2010 havia mais de 20 milhões de pessoas idosas. O censo demográfico daquele ano apontou para um aumento médio anual de mais de 1 milhão de idosos até a próxima década.

Nesta última fase do ciclo vital, o idoso passa por inúmeras transformações, como a diminuição da capacidade funcional, calvície, redução da capacidade de trabalho e da resistência. Estas, estão diretamente ligadas a perdas relacionadas ao papel social, solidão e perdas nas esferas psicológicas, motoras e afetivas (Netto, 2013).

Como a expectativa de vida vem aumentando, vive-se mais, e a saúde e o bem-estar do idoso estão relacionados intimamente à autonomia e independência que ele possui, como também, na busca em atribuir sentido à vida. Para Frankl (1989), a vontade de sentido é um interesse primário do homem, também definido como o motor básico da

existência humana. Assim, enquanto houver vida, o ser humano tem a possibilidade de buscar e de realizar sentidos em sua vida.

Dessa forma, os grupos de convivência oportunizam um espaço de acolhimento, de escuta e de trocas de experiências entre os idosos. Contribuem tanto para a manutenção do equilíbrio biopsicossocial, quanto para a minimização de possíveis conflitos ambientais e pessoais. Por isso, as atividades em grupos proporcionam-lhes bem-estar e conscientização para a importância do autocuidado, possibilitando uma melhora na qualidade de vida na velhice (Penna & Santo, 2006).

O envelhecimento da população é um fenômeno que vem sendo destacado em diferentes áreas, como medicina, educação física, psicologia, fisioterapia, enfermagem e serviço social. Portanto, é de grande relevância investigar como promover o bem-estar dos idosos, por meio de sua inserção em grupos de convivência.

Com base nos aspectos expostos, este trabalho busca responder o seguinte problema de pesquisa: Quais as possíveis contribuições do sentido da vida em idosos que participam de grupos de convivência?

OBJETIVOS

Objetivo Geral

Identificar possíveis contribuições do sentido da vida em idosos que participam de grupos de convivência.

Objetivos Específicos

Conceituar a fase da velhice;

Apresentar possíveis benefícios dos grupos de convivência;

Caracterizar sentido da vida na perspectiva da logoterapia.

REVISÃO DA LITERATURA

Velhice: Conceitos e Perspectivas

O início exato da velhice é rigorosamente impreciso, assim é difícil tentar fixá-lo, alguns parecem velhos aos 45 anos de idade e outros jovens aos 70 anos (Baldessin em Netto, 2013). Conforme previsto no Estatuto do Idoso (Ministério da Saúde, 2013a), considera-se idoso todo o indivíduo com idade igual ou superior a 60 anos. Atualmente, na Itália, uma pessoa somente pode ser considerada idosa a partir dos 75 anos, conforme aponta a Sociedade Italiana de Gerontologia e Geriatria (em Sznifer, 2018). A população idosa no Brasil, em 2017, correspondia a 30 milhões. Desde 2012, houve um crescimento de 18% desse grupo etário no país, segundo dados do IBGE do ano de 2018 (em Paradella, 2018).

A expectativa de vida da população mundial aumentou devido à melhora nas condições econômicas, educativas e sanitárias. Para alguns povos da Antiguidade, como, por exemplo, os gregos e os romanos, o tempo médio de vida era de aproximadamente 30 anos. Isto denota o quanto era fora do comum que nessas sociedades uma pessoa conseguisse chegar à idade avançada. Assim, os idosos compunham uma minoria, e, por conta disso, eram muito valorizados e idolatrados, pois conseguiam acumular muitas experiências que eram passadas de geração para geração (Griffa & Moreno, 2001). A razão do envelhecimento da população mundial tem diversas causas, sendo elas: o crescimento econômico, o maior controle sobre as doenças, o aumento no suprimento de alimentos, o acesso a instalações sanitárias e à água potável, bem como o acesso à saúde e assistência social (Papalia, Olds & Feldman, 2006).

Nos últimos anos, é possível perceber uma difusão dos termos utilizados para se referir às pessoas que envelhecem. Entre os termos mais comuns estão: pessoa idosa, terceira idade, melhor idade, meia idade, adulto maduro, idade legal, idoso, velho, maturidade, idade maior e idade madura (Neri & Freire, 2000).

As palavras *idoso* ou *velho* são para designar pessoas idosas; *velhice* para falar da última fase do ciclo vital e *envelhecimento* para tratar do processo de mudanças físicas, psicológicas e sociais que podem se tornar mais perceptíveis a partir dos 45 anos de idade, mais ou menos (Neri & Freire, 2000). Em afirmação, o autor Netto (2013) reitera que o envelhecimento é o processo, a velhice é uma fase da vida e o velho ou idoso é o resultado final, e, assim, constituem um conjunto, cujos componentes estão intimamente relacionados.

Os sinais que caracterizam a velhice são inúmeros. Porém, sabe-se que o envelhecer depende do sentido que o indivíduo dá a essa palavra e o modo como encara essa nova fase são fundamentais. A velhice não deve ser tratada como algo homogêneo, como se fosse

possível agrupar em uma só categoria diferentes características e formas individuais de viver essa fase (Eizirik, 2013).

O autor Beauvoir (em Coura & Montijo, 2014) define as diferenças de conceitos entre idade biológica, social e psicológica. A idade biológica refere-se ao envelhecimento orgânico do organismo, levando em consideração o envelhecimento dos órgãos e a capacidade de autorregulação que também se torna menos eficaz. A idade social é seriamente determinada pela cultura e tem como referência o papel que o indivíduo ocupa na sociedade, e o quanto está ou não socialmente ativo. A idade psicológica refere-se à capacidade dos aspectos de inteligência, memória e motivação.

Definir a velhice apenas em termos cronológicos pode ser um erro comum, pois depende do contexto em que o indivíduo está inserido, das oportunidades e experiências que se teve ou tem acesso (Garcia, 2014). Existe um enorme preconceito em relação à velhice, que são expressos por reações de desgosto, ridicularização, negação e afastamento. Há uma forte associação entre a velhice com a doença, a dependência e até com a morte (Neri & Freire, 2000).

A velhice não expressa somente afastamento, abandono ou doenças. O idoso pode apresentar muitas reservas inexploradas e com potencial de mudança. Quanto mais participativos e integrados em seu meio social, mais realizados e felizes poderão sentir-se, resultando em menos ônus para a família e para os serviços de saúde (Freire, 2000). A velhice é um período normal do ciclo da vida, constituído por desafios, bem como por oportunidades (Papalia et al., 2006).

Para os autores Cummings e Henry (em Griffa & Moreno, 2001), a velhice está associada a um afastamento gradual do idoso com a sociedade, e assim elaboraram a teoria do desapego ou desengajamento. Essa teoria explica que à medida que o ser humano envelhece, ocorre uma diminuição do interesse por atividades e objetos que o cercam. É definido como um processo normal e natural, desejado pelo idoso, que aceita e sente necessidade de abandonar as atividades, papéis e funções características dessa fase. No envelhecimento normal, existe um afastamento mútuo entre o indivíduo que envelhece e a sociedade ao qual pertence, se conjecturando em um envelhecimento equilibrado e prazeroso (Griffa & Moreno, 2001).

Em contrapartida, Havighurst (em Griffa & Moreno, 2001) foi um dos principais críticos da teoria do afastamento. Segundo ele, quanto mais a pessoa se mantém ativa, maiores são suas possibilidades de um envelhecimento bem-sucedido. Esta perspectiva ficou conhecida como a teoria da atividade, pois não reconhece que o distanciamento da sociedade

seja adaptativo para o indivíduo que está envelhecendo. Assim, o afastamento social é considerado uma expressão patológica da velhice.

A ideia de envelhecimento ideal, bem-sucedido, de uma longa velhice sem perda do vigor físico e da agilidade mental do jovem, atrai o interesse das pessoas desde a antiguidade. O grande filósofo Cícero abordou em seu livro, *De Senectute*, o poder de construir uma imagem positiva da velhice. Segundo ele, essa etapa da vida não é feita apenas de perdas e declínios, mas sim, de muitas oportunidades e de mudanças. O filósofo Platão associa velhice com calma e liberdade. Essas mesmas associações, presentes até a atualidade, dão suporte a diversos estudos, que enfatizam os aspectos positivos do envelhecimento (Freire, 2000).

A velhice não pode ser compreendida somente por aquilo que o indivíduo é hoje, pois o envelhecimento se constitui como um processo que se inicia na infância e dura até a terceira idade. É, portanto, um processo normal da vida, cheio de ganhos e aprendizados, mas inevitavelmente perdas irão acontecer (Coura & Montijo, 2014). Durante o processo do envelhecimento, o sujeito se depara com algumas tarefas evolutivas. Uma delas é encontrar a reparação para as perdas que acontecem nesse período. Segundo um estudo realizado na cidade de Porto Alegre, o idoso passa por algumas perdas que seriam: saúde física, a perda da companhia, diminuição das capacidades e a perda do cônjuge. A perda do trabalho e a diminuição da carga de responsabilidade também são sentidas por alguns idosos (Eizirik, 2013).

Conviver com uma sucessão de perdas fazem da velhice um tempo de luto (Salgado, 2007). Méndez (em Griffa & Moreno, 2001) propôs os quatro lutos básicos na velhice. O primeiro é o luto decorrente das modificações físicas do corpo. Nessa fase ocorre o declínio gradual das aptidões físicas, associadas à capacidade de conseguir realizar com tranquilidade e com pouco esforço atividades do dia-a-dia. O segundo refere-se a perda de papéis no ambiente familiar. Nessa fase o idoso não possui mais tão fortemente o papel paterno, mas em compensação entra o papel do avô com os netos. O terceiro é o luto pelo papel social, que ocorre em função da parada profissional, e o último é o luto pelas perdas do cônjuge, dos amigos e familiares. Para se adaptar a essa nova fase, o idoso precisa aceitar, de modo compreensivo e acolhedor, as perdas e modificações da velhice (Salgado, 2007).

Segundo Erikson (em Papalia et al., 2006), a oitava e última fase do ciclo vital é denominada pela integridade do ego versus desespero. Nesse momento da vida, as pessoas pensam, resumem e avaliam o seu passado, fazem um balanço de sua vida para poderem aceitar a aproximação da morte. O sujeito busca obter um senso de integridade, em vez de sucumbir ao desespero em função da incapacidade de reviver o passado de maneira diferente. As pessoas que alcançam com êxito essa última etapa, adquirem um senso de ordem e

significado em sua vida e a virtude que pode ser desenvolvida durante esse estágio é a sabedoria, que remete em aceitar a vida sem maiores arrependimentos.

Spranger (em Griffa & Moreno, 2001) contribuiu com uma reflexão que está vinculada ao desenvolvimento da existência humana, ao considerar que: “se alguém limita a vida ao transcorrer biológico, talvez não valha a pena vivê-la nem desde o início e muito menos no final” (p.118). Compreende-se que a vida humana é dotada de sentido e se o indivíduo se dá conta disso, eleva-se a outra dimensão pois, segundo ele, “uma vida sem esse conteúdo não é digna de se viver. Vive-se apenas para os conteúdos que dão sentido. Mais ainda: também se morre por eles” (Spranger em Griffa & Moreno, 2001, p.118).

A vida das pessoas ganha mais sentido e propósito quando compartilhada com os demais, sendo esta uma das condições essenciais para um envelhecimento próspero. O convívio social possibilita reconhecer e descobrir objetivos em comuns com os demais, integrar e interagir, desenvolvendo o sentido de pertencimento e ter a oportunidade de experimentar a individualidade mesmo convivendo em grupo. Sendo assim, a participação em grupo se torna importante, pois tende a compensar as perdas de pessoas queridas, principalmente as dos familiares (Salgado, 2007).

Cada indivíduo vai passar pelo seu processo de forma singular, portanto não se pode generalizar. Também, como exposto acima, os estudos apontam que há maneiras de *compensar* essas perdas que vão ocorrendo. Nesta direção, o convívio social através dos grupos de convivências se torna essencial para o idoso “para que melhor se entenda a importância da convivência em grupo, é necessário observar que o desenvolvimento da personalidade humana só se processa por intermédio da interação do indivíduo com os outros, modificando-os e sendo por eles modificado” (Salgado, 2007, p.72).

Inclusão Social dos Idosos através dos Grupos de Convivência

O grande aumento da população idosa exige a criação de políticas públicas sociais, que viabilizem novas ações, no sentido de oportunizar ao idoso debater e descobrir formas de usufruir com prazer e bem-estar essa nova etapa da vida. Deste modo, esse público exige uma maior demanda por programas, projetos, serviços e benefícios, tornando-se um grande desafio para os gestores, agentes políticos e pela sociedade como um todo.

A Organização Mundial da Saúde (Organização Mundial da Saúde [OMS], 2005) defende que: “envelhecimento ativo é o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas” (p. 13). Esta definição faz com que a população reconheça seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo de sua vida. Ademais, faz com que

os sujeitos participem da sociedade sempre levando em conta suas capacidades, desejos e necessidades.

A qualidade de vida, segundo a OMS (em Ministério da Saúde, 2013b), é definida como “a percepção do indivíduo de sua inserção na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (n.p.). Esse conceito abrange o bem estar físico, psicológico, emocional, espiritual e as relações sociais com a rede socioafetiva. Em sua pesquisa, Kirchner (em Coura & Montijo, 2014) aponta que existe uma sensação de satisfação pelo idoso quando este, sente-se aceito pela sociedade da qual faz parte. Assim, associa a qualidade de vida à possibilidade de ter uma vida feliz e completa, repleta de momentos prazerosos como: alimentação saudável, exercício físico, viagens, brincadeiras, entre outros.

O resultado de uma pesquisa realizada constatou que muitos idosos vivem sozinhos e não têm com quem compartilhar suas inseguranças, medos e alegrias. Isso se torna grave, pois o isolamento é porta de entrada para várias patologias, dentre elas a depressão (Andrade et al., 2014). Para estender o tempo de vida do idoso com saúde, é fundamental que ele pratique - com regularidade - atividades físicas e participe da vida social (Rizzolli & Surdi, 2010).

Os centros e grupos de convivência surgiram pelo desejo da população idosa em participar da vida social. Isso ocorreu nos anos de 1960 e 1970 quando o Brasil era considerado um país jovem (Ferrigno, 2013). Os esforços da saúde pública e da sociedade privada, no que tange à convivência social, são mais atuantes. Existem inúmeros programas que fazem com que o idoso possa trocar experiências. Entre eles estão os grupos de convivência. Estes grupos são de extrema importância para o processo de envelhecimento, pois por meio deles, o idoso percebe que não está sozinho e que como ele, mais pessoas estão passando pelo mesmo processo (Coura & Montijo, 2014). O papel social do idoso é fortalecido pelos grupos de convivência, pois é um espaço de grande relevância para desmistificar o preconceito que existe na relação entre o idoso e a comunidade, possibilitando uma mudança comportamental de ambas as partes (Rizzolli & Surdi, 2010).

Em 4 de janeiro de 1994 foi divulgada, no Brasil, a Política Nacional do Idoso, pela Lei nº. 8.842 (Brasil, 4 jan., 1994), que cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências “Art. 1º. A política nacional do idoso tem por objetivo assegurar os direitos sociais do Idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade” (n.p.). O Brasil assumiu o compromisso de seguir tais recomendações, iniciando mais um movimento em prol dos direitos dos idosos, que resultou na promulgação, em 2003, da Lei n.º 10.741 (Brasil, 1 out., 2003) que dispõe sobre o Estatuto do Idoso, avançando na questão dos direitos sociais dos idosos ao declarar ser obrigação da família, da

comunidade, da sociedade e do poder público, assegurar com prioridade a efetivação desses direitos e à convivência familiar e comunitária do idoso.

A inclusão se trata de fazer parte, ser compreendido e se sentir pertencente de forma singular e ao mesmo tempo coletiva e está diretamente relacionada aos direitos sociais. Entre os direitos estabelecidos no Estatuto do Idoso, que indicam e fortalecem a inclusão social dos idosos, são citados o direito à vida, o direito à informação, o direito à vida familiar, à convivência social e comunitária, o direito ao respeito, direito à preservação da autonomia, o direito de acessar serviços que garantam condições de vida e o direito de participar, opinar e decidir sobre sua própria vida (Torres & Sá, 2008).

A principal estratégia utilizada na atualidade são os grupos de convivência, em que durante os encontros é possível perceber que os idosos demonstram receptividade às atividades e são atenciosos ao debater e refletir sobre os temas propostos. Estas atividades são realizadas por meio de dinâmicas em que cada um pode relatar as suas experiências vividas, e há oportunidade de trabalhar questões que envolvem emoções e sentimentos próprios. Nesse sentido, esses encontros têm por objetivo a interação resultando na inclusão social desses idosos (Torres & Sá, 2008).

As relações sociais são muito importantes para o bem-estar dos idosos. Assim, foi elaborado um programa que visava a convivência destes entre si, em que eram realizadas atividades de estimulação cognitiva, emocional e social. Ao realizar as atividades em grupo, os participantes tiveram a oportunidade de conviver com novas pessoas e trocar experiências, evitando o sentimento de solidão e estimulando a valorização com a interação social, em um ambiente onde sentiram-se acolhidos e compreendidos. Foi constatado que o programa trouxe resultados positivos a todos os participantes. Além disso, o contato social promoveu uma diminuição da solidão e um aumento da qualidade de vida (Teixeira, 2010; Andrade et al., 2014). Os grupos de convivência possibilitam a troca de experiências, novos conhecimentos e promovem a criação de vínculos com outras pessoas da mesma idade. Isso possibilita a reconstrução de relações que são importantes nesse momento da vida. Assim, estes grupos surgem como uma proposta de trabalho humanizado possibilitando o cuidado para com essa parcela da população (Andrade et al., 2014).

A primeira experiência na formação de tais grupos de convivência na Terceira Idade ocorreu em 1963, em São Paulo, no Serviço Social do Comércio (SESC), tendo como foco principal o encontro entre os idosos, considerando o tempo livre que tinham, devido a aposentadoria. Desde então, vários grupos foram sendo formados, proporcionando diversas formas de inter-relações, educação social e estímulo às demandas pela realização de projetos que vão ao encontro do interesse dos idosos (Vargas & Portella, 2013).

Segundo os autores Leles, Carlos e Paulin (2018), “a participação dos idosos nos grupos ofertados no Centro de Convivência resgata e potencializa suas habilidades, aumentando, muitas vezes, a segurança para a realização de novas atividades significativas e papéis ocupacionais na sociedade” (p. 312). Percebe-se que esses grupos são extremamente importantes, pois resultam na diminuição da solidão na velhice e um significativo aumento na interação social, resultando em uma melhora no bem-estar psicológico, físico e emocional dos idosos (Leles et al., 2018).

Conforme os autores Wichmann, Couto, Areosa e Montañés (2013):

Na participação em grupos de convivência, os idosos referiram que compartilham suas angústias, tristezas, amores, alegrias, afetos, saberes, reduzem sentimentos como medo, insegurança, depressão, sobretudo após a perda de ente queridos e membros da família, doam e recebem afeto, conversam, com os amigos e trocam experiências de vida. Além disso, afirmam ser o grupo de convivência um ambiente que possibilita fazer novas e boas amizades. De maneira geral, eles associam bem estar à saúde mental e física. (p. 825)

Os resultados obtidos através das pesquisas realizadas, evidenciaram a grande importância do convívio social entre os idosos, possibilitado pelos grupos de convivência, pois resultam no fortalecimento de relações sociais, através das quais os indivíduos sentem-se mais valorizados. Essas relações possibilitam a diminuição da depressão, solidão e a ansiedade, favorecendo assim, a minimização de conflitos emocionais, pessoais e sociais (Leles et al., 2018). A participação em um grupo interfere positivamente na avaliação do idoso em relação a sua qualidade de vida, pois proporciona um suporte social, contribuindo na minimização dos sentimentos de abandono e solidão (Miranda & Banhato, 2008). Destaca-se também que “os grupos de convivência são capazes de funcionar como um agente transformador, havendo necessidade de reelaborar suas metas, conhecer e adequar seus propósitos para melhor atender sua população” (Lima Filho, Patrício, Dantas, Oliveira & Sá, 2019, p. 285).

Para envelhecer de forma saudável, o idoso precisa sentir-se seguro e ativo, de maneira a ser inserido na sociedade, pois são fatores que irão assegurar uma velhice bem-sucedida. “O grupo de convivência representa lugar de humanização e entendimento, uma vez que envelhecer faz parte do ciclo da vida e é preciso estar bem preparado, física e psicologicamente” (Andrade et al., 2014, p. 47).

O Sentido da Vida na Logoterapia

O termo logoterapia foi utilizado por Viktor Frankl pela primeira vez em 1926, numa Associação de Psicologia Médica. Sua obra deu origem à terceira escola vienense de psicoterapia, posterior a psicanálise de Freud e a psicologia individual de Adler. A logoterapia baseia-se no conceito de que a vida possui um sentido (*logos*: sentido/ terapia: cura). Dessa forma, ela amplia a visão do ser humano como um ser único, responsável e capaz de posicionar-se diante dos acontecimentos da vida, justamente porque possui uma dimensão espiritual que comporta as outras dimensões: psicológica, social e física (Rodrigues & Barros, 2009). O ser humano é uma entidade bio-psico-espiritual, na logoterapia é expresso como o somato, psico e noogênese. O espiritual refere-se ao *noos* e pode ser denominado de noético, constituindo em uma das dimensões do ser humano, este - enquanto sujeito - é existencial-espiritual. Para Frankl (em Xausa, 1988) “o homem tem corpo e alma, mas é espírito.” (p.123)

A logoterapia está fundamentada em três pilares, o primeiro é a liberdade de escolha, o segundo refere-se à vontade de sentido e o terceiro é o sentido da vida, sendo este, considerado como a principal força motivadora no ser humano (Xausa, 1988). O questionamento do sentido da vida é a mais humana das ações, pois apenas o ser humano é capaz de problematizar tal fato. Para assumir um compromisso com a vida é preciso descobrir-lhe o sentido. Dessa forma, o sentido assume uma importância vital para o sujeito (Xausa, 1988).

Todo ser humano é livre e responsável, e tem a possibilidade de escolher de que forma vai agir diante de qualquer circunstância, podendo assim decidir seu próprio caminho, mesmo diante de momentos difíceis (Xausa, 1988). A busca do indivíduo por um sentido é a motivação primária em sua vida, e não uma *racionalização secundária* de impulsos instintivos. Esse sentido é subjetivo e específico, e pode ser cumprido apenas pela pessoa, fazendo por si mesma, para que então, esse sentido venha a satisfazer sua própria vontade de sentido (Frankl, 1946/ 2011).

Sendo assim, para a logoterapia o ser humano possui uma vontade de encontrar sentido no mundo, interpretando a sua existência em um contexto de sentido. Esse contexto de busca pelo sentido tem sido contraposto à vontade de prazer, explícitas na psicanálise freudiana e à vontade de poder da psicologia adleriana (Frankl, 1946/2011). A vontade de sentido orienta para uma realização de sentido, que é a razão para ser feliz (Xausa, 1988).

Quando a vontade de sentido encontra-se frustrada, a pessoa pode se confrontar com o vazio existencial. Este, para Frankl (1946/2011), é considerado como a neurose do século XX. O vazio existencial se verifica quando o sujeito não encontra o sentido para a sua vida, e se

manifesta sobretudo num estado de tédio. As pessoas não percebem a necessidade de um sentido para a vida, quando são dominadas pela rotina do dia-a-dia, quando são alimentadas pela mídia com inúmeras informações superficiais e quando não é disposto um tempo para o descanso mental. O vazio existencial se mostra sob as mais diversas máscaras e disfarces como forma de compensação como, por exemplo, o poder, o dinheiro ou prazer (Frankl, 1946/2011). A falta de sentido ou o vazio existencial pode levar ao adoecimento. Em contrapartida, a presença de sentido é mobilizadora inclusive em situações adversas (Xausa, 1988).

Para Frankl (1989), o sentido é diferente para cada ser humano, podendo variar de momento para momento e de situação para situação. Dessa forma, não é possível generalizar o sentido. Sendo, portanto, da própria responsabilidade do indivíduo atingir e captar o sentido, bem como de realizá-lo. O verdadeiro sentido da vida é descoberto no mundo (fora) e não dentro do próprio sujeito. Quanto mais o ser humano esquecer de si mesmo, se prontificar e se dedicar a uma causa ou a alguém, mais humanizado e realizado se tornará. Isto equivale a característica da autotranscendência da existência humana (Frankl, 1946/2011).

Múltiplos fatores influenciam na compreensão do sentido da vida. Os fatores internos estão ligados ao desenvolvimento da pessoa, sua história de vida, religiosidade, personalidade e as estratégias de enfrentamento. Já os fatores externos estão relacionados com o meio e o significado que as pessoas atribuem à vida. Estes relacionam-se com o trabalho, tempo livre, rendimentos, segurança e suprimento das necessidades básicas para a sobrevivência. Para o sujeito atribuir sentido a sua vida, inicialmente precisa encontrar sentido para as experiências da vida, ter um objetivo definido, atribuir finalidade para as atividades do dia-a-dia e encontrar sentido mesmo diante das dificuldades (Sommerhalder, 2010).

Cada situação na vida constitui um desafio e um problema para o sujeito resolver. A pessoa não deve questionar qual o sentido da sua vida, mas sim, antes deve reconhecer que é ela que está sendo indagada, e somente ela, é responsável por responder pela sua própria vida. Nessa oportunidade, a logoterapia trabalha com essa responsabilidade, vendo nesta, a essência da existência humana (Frankl, 1946/2011).

“A responsabilidade é aquilo por que somos ‘atraídos’ e a que ‘nos subtraímos’” (Frankl, 1989, p. 66). A todo momento, o sujeito é responsável pelas suas decisões, sejam elas simples ou desafiadoras, e elas interferem diretamente no momento seguinte. Sendo assim, o que é feito no momento presente interfere diretamente no futuro. São escolhas individuais e o sujeito é responsável por elas, pode estar realizando ou desperdiçando uma oportunidade, que é preciosa e única (Frankl, 1989).

A busca pelo sentido da vida pode causar tensão interior em vez de equilíbrio interior. Entretanto, essa tensão é um pré-requisito necessário para a saúde mental. O que o sujeito necessita não é um estado livre de tensões, mas antes a busca e a luta por um objetivo que valha a pena, uma tarefa escolhida livremente (Frankl, 1946/2011).

A pessoa no decorrer da sua trajetória passa por várias situações e experimenta diversos valores. Os valores vivenciados no seu dia-a-dia levam o ser humano a encontrar o seu sentido da vida. Segundo Frankl (1946/2011), os valores podem ser classificados em três categorias: valores criativos, valores de experiência e valores de atitude. Nos valores de criação, a pessoa consegue oferecer algo de si ao mundo, podendo ser por meio de um trabalho, uma tarefa ou alguma obra, contanto que lhe cause sensação de plenitude e significado. Nos valores de experiência, existe uma troca, sendo possível receber algo do mundo. Estes valores manifestam-se gratuitamente, ou seja, na sua forma mais genuína, como vínculos de amor e afeto, contemplação da natureza e da arte. E os valores de atitude se referem a condição humana frente a situações limites, consideradas irreparáveis e irreversíveis, nas quais o sujeito não possui controle, pois está acima da sua capacidade de superá-los. Diante da tríade trágica da dor, da culpa e da morte é possível que o sujeito realize estes valores (Xausa, 1988).

A vida está repleta de oportunidades para vivenciar os valores, e para isso é necessário ter atitude de buscá-los com o intuito de descobrir o sentido da vida, que se dará a partir dessas vivências. Na velhice, os valores de criação já não estão mais disponíveis como antes, e por isso, os valores de vivência ou experiência tem um papel fundamental. O sujeito direciona um tempo maior para suas vivências sem a pressão de ter que produzir e trabalhar. Portanto, o sujeito pode desfrutar da vida sem tantas preocupações ou pressões (Kroeff, 2014).

A morte não pode corroer o sentido que caracteriza a vida. Ao contrário, o que aconteceria se a vida não fosse finita temporalmente, mas ilimitada no tempo? Se os seres humanos fossem imortais, poderiam adiar suas ações inúmeras vezes, sem a menor importância de realizá-las agora, amanhã ou daqui a dez anos. Em contrapartida, vendo a morte como algo inevitável, o ser humano encontra-se obrigado a aproveitar o tempo que tem, não perdendo as oportunidades que lhe são dadas, pois estas não poderão mais acontecer (Frankl, 1989).

Frankl (em Pintos, 2014) propõe algumas tarefas frente a temporalidade. Frente à finitude, o ser humano deve aproveitar a condição temporal para fazer algo significativo. Para o desafio do amadurecimento a melhor alternativa é abrir-se à experiência de dar e receber. Já diante da morte, a melhor atitude é a tomada de posição assumindo uma atitude de vida que

dê significado à morte. Assim, a melhor resposta para a existência seria o ser humano viver no momento presente e assumir a sua condição de vida, compreendendo a oportunidade que está sendo dada e aceitando o desafio de dar um significado para sua vida.

Quando a pessoa depara-se com a *triade trágica* de dor, culpa e morte ela pode se manter otimista e esta situação é denominada como otimismo trágico. Portanto, fica claro que a vida possuiu um sentido independente do momento, mesmo nos mais difíceis. Por sua vez, esse fato supõe a capacidade que a pessoa tem de transformar as situações negativas da vida em algo positivo. É aceitar a vida, mesmo na dificuldade, pois o ser humano pode aproveitar para transformar o sofrimento em um trunfo pessoal, aprender com a culpa e mudar a si mesmo e, diante da passagem da vida, utilizar como inspiração para realizar atitudes mais responsáveis (Frankl, 1946/2011).

A liberdade de decidir e a responsabilidade estão sempre presentes independente do momento de vida, inclusive na velhice, pois o ser humano é livre para escolher o sentido que dará a sua vida e é responsável por realizá-lo, ou pelo menos, se esforçar na sua direção (Kroeff, 2014). Nesse sentido, a velhice é vista como um ganho que possibilita uma maior realização no tempo, da mesma forma, a maturidade pode ser vista como uma maior atualização da experiência da própria pessoa. Existindo, portanto, um ganho em relação à maturidade pessoal que vai somar-se imensamente à realização do sentido da vida (Pintos, 2014).

MÉTODO

Delineamento

O trabalho foi desenvolvido a partir do delineamento qualitativo de caráter exploratório e interpretativo. A escolha do método qualitativo se deu pela sua “[...] particular relevância ao estudo das relações sociais devido à pluralização das esferas de vida” (Flick, 2009, p. 20). As ideias principais da pesquisa qualitativa centram-se na “escolha adequada do método e teorias convenientes, no reconhecimento e análise de diferentes perspectivas, nas reflexões dos pesquisadores a respeito de suas pesquisas como parte do processo de produção de conhecimento” (Flick, 2009, p. 23).

A opção pela pesquisa exploratória deu-se ao fato de a mesma proporcionar uma visão geral do problema, permitindo uma maior aproximação acerca de determinado fato, permitindo deixá-lo mais compreensível. Ainda, é possível aprimorar ideias e considerar diversos aspectos relacionados com o tema trabalhado, sendo sua elaboração bastante flexível (Gil, 2008).

O caráter interpretativo tem como objetivo principal promover a relação das ideias expressas no trabalho com o problema proposto, para o qual busca-se a resposta. Assim esta modalidade “requer um exercício de associação de ideias, transferência de situações, comparação de propósitos, liberdade de pensar e capacidade de criar” (Lima & Míoto, 2007, p. 41). Na leitura interpretativa também pretende-se estabelecer relações entre o conteúdo das fontes pesquisadas e outros conhecimentos, permitindo um alcance maior aos resultados já obtidos (Gil, 2008).

Fontes

A fonte de pesquisa utilizada para desenvolver este trabalho foi o artefato cultural *Eu Idoso*, produzido em outubro de 2011, disponível no *YouTube*. O documentário tem a direção e produção de Fernando Lucas. O documentário é composto por entrevistas e depoimentos de pessoas que fazem parte do Grupo de Idosos Viver Mais, da cidade de Arcoverde, interior de Pernambuco. São explicados os motivos norteadores da criação do grupo, bem como, de que forma tudo transcorreu até a sua formação e manutenção. A proposta do grupo é que os idosos possam vivenciar atividades lúdicas, culturais, espirituais, gastronômicas e viagens, bem como compartilhar momentos em comunidade (Lucas, 2011). A escolha deste documentário deu-se justamente por demonstrar e representar o quão importante é para os idosos a convivência em grupo, a qual promove inúmeros benefícios. Tais dados são confirmados nas

falas dos entrevistados e por quem está diretamente na linha de frente na construção deste projeto.

Instrumentos

A maioria dos relatórios de pesquisa social requisita a inclusão de tabelas para resumir ou sintetizar os dados. Ela é composta por número e título, corpo, cabeçalho e coluna indicadora (Gil, 2008). Para este trabalho foi utilizada a tabela que serviu como base para analisar os dados coletados do documentário *Eu Idoso* (Lucas, 2011). Foram separadas as cenas de maneira a facilitar a identificação e visualização, sendo posteriormente transcritas e categorizadas na tabela com a finalidade de alcançar o objetivo.

Procedimentos

Inicialmente foi realizada a análise exploratória do documentário *Eu Idoso* (Lucas, 2011). A partir dessa análise, foi realizada a identificação e seleção das cenas que correspondem ao problema de pesquisa. Feita a seleção, as cenas foram transcritas e depois categorizadas na tabela. Com esses dados coletados e organizados, foi realizada a análise a partir do referencial de análise escolhido.

Referencial de Análise

A análise dos resultados foi realizada a partir da técnica de análise de conteúdo. Essa técnica “consiste em desmontar a estrutura e os elementos desse conteúdo para esclarecer suas diferentes características e extrair sua significação” (Laville & Dionne, 1999, p. 214). Esse processo é realizado por meio de um estudo detalhado, que engloba a análise de palavras e frases, a busca de sentido, a identificação das intenções, comparações, avaliações e o reconhecimento do essencial em torno da temática central (Laville & Dionne, 1999).

A partir dessa definição inicial, optou-se pela categoria de análise do modelo aberto. No modelo aberto, as categorias não são fixadas no início da pesquisa, mas tomam forma no decorrer da própria análise. A abordagem é indutiva, o pesquisador inicia o processo com alguns tópicos, agrupando os similares, para assim conseguir uma primeira categorização. Esse processo acontecerá sucessivamente até chegar às categorias finais (Laville & Dionne, 1999).

A análise qualitativa do conteúdo deu-se pelo modo de emparelhamento. O emparelhamento consiste na comparação dos dados recolhidos com a teoria, a fim de verificar se há, efetivamente, ligação entre esses dois aspectos (Laville & Dionne, 1999).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir do objetivo proposto neste trabalho, buscou-se um artefato cultural que pudesse contribuir para responder ao problema de pesquisa. Assim, após assistir diversas vezes o documentário *Eu Idoso* (Lucas, 2011) e selecionar cenas que correspondessem aos objetivos específicos que são conceituar a fase da velhice, apresentar possíveis benefícios dos grupos de convivência e caracterizar sentido da vida na perspectiva da logoterapia, foram criadas três categorias para análise do conteúdo. São elas: velhice, grupos de convivência e sentido da vida. As categorias foram divididas em unidades de análise, com base na revisão de literatura, sendo aspectos pertinentes para responder ao problema de pesquisa. A divisão das categorias, unidades de análise e respectivas cenas, podem ser observadas na Tabela 1.

Tabela 1

Categorias, Unidades de Análise e Cenas Correspondentes

Categorias	Unidades de análise	Cenas
Velhice	Preconceito	Cena 03 (04:02 – 04:28)
		Cena 05 (04:51 – 05:14)
		Cena 12 (09:42 – 10:01)
Velhice	Perdas da Velhice	Cena 06 (05:40 – 06:03)
	Sabedoria	Cena 14 (13:34 – 14:00)
Grupos de Convivência	Objetivo do Grupo	Cena 01 (02:44 – 03:01)
		Cena 02 (03:42 – 04:01)
	Benefícios do Grupo	Cena 04 (04:29 – 04:50)
		Cena 08 (06:16 – 06:22)
		Cena 10 (07:29 – 07:38)
	Cena 15 (14:08 – 14:30)	
	Cena 18 (20:02 – 20:14)	
	Direito dos Idosos	Cena 13 (10:02 – 10:47)

Sentido da Vida	Vazio Existencial	Cena 16 (16:22 – 16:42) Cena 19 (20:16 – 20:27)
	Valores de Atitude	Cena 03 (06:04 – 06:15)
	Valores de Vivência	Cena 09 (07:17 – 07:28) Cena 11 (07:48 – 08:13) Cena 17 (16:51 – 17:02)
	Valores de Criação	Cena 20 (20:48 – 20:56)

Categoria 1 - Velhice

A categoria 1 está relacionada às características que indicam a fase da velhice. Como aspectos categorizadores foram encontrados o preconceito, perdas da velhice e sabedoria. A partir disso, foi criada a Tabela 2, com a descrição das cenas e suas respectivas unidades de análise conforme segue.

Tabela 2

Categoria 1 – Velhice

Unidades de análise	Cenas
Preconceito	Cena 03 Jairo Freire – Vereador: <u>- A gente vê o descaso que existe com o idoso, a preocupação que não se tem com o idoso, a criação deste grupo foi justamente com essa finalidade de dar um melhor amparo ao idoso, reconhecer o idoso e não ter o idoso no segundo plano</u>
Preconceito	Cena 05 Jairo Freire – Vereador: <u>- O pensamento do Grupo Viver Mais é justamente esse, não é pelo fato de o camarada ter 60, 70, 80 anos, seja lá qual for a idade para ele se tornar uma pessoa esquecida do meio</u>

	<p><u>social, muito pelo contrário, ele tem que participar do meio social como qualquer outra pessoa normal, porque pelo fato da pessoa ser idosa não significa que ele seja um anormal</u></p>
Preconceito	<p>Cena 12</p> <p>Jairo Freire – Vereador:</p> <p><u>- Triste é você chegar numa certa idade, você que doou tanto de si pra sua família, para seu Município, para seu Estado, para o seu País e quando chegar numa determinada idade fica jogado ao terceiro plano</u></p>
Perdas da Velhice	<p>Cena 06</p> <p>Marileide Barros – Vice presidente do grupo:</p> <p><u>- Quando a gente é jovem trabalha, cria os filhos mas um dia você vai pegar num balde e você acha pesado, ai você já vê que já não é, chega no espelho e vê suas rugas, ai olha pra trás vê que criou seus filhos, trabalhou e criou então chegou a hora de cuidar um pouco de si</u></p>
Sabedoria	<p>Cena 14</p> <p>Airton Freire – Presidente da Fundação Terra:</p> <p><u>- É uma necessidade de integrar várias fases da vida, eu tenho um dito que cada fase da vida, assim como cada estação do ano tem sua dor e seu encanto, é preciso cuidar dos jovens, porque se não morrerem cedo, envelhecerão também. É preciso aprender dos idosos, porque eles tem a sabedoria e o conhecimento, e tem algo a transmitir como legado a juventude</u></p>

A primeira unidade de análise, Preconceito, pode ser destacada nas cenas 03, 05 e 12. Na fala de Jairo da cena 03 “A gente vê o descaso que existe com o idoso, a preocupação que

não se tem com o idoso [...]”. Assim, fica evidente em sua narrativa a despreocupação da sociedade com os idosos. Tal fato é resultado do preconceito que existe pela velhice, em que a sociedade através de suas ações e atitudes afasta, nega, desagrada e ridiculariza essas pessoas. Muitas vezes a velhice também é associada com a doença, dependência e até com a morte (Neri & Freire, 2000). Na cena 05 Jairo relata:

[...] não é pelo fato de o camarada ter 60, 70, 80 anos, seja lá qual for a idade para ele se tornar uma pessoa esquecida do meio social, muito pelo contrário, ele tem que participar do meio social como qualquer outra pessoa normal, porque pelo fato da pessoa ser idosa não significa que ele seja um anormal.

Além do preconceito expresso em sua narrativa, é trazido outro elemento de extrema relevância que é a importância e a necessidade da participação dos idosos na sociedade. Segundo Freire (2000), quanto mais os idosos participarem e estiverem engajados socialmente, mais felizes e realizados irão se sentir, diminuindo os encargos no âmbito familiar e para os serviços de saúde. A idade social é analisada pelo quanto o idoso está ou não ativo na sociedade, mas depende da cultura na qual o sujeito está inserido (Beauvoir em Coura & Montijo, 2014). Na cena 12, Jairo reitera “Triste é você chegar numa certa idade, você que doou tanto de si pra sua família, para seu Município, para seu Estado, para o seu País e quando chegar numa determinada idade fica jogado ao terceiro plano.” Desta forma, entende-se que “[...] a velhice satisfatória não é apenas uma qualidade da pessoa, mas o resultado da interação do indivíduo em transformação vivendo numa sociedade também em transformação” (Freire, 2000, p. 29). A velhice será satisfatória, quando existir uma disposição para lutar pelos direitos dos cidadãos e colocar em prática projetos e ações que vão ao encontro com a realidade e a necessidade da sociedade (Freire, 2000). De acordo com os autores e analisando as cenas destacadas, podemos identificar que o preconceito existe na sociedade através dos comportamentos de segregação que são fortemente influenciados pela cultura.

Na cena 06, são destacadas as Perdas na Velhice, que são a segunda unidade de análise da categoria 1. A Vice Presidente do grupo, Marileide, em seu depoimento destaca “Quando a gente é jovem trabalha, cria os filhos mas um dia você vai pegar num balde e você acha pesado, aí você já vê que já não é, chega no espelho e vê suas rugas.” Na velhice, o sujeito se depara com alguns lutos decorrentes desta fase, um deles é o luto em função das mudanças físicas do corpo, advindas do declínio gradual das aptidões físicas (Méndez em Griffa & Moreno, 2001). A partir da teoria é evidenciado no depoimento de Marileide quando sente e verbaliza que seu corpo foi se modificando no decorrer dos anos e impactando em atividades rotineiras. No percurso do envelhecimento, os idosos irão se deparar com tarefas evolutivas e

uma delas é encontrar uma forma de amenizar as perdas que ocorrem na velhice (Eizirik, 2013). E para isso, precisam se aceitar de maneira compreensiva e acolhedora (Salgado, 2007).

A Sabedoria, terceira unidade de análise, pode ser identificada na cena 14. Airton, em seu depoimento, destaca:

É uma necessidade de integrar várias fases da vida, eu tenho um dito que cada fase da vida, assim como cada estação do ano tem sua dor e seu encanto, é preciso cuidar dos jovens, porque, se não morrerem cedo, envelhecerão também. É preciso aprender dos idosos, porque eles têm a sabedoria e o conhecimento, e tem algo a transmitir como legado a juventude.

Na fase da velhice, a pessoa se depara com a última crise do ciclo vital marcada pela integridade do ego *versus* desespero. Neste momento da vida as pessoas pensam, resumem e avaliam e reavaliam o seu passado, fazem um balanço de sua vida para poder aceitar a aproximação da morte. O sujeito que não consegue aceitar de maneira positiva o seu passado pode entrar em desespero. Já as pessoas que conseguem alcançar com êxito, adquirem um senso de ordem e significado em sua vida. A virtude que pode ser desenvolvida durante esse estágio é a sabedoria, que remete em aceitar a vida sem maiores arrependimentos, ou seja, é aceitar de maneira positiva as situações vivenciadas (Erikson em Papalia et al., 2006). Portanto, na cena identificada, é possível entender que nesta última etapa da vida é necessário integrar as demais fases que antecederam o sujeito, e que os idosos sempre terão algo a transmitir aos outros, em função da sabedoria adquirida pela aceitação da vida que tiveram.

Categoria 2 - Grupos de Convivência

Essa categoria está relacionada aos Grupos de Convivência. Nela foram separadas três unidades de análise: Objetivo do Grupo, Benefícios do Grupo e Direito dos Idosos. A descrição das cenas e unidades de análise condizentes, são apresentadas na Tabela 3.

Tabela 3

Categoria 2 – Grupos de Convivência

Unidades de análise	Cenas
Objetivo do Grupo	Cena 01 Airton Freire – Presidente da Fundação Terra: <u>- O lema era viver mais, viver com qualidade de vida e a este núcleo juntaram-se várias pessoas de outros lugares</u>

Objetivo do Grupo	<p><u>também de outras cidades para que elas pudessem viver um período da vida com alegria, com sentido</u></p> <p>Cena 02</p> <p>Wellington Santana – Superintendente da Fundação Terra:</p> <p>- <u>Um grupo de idosos que tem uma participação efetiva dos idosos em atividades pela cidade, pelo campo, viagens, atividades lúdicas culturais, com essa natureza acredito que é o primeiro em todo o interior de Pernambuco</u></p>
Benefícios do Grupo	<p>Cena 04</p> <p>Wellington Santana – Superintendente da Fundação Terra:</p> <p>- <u>No geral as pessoas e até as famílias colocam o idoso como alguém que está esperando a morte chegar. E a visão do Grupo Viver Mais é a visão que eu acredito que toda a pessoa quer ter, uma vida ativa em todas as idades</u></p>
Benefícios do Grupo	<p>Cena 08</p> <p>Maria Carmélia Campos – Aposentada:</p> <p>- <u>Eu acho que engrandece muito a memória dos idosos</u></p>
Benefícios do Grupo	<p>Cena 10</p> <p>Roberval Galindo Viana – Conselheiro Tutelar/Voluntário:</p> <p>- <u>É muito gratificante a gente ver por exemplo os idosos que viviam sozinhos e que hoje tão vivendo juntos né, e que tão bem mais felizes</u></p>
Benefícios do Grupo	<p>Cena 15</p> <p>Liege Santana Nogueira – Fisioterapeuta/ Voluntária:</p> <p>- No decorrer deste período de criação e de existência do Grupo Viver Mais, houve uma adesão e uma <u>participação razoável de alguns profissionais da saúde, que vão ao grupo, as reuniões e participam com contribuição de palestras, oficina de higiene</u></p>

Benefícios do Grupo

Cena 18

Roberval Galindo Viana – Conselheiro Tutelar/Voluntário:

- Eu acredito que é exatamente isso a proposta do Grupo Viver Mais: encontrar as pessoas, reunir, bater papo, ver elas dançando, se divertindo, trocando ideias, desabafando

Direito dos Idosos

Cena 13

Liege Santana Nogueira – Fisioterapeuta/ Voluntária:

- O mês de maio fomos empossadas, tanto a Assunção quanto eu, conselheiras desse Conselho do Idoso aqui de Arco Verde, então para nós é um ganho, que a partir daí a gente tá vendo a questão legal do idoso, tá trabalhando e tá conscientizando as pessoas que hoje são jovens, crianças, para que elas cuidem de um ser que contribuiu para que a vida delas também tivesse um significado importante aqui, porque esse povo que tá hoje com 60, 70, 80 anos trabalhou e deixou esse Município, deixou esse País, esse Estado para que a gente usufruísse da forma que tá, então merece, esse povo merece ser tratado com dignidade, merece ter direito e ter prioridade, porque entre aspas prioridade é um direito.

Os objetivos do grupo puderam ser analisados nas cenas 01 e 02. Na cena 01, Airon explica “O lema era viver mais, viver com qualidade de vida e a este núcleo juntaram-se várias pessoas de outros lugares também de outras cidades para que elas pudessem viver um período da vida com alegria, com sentido.” O objetivo do surgimento do grupo está atrelado ao conceito de qualidade de vida, que, segundo a OMS (em Ministério da Saúde, 2013b), está ligado à percepção do sujeito e de sua colocação na vida, na cultura e na sociedade, e leva em conta seus objetivos e expectativas, abrangendo o bem estar físico, psicológico, emocional, espiritual e as relações sociais com sua rede socioafetiva. A partir disso, pode-se entender que a visão do grupo está bem fundamentada com a intenção de proporcionar uma melhora na qualidade de vida dos idosos. Na cena 02, Wellington relata “Um grupo de idosos que tem uma participação efetiva dos idosos em atividades pela cidade, pelo campo, viagens, atividades lúdicas culturais”. Segundo Kirchner (em Coura & Montijo, 2014), a qualidade de vida está fortemente associada à possibilidade da pessoa idosa viver uma vida feliz e

completa, cheia de momentos prazerosos como viagens, passeios, brincadeiras, atividades físicas, entre outras atividades. Portanto, aqui, destaca-se que as atividades do grupo estão fortemente direcionadas com o objetivo maior que é promover a melhora na qualidade de vida dos idosos participantes do grupo.

Os benefícios dos grupos foram assinalados nas cenas 04, 08, 10, 15 e 18. Na cena 04, Wellington relata:

No geral as pessoas e até as famílias colocam o idoso como alguém que está esperando a morte chegar. E a visão do Grupo Viver Mais é a visão que eu acredito que toda a pessoa quer ter, uma vida ativa em todas as idades.

Nos grupos de convivência, o papel do idoso é fortalecido, pois é um espaço para desmistificar o preconceito que se tem pela população idosa. E, para estender o tempo de vida do idoso com saúde, é fundamental que ele participe da vida social (Rizzolli & Surdi, 2010). A partir da teoria, pode-se entender que os grupos de convivência auxiliam na quebra de paradigmas e preconceitos existentes com relação a fase da velhice, quando associam o idoso com a morte. Mas é justamente o contrário, se o idoso possuir uma vida ativa, consequentemente pode viver mais e melhor, com saúde e qualidade de vida, visão que é destacada e defendida pelo grupo.

Na cena 10, Roberval relata “É muito gratificante a gente ver por exemplo os idosos que viviam sozinhos e que hoje tão vivendo juntos né, e que tão bem mais felizes”. Inicialmente, é importante destacar que o isolamento é a porta de entrada para várias patologias, dentre elas a depressão (Andrade et al., 2014). Os grupos são muito importantes, pois, por meio deles, o idoso percebe que não está sozinho e que como ele, mais pessoas estão passando pelo mesmo processo (Coura & Montijo, 2014). A participação social aumenta a convivência com outras pessoas e possibilita a diminuição da depressão, solidão e a ansiedade, resultando numa melhora no bem-estar psicológico, físico e emocional dos idosos (Leles et al., 2018). A partir da teoria e dos relatos, identifica-se que a convivência em grupo traz inúmeros benefícios e é um bom recurso para evitar o isolamento social e a depressão, esta, que é um grave e frequente problema enfrentado pelos idosos. Esse contato é tão enriquecedor que é visto na expressão dos idosos. Segundo Roberval, é notável a diferença nos idosos que antes viviam isolados, e, após participarem do grupo, estão mais felizes e realizados.

Na cena 15, Liege relata que nos grupos existe uma “[...] participação razoável de alguns profissionais da saúde, que vão ao grupo, as reuniões e participam com contribuição de palestras, oficina de higiene”. Nos encontros, os idosos demonstram aceitação pelas atividades e gostam de debater sobre os temas propostos (Torres & Sá, 2008). Um dos

benefícios do grupo é aproximar e orientar a população sobre temas e assuntos essenciais que levam e possibilitam um cuidado maior com a saúde, através de profissionais capacitados e preparados para oferecer esses conhecimentos através de palestras e oficinas. Nos grupos também são realizadas atividades de estimulação cognitiva, emocional e social (Teixeira, 2010). Esse aspecto pode ser identificado no depoimento de Maria: “Eu acho que engrandece muito a memória dos idosos”. A melhora no desempenho da memória está relacionada diretamente à saúde mental.

Ainda sobre os benefícios do grupo, destaca-se a cena 18, em que Roberval, em seu depoimento, relata “[...] a proposta do Grupo Viver Mais: encontrar as pessoas, reunir, bater papo, ver elas dançando, se divertindo, trocando ideias, desabafando”. Os grupos de convivência possibilitam trocas de experiências, novos conhecimentos e criação de vínculos com pessoas da mesma idade, possibilitando a reconstrução de relações que são importantes nesse momento da vida (Andrade et al., 2014). Conforme os autores Wichmann et al. (2013), nos grupos os idosos conversam com os amigos e compartilham objetivos, conhecimentos, sentimentos, anseios, frustrações, e, assim, doam e recebem afeto, possibilitando também a construção de novas amizades. No grupo em estudo, os idosos se encontram para conversar, aprender, cantar, brincar ajudar uns aos outros, oferecem apoio nos momentos bons e ruins, fazem viagens e conhecem lugares novos. Assim, o grupo se torna um lugar de descobertas e aprendizagens, essas que são fundamentais numa etapa da vida em que necessitam de apoio, estimulação e participação.

A última unidade de análise da categoria 2, que versa sobre o Direito dos Idosos, é contemplada pela cena 13. Na cena Liege, em dois trechos do seu depoimento são destacados e transcritos na ordem em que se apresentam: “Conselho do Idoso” e “esse povo merece ser tratado com dignidade, merece ter direito e ter prioridade”. No Brasil, a Política Nacional do Idoso, foi divulgada em 4 de janeiro de 1994, pela Lei nº. 8.842 (Brasil, 4 jan., 1994) que criou o Conselho Nacional dos Idosos. Em seu Art. 1º, preza pelos direitos sociais do idoso criando condições para promover autonomia, integração e participação na sociedade. Mais tarde, no ano 2003, foi promulgada a Lei n.º 10.741 (Brasil, 1 out., 2003) que versa sobre o Estatuto do Idoso. Entre os direitos estabelecidos no Estatuto, constam com veemência a inclusão social dos idosos e o direito à convivência social e comunitária, entre outros (Torres & Sá, 2008). Para envelhecer de forma saudável, o idoso precisa se sentir seguro e ativo, de maneira a ser inserido na sociedade, pois esses são fatores que irão assegurar uma velhice bem-sucedida (Andrade et al., 2014). Para isso se concretizar, é necessária a atuação de pessoas que lutam pela manutenção da lei em que estão assegurados os direitos dos idosos. Na cena descrita, é identificado que o grupo atua fortemente nesta direção, principalmente

quando criou o Conselho do Idoso e busca - constantemente - defender os direitos dos idosos, oferecendo apoio e suporte para a manutenção e constante transformação do Grupo Viver Mais. Tudo isso, com o intuito de aperfeiçoar e melhorar a existência do mesmo.

Categoria 3 - Sentido da Vida

A categoria 3 refere-se ao Sentido da Vida, na perspectiva da logoterapia. Essa foi separada em quatro unidades de análise, sendo elas: Vazio Existencial, Valores de Atitude, Valores de Vivência e Valores de Criação. Os valores, na logoterapia, são as formas de encontrar o sentido da vida e de realizá-lo. Assim, buscou-se, nos depoimentos dos idosos, encontrar falas que pudessem explicitar a realização dos valores e que, a partir disso, conferissem sentido para sua vida. Para tal, foi criada a Tabela 4, com as cenas e as unidades de análise correspondentes.

Tabela 4

Categoria 3 – Sentido da Vida

Unidades de análise	Cenas
Vazio Existencial	<p>Cena 16</p> <p>Rita Manso – Aposentada:</p> <p><u>- A minha vida era muito ruim, porque eu só vivia em casa, não saia, vivia deprimida essas coisas toda, e agora não, não tenho stress, não tenho depressão, sou feliz, passeio muito, viajo, a minha vida é uma maravilha</u></p>
Vazio Existencial	<p>Cena 19</p> <p>Arinalda Freire – Voluntária:</p> <p>- Eles são assim um exemplo né, eu tenho a metade da idade de alguns deles e eu me sentia entregue mesmo, <u>me sentia sem vontade de viver</u></p>
Valores de Atitude	<p>Cena 07</p> <p>Maria José – Voluntária:</p> <p><u>- Quando a gente chega nessa idade muitos pensam que tá acabado que tá no final, mas não, agora é uma idade pra se renovar</u></p>

Valores de Vivência

Cena 09

Maria José, idosa e voluntária no grupo, ajuda na organização e na realização das atividades.

- Sempre fui incentivada pelas minhas filhas, pelo meu marido me incentiva quando ele não ia ele mandava eu ir porque ele achava que eu renovei, eu fiquei outra pessoa e fiquei mesmo

Valores de Vivência

Cena 11

Airton Freire – Presidente da Fundação Terra:

- Viver mais em função de um sentido e uma razão de ser, é essa razão de ser maior desse grupo e cada vez mais as pessoas se juntam a esta filosofia de vida, viver a melhor fase que é viver com experiência, viver com sabedoria e viver o melhor que a vida pode oferecer

Valores de Vivência

Cena 17

Aldeci Maria da Conceição – Aposentada:

- Ave Maria! No dia que a gente não vai eu sei como eu fico doente, porque quando a gente vai é um divertimento, quando a gente chega fica toda satisfeita

Valores de Criação

Cena 20

Marleide Barros – Vice presidente do grupo:

- Aí eu tenho notado isso, só ter tirado eles da depressão e da timidez eu acho que já é uma vitória

O Vazio Existencial, primeira unidade de análise da categoria 3, pode ser destacado na cenas 16 e 19. Na cena 16, Rita relata como era sua vida antes de participar do grupo de idosos Viver Mais: “A minha vida era muito ruim, porque eu só vivia em casa, não saía, vivia deprimida essas coisas toda” e na cena 19, Arinalda em seu depoimento também menciona

“me sentia sem vontade de viver”. Dentro das falas, é identificado o vazio existencial. Este se verifica quando o sujeito não encontra sentido para a sua vida e se manifesta sobretudo em um estado de tédio (Frankl, 1946/2011). A falta de sentido ou o vazio existencial pode levar ao adoecimento (Xausa, 1988). O vazio existencial aparece de maneira velada em alguns males da contemporaneidade, como depressão, suicídio e drogadição (Frankl, 1946/2011). Em ambas as falas, é identificado que antes da participação no grupo, o vazio existencial predominava na vida de Rita e Arinalda, como resultado da falta de sentido. Assim, tais depoimentos evidenciam o quanto a participação no grupo mudou as suas vidas e possibilitou uma (re)significação existencial, na busca e no estabelecimento de metas, objetivos e sonhos. A vontade de sentido orienta para uma realização de sentido que é a razão para ser feliz. Dentro desse contexto, ressalta-se que é através dos valores vivenciados no dia-a-dia que levam o ser humano a encontrar o seu sentido da vida (Xausa, 1988).

Os Valores de Atitude, segunda unidade de análise da categoria 3, podem ser observados na cena 07, quando Maria José relata: “Quando a gente chega nessa idade muitos pensam que tá acabado que tá no final, mas não, agora é uma idade pra se renovar.” Os valores de atitude se referem a condição humana frente a situações limites, consideradas irreparáveis e irreversíveis, nas quais o sujeito não possui controle, pois está acima da sua capacidade de superá-los (Xausa, 1988). Quando a pessoa se depara com a tríade trágica de dor, culpa e morte ela pode se manter otimista e esta situação é denominada como otimismo trágico. Portanto, fica claro que a vida possui um sentido independente do momento, mesmo nos mais difíceis, e a forma como estes elementos são vivenciados pode favorecer um sentido, ou seja, a capacidade de transformar aspectos negativos da vida em positivos. Mesmo na dificuldade, é aceitar a vida e aproveitar para transformar o sofrimento num trunfo pessoal (Frankl, 1946/2011). No depoimento de Maria fica claro que ela consegue dar um sentido e transformar sua vida de maneira positiva, apesar das pessoas associarem a velhice com a morte. Assim, consegue passar pelo processo sem tanta dificuldade e aceita de maneira saudável esse período da vida.

Os Valores de Vivência puderam ser observados nas cenas 09, 11 e 17. Na cena 09, Maria José é voluntária no grupo e ajuda na organização e na realização das atividades, em seu depoimento relata: “Sempre fui incentivada pelas minhas filhas, pelo meu marido me incentiva quando ele não ia ele mandava eu ir porque ele achava que eu renovei, eu fiquei outra pessoa e fiquei mesmo”. Na cena 11, Airton destaca: “Viver mais em função de um sentido e uma razão de ser, é essa razão de ser maior desse grupo e cada vez mais as pessoas se juntam a esta filosofia de vida”. Na cena 17, Aldeci relata: “Ave Maria! No dia que a gente não vai eu sei como eu fico doente, porque quando a gente vai é um divertimento, quando a

gente chega fica toda satisfeita.” Os valores de vivência referem-se ao que se recebe do mundo, de forma gratuita. Estes valores manifestam-se gratuitamente, ou seja, na sua forma mais genuína, como vínculos de amor e afeto, contemplação da natureza e da arte (Xausa, 1988). O sujeito consegue direcionar um tempo maior para suas vivências sem a pressão de ter que produzir e trabalhar, podendo desfrutar da vida sem tantas preocupações ou pressões (Kroeff, 2014). Dentro da perspectiva apresentada pelos autores e pelos depoimentos, é identificado que o convívio social entre os idosos, possibilitado pelo Grupo Viver Mais, resulta no fortalecimento das relações sociais. A partir dos valores de vivência, os idosos têm a oportunidade de conviver com novas pessoas, trocar experiências, fazer novas amizades e assim criar vínculos de amor e afeto, que são tão importantes neste momento da vida.

O Valor de Criação é destacado na cena 20, quando Marileide refere que: “Aí eu tenho notado isso, só ter tirado eles da depressão e da timidez eu acho que já é uma vitória.” Os valores de criação são realizados quando o ser humano consegue deixar um legado para o mundo, seja através de ações ou de seu trabalho, e que lhe tragam satisfação (Xausa, 1988). Vários idosos encontram uma possibilidade de ressignificar sua vida servindo e entregando-se generosamente ao serviço, atuando em organizações não-governamentais (ONGs), paróquias e voluntariados (Pintos, 2014). A partir dessa definição, pode-se pensar que Marileide encontrou sentido na realização de valores de criação. O trabalho voluntário no grupo contribuiu para que o mesmo se mantivesse ativo e alinhado com a comunidade, para que assim, mais pessoas acessassem e participassem do Grupo de Idosos Viver Mais. A partir do seu trabalho e de sua participação, ela conseguiu encontrar a realização, ajudando as pessoas a saírem da solidão e encontrarem um novo sentido para suas vidas, que impactaram na saúde física e emocional. Portanto, o verdadeiro sentido da vida é descoberto no mundo (fora) e não dentro do próprio sujeito. Quanto mais o ser humano esquecer de si mesmo, se prontificar e se dedicar a uma causa ou a alguém, mais humanizado e realizado se tornará. Isto equivale a característica da autotranscendência da existência humana (Frankl, 1946/2011).

A partir do exposto, pode-se concluir que existe um preconceito com a fase da velhice, e que a mesma é fortemente influenciada pela cultura. Mas nota-se que esses estigmas sociais vêm sendo superados quando a sociedade propõe e investe na participação social, pois a solidão e o isolamento podem ser considerados fatores de risco para sintomas depressivos. Assim, os idosos que vivem isolados, podem ser acometidos pelo vazio existencial, resultado da falta de sentido.

O convívio social possibilitado pelos grupos de convivência, resulta no fortalecimento das relações sociais e assim os idosos têm a oportunidade de conviver com novas pessoas, trocar experiências, fazer novas amizades e assim criar vínculos de amor e afeto, que são tão

importantes neste momento da vida. Outros têm a possibilidade de ajudar e contribuir na manutenção do grupo, encontrando assim uma nova realização para sua vida. Portanto, a partir dos depoimentos dos participantes do Grupo Viver Mais, os idosos puderam redirecionar sua existência e seus propósitos, a partir das vivências dos valores propostas pela logoterapia, conferindo assim um novo sentido para sua vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a realização deste estudo, foi possível aprofundar os conhecimentos sobre a fase da velhice, o surgimento e os benefícios dos grupos de convivências e sobre a logoterapia, principalmente os conceitos de vazio existencial, sentido da vida e os valores. O objetivo deste trabalho de conclusão de curso era identificar possíveis contribuições do sentido da vida em idosos que participam de grupos de convivência, através dos objetivos específicos: conceituar a fase da velhice, apresentar possíveis benefícios dos grupos de convivência e caracterizar sentido da vida na perspectiva da logoterapia. Dessa forma, observa-se o êxito na busca de conceitos através da revisão de literatura e a importância da observação do artefato cultural para que resultasse no emparelhamento, sendo assim, atingido o objetivo geral e objetivos específicos desse trabalho.

Através desse estudo foi possível perceber e identificar a importância da convivência social proporcionada pelos grupos de convivência, pois as relações sociais são importantes na fase da velhice e proporcionam uma melhora no bem-estar e na qualidade de vida dos idosos. É através da vivência dos valores, propostos pela logoterapia, que o sujeito pode encontrar um novo sentido para sua vida, e tais relatos são evidenciados ao longo do estudo. O sentido da vida contribui para que os idosos possam ressignificar sua vida, reelaborar novos projetos e sonhos os quais são importantes nesta fase.

A limitação principal para a realização desta pesquisa diz respeito ao fato de haver poucos artefatos culturais que retratassem a participação de idosos em grupos de convivência, sendo então um fator limitador para a conclusão deste trabalho. Só depois de uma longa pesquisa foi encontrado o documentário *Eu Idoso* (Lucas, 2011) para ser utilizado como artefato cultural. Tal artefato representou, de maneira clara, o intuito do grupo de convivência bem como os benefícios gerados pela participação dos idosos no grupo.

Pode-se constatar desta forma a importância da continuação deste estudo, pois os desafios que se apresentam na fase da velhice, como a diminuição de possibilidades de contato com o mundo, devido ao preconceito ainda existente, interferem negativamente no curso do envelhecimento. Assim, os grupos de convivência surgem como uma nova oportunidade para os idosos e para a sociedade em geral, pois seus benefícios impactam no bem-estar físico, psicológico/emocional e social. Portanto, sugere-se que estudos sigam sendo realizados nessa área, considerando a importância do tema e suas possíveis implicações.

REFERÊNCIAS

- Andrade, A. N., Nascimento, M. M. P. de, Oliveira, M. M. D. de, Queiroga, R. M. de, Fonseca, F. L. A., Lacerda, S. N. B., & Adami, F. (2014). Percepção de idosos sobre grupos de convivência: estudo na cidade de Cajazeiras-PB. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 17(1), 39-48. DOI: 10.1590/S1809-98232014000100005
- Brasil. (1 de out., 2003). *Lei nº. 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências*. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. Acesso em 2 de setembro de 2020 de http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.741compilado.htm
- Brasil. (4 de jan., 1994). *Lei nº. 8.842, de 4 de janeiro de 1994. Dispõe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências*. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. Acesso em 15 de maio de 2020 de http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8842.htm
- Coura, D. M. S., & Montijo, K. M. S. (2014). *Psicologia aplicada ao cuidador e ao idoso*. São Paulo: Érica.
- Eizirik, C. L. (2013). A Velhice. In. C. L. Eizirik & A. M. S. Bassols (Orgs.), *O ciclo da vida humana: uma perspectiva psicodinâmica* (2a. ed.; pp. 227-240). Porto Alegre, RS: Artmed.
- Ferrigno, J. C. (2013). Atividade, informação, participação e cidadania. [Versão eletrônica] In E. V. Freitas & L. Py (Eds.), *Tratado de geriatria e gerontologia* (3a. ed.; pp. 2295 - 2303). Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan. Acesso em 4 de abril de 2020 de <https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf>
- Flick, U. (2009). *Uma introdução à pesquisa qualitativa*. (3a. ed.; J. E. Costa, Trad.). Porto Alegre: artmed.
- Frankl, V. E. (1989). *Psicoterapia e sentido da vida: fundamentos da logoterapia e análise existencial*. (3a. ed.; A. M. de Castro Trad.). São Paulo: Quadrante.
- Frankl, V. E. (2011). *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. (30a. ed.; W. O. Schlupp & C. C. Aveline, Trans.). São Leopoldo, RS: Editora Sinodal. (Trabalho original publicado em 1946)
- Freire, S. A. (2000). Envelhecimento bem-sucedido e bem-estar psicológico In. A. L. Neri & S. A. Freire (Orgs.), *E por falar em boa velhice* (pp. 21-32). Campinas, SP: Papyrus Editora.

- Garcia, R. G. B. (2014). *Programas de acção sobre estimulação cognitiva de idosos e formação em exercício de profissionais*. Dissertação de mestrado, Programa de Pós-Graduação em Gerontologia Social, Instituto Superior de Serviço Social do Porto, Cooperativa de Ensino Superior de Serviço Social. Lisboa, Portugal.
- Gil, A. C. (2008). *Técnicas e métodos em pesquisa social*. (6a. ed.). São Paulo: Atlas.
- Griffa, M. C. & Moreno, J. E. (2001). *Chaves para a psicologia do desenvolvimento: adolescência, vida adulta, velhice*. (Vol. 2; V. Vaccari, Trad.). São Paulo: Paulinas.
- Kroeff, P. (2014). *Logoterapia e existência: a importância do sentido da vida*. Porto Alegre: Evangraf.
- Laville, C., & Dionne, J. (1999). *A construção do saber: manual de metodologia de pesquisa em ciências humanas*. (H. Monteiro & F. Settineri, Trans.). Porto Alegre: Artmed.
- Leles, T. S., Carlos, M. M., & Paulin, G. S. T. (2018). A influência de grupos de promoção de saúde no envelhecimento de idosos. *Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional*, 2(2), 305-318.
- Lima Filho, B. F. de, Patrício, Í. F. da S., Dantas, D. de S., Oliveira, L. P. B. A. de, & Sá, F. D. de. (2019). Perfil dos idosos participantes de grupos de convivência em unidades básicas de saúde do município de Santa Cruz, RN, Brasil. *Revista Kairós-Gerontologia*, 22(1), 273-290. DOI:10.23925/2176-901X.2019v22i1p273-290
- Lima, T. C. S. de, & Miotto, R. C. T. (2007). Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica. *Revista Katálysis*, 10, 37-45. DOI:10.1590/S1414-49802007000300004
- Lucas, F. (Produtor & Diretor). (2011). *Eu idoso* [Documentário]. Brasil: Grupo de Idosos Viver Mais.
- Ministério da Saúde. (2013a). *Estatuto do idoso*. (2a. ed). Brasília, DF: Ministério da Saúde.
- Ministério da Saúde. (2013b). *Dicas em saúde: qualidade de vida em 5 passos*. Acesso em 21 de outubro de 2020 de https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/dicas/260_qualidade_de_vida.html.
- Ministério da Saúde. (2019). *ONU apoia estratégia brasileira de promoção do envelhecimento saudável*. Acesso em 27 de julho de 2020 de <https://portalfns.saude.gov.br/ultimas-noticias/2372-onu-apoia-estrategia-brasileira-de-promocao-do-envelhecimento-saudavel>.
- Miranda, L. C., & Banhato, E. F. C. (2008). Qualidade de vida na terceira idade: a influência da participação em grupos. *Psicologia em Pesquisa*, 2(1), 69-80. DOI: 10.24879/200800200100420
- Neri, A. L., & Freire, S. A. (2000). Qual é a idade da velhice? In. A. L. Neri & S. A. Freire (Orgs.), *E por falar em boa velhice* (pp. 7-19). Campinas, SP: Papyrus Editora.

- Netto, M. P. (2013). O estudo da velhice: histórico, definição do campo e termos básicos. [Versão Eletrônica]. In E. V. Freitas & L. Py (Eds.), *Tratado de geriatria e gerontologia* (3a. ed.; pp. 62-75). Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan. Acesso em 4 de abril de 2020 de <https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf>
- Organização Mundial da Saúde. (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. [Versão eletrônica] (S. Gontijo, Trad.). Brasília, DF: Organização Pan-Americana da Saúde. Acesso em 5 de julho de 2020 de https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf
- Organização das Nações Unidas News. (2019). *ONU diz que número de pessoas com mais de 60 anos deve subir 46% até 2030*. Acesso em 6 de maio de 2020 de <https://news.un.org/pt/story/2019/10/1689152#:~:text=Entre%202017%20e%202030%2C%20o,Jornada%20para%20a%20Igualdade%20Et%C3%A1ria%E2%80%9D>.
- Paradella, R. (2018). *Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017*. Agência IBGE Notícias. Acesso em 18 de junho de 2020 de <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2006). *Desenvolvimento humano*. (8a. ed.; D. Bueno, Trad.). São Paulo: Artmed.
- Penna, F. B., & Santo, F. H. E. (2006). O movimento das emoções na vida dos idosos: um estudo com um grupo da terceira idade. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 08(1), 17-24.
- Pintos, C. G. (2014). A Síndrome William Wilson, temporalidade, sentido da vida, velhice e suicídio. In O. L. Oliveros & P. Kroeff (Orgs.), *Finitude e sentido da vida: a logoterapia no embate com a tríade trágica* (pp. 239-263; P. Kroeff, Trad.). Porto Alegre: Evangraf.
- Rizzolli, D., & Surdi, A. C. (2010). Percepção dos idosos sobre grupos de terceira idade. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 13(2), 225-233. DOI: 10.1590/S1809-98232010000200007
- Rodrigues, L. A., & Barros, L. A. de. (2009). Sobre o fundador da logoterapia: Viktor Emil Frankl e sua contribuição à psicologia. *Estudos Vida e Saúde*, 36(1), 11-31. DOI: 10.18224/est.v36i1.1016
- Salgado, M. A. (2007). Os grupos e a ação pedagógica do trabalho social com idosos. *A Terceira Idade: Estudos sobre o Envelhecimento, Sesc SP*, 18 (39), 67 -78.

- Sznifer, M. S. (2018). *Um novo conceito de pessoa idosa*. Portal do Envelhecimento e Longevidade. Acesso em 29 de maio de 2020 de <https://www.portaldoenvelhecimento.com.br/um-novo-conceito-de-pessoa-idosa/>.
- Sommerhalder, C. (2010). Sentido de vida na fase adulta e velhice. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 23 (2), 270-277. DOI:10.1590/S0102-79722010000200009
- Teixeira, L. M. F. (2010). *Solidão, depressão e qualidade de vida em idosos: um estudo avaliativo exploratório e implementação-piloto de um programa de intervenção*. Dissertação de mestrado publicada, Secção de Psicologia Clínica e da Saúde Núcleo de Psicologia da Saúde e da Doença, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa. Lisboa, Portugal.
- Torres, M. M., & Sá, M. A. A. dos S. (2008). Inclusão social de idosos: um longo caminho a percorrer. *Revista Ciências Humanas*, 1 (2), 1-10. DOI: 10.32813/2179-1120.2008.v1.n2.a203
- Vargas, A. C., & Portella, M. R. (2013). O diferencial de um grupo de convivência: equilíbrio e proporcionalidade entre os gêneros. *Revista Kairós-Gerontologia*, 16(2), 227-238. DOI:10.23925/2176-901X.2013v16i2p227-238
- Wichmann, F. M. A., Couto, A. N., Areosa, S. V. C., & Montañés, M. C. M. (2013). Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 16(4), 821-832. DOI: 10.1590/S1809-98232013000400016
- Xausa, I. A. de M. (1988). *A psicologia do sentido da vida*. (2a.ed.). Petrópolis, RJ: Vozes.