

Alexsandro Medeiros do Nascimento

ORGANIZAÇÃO



Série Livro-Texto



A psicologia na pandemia de Covid-19

ressignificações das práticas
psicológicas brasileiras na
pesquisa, clínica e ensino

Universidade Federal de Pernambuco

Reitor: Alfredo Macedo Gomes

Vice-Reitor: Moacyr Cunha de Araújo Filho

Pró-Reitoria de Graduação

Pró-Reitora: Magna do Carmo Silva

Diretora: Fernanda Maria Ribeiro de Alencar

Editora UFPE

Diretor: Junot Cornélio Matos

Vice-Diretor: Diogo Cesar Fernandes

Editor: Artur Almeida de Ataíde

Comitê de avaliação

Adriana Soares de Moura Carneiro, Ana Célia Oliveira dos Santos, Andressa Suely Saturnino de Oliveira, Arquimedes José de Araújo Paschoal, Assis Leão da Silva, Ayalla Camila Bezerra dos Santos, Chiara Natercia Franca Araujo, Deyvylan Araujo Reis, Djailton Cunha, Flavio Santiago, Hyana Kamila Ferreira de Oliveira, Isabel Cristina Pereira de Oliveira, Jaqueline Moura da Silva, Jorge Correia Neto, Keyla Brandão Costa, Luciana Pimentel Fernandes de Melo, Márcia Lopes Reis, Márcio Campos Oliveira, Márcio Vilar França Lima, Maria Aparecida Silva Furtado, Maria da Conceição Andrade, Michela Caroline Macêdo, Rodrigo Gayger Amaro, Rosa Maria Oliveira Teixeira de Vasconcelos, Shirleide Pereira da Silva Cruz, Tânia Valéria de Oliveira Custódio, Waldireny Caldas Rocha

Editoração

Revisão de texto: Maria Joana Dourado Guerra

Projeto gráfico: Ildembergue Leite

Diagramação: Lucas Xavier de Aguiar

Imagem da capa: *Psyche abandonata*, de Pietro Tenerani (1789-1869).

Fotografia por Paolobon140 (Wikimedia Commons), disponível online sob os termos da licença CC-BY-4.0, submetida a alteração de cor, espelhamento e recorte.

Catálogo na fonte

Biblioteca Kalina Ligia França da Silva, CRB4-1408

P974 A psicologia na pandemia de Covid-19 [recurso eletrônico] : ressignificações das práticas psicológicas brasileiras na pesquisa, clínica e ensino / organização : Alexsandro Medeiros do Nascimento. – Recife : Ed. UFPE, 2024.

1 recurso online (265 p.). – (Série Livro-Texto)

Vários autores.

Inclui referências.

ISBN 978-65-5962-288-7 (online)

1. Psicologia – Brasil. 2. Psicologia – Pesquisa. 3. Psicologia – Estudo e ensino. 4. COVID-19, Pandemia de, 2020- – Brasil – Aspectos psicológicos. 5. Distanciamento social (Saúde pública) e educação – Brasil. I. Nascimento, Alexsandro Medeiros do (Org). III. Título da série.

150.981

CDD (23.ed.)

UFPE (BC2024-O69)

Esta obra está licenciada sob uma Licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional.



EDITORIA ASSOCIADA À



Associação Brasileira
das Editoras Universitárias

Alexsandro Medeiros do Nascimento

ORGANIZAÇÃO

A psicologia na pandemia de Covid-19

ressignificações das práticas
psicológicas brasileiras na
pesquisa, clínica e ensino

SÉRIE LIVRO-TEXTO

A Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), pautada pelos princípios da democracia, da transparência, da qualidade e do compromisso social, assume a Educação Superior como um bem público e um direito de todas e todos. Nesse sentido, estimula a melhoria das condições do trabalho docente, a inserção de metodologias de ensino inovadoras e a articulação dos conhecimentos teóricos e práticos nas diferentes áreas do saber como instrumentos de promoção de uma formação científica, humanística e artística que prepare nossos estudantes para a intervenção na realidade, segundo o compromisso com o desenvolvimento integral e sustentável, a equidade e a justiça social. Assim, a UFPE, por intermédio da Pró-Reitoria de Graduação e da Editora UFPE, oferta à comunidade acadêmica e à sociedade mais uma seleção da Série Livro-Texto, com o objetivo de contribuir para a formação da biblioteca básica do estudante de graduação e para a divulgação do conhecimento produzido pelos docentes desta Universidade. Em busca de uma melhor dinâmica para o recebimento de originais, este edital (Edital simplificado nº 22/2022 de incentivo à produção e publicação de livros digitais) estabeleceu janelas de submissão em momentos

distintos, oportunizando uma melhor organização por parte dos agentes envolvidos na elaboração e na edição desses materiais. Os livros selecionados, que contemplam diferentes áreas do saber, representam o esforço de discentes (de graduação e pós-graduação) e servidores (docentes e técnicos) e da gestão da Universidade em prol da produção, sistematização e divulgação do conhecimento, um de seus principais objetivos.

Alfredo Macedo Gomes

Reitor da UFPE

Moacyr Cunha Araújo Filho

Vice-Reitor da UFPE

Magna do Carmo Silva

Pró-Reitora de Graduação (Prograd)

Fernanda Maria Ribeiro de Alencar

Diretora da DIFI/Prograd

DEDICATÓRIA

A todos os Psicólogos e demais profissionais da área da saúde que estiveram na linha de frente ao enfrentamento da pandemia de Covid-19 em território brasileiro, em especial, àqueles que vieram a óbito após terem contraído o vírus na assistência aos infectados.

A estes heróis anônimos, nossa eterna GRATIDÃO e RECONHECIMENTO!

SUMÁRIO

Prefácio 10

PARTE 1 | A pesquisa em psicologia na pandemia de Covid-19

1. Autoconsciência fenomenal e fenomenologia
da consciência de vigília: estudo de caso fenomenal –
a autoexperiência de Nina 15
Alexsandro Medeiros do Nascimento
2. Situações estressoras em contexto
da pandemia de Covid-19 na população brasileira:
estudo de caso qualitativo 91
Alexsandro Medeiros do Nascimento | Lamartine Joaquim da Silva
Filho | Luís Roberto Ramos Beltrão de Melo | Walber José da Silva |
Rodrigo Oliveira Damasceno

PARTE 2 | A prática clínica em psicologia na pandemia de Covid-19

3. A psicologia no exército brasileiro e o enfrentamento da pandemia de Covid-19 137
André Oliveira de Assis Núñez
Sarah Camello Vasconcellos
Alexsandro Medeiros do Nascimento
4. Caminhos de sentido na prática clínica logoterapêutica no contexto da Covid-19 154
Lorena Bandeira Melo de Sá
5. Ecos do confinamento: o que a pandemia de Covid-19 nos ensinou 162
Emmanuella Galvão Dubut
6. Psicólogos solidários: atendimento aos profissionais de saúde da linha de frente durante a pandemia de Covid-19 171
Débora Cristina Diógenes Andrade
Marlos Alves Bezerra
7. A busca pela tendência atualizante durante a pandemia: reflexos na clínica psicoterápica 202
Alda Batista de Oliveira

PARTE 3 | O ensino de psicologia na pandemia de Covid-19

8. A pesquisa qualitativa em psicologia:
um foco na análise de conteúdo 211
Erika Cristiane da Silva
Alexsandro Medeiros do Nascimento
 9. Grupo de estudo clássicos em psicologia & morte:
espaço de ressignificações de vivências durante
a pandemia de Covid-19 – relatos de experiência 226
Alexsandro Medeiros do Nascimento | Vanessa Bezerra Cornélio
Martins | Marijaine Rodrigues de Lima Freire | Henrique Augusto
Brust de Jesus | Luiz Guilherme de Oliveira Leal
- Sobre as autoras e os autores 262

Prefácio

Alexsandro Medeiros do Nascimento

“Mas o que pode a psicologia?”

Como idealizador desta singela coletânea de trabalhos em Psicologia, coube a mim apresentar em linhas breves suas mais profundas motivações, o que lhe trouxe à luz.

Este conjunto de trabalhos intitulado “A psicologia na pandemia de Covid-19: ressignificações das práticas psicológicas brasileiras na pesquisa, clínica e ensino” se trata de contribuições baseadas nas Palestras proferidas no Simpósio LACCOS 2021, Dezembro, 20-21, 2021, intitulado “Simpósio Internacional LACCOS 2021 & I Encontro LACCOS Psicologia & Morte – O Sagrado, a Morte e os Mortos em tempos de pandemia de Covid-19: Ressignificações na Psicologia na construção do Futuro”, Simpósio comemorativo ao 1º Decênio (2011-2021) do Laboratório de Estudos de Autoconsciência, Consciência, Cognição de Alta Ordem e *Self* (LACCOS/UFPE), por mim fundado nos idos de 2011, e do qual sou o atual Coordenador. As contribuições ecoam as reflexões trazidas no referido simpósio e todas tiveram seu nascedouro de uma impactante experiência recente na vida das sociedades contemporâneas: a terrível tragédia humanitária representada pela pandemia de Covid-19.

No início foi o espanto! Tomados de uma surpresa inaudita, psicólogos do mundo inteiro se viram diante de uma situação sem precedentes na história recente de nosso campo e atuação profissional. Todavia, a psicologia em sua já longa história já esteve às voltas com situações de crise humanitária ou tragédias de dimensões continentais como as duas Grandes Guerras (Primeira Guerra Mundial; Segunda Guerra Mundial) no século passado (séc. xx), como também com eventos recentes envolvendo apoio psicológico aos sobreviventes e família de mortos dos atentados do 11 de setembro no World Trade Center nos Estados Unidos da América, além é claro, de referência mais antiga, de que a psicologia presenciou a terrível hecatombe representada pela Gripe Espanhola com sua quantidade massiva de mortos. A longevidade da Psicologia testemunha sua vocação em reinventar-se, sair do estupor inicial do encontro com realidades humanas às vezes inimagináveis e reconhecer em seu corpus teórico e técnico formas de recuperação do sentido, e capital de conhecimento que tem permitido aos psicólogos de diversas gerações dar testemunho de coragem, força epistêmica, confiança em nossa disciplina científica, alegria do serviço à Humanidade, e serviços úteis e competentes em situações de máxima urgência, gravidade e periculosidade.

Assim foi também com a eclosão da pandemia de Covid-19 ao final do ano de 2019, imediatamente psicólogos da China, e logo também os de outras nacionalidades e contextos laborais, se puseram a campo para auscultar as realidades empíricas relacionadas aos aspectos psicológicos subjacentes às vivências deste evento de grave potencial de letalidade e de agravos à saúde física e mental.

No Brasil, não foi diferente, nós que fazemos a Psicologia no Brasil, quer como psicólogos hospitalares – estes na linha de frente no enfrentamento ao drama humano da Covid-19, ou a partir da clínica privada remota com os quarentenados e suas urgências psicológicas, ou nas lidas do Ensino nas universidades federais e outras instituições de ensino superior, ou no campo do Trabalho, ou outras modalidades de prática psicológica, tivemos o dever ético de mais uma vez reforçar o protagonismo da Psicologia no atendimento das subjetividades e realidades psicossociais impactadas

pelas vivências desse tempo pandêmico, vivências marcadas por profundos angústia, desamparo, incerteza, pânico, mas também por retorno a si mesmo(a), cultivo da reflexividade, criatividade, do autocuidado e autoaprendizado, de que testemunhos começam a aparecer na literatura.

Este despretensioso livro tem o objetivo de documentar experiências inovadoras na Psicologia durante a pandemia, e testemunhar as vivências de nosso povo no tempo da angústia da pandemia de Covid-19, tanto das pessoas comuns que em todo o território legaram depoimentos sobre situações de estresse durante a pandemia, como relatos clínicos de psicólogos de diferentes orientações teóricas e epistemológicas que refundaram em novos figureamentos, suas práticas e foram de fundamental apoio à população no período. Mas também estão aqui documentadas experiências mais solitárias, de avanços científicos em psicologia cognitiva realizados durante o tempo pandêmico na formalização de noções teóricas importantes sobre autoconsciência fenomenal e métodos em 1ª pessoa habilitados no acercamento dessas dimensões fenomenais da mente e consciência. Também, experiências de grupo de estudo em que o tema talvez mais associado ao período em tela – a Morte, foi atravessado com singeleza e com grande proveito intelectual e crescimento pessoal em grupos de estudantes universitários.

Quer nas lidas das práticas de Pesquisa, Clínica ou de Ensino, esta obra que ora entregamos à sociedade brasileira e à comunidade em Psicologia, testemunha um esforço de trabalho de operadores da Psicologia atuantes no Brasil em tempos de Covid-19, numa travessia auspiciosa em que a própria potência epistêmica do campo pôde ser testada e com louvor. Sim, se a pergunta que nos animou a todos durante o período em questão foi “O que pode a Psicologia diante do drama humano representado pela pandemia de Covid-19?”, a resposta é um jubiloso e alegre “Sim! Pode MUITO”. Os trabalhos que ora entregamos são o legado de psicólogos brasileiros que de posse de robustos conhecimentos de sua disciplina, puderam ir ao encontro da dor de nosso povo, e prestar um auxílio valioso em tempo pandêmico, ao mesmo tempo que saímos revigorados da experiência, como pessoas sobreviventes também da hecatombe sanitária;

mas também como operadores de um campo que inequivocamente é sólido, rigoroso e apoiado em sólida evidência de boas pesquisas depositadas em sua base de literatura, e que sempre atenderá o chamado das gentes e o clamor do Tempo, e uma vez mais prestará bons serviços às sociedades em que tem presença.

Resta nosso agradecimento aos psicólogos que estiveram na linha de frente ao enfrentamento da Covid-19, quer na seara hospitalar, quer em atendimentos clínicos remotos, quer nas lidas universitárias, mantendo acesa a chama de uma Psicologia crítica, engajada, e baseada em evidências científicas e boas práticas.

Que o que foi aprendido na pandemia de Covid-19 possa auxiliar nosso povo e o corpo de Psicólogos brasileiros a reflorescerem em tempo pós-pandêmico!

Jaboatão dos Guararapes,
30 de junho de 2023.
A DEUS TODA A GLÓRIA!

PARTE 1

A pesquisa em psicologia na
pandemia de Covid-19

1.

Autoconsciência fenomenal e fenomenologia da consciência de vigília: estudo de caso fenomenal – a autoexperiência de Nina

Alexsandro Medeiros do Nascimento

Introdução

A despeito de sua notável importância na vida humana, conforme atestam autores de diferentes perspectivas no pensamento psicológico (NASCIMENTO, 2008; DUVAL; WICKLUND, 1972; MAY, 1967; MEAD, 1934/1972; LEARY, 2004; ZAHAVI, 2002), a Autoconsciência permanece em estatuto de enigma, com blocos de conhecimento precariamente ajustados, em que faltam claramente pedaços desse quebra-cabeças para uma efetiva elucidação de sua estrutura organizativa, dinâmica funcional e correlatos cerebrais e fenomenais (NASCIMENTO, 2021; 2008).

Seu ingresso tardio na agenda de pesquisas empíricas e teorização em psicologia ecoam vetos muito antigos ao próprio campo psicológico por proeminentes pensadores como Kant que vaticinou a impossibilidade de constituição de um campo de pesquisa cujo objeto – a mente – só tinha existência no tempo, mas não no espaço; também o de Comte, que denunciava a impossibilidade de se parar um ato mental para sua efetiva observação, dado ser o próprio ato mental instância observadora e observada ao mesmo tempo (CASTAÑON, 2009); ainda de Watson, cuja adesão irrefletida a

uma epistemologia reducionista que estreitou o objeto da psicologia para que se adequasse aos ditames de uma ciência natural objetivista, que teve como resultado o expurgo da mente e consciência do foco de interesse dos psicólogos, os quais reduziram o funcionamento humano às vicissitudes do comportamento e sua modelação por estímulos ambientais (SCHULTZ; SCHULTZ, 2017).

O domínio tirânico do comportamentalismo exercido sobre a Psicologia atrasou em muitas décadas o estudo de temas mentalistas como pensamento, imagem mental, consciência e autoconsciência, os quais permaneceram em estado de exílio das interrogações dos pesquisadores em psicologia e cognição, permanecendo seu estudo sob o impulso de cogitações filosóficas na filosofia da mente ou filosofia da psicologia por quase todo o século xx. Nem mesmo a consolidação da psicologia cognitiva por volta dos anos 80 do século passado permitiu a pronta reentrada da consciência e consciências de alta ordem como a autoconsciência nas interrogações do campo psicológico, ainda dominado a esse tempo por uma perspectiva funcional no estudo da mente e comportamento, herança do Cognitivismo e sua metáfora da mente como computador (THAGARD, 1998), e a dominância dos métodos e dados em 3ª pessoa, índices de qualificação e rigor de pesquisa nos ditames de uma psicologia cognitiva fortemente arraigada ainda em estudos laboratoriais e experimentais, de caráter nomotético, sem lugar para estudos qualitativos ou pesquisas baseadas em métodos em 1ª pessoa (OVERGAARD; GALLAGHER; RAMSØY, 2008; OVERGAARD, 2006).

Nesse contexto de forte desconfiança quanto a possibilidade de investigação de objetos de caráter claramente fenomenal e privado, teve início um esforço pioneiro de teorização para qualificar a autoconsciência e permitir sua entrada nas considerações da pesquisa séria em psicologia social experimental, tratou-se nesse momento de examinar empiricamente os processos da reflexividade a fins de se cunhar uma definição precisa do processo em tela, permitindo seu estudo sistemático e experimental. Tal esforço foi bem sucedido, e a definição de autoconsciência como “atenção dirigida ao *self*” (DUVAL; WICKLUND, 1972) prosperou de modo fecundo, dando início a um itinerário de elucidação teórica desse processo cognitivo

e compreensão de seus impactos sobre cognição, motivação e comportamento (ver SILVIA; DUVAL; LALWANI, 2001).

No presente ano de 2022 comemora-se 50 anos de nascimento do campo de estudos da Autoconsciência em perspectiva psicológica e cognitiva, o primeiro modelo teórico de explanação desse construto – a Teoria da Autoconsciência Objetiva (doravante teoria OSA), veio à luz no ano de 1972, e tem se mostrado heurístico e propiciador de agenda fecunda que alcança nossos dias. Sabe-se bastante sobre autoconsciência humana e animal já, e se tem mapeado seus notáveis efeitos sobre o *self* e cognição/comportamento social: pessoas com altos níveis de autoconsciência conhecem melhor a si mesmas, tem melhores desempenhos em tarefas de teoria da mente, exibem maior congruência entre comportamento e padrões de moralidade, tem melhor acesso à internalidade cognitiva e aos conteúdos de sua experiência interna, se autorregulam, se automonitoram e se autocontrolam de modo mais eficaz e adaptativo, trapaceiam menos em testes psicológicos, exibem maior disposição a comportamento prossocial e empatia, são mais religiosas e felizes, e tem maiores habilidades imaginativas (MORIN, 2004; NASCIMENTO; ROAZZI, 2013; NASCIMENTO; ROAZZI, 2017; SILVIA; DUVAL, 2001; RODRÍGUEZ, 2005).

Paradoxalmente também encontram-se aspectos negativos associados a níveis altos de autofocalização: indivíduos muito autoconscientes tem maior tendência a pensamento ruminativo, estão associados a maiores escores em aspectos psicopatológicos, em especial sintomas do espectro depressivo, maiores riscos de autolesão e autoagressão, cursando com tentativas de suicídio, autodúvidas crônicas, menor clareza do autoconceito e menor congruência intra-*self*, notadamente nos aspectos da religiosidade pessoal, e vivências de intenso sofrimento e tendência à infelicidade crônica ou neuroticismo, no modelo dos cinco fatores (TRAPNELL; CAMPBELL, 1999; DUVAL; SILVIA; LALWANI, 2001; SILVIA; DUVAL, 2001; SILVIA; O'BRIEN, 2004; NASCIMENTO, 2008; MAY, 1967).

Tão abundantes quanto os aspectos conhecidos, são àquelas ainda pouco elucidados, e mesmo de precária descrição na literatura, conforme notificam diversos autores (ver MORIN, 2004;

NASCIMENTO, 2021): são pouco compreendidos os caminhos mentais que instanciam autoconsciência, os processos que mediam sua ocorrência cognitiva, os itinerários desenvolvimentais que a constituem e sua diferenciação posterior em diferentes atores sociais, sua arquitetura organizacional e dimensionalidade, sua dinâmica no ciclo de vida, seu entrelaçamento a outros processos cognitivos e estruturas da subjetividade como personalidade e temperamento, sua relação com aspectos da vida intra-uterina, e ambiência imediata pós-parto no bebê e no infans, a influência de aspectos da vida social e cultural sobre sua dinâmica interna e sua relação com a experiência em seus aspectos qualitativos e fenomenais, numa lista de temas longe de exaustividade.

O presente estudo recorta um desses aspectos pouco conhecidos, a saber, a relação entre autofocalização e a experiência interna, isto é, àquilo que está imediatamente no foco da consciência do *self* (NASCIMENTO, 2008). Apesar da rica literatura já disponível, tanto teórica quanto empírica, os autores tem privilegiado investigação do aspecto de autoatentividade ou do processamento cognitivo que media a autofocalização, em detrimento da pesquisa dos aspectos fenomenais que devem cercar o processamento deste que é um dos principais autoprocessos subsidiários ao *self*, e núcleo princeps de nossa reflexividade. Pergunta-se: que sente o *self* quando está autoconsciente? Que processos da cognição emergem e se entrelaçam a autoatenção? Que aspectos vivenciais são conscienciados durante estado de autofocalização, tanto em termos de seus elementos e objetos de experiência, quanto da possível filigrana de espécies fenomenais discernidas consoante ao próprio processo autoatentivo? De que maneiras a autoconsciência fenomenal, enquanto dimensão experiencial da autofocalização conforme teoriza Nascimento (2021; 2008), se entrelaça aos elementos da experiência interna e os articula em arquiteturas dinâmicas funcionais dotadas de sentido no fluxo da experiência/consciência?

Buscando-se trazer uma descrição precisa e luzes compreensivas sobre esses possíveis achados fenomenais, o estudo em perspectiva fenomenal buscou mapear e descrever a fenomenologia da autoconsciência fenomenal durante estado autoatentivo na

consciência de vigília. Perseguindo-se esse objetivo, espera-se alinhar a literatura psicológica com ricas descrições em perspectiva fenomenal num campo de estudos nascente – da Autoconsciência fenomenal (NASCIMENTO, 2021), e aumentar a base empírica de metodologia fenomenal desenhada para investigação das mediações cognitivas do autofoco e sua fenomenologia cognitiva, o roteiro fenomenal Entrevista Fenomenológica cognitiva dos Estados Autoconscientes (EFEA) de Nascimento (2008), pondo mais uma vez à prova a validade deste importante instrumento fenomenal lançando em melhores bases uma plataforma para sua discussão pública na seara da Psicologia da Autoconsciência e Experiência Interna.

Teorias sobre autoconsciência

Autoconsciência humana: perspectiva psicológica

Autoconsciência é autoatenção (ver DUVAL; WICKLUND, 1972). Apesar da singeleza dessa definição, a elucidação da base cognitiva desse magnífico aspecto da subjetividade humana, a qual permitiria sua descrição e criação de definição operacional, por sua complexidade dado ser um processo cognitivo de alta ordem (NASCIMENTO, 2008), foi uma conquista tardia na psicologia, e aconteceu muito perto do centenário desse campo científico cujas origens formais remontam ao ano de 1879, conforme consenso entre historiadores da psicologia (SCHULTZ; SCHULTZ, 2017; GARDNER, 2003).

A emergência desse processo cognitivo é muito antiga na história filogenética, como estado/estrutura da mente é muito antiga sua introvisão entre hominídeos, encontrando-se esboços desta competência cognitiva em grupos de *Homo erectus* no Pleistoceno tardio (cerca de 1,8 milhões de anos atrás), em grupos de hominídeos de África, Europa, Indonésia e China, conforme achados da arqueologia cognitiva (SEDIKIDES; SKOWRONSKI, 1997). Há evidências consistentes de seu pleno desenvolvimento em grupos humanos de *Homo sapiens* habitantes do continente sul-americano há milhares de anos atrás, estudos da arte rupestre da Tradição Agreste que foi inicialmente definida no estado de Pernambuco, mas encontrada

em vastas regiões nordestinas, indo do sul do Piauí, passando pelo Rio Grande do Norte e alcançando cavernas situadas em Minas Gerais, tem documentado a presença de motivos datados entre 5000 a 7000 anos de conjuntos de mãos carimbadas e também grandes figuras antropomorfas apelidadas de “boneções” por seu traçado intencionalmente tosco, grosseiro, lembrando espantalhos ou papangus, esses antropomorfos sendo em geral encontrados isolados de outras representações rupestres, conforme Prous (2019).

Os motivos de mãos carimbadas nas paredes de modo insistente, as vezes preenchendo vastos paredões originando muitas “cavernas de mãos” no continente sul-americano (ver PINHEIRO; MAURITY; PEREIRA, 2015; TRAVASSOS; RODRIGUES; MOTTA, 2012), bem como a representação do corpo próprio dos antropomorfos, revela a complexa diferenciação da imagem corporal, e o conhecimento das interrelações entre as diversas porções corporais e da estrutura do *self* físico representada nessas imagens, as vezes alcançando notável detalhamento anatômico como no antropomorfo encontrado no sítio *Caverna do 110* localizado em Rurópolis, sudoeste do Pará, sítio investigado por Pereira *et al.* (2016), em que a figura exibe um grande falo, numa representação frontal do corpo, este representado de modo desproporcional, com cabeça e tronco diminuídos em relação aos braços, pernas e pés. Há também sugestão de movimento na figura, estando os pés retratados de perfil. Essa fina caracterização, inclusive de aspectos da cinética corporal (o indivíduo está figurado caminhando), indiciam habilidades robustas de autofocalização, e uma autoconsciência e *self* simbólicos plenamente desenvolvidos (SEDIKIDES; SKOWRONSKI, 1997).

Apesar de entrada recente na agenda empírica da Psicologia com o advento da Teoria da Autoconsciência Objetiva em 1972 (ver DUVAL; WICKLUND, 1972), temas enlaçados a aspectos da autoconsciência que são investigados contemporaneamente pela episteme científica estiveram desde os primórdios do pensamento humano em franco interesse dos pensadores, os quais nos legaram ricos *insights* hoje retomados nos estudos cognitivos. Nascimento (2021) traz um breve mapeamento dessas primeiras intuições sobre aspectos e mecanismos que constroem a autofocalização em seres

humanos: Sócrates, no século 3 a.C., e sua ferramenta maiêutica paridora de novas percepções sobre o mundo, sobre o si mesmo e os outros; Platão, no século 3 a.C., e suas interrogações sobre o significado do pensamento (enquanto discurso interior) para o desvelamento da interioridade da alma e a necessidade dum livre exame da própria vida para seu bem-estar e valor; o autoexame (anamnese) da própria vida, de Paulo de Tarso, primeiro teólogo da Cristandade, no século 1 d.C.; a natureza do *Self* moral, e do Solilóquio (conversa interna) como ferramenta construtora de um senso de *self* por Anthony Ashley-Cooper, filósofo moral, no século 18 d.C, entre outras contribuições precursoras.

O século xx testemunhou o aparecimento de perspectivas e modelos teóricos propriamente científicos na pesquisa da Autoconsciência (RODRÍGUEZ, 2005; NASCIMENTO, 2008). As razões desses inícios tardios – todos os modelos teóricos atualmente existentes apareceram de 1972 ao tempo presente – não são ainda totalmente compreendidas, devendo um estudo em psicologia social da autoconsciência elucidar os intricados e ainda obscuros motivos que levaram esse processo cognitivo a não ser tratado ao longo de quase todo o primeiro século de história da psicologia. Uma das razões certamente dever-se-á ao rechaço do Comportamentalismo de Watson e Skinner a acolhida de temas mentalistas na psicologia, a qual foi ressituada como ciência do comportamento a fins de obtenção de respeitabilidade científica à luz da filosofia da ciência de base experimental padrão na ciência moderna (ver FIGUEIREDO; DE SANTI, 2022; SCHULTZ; SCHULTZ, 2017).

Outro forte motivo de veto deva ser reputado ao complexo e ainda não resolvido de todo problema da introspecção que consumiu longos anos de debates culminando com o eclipse desse método na psicologia (ver HURLBURT; HEAVEY, 2001). A recusa em se investigar aspectos da experiência e da autoexperiência, alicerçou uma percepção de impossibilidade de estudo da reflexividade, e da autoconsciência, temas que muito lentamente tiveram suas reentradas no campo psicológico oportunizadas aos auspícios dos áspersos debates sobre consciência que ocorreram a partir dos anos 90 do século passado (ver VELMANS, 2001).

O estudo científico da autoconsciência teve seus inícios formais em 1972 com a proposição do primeiro modelo teórico explanatório do construto com a publicação do trabalho seminal de Duval e Wicklund (1972) e seu modelo da Autoconsciência Objetiva, a que se seguiram desdobramentos frutíferos com os modelos Psicométrico de Fenigstein, Scheier e Buss (1975), o Cibernético de Autorregulação de Carver (1979), o da Gestão do Terror de Greenberg, Pyszczynski e Solomon (1986), o Neurocognitivo e Socioecológico de Morin (2004) e mais recentemente o de Autoconsciência Fenomenal de Nascimento (2008; 2021). Os modelos serão apresentados em suas ênfases peculiares de modo sucinto, e para o interesse do presente estudo, o da Teoria da Autoconsciência Objetiva e o de Autoconsciência fenomenal receberão um maior detalhamento de suas redes de proposições teóricas.

Autoconsciência na Teoria de Autoconsciência Objetiva é conceituada como atenção dirigida ao *self*, essa percepção emerge de robusto trabalho experimental, e toma em geral o autofoco como variável independente manipulado experimentalmente por espelhos ou outros estímulos autorrefletores visando identificar seus impactos sobre aspectos da cognição, motivação e comportamento, em que se detalha sua dinâmica autoavaliativa, e relação com o processamento de informação autorreferencial da cognição e os afetos resultantes (DUVAL; WICKLUND, 1972).

A virada epistemológica para uma compreensão psicométrica do construto ocorreu com o redirecionamento do interesse para as diferenças individuais nos níveis de autofoco, o que oportunizou a criação e validação do primeiro instrumento psicológico de mensuração da autoconsciência – a Escala de Autoconsciência (*Self-Consciousness Scale*), a mesma agora conceituada como disposição à autofocalização, medida livre de estímulos ambientais e aspecto estável da personalidade. O modelo Psicométrico resultou na proposição de uma dimensionalidade tripartite da autoconsciência como autofoco público, privado e ansiedade social, esse último, aspecto afetivo resultante da autoavaliação quando na presença de outros *selves* (FENIGSTEIN; SCHEIER; BUSS, 1975).

O modelo Cibernético de Autorregulação busca integrar as proposições do modelo cognitivo da teoria OSA dando-lhes uma interpretação cibernética com ênfase na consideração da autoconsciência como componente de um circuito de *feedback* de autorregulação, em que o indivíduo avalia as discrepâncias entre um estímulo perceptivo referente a um estado atual do *self*, e o padrão ou valor interno de referência que o informa, numa dinâmica funcional automática do autofoco; a percepção da discrepância dispara imediatamente comportamentos de reparação da discrepância, mediados por juízos sobre a expectativa ou probabilidade de se reduzir tal discrepância – se alta, implementam-se comportamentos visando sua diminuição; se baixa, sai-se do circuito de *feedback*, desconecta-se dos objetivos e desvia-se do sistema de autorreferência (CARVER, 1979).

Digno de nota é ser este movimento de atuação dos sistemas comportamentais ativado de forma automática como propriedade inerente ao sistema, e não como reação do indivíduo aos afetos negativos resultantes da discrepância, o que se esperaria de um modelo motivacional do autofoco, sendo o modelo cibernético um modelo de processamento da informação, com valores internos de referência, e não resultantes de decisões e estados conscientes de um sujeito psicológico (RODRÍGUEZ, 2005), o que oportuniza a utilização desse modelo para investigação de autoconsciência em máquinas e outros dispositivos mecânicos e não-vivos.

Bem distintas são as ênfases da Teoria de Gestão do Terror, a qual parte de considerações da incompetência dos modelos teóricos anteriores de explicar adequadamente as relações entre autoconsciência e processos afetivos como a ansiedade existencial, e autoprocessos como a autoestima (ver RODRÍGUEZ, 2005). Surge, então esse modelo que se propõe complementar aos anteriores, mas que deles se descola por propor uma solução teórica radicalmente nova ao problema assinalado: a autoestima é o remédio contra a ansiedade existencial e o temor da aniquilação propiciados pela autoconsciência. As sofisticadas habilidades cognitivas que permitiram a adaptação do ser humano por meio da possibilidade de projetar-se no futuro, pensar causalisticamente, e imaginativamente vivenciar

situações jamais experienciadas, são as mesmas que por meio da autoconsciência trazem como efeitos colaterais sofrimento psicológico extremo antecipatório, percepção da própria vulnerabilidade e fragilidade, e senso de finitude. Todavia, as mesmas habilidades também permitem criar uma concepção cultural do mundo, com valores prescritos que uma vez atendidos propiciam forte senso de autorrealização e incremento de autoestima, a qual se contrapõe à ansiedade existencial, e permite o advento de uma sobrevivência simbólica na cultura (GREENBERG; PYSZCZYNSKI; SOLOMON, 1986), consequentemente, transcender à morte (ver RODRÍGUEZ, 2005).

O modelo Neurocognitivo e Socioecológico de autoconsciência visa contribuir com a elucidação dos mecanismos cognitivos que mediam o autofoco, e o desbravamento dos caminhos mentais que suportam o estado de autofocalização. Retomando o exame da autoconsciência pela perspectiva da mesma ser um tipo de cognição de alta ordem, e, portanto, necessitar de retomada de conteúdo de autoaspectos por meio de pensamentos de ordem superior como fala interna e imagem mental, a interferência da estratégia da mediação cognitiva propicia autofoco fora dos limites do processo social, permitindo assim o escrutínio reflexivo e autoavaliação. Tanto a fala interna quanto a imagem mental replicam mecanismos de tomada de perspectiva, permitindo a comparação social, e o “ver-se” como provavelmente se é visto pelos outros, expandindo o autoexame de modo estendido no espaço e tempo por vias representacionais de alta ordem, aspecto crucial para construção do autoconceito e agenciamento de toda a gama de autoprocessos da cognição (MORIN, 2004).

Há que se notar que independente de diferenças conceituais ou de ênfases teóricas, todavia todos os modelos teóricos assinalados compartilham a mesma genealogia teórica, a saber, de serem teorias com ênfase nos aspectos simbólicos-representacionais que subsidiam o autofoco (ver NASCIMENTO, 2021), sendo tributários todos de uma explanação funcional da mente e comportamento que é padrão teórico normativo nas ciências cognitivas e psicologia cognitiva (ver STAM, 2004; CHALMERS, 1996). Tal alicerce explanatório, no que faz avançar o conhecimento desse complexo processo

cognitivo, todavia, não toca nos aspectos mais emblemáticos da autoconsciência, a saber, que durante agenciamento autoatentivo do processamento cognitivo, estados autoexperienciais que o ladeiam permanecem ao largo de uma devida documentação e explanação (NASCIMENTO, 2008). É a este aspecto que se debruçará um exame fenomenal da autoconsciência que será efetuado mais adiante no texto, após um retorno à teoria-mãe dos estudos de autoconsciência – a teoria OSA, para pô-la em melhor alicerce para os objetivos do presente estudo.

Autoconsciência: a Teoria da Autoconsciência Objetiva

A Teoria da Autoconsciência Objetiva (OSA) de Duval e Wicklund (1972) significou o ponto de partida dos estudos contemporâneos de autoconsciência, pela primeira vez na história da psicologia os autores conseguiram delinear uma definição operacional precisa de autoconsciência como “atenção dirigida na direção do *self*” ou “prestar atenção a si mesmo”, heurística à pesquisa experimental. O modelo teórico em foco traduziu-se num quadro teórico com hipóteses bem delineadas, construtos explanatórios, e uma agenda de pesquisa frutífera para pesquisa futura.

A teoria OSA é potente, simples como um bom modelo teórico deva ser, elegante, construindo-se suas redes de proposições explanatórias em torno de três construtos principais, considerados os primitivos da Teoria: *Self*, Padrões e Foco Atencional. O (i) *Self* refere-se ao conhecimento da Pessoa sobre si mesma; os (ii) Padrões (*standards*) são representações mentais de correção, o que perfila esta teoria numa linhagem de modelos representacionais da psicologia cognitiva contemporânea; e o (iii) Foco Atencional, ou vetor de orientação dos sistemas atencionais, com valores de referência *self* ou não-*self*, caso o objeto sob foco seja um autoaspecto ou um heteroaspecto (entorno ambiental), consequentemente (ver WICKLUND, 1975).

Autoconsciência é simultaneamente um estado aversivo e um processo de autoavaliação: ao consciencizar um autoaspecto, o *self* emitirá um juízo de distância entre o estado atual dele e um padrão

internalizado, o que determinará o afeto desencadeante e a disposição à consciencização futura do autoaspecto (DUVAL; WICKLUND, 1972). Há consenso de que a atenção autofocalizada exerce potentes efeitos sobre ampla variedade de processos cognitivos, atribuições, atitudes e comportamentos (ver GELLER; SHAVER, 1976; MORIN, 2005; NASCIMENTO; ROAZZI, 2013; SILVIA; DUVAL, 2001).

Manipulação de autoconsciência tem sido encontrada ativando pensamentos autorrelevantes, em que em tarefas Stroop com medidas de palavra-cor, palavras autorrelevantes foram lidas mais rapidamente do que palavras neutras (GELLER; SHAVER, 1976). Autoconsciência em níveis elevados está relacionada sistematicamente a melhores desempenhos em tarefas imaginativas de visualização de imagens mentais (NASCIMENTO; ROAZZI, 2013), em emissão de respostas prossociais (LEWIS; HIMMELBERGER; ELMORE, 2021), habilidade de reconhecer movimento pessoal (BORIES *et al.*, 2022), níveis incrementados de bem-estar (HARRINGTON; LOFFREDO, 2010), e indivíduos que têm níveis mais robustos de autocontrole e autoconsciência são menos propensos a experimentar reações emocionais negativas relacionadas a autoconstruções discrepantes (MESTVIRISHVILI; MESTVIRISHVILI, 2021).

Volume já extenso de achados psicológicos revela ser Autoconsciência (*self-awareness*) um parâmetro psicológico central (MORIN, 2005), isto é, ser um aspecto central do processamento cognitivo e exercer papel de mediação de ampla gama de processos cognitivos, com efeitos de curto termo (autoavaliação, identificação de face própria e outros aspectos do *self* físico, percepção de emoções conscientes, viagem mental no tempo, experiência interna, simulação mental, etc.), bem como efeitos de longo termo (senso de autoconsciência corporal, formação do autoconceito, autoestima disposicional, clareza do autoconceito, formação de identidade, estilos cognitivos, etc.), e a pesquisa contemporânea continua a mapear as incidências do autofoco sobre novos processos da subjetividade e cognição (ver NASCIMENTO, 2021; MARTINS *et al.*, 2019).

Autoconsciência em níveis elevados está relacionada a achados de pesquisa tanto funcionais quanto disfuncionais. Autofoco

elevado se encontra relacionado à redução de difusão de responsabilidade, o que predispõe as pessoas a parar e se responsabilizar por ajudar outros em necessidade, permite aos indivíduos percepção do conteúdo de sua experiência subjetiva de forma mais intensa e acurada, torna os indivíduos mais capazes em fazer inferências sobre estados mentais de outros (Teoria da Mente), torna as pessoas menos propensas a trapacear e mentir em testes padronizados, e potencializa tentativas de indivíduos de alinhar atividades correntes com seus padrões internalizados de honestidade (MORIN, 2005; NASCIMENTO, 2008).

De modo desconcertante à teorização, os mesmos níveis elevados de autofocalização também podem exacerbar a experiência de eventos negativos e eventualmente levar a um estilo depressivo de autofocalização. Estão correlacionados com Neuroticismo – traço da personalidade de infelicidade crônica no modelo dos Cinco fatores, promovem tentativas de autodestruição (suicídio), estão na base de comportamentos autodestrutivos relacionados a transtornos alimentares (anorexia, bulimia, etc.), masoquismo, alcoolismo, uso de drogas e outros aspectos disfuncionais comportamentais e/ou cognitivos (TRAPNELL; CAMPBELL, 1999; MORIN, 2004; NASCIMENTO, 2021).

Em seus aspectos funcionais, da superfície do processamento cognitivo, Autoconsciência desvela sua natureza paradoxal, em que sua mais robusta instanciação parece precipitar consequências distintas e antitéticas, tanto benéficas ao *self* quanto promotoras de sua eventual destruição, os achados de pesquisa empírica fazem voltar à tona a percepção inicial da autoconsciência como estado aversivo da mente (DUVAL; WICKLUND, 1972), embora seja inegável o que a mesma propicia de recurso cognitivo à adaptação e sobrevivência do indivíduo nos ambientes físico e social, ao mediar a existência de um *self* simbólico (ver SEDIKIDES; SKOWRONSKI, 1997).

Num nível mais fundamental, a própria ontologia da Autoconsciência revela o absurdo de sua existência na cognição humana, em que a impossibilidade lógica de uma mesma instância ser o observador e o observado, exigiu uma resposta filogenética audaz e criativa, para burlar na economia funcional da cognição o

evidente paradoxo dessa instância cognitiva, no que exigiu a entrada em cena dos processos cognitivos de alta ordem, para que os autaspectos do *self* pudessem ser retomados representacionalmente via pensamentos de segunda ordem pautados em imagem ou palavra, e assim o escrutínio cognitivo se fizesse possível: o *self* poderia agora prestar atenção a si mesmo (MORIN, 2005).

A solução cognitiva ao paradoxo da autoconsciência vem no bojo de um problema mais amplo que se refere ao desconhecimento ainda vigente dos caminhos mentais que mediam e sustentam estados autoconscientes. Esforço recente na teorização propôs uma hipótese representacional à questão da mediação cognitiva do autofoco: o modelo Neurocognitivo e Socioecológico de Autoconsciência (MORIN, 2004). O modelo teórico citado pressupõe a existência de 3 fontes disparadoras de autofoco em humanos, cada uma delas com mecanismos específicos que eliciam e sustentam autofoco no tempo: o (i) Mundo Social, o (ii) Mundo Físico, e o (iii) *Self*.

O Mundo Social dispara autofoco pelo acionamento contínuo das (a) interações face-a-face com o bebê, (b) avaliações refletidas na forma de comentários sobre o *self*, (c) tomada de perspectiva em que o *self* imaginativamente se vê como é provavelmente visto pelos outros, e a presença de (d) audiências contemplando o *self*. O Mundo Físico aciona mecanismos disparadores de autofoco a partir do desvelar de (a) objetos e estruturas do entorno do bebê pelo fluxo ótico da luz que incrementa consciência corporal e senso de separatividade *self*-mundo, presença no ambiente de (b) estímulos autofocalizadores e autorrefletores como espelhos, fotografias, videocâmaras, superfícies espelhadas, e outras maneiras de se figurar o *self*, e (c) fontes midiáticas e material impresso, os quais trazem distintos modos de vida e que forçam a comparação social como filmes, documentários, canções, livros, jornais impressos, outdoors, etc. Por fim, tem-se a terceira das fontes, o próprio *Self*, com (a) mecanismo proprioceptivo de captura de sensações da internalidade corporal, e mecanismos propriamente cognitivos como (b) fala interna e (c) imagem mental, os quais permitem autofoco por replicar mecanismos sociais geradores de autoconsciência, e propiciarem a

comparação *self-outro* (comparação social), na ausência de processo social em curso (MORIN, 2004).

O modelo citado abre uma janela frutífera de exploração da trama cognitiva e neural que sustenta a autoconsciência em seres humanos, mas a base empírica do modelo ainda é precária (ver NASCIMENTO, 2021), embora estudos iniciais tenham achado evidências para a hipótese de mediação cognitiva de autofoco por imagem mental e fala interna (ver NASCIMENTO, 2008; NASCIMENTO; ROAZZI, 2013). Um exame transversal dos modelos teóricos disponíveis permite a constatação de que apesar de suas diferenças e ênfases paradigmáticas, a totalidade dos modelos psicológicos propostos para explanação de autoconsciência se alicerça numa visão representacionista da mente, com foco na descrição da dinâmica funcional ou de processamento das informações autorreferentes, com hipóteses usualmente tratadas por meio de experimentação ou via de regra por aplicação de instrumentos psicométricos de autofoco, numa compreensão nomotética de pesquisa (ver NASCIMENTO, 2021).

Nota-se que a complexidade da autoconsciência humana tem sido dimensionalizada em torno da autoatentividade, em detrimento de aspecto fundamental usualmente olvidado, a saber, que autoconsciência é, sobretudo um estado da mente, e uma consciência de alta ordem (MORIN, 2006), logo, devendo haver dimensões vivenciais e fenomenológicas a serem exploradas, descritas e explanadas na teoria. Os modelos atuais calam-se sobre esse aspecto, o que enseja uma retomada da questão por uma outra via, a da visão propiciada pelas epistemologias fenomenais da mente e da consciência com sua ênfase nos qualia da experiência consciente (GRIFFITH; BYRNE, 1996), que desembocarão em esforço pioneiro autóctone brasileiro – a proposição de uma Teoria da Autoconsciência Fenomenal por Nascimento (2021).

Autoconsciência humana: perspectiva fenomenal

A Psicologia é um campo disciplinar cercado de obstáculos à sua edificação, desde antes de sua fundação em 1879 por Wundt. Vetos

epistemológicos no Oitocentos já pressagiaram a história atribulada que teria esta disciplina científica, com os argumentos de Kant e Comte sobre a impossibilidade de existência de uma ciência cujo objeto não se localiza no espaço e apenas no tempo, logo não está sujeito aos ditames da observação objetiva e quantificação (veto kantiano), aspectos que se agravariam com a impossibilidade de se parar o fenômeno para se o observar, dado ser o fenômeno observado e a instância observadora processos da mesma mente (veto comteano), entre outros argumentos impeditivos já conhecidos (ver CASTAÑON, 2009). Contra todas as expectativas, a Psicologia veio à luz e logo conheceu franco sucesso institucional, com advento de sistemas teóricos concorrentes e robustas controvérsias que tomaram os periódicos científicos, sem que se pudesse dar uma solução definitiva aos problemas epistemológicos que a pesquisa empírica logrou revelar, usualmente metodológicos como a disputa em torno da Introspecção, mas também a séria controvérsia sobre o corte epistemológico da ciência da psicologia, sobre a delimitação de seu objeto, e seu estatuto disciplinar, se situado nas ciências da natureza ou nas ciências do Homem (ver FIGUEIREDO; DE SANTI, 2022; SHAMDASANI, 2005; SCHULTZ; SCHULTZ, 2017).

As dificuldades de estabelecimento de uma Psicologia científica permanecem ainda não equacionadas em caráter definitivo, e um olhar ligeiro sobre uma única das grandes questões que dilaceram o campo psicológico, a saber, a questão da Unidade do campo da Psicologia e delimitação de seu objeto, evidencia o estatuto paradoxal desse objeto, na análise de epistemólogos da Psicologia, em que uns defendem sua existência e viabilidade, e outros acusam o campo de dilaceramento e pré-cientificidade de seus alicerces epistemológicos constitutivos. Na análise de Pérez Gómez (2004) com foco nas dimensões institucional e disciplinar, a Psicologia não deveria ser uma profissão, pois não é ainda uma ciência, estando seus conhecimentos em estatuto de pré-cientificidade ainda. As razões aludidas referem-se à constatação de que o campo psicológico não possui ainda um paradigma unificador, estando particionado em três grandes enfoques que pouco se articulam entre si e que são mesmo inconciliáveis, representados pela psicanálise, o

comportamentalismo e uma gama de teorizações de caráter fenomenológico constituindo um campo bastante impreciso e que tem na obra de Carl Rogers seu ponto arquimadiano. O autor ressalta ainda o uso abusivo e extremado da experimentação e que em última instância não é capaz de resolver as dificuldades conceituais que atravessam a psicologia, também sua injustificada aderência à dimensão factual da pesquisa em desconsideração dos aspectos de fundamento como os teóricos e conceituais, e a necessidade premente de inovação metodológica, com criação de novos métodos de pesquisa capazes de acerrar as dimensões mais complexas de comportamento humano como a arte.

Bem antagônica às análises apresentadas é a visão de Stam (2004) sobre a questão da Unidade da Psicologia. O autor parte de considerações como as já citadas de que a estrutura disciplinar da Psicologia é tudo menos unificada, o que explica as sempre reiteradas e históricas tentativas de realizar esse empreendimento epistemológico. No entanto, análises o levam a uma visão com mais nuances e mais otimista em relação à questão aludida, a partir de uma síntese de sua posição em duas teses: (i) a unificação da Psicologia é amplamente uma manobra disciplinar, em vez de primariamente um ato epistemológico; e (ii) a Psicologia tem estado unificada há bastante tempo por adesão a categorias metodológicas e funcionais que tem apoiado seu projeto de inserção institucional, embora à revelia da efetiva solução de seus problemas metafísicos e epistemológicos, os quais permanecem via de regra eclipsados e escondidos sob os louros que a psicologia tem colhido nas sociedades em que tem existido e prestado seus relevantes serviços.

As duas teses estão exemplificadas no próprio processo da pesquisa em Psicologia, em que indivíduos são testados com instrumentos psicométricos, e os dados gerados são abordados metodologicamente por análises de variância e/ou estatística multivariada, e esse arcabouço metodológico restringe o tipo de questão de pesquisa a ser construída, a qual precisa se adequar visando geração de variáveis, que se prestam a infinita redescritção em termos funcionais. O que está em jogo nesta manobra disciplinar que se por um lado serve à institucionalização da Psicologia e tem garantido

seu sucesso acadêmico, por outro, o fechamento do horizonte epistemológico ao funcionalismo, implica na desistência de buscar respostas às questões fundamentais sobre a natureza dos fenômenos psicológicos, e agora o que conta é sua descrição funcional em termos de propriedades de acordo a como tais entidades agem, em vez de o que elas são/devam ser na realidade (ver STAM, 2004).

Uma questão epistemológica deixada a descoberto pela análise funcional diz respeito à explanação da experiência, conforme consenso entre autores de diversos campos disciplinares (ver SACKS, 2017; VELMANS, 2009; THAGARD, 1998; DAMÁSIO, 2015; CHALMERS, 1996; SEARLE, 1998). O debate sobre os limites da explanação dos fenômenos cognitivos emergiu na filosofia da mente final do século passado e teve repercussões sobre o campo da Psicologia, e dos estudos cognitivos de corte psicológico, no que reacendeu o velho problema da consciência e da introspecção, deixado abandonado pelo comportamentalismo (SCHULTZ; SCHULTZ, 2017).

As Ciências Cognitivas tal como a Psicologia, viram avançar, ao longo da segunda metade do século xx o Funcionalismo como a perspectiva-padrão a guiar a investigação científica, e dar sentido de seus achados de pesquisa. Nesta perspectiva em filosofia da ciência, a tarefa do cientista é buscar mecanismos que desempenhem a função investigada, sendo o trabalho teórico o de formalizar os modos como o mecanismo, acionando estratégias computacionais específicas, exerce operações sobre códigos representacionais específicos, e nisso performa a função (CHALMERS, 1996). É a explanação usual alicerçada na Hipótese computacional-representacional da mente, de acordo com a formulação do cientista cognitivo Thagard (1998), o qual reconhece a limitação dessa hipótese na explanação de aspectos cruciais da subjetividade humana como o significado, a experiência, o livre arbítrio, as emoções, entre outros.

Essa percepção de uma lacuna explanatória vigente ao interior do campo da Cognição e Psicologia (ver BRUNER, 1990; THAGARD, 1998; VELMANS, 2001; GARDNER, 2003), recebe contornos argutos em análises na filosofia da mente como as propostas por Jackson (1986) em seu trabalho seminal “What Mary Didn’t Know”, um brilhante e provocativo experimento de pensamento chamado de

“Argumento do Quarto de Mary” que levou a reformulações profundas no tratamento científico posterior do problema da consciência. O argumento tem duas versões – forte e fraca – com distintas consequências para os resultados da análise, contudo, em ambos os tipos culminando-se com a asseveração de que experiência consciente envolve propriedades não-físicas (ver NIDA-RÜMELIN; O’CONAILL, 2021, para exploração das duas versões citadas).

Na versão forte do argumento, Mary é uma neurocientista que foi criada num quarto fechado na ausência de qualquer cor. Em um momento específico, Mary sai do quarto e descobre a complexidade da experiência da cor. O argumento do conhecimento é exposto em três pontos: (i) Mary conhece todos os fatos físicos sobre a visão humana de cores antes de sair do quarto; (ii) Todavia, há alguns fatos sobre a visão humana de cores que Mary desconhece antes de sair do quarto; logo, (iii) Há fatos não-físicos referentes à visão humana de cores. O que está em jogo nesse experimento de pensamento é a existência dos Qualia da consciência, as ditas propriedades fenomenais e qualitativas que estão além de toda apreensão científica propiciada pela visão funcionalista e análise funcional de dados psicológicos (NIDA-RÜMELIN; O’CONAILL, 2021; OVERGAARD, 2006; CHALMERS, 1996; SEARLE, 1998; DAMÁSIO, 2015).

Chalmers (1996), em “The Conscious Mind: In Search of a Fundamental Theory”, outro trabalho seminal ao advento de uma ciência da consciência, aprofunda o debate epistemológico com a proposição de um conceito dual da mente e consciência, de que o mental é constituído de 2 domínios ontológicos inseparáveis e que entretém interações e relações organizacionais ainda desconhecidas pela ciência, a saber, um (i) domínio psicológico, relacionado ao processamento da informação e desempenho de função, e um (ii) domínio fenomenal, relacionado aos aspectos emergentes durante o processamento cognitivo, marcados por propriedades fenomenais qualitativas, teoricamente indexadas sob os qualia da consciência, concretamente vivenciados em termos de quale visuais, quale auditivos, quale cinestésicos, etc., isto é, as qualidades subjetivas da experiência consciente (NASCIMENTO, 2008).

Segundo Chalmers (1996), revela-se aí a insuficiência da análise funcional, no que a mesma ao dar conta de sua missão no elucidar mecanismos e desempenho de função, deixa a descoberto justamente a questão de porquê esse processamento neural/cognitivo/computacional é acompanhando de experiência, aspecto da subjetividade centrado em torno dos quais de cor, pressão, tamanho, pensamento, imaginação, emoções, sensações de frio e quente, entre outros aspectos que reconhecidamente são constitutivos da experiência interna humana (ver HEAVEY; HURLBURT, 2008; HURLBURT; HEAVEY, 2001).

Numa elaboração propriamente psicológica (não-filosófica), Velmans (2009) pergunta sobre o referente de consciência, ponto de partida para uma pesquisa que se propõe empírica, e opta por uma definição inicial que acolhe a intuição cotidiana desse objeto: o referente de consciência é a própria experiência. Alguma coisa acontece quando se está consciente, diferente de quando não se está consciente; o sujeito humano sabe quando está consciente e quando não está consciente de algo. A diferença está em que no primeiro caso algo está sendo experienciado. O sujeito tem consciência quando um conteúdo fenomenal está presente. Consequentemente, Experiência Interna enquanto referida à consciência fenomenal é algo que “é diretamente presente à Pessoa, de que uma pessoa está “diretamente (ou reflexivamente) consciente”, e que está “diretamente diante do foco da consciência” em um dado momento (HURLBURT, 2009).

Acolher experiência e consciência fenomenal como objetos de investigação pela psicologia traz consequências importantes de ruptura paradigmática, pelo que impõe de exigências epistemológicas e metodológicas ao tratamento desse objeto (NASCIMENTO, 2021). Se é sabido que a pesquisa experimental usual em ciência cognitiva, e aderência usual à métodos e técnicas objetivos de coleta de dados, não acessa o *proprium* da consciência fenomenal, por outro lado, emerge um profundo problema teórico de elucidar as relações entre experiência e representação mental, visando a superação do fosso caracterizado pela adoção privilegiada de um único

arcabouço explanatório pelo campo centrado na análise funcional, conforme Chalmers (1996).

No plano teórico, esforços epistemológicos de edificação de uma epistemologia fenomenal da consciência tem adotado uma visão representacionista de alta ordem para relacionar e tentar resolver o problema difícil da consciência conforme o nomeia Chalmers (1996) – o da experiência, na proposição de que a consciência fenomenal não se dá sem o concurso do domínio representacional, ao contrário, é condição mesma da experiência, em que um conteúdo fenomenal só se torna consciente ao ser tomado como objeto de representação de processos cognitivos superiores ou de segunda ordem (KRIEGEL, 2006). Nessa perspectiva, estados mentais não são conscientes em virtude de representarem algo, mas em virtude de serem representados, ou seja, eles são conscientes porque eles próprios são o conteúdo representacional de representações de alta ordem. Assim, sente-se o odor de uma flor odorosa quando o conteúdo da sensação de odor se torna alvo de uma representação de alta ordem, de base discursiva, imagética, ou outra forma de codificação cognitiva.

Essa visão das relações entre representação e experiência tem sido explorada no âmbito dos estudos de autoconsciência. Morin (2004) aborda o paradoxo da autoconsciência pelo prisma da cognição de alta ordem, argumentando que os autoconteúdos (autoaspectos) burlam o impedimento lógico do autoacesso ao serem capturados por pensamentos de alta ordem calcados em fala interna e/ou imagem, o que permite agora, o aparecimento da “redundância” interna na cognição e o *self* ganha a possibilidade de se auto-observar, logo tornar-se consciente de si mesmo. Nascimento (2021) irá mais adiante nessa via ao propor um papel da representação mental na emergência de todo um domínio ladeante do auto-foco de caráter autoexperencial (ver seção sobre autoconsciência fenomenal mais adiante).

Um outro obstáculo além do teórico mencionado da explanação das relações entre os domínios psicológico e fenomenal (vide CHALMERS, 1996), trata-se de como acessar fidedignamente os aspectos fenomenais da mente, que estão por definição à margem

do tocado pelos métodos objetivos usuais das ciências cognitivas (métodos em 3ª pessoa). Conforme Overgaard, Gallagher e Ramsøy (2008), tem havido resistência considerável na psicologia e neurociência em se usar métodos em 1ª pessoa, pelo argumento-padrão de que isto envolve a utilização de relatos intersubjetivamente inacessíveis, logo, não intersubjetivamente verificáveis. Todavia, avanços conceituais e técnicos tem levado à percepção da necessidade de se investir no desenvolvimento de métodos em 1ª Pessoa, mais elaborados na pesquisa da consciência do que àqueles usados nos últimos 50 anos, e que tais métodos calcados em relatos em 1ª pessoa, são ferramentas metodológicas centrais no estudo da consciência, sendo tarefa de uma Nova Ciência da Consciência integrar duas classes fundamentais de dados: (i) Dados em 3ª Pessoa – Comportamentos e Processos Cerebrais, e, (ii) Dados em 1ª Pessoa – Experiências Subjetivas.

Observa-se no presente uma corrida na formalização e teste empírico de novos protocolos e modelos de pesquisa introspeccionista na psicologia, e seu avanço no diálogo epistemológico com estudos em neurociência e fenomenologia em psicologia cognitiva, como a Abordagem DES (de *Descriptive Experience Sampling*; HURLBURT; HEAVEY, 2001), o Paradigma do Pensar Alto (*Thinking aloud*; ERICSSON; SIMON, 1984), a Abordagem Microfenomenológica (PETITMENGIN; REMILLIEUX; VALENZUELA-MOGUILLANSKY, 2019), e a Abordagem EFEA (de Entrevista Fenomenologicacognitiva dos Estados Autoconscientes; NASCIMENTO, 2008), esta sendo a que alicerçará o presente estudo pelo que nos deteremos em seu exame com algum vagar, no que tem-se trabalhado por atender às reivindicações feitas ao uso da introspecção em psicologia, para incremento de validade e fidedignidade dos resultados desse protocolo de pesquisa da consciência e autoconsciência fenomenal. Sendo um protocolo de investigação fenomenal de autoconsciência (ver NASCIMENTO; PAULA; ROAZZI, 2020), sua apresentação se dará no bojo da apresentação da Teoria de Autoconsciência Fenomenal de Nascimento (2008; 2021), próximo aspecto dessa construção teórica em curso.

A Teoria de Autoconsciência Fenomenal de Nascimento (2008; 2021): definição, aspectos teóricos e o processo de pesquisa

A devida compreensão de uma teoria passa pela explicitação de seus pressupostos, suas premissas fundamentais de natureza filosófica que guiam o processo teórico de sua construção enquanto modelo para explanação de fenômenos empíricos. Segundo Farghaly (2018), o processo da pesquisa se assenta em pelo menos 4 conjuntos de pressupostos, a saber, (i) ontológicos, (ii) epistemológicos, (iii) teóricos, e, (iv) metodológicos. O domínio da ontologia passa pela resposta à questões sobre a natureza dos fenômenos investigados, se são externos ao indivíduo ou por ele construídos; a epistemologia desdobra a natureza do processo epistêmico do conhecimento sobre o objeto, qual seja sua base de conhecimento, como é gerada e comunicada, e a natureza mesma do próprio conhecimento. Premissas teóricas versam sobre a natureza das ligações previstas entre o sujeito (*self*) e o ambiente, físico e/ou social, que leis governam essa complexa articulação; e por fim, os aspectos da metodologia tem seu foco nos processos concretos da investigação, seus meios e fins, formas de observar, registrar, analisar dados e deles fazer sentido lógico, suas vias operacionais, isto é, o âmbito dos métodos e técnicas. Seguindo-se esse esquema conceitual disponibilizado pelo autor, apresentar-se-á em caráter sucinto os principais pressupostos da teoria da autoconsciência fenomenal, para em seguida, e com base neste fundamento, explicitar sua definição operacional, rede teórica e aspectos da abordagem empírica, ilustrando-se com achados de pesquisa empírica prévia com base neste modelo em construção.

A Teoria da Autoconsciência Fenomenal de Nascimento (2008; 2021) se fundamenta nos seguintes pressupostos fundamentais:

Pressupostos ontológicos: o Real é complexo, inesgotável, tende ao infinito, e seus aspectos informacionais se desdobram em dois modos acontecimentais – um de caráter objetivo e intersubjetivo, outro de caráter subjetivo e privado, em primeira pessoa, de natureza qualitativa, com foco no significado. Matéria e

consciência são aspectos indissociáveis do Real, e componentes legítimos de uma descrição naturalística deste (VELMANS, 2001; SHANON, 2003a).

Pressupostos epistemológicos: descrição funcional com foco em mecanismos e funções são aspectos legítimos de um programa científico que busque a Verdade sobre a Natureza; todavia, uma epistemologia fazedora de leis (nomotética) necessita ser complementada por uma epistemologia fenomenal, idiográfica, qualitativa, com foco nas vivências e significados associados, e suas interrelações aos aspectos duros, objetivos da realidade (CHALMERS, 1996). O conhecimento científico deve promover a integração entre esses dois modos de conhecimento, em especial, na direção de estudos mistos em que ambos os aspectos da realidade possam ser cotejados simultaneamente (OVERGAARD; GALLAGHER; RAMSØY, 2008; NASCIMENTO, 2008; HURLBURT *et al.*, 2017), elucidando-se na medida do possível a complexa estrutura organizacional da Natureza em que estes domínios co-existem e estão organizacionalmente enlaçados.

Pressupostos teóricos: na interface entre aspectos epistemológicos e teóricos está o acolhimento da hipótese dual da mente e consciência, em que se articulam de modos ainda desconhecidos à teoria os domínios psicológico – de processamento representacional, e fenomenal – de vivências que ladeiam esse processamento cognitivo, isto é, nas palavras de Chalmers (1996), respectivamente, àquilo que a mente faz, e àquilo que a mente sente. As redes teóricas devem responder ao chamado de urdir sua tessitura neste duplo fundamento conceitual e extrair as devidas consequências para a explanação dos fenômenos cognitivos.

Pressupostos metodológicos: introspecção não é mais problemática que outras espécies metodológicas, a mesma deve ser refinada, e novos protocolos introspeccionistas devem ser validados que respondam às críticas históricas levantadas, e

aos requerimentos do pensamento científico contemporâneo em filosofia da mente e ciências cognitivas (MAGALHÃES; NASCIMENTO; ROAZZI, 2019). Deve-se priorizar métodos em 1ª pessoa e autorrelatos na pesquisa da consciência, pelo que os mesmos são a via régia de acesso ao domínio fenomenal da mente (OVERGAARD; GALLAGHER; RAMSØY, 2008). Sobre os protocolos devem seguir uma orientação interacionista, para acercamento rigoroso e melhor apropriação dos aspectos fenomenais das vivências em exame (PETITMENGIN; REMILLIEUX; VALENZUELA-MOGUILLANSKY, 2019; HURLBURT, 2009; HURLBURT; SCHWITZGEBEL, 2007). Estudos de caso único (N=1) devem ser fomentados (NASCIMENTO *et al.*, 2022; NASCIMENTO *et al.*, 2020), e autoestudos fenomenais (MOUSTAKAS, 1990; ANDERSON, 2019), como caminhos heurísticos de se explorar consciência fenomenal. Todavia, ampliação da base empírica, tanto em termos de amostras mais robustas, mas sobretudo, em situações humanas mais diferenciadas, e contextualização transcultural, devem ser buscadas para se atender ao duplo ditame de uma ciência que, se ideográfica, mas que aspira a construções teóricas robustas que se favoreçam de generalização, e na medida do possível, replicação, e suportada por protocolos da Ciência Aberta, para a devida crítica por pares experts.

Com o alicerce desses pressupostos explicitados, Nascimento (2008; 2021) avança para a questão fundamental para constituição do modelo, a de definir precisamente o construto principal visando sua operacionalização na pesquisa. Para o autor, autoconsciência fenomenal é autoexperiência, e a mesma pode ser definida como estado interno qualitativo de autoexperiência vivenciado durante momentos de autofocalização da atenção e processamento cognitivo autorreferencial.

Com esta precisa definição operacional, seguiu-se à construção dos elementos teóricos, por extração dedutiva da teoria cognitiva, na forma de argumentos dedutivos explicitados por meio de cinco ordens de silogismos:

Silogismo Primeiro

A1 (Argumento 1): Processo cognitivo é todo àquele responsável por processamento de informação e construção de conhecimento.

A2 (Argumento 2): Autoconsciência atua no processamento de informação atencional, e construção de conhecimento sob focalização da atenção, quer auto ou heteroinformação.

Logo,

c1 (Conclusão 1): Autoconsciência é um processo cognitivo.

Por raciocínio dedutivo conclui-se que autoconsciência é autêntico processo cognitivo, dado que enquanto função opera sobre informações atencionais, as quais são cruciais na construção de representações mentais de si e dos outros, e consequentemente, por caminho reverso e contrastivo, do mundo. Tem-se demonstrado aqui que a autofocalização é elemento-chave no processamento cognitivo e eixo central da cognição, sendo nuclear na construção de uma subjetividade reflexiva e genuinamente humana (ver DUVAL; WICKLUND, 1972; BUSS, 2001; SEDIKIDES; SKOWRONSKI, 1997; MORIN, 2004; NASCIMENTO, 2008; THAGARD, 1998; GARDNER, 2003; STERNBERG, 2000; EYSENCK; KEANE, 2017). Esta primeira conclusão é o ponto de partida do modelo teórico em construção de autoconsciência fenomenal, e sua tese primeira.

Silogismo Segundo

A1: Processos cognitivos tem uma dupla ontologia, psicológica e fenomenal.

A2: Autoconsciência é um processo cognitivo.

Logo,

C2: Autoconsciência tem uma dupla ontologia, psicológica e fenomenal.

Por extração dedutiva, conclui-se que o caráter cognitivo da autoconsciência revela-se sobretudo em sua dupla ontologia, em que, tal como em todo outro processo cognitivo (ver CHALMERS, 1996), uma rica gramatura experiencial ladeia o fluxo do processamento autoatencional do autofoco. Assim, avança-se na reconstituição da verdadeira natureza da autoconsciência enquanto paradigmática da reflexividade humana, elemento basilar de um *self* senciente, reflexivo, e autoexperienciativo, conforme tem postulado Nascimento (2021). Esta segunda conclusão que versa sobre a dimensão autoexperiencial é o ponto nodal de postulação de autoconsciência fenomenal, e sua tese segunda.

Silogismo Terceiro

A1: Processos cognitivos se tornam conscientes por se tornarem objeto de representação de processos cognitivos de alta ordem.

A2: Autoconsciência é um processo cognitivo.

Logo,

C3: Processos autoconscientes se tornam conscientes por se tornarem objeto de representação de processos cognitivos de alta ordem.

Seguindo-se a ordem dos argumentos teóricos invocados, conclui-se sobre a natureza metacognitiva e mediada dos processos e estados autoconscientes, os quais se tornam possíveis pelo concurso de outros processos cognitivos de alta ordem, como àqueles baseados em imagem mental e fala interna (MORIN, 2004). Esta terceira tese da teoria da autoconsciência fenomenal é acorde com a hipótese da mediação cognitiva postulada por Morin (2005), e retomada em leitura fenomenal por Nascimento (2008; 2021), em que explana-se sobre as estratégias cognitivas que evolucionariamente foram desenvolvidas para burlar o paradoxo da autoconsciência, sua impossibilidade lógica (ver SILVIA; O'BRIEN, 2004; MORIN, 2005), propiciando a emergência de um *self* simbólico (SEDIKIDES; SKOWRONSKI, 1997), capaz de se auto-observar através

de mecanismos imagéticos e linguajeiros, os quais replicam mecanismos sociais de geração de autofoco e permitem autoescrutínio reflexivo por duplicação de autoaspectos no interior do processo autoatencional (ver MORIN, 2005). Se esta estratégia é eficaz no tocante ao puro autoprocessamento atencional, este recurso mediático é hipotetizado aqui nessa presente reflexão levar adiante para propiciar a gênese dos caracteres qualitativos (qualia) da autoconsciência por mecanismo cognitivo de alta ordem. Esta é a tese terceira da teoria de autoconsciência fenomenal de Nascimento sendo aqui desenvolvida.

Silogismo Quarto

A1: Consciência é estrutura e processo, comporta elementos composicionais e dinâmicos, é estabilidade e mudança/fluxo, simultaneamente.

A2: Autoconsciência é uma consciência de alta ordem.

Logo,

C4: Autoconsciência é estrutura e processo, comporta elementos composicionais e dinâmicos, é estabilidade e mudança/fluxo, simultaneamente.

A conclusão quarta que se chega por raciocínio dedutivo a partir de premissas bem estabelecidas na literatura sobre consciência em ciências cognitivas (ver HEAVEY; HURLBURT, 2008; NASCIMENTO, 2008; NASCIMENTO *et al.*, 2019; PETITMENGIN; REMILLIEUX; VALENZUELA-MOGUILLANSKY, 2019), recupera para a autoconsciência fenomenal aspectos basilares da consciência humana, sua arquitetura de síntese a partir de elementos cognitivos diversos como sensações, imagens, palavras, já conhecidos nos primórdios da pesquisa introspeccionista de Wundt e Titchener em psicologia (ver SCHULTZ; SCHULTZ, 2017; FIGUEIREDO; DE SANTI, 2022), e retomados por paradigmas contemporâneos como o de amostragem temporal da experiência (HURLBURT; SCHWITZGEBEL, 2007) e microfenomenologia (PETITMENGIN; REMILLIEUX;

VALENZUELA-MOGUILLANSKY, 2019), como também sua dinâmica temporal já apontada por James (1890/1950) no que a experiência interna é um fluxo constante e incessante de elementos semiconscientes, sempre em trânsito, o mais das vezes fora do foco imediato da atenção na forma de experiência prístina (ver HURLBURT, 2009).

Essa tensão dialética entre dimensões composicionais e transicionais, de fluxo, ressignificações e transformações temporais, marca o *proprium* da autoconsciência fenomenal na volatilidade de seus estados, dependentes que são do vetor sempre em redirecionamento da atenção, que volta-se constantemente para o entorno ambiental (o não-*self*) (DUVAL; WICKLUND, 1972; STERNBERG; 2000; EYSENCK; KEANE, 2017). Estados autoconscientes são voláteis, e configuram-se sinteticamente por mecanismo construtivo da mente a partir de elementos os mais diversos, os quais enfeixam-se sob a égide de um sentido pontual de experiência (PAULA; NASCIMENTO, 2018), retomando sua natureza holística, total, com ênfase na significação para o *self*, conforme defendido pelas correntes fenomenistas em psicologia como Gestalt (ver SCHULTZ; SCHULTZ, 2017). Esta é a tese quarta da teoria da autoconsciência fenomenal.

Silogismo Quinto

A1: Autoconsciência é parâmetro central da Cognição.

A2: Cognição tem dupla ontologia: dimensões psicológica (processamento cognitivorepresentacional) e fenomenal (experiência).

Logo,

C5: Autoconsciência é parâmetro central das dimensões psicológica (processamento cognitivorepresentacional) e fenomenal (experiência) da Cognição.

Está bem estabelecido o papel da autoconsciência no processamento cognitivo, em termos de seu impacto sobre processos de curto termo (autoavaliação, autorregulação), longo termo (autoconceito, autoestima), e cognição social (comportamentos prossocial e

de ajuda, honestidade), conforme Nascimento (2008) e outros autores (MORIN, 2004; SILVIA; DUVAL, 2001). Seu estatuto enquanto parâmetro central não deverá restringir-se ao puro processamento cognitivo (domínio psicológico), mas, atingir consequentemente a própria organização do extrato qualitativo que ladeia o processamento cognitivo, isto é, a autoexperiência (domínio fenomenal). Esta é a conclusão quinta extraída dedutivamente, constituindo-se na quinta tese da autoconsciência fenomenal.

Está-se em condição agora de enunciar as hipóteses fundamentais da Teoria de Autoconsciência Fenomenal de Nascimento (2008; 2021), em construção, a saber, Autoconsciência: (H1) é processo cognitivo, (H2) cujo processamento representacional se ladeia de uma dimensão autoexperiencial, (H3) cuja fenomenologia ascende à consciência por meio de processos cognitivos de alta ordem, (H4) fenomenologia esta que é construída de modo ativo pela mente a partir de dimensões e elementos composicionais e dinâmicos, num autoestado sempre transformativo e em fluxo, (H5) e que tem na autoconsciência fenomenal seu parâmetro central de organização.

Definindo-se autoconsciência fenomenal como estados qualitativos de autoexperiência durante processamento autoatencional, um rápido exame da literatura da área revela que a quase totalidade da pesquisa em autoconsciência se ocupa de processamento autoatentivo (autoatentividade), ou da dinâmica funcional de autofocalização (NASCIMENTO, 2021). Não há documentação disponível sobre a fenomenologia da autoconsciência (AF) em vigília, nem em estados outros de consciência, à exceção daquela propiciada por Nascimento (2008) que dispõe de documentação fenomenológica pioneira ainda ao presente, e alguns poucos itens de literatura que se inspiraram nesse estudo original.

Nascimento (2008) investigou a fenomenologia da mediação cognitiva de autoconsciência por imagens mentais e fala interna, em consciência de vigília e estados incomuns, em estudantes universitários. Para isso utilizou a *Entrevista Fenomenológico-Cognitiva dos Estados Autoconscientes* (EFEA) numa amostra de 34 participantes, maioria de sexo masculino (52.9%), resultando no levantamento de 4 subcampos fenomenológicos de experiência de mediação

cognitiva por imagem mental na vigília, nomeadas de facetas, a saber, visualizações internas de imagens relacionadas à (i) Privacidade do *self* (porções corporais, face própria, entorno ambiental imediato, moralidade, etc.), (ii) Restos perceptivos (*self* físico na tarefa EFEA, pesquisador, ambiente experimental, etc.), (iii) Publicidade do *self* (*self* físico integral, objetos pessoais, outros *selves*, ambientes não domésticos, etc.), e, (iv) Experiências imaginárias (objetos não-pessoais, Natureza, visões abstratas, etc.), sendo a fenomenologia dos estados autoconscientes na vigília tecida em torno desses objetos imagéticos visualizados, os quais permitiram o autoescrutínio reflexivo durante a entrevista fenomenal.

Nascimento (2021) aprofunda a investigação dos aspectos fenomenais do autofoco durante a vigília em estudo com universitários usando o EFEA, encontrando uma complexa trama de objetos de visualização interna, em torno de 252 imagens diferentes visualizadas no fluxo da consciência fenomenal dos participantes em estados autoconscientes, as quais resultaram em 18 categorias temáticas: (C1) *Self* físico (corpo próprio integral), (C2) *Self* físico na tarefa (imagens autoscópicas do *self* na situação de coleta experimental EFEA), (C3) Faces (face própria do *self*), (C4) Porções corpóreas (partes do *self* físico como mãos, pés, orelhas, cabeça, etc., visualizados de forma isolada), (C5) *Self* futuro (visualização simulada do *self* em tempo futuro), (C6) *Selves* primários (pessoas de convivência imediata do *self*), (C7) *Selves* secundários (pessoas de vinculação afetiva menos direta do *self*), (C8) Pesquisador (condutor da entrevista EFEA), (C9) Personagens (pessoas imaginárias e desconhecidas do *self*), (C10) Objetos pessoais (pertences e haveres do *self*), (C11) Objetos não-pessoais (objetos impessoais, imaginários, de pertença desconhecida ao *self*), (C12) Ambientes primários (ambiência física imediata e familiar ao *self*), (C13) Ambientes secundários (ambiências físicas compartilhadas com desconhecidos ou pessoas não pertencentes ao círculo íntimo do *self*), (C14) Ambiente da tarefa (ambiência física imediata de operacionalização da entrevista fenomenal EFEA), (C15) Ambientes Imaginários (ambiências físicas imaginativamente criadas pelo *self*, e dele desconhecidas), (C16) Natureza (elementos da Natureza como o céu noturno, o sol, etc.), (C17) Grafismos

(formas gráficas de conteúdo relacionado a aspectos abstratos do *self* como moralidade), (c18) Visões abstratas (experiências visuais sem forma definida, como flashes luminosos, formas abstratas coloridas, borrões de cor, etc.). A urdidura desses objetos de visualização constituiu o conteúdo experiencial da autoconsciência fenomenal durante a vigília para esses respondentes.

Nascimento *et al.* (2020) realizaram estudo retrospectivo sobre a estrutura fenomenal das visualizações durante tomada ritual de Ayahuasca. Utilizando o protocolo para estados incomuns do EFEA (EFEA-I) analisaram o relato fenomenal de uma única participante (estudo de caso único, N=1), de cuja análise cognitiva estrutural se desvelou a trama complexa da experiência visual durante a inebriação com o breu tecida em torno de categorias fenomenais de (i) Formas Visuais (características à mandala), (ii) Fluxo Geracional de Visualizações, (iii) Colorido e luminescência das formas visuais, (iv) Fluxo transformacional e Complexidade estrutural das visualizações, (v) Cinética das visualizações, e, (vi) Desconforto subjetivo e Saturação cognitiva do fluxo imagético (advento de aspectos afetivos aversivos em respostas a profusão das mentatio visuais).

Nascimento *et al.* (2022) investigaram em estudo de caso fenomenal (N=1) a organização da autoconsciência fenomenal em seu enlace à experiência interna de sujeito homoafetivo em situação de autofocalização durante entrevista EFEA. O estudo em perspectiva fenomenal e idiográfica desvelou um campo experiencial complexo da autoconsciência estruturado a partir de 06 elementos componenciais: (i) Visualização interna (imagens do *self* físico e/ou de seus pertences); (ii) Fala interna (comentários silenciosos do *self* sobre seus autoaspectos); (iii) Autoconsciência e processo autoavaliativo (descrições qualitativas de episódios de autoatentividade do *self* durante a experiência, e o consequente escrutínio avaliativo sobre seu estado atual); (iv) Sentimento (elementos psicoafetivos como bem-estar, etc.); (v) Consciência Sensorial (escrutínio de sensações térmicas durante autofocalização, como sensações de calor, etc.); e, (vi) *Self* físico e autofoco público (vetor contumaz do autofoco a autoaspectos do *self* público como aparência, compleição corporal, e atratividade).

Nessa base ainda insipiente de literatura sobre a fenomenalidade da autoconsciência, podem ser citados ainda alguns estudos que utilizaram o EFEA como base metodológica para acercamento da fenomenologia autoconsciente, como o estudo de experiência interna dirigida à morte entre sujeitos inseridos na cultura heavy metal (MAGALHÃES, 2014); sobre a estrutura dos estados fenomenais e suas relações com habilidades visuoespaciais durante a estimulação tátil na atividade de rotação mental em cegos e videntes (DAMASCENO, 2015); sobre a fenomenologia da consciência e autoconsciência em estados meditativos em praticantes religiosos e não-religiosos (BARBOZA, 2017); e ainda, sobre a fenomenologia de imagens hápticas durante rotação mental em cegos congênitos (DAMASCENO *et al.*, 2021).

A base empírica que lastreia este campo nascente de estudos é insipiente, o que não oportuniza ainda a formalização de perguntas melhores e mais oportunas ao fenômeno em tela, todavia, algumas questões já podem ser feitas, com apoio na base teórica largamente exposta até aqui: Como é vivenciada de forma consciente a instanciação da tríade cognitiva de *self*, *standard* e autofoco durante a autofocalização? O que é sentido duramente o escrutínio reflexivo do autofoco? Qual a fenomenologia das mediações cognitivas por fala interna e imagem mental e seus entrelaçamentos à experiência interna do *self*? Que elementos estruturais e dinâmicos estão disponíveis a trabalho cognitivo na instanciação de estado autoconsciente, e quais as suas relações aos níveis de consciência (vigília, estados alterados)?, numa lista inicial de inquietações teóricas a serem respondidas em pesquisa fenomenal oportuna.

A autoconsciência fenomenal humana é campo largamente inexplorado da pesquisa cognitiva contemporânea, havendo aspectos de sua estrutura e dinâmica pouco ou nada explorados, conforme indicação de Nascimento (2021). Aspecto importante ainda não explorado da fenomenologia da autoconsciência é a dimensão afetiva que ladeia o processamento autorreferencial, de acordo com sinalização de Nascimento *et al.* (2020): a valência dos afetos advenientes durante autofocalização, sua categorização cognitiva e identificação (medo, ansiedade, prazer, bem-estar, etc.), as relações

desses afetos com o bem-estar psicológico ou psicopatologia, entre muitas outras questões não devidamente compreendidas.

Assumindo-se seguindo Nascimento (2008; 2021) que a Autoconsciência, como os demais sistemas cognitivos, tem uma dupla ontologia – psicológica (processo de autofocalização – autoatentividade) e fenomenal (*autoconsciência fenomenal* – a dimensão da *autoexperienciação*), e que a autoconsciência fenomenal enquanto parâmetro central da experiência consciente deva mediar a experiência interna dos seres humanos, junto com outros elementos (fala interna, visualização interna, dor, consciência sensória, sentimento, pensamento não simbolizado, tridimensionalidade do mundo e do *self* físico, etc.) já mapeados na literatura fenomenal (CHALMERS, 1996; HURLBURT; HEAVEY, 2001; HEAVEY; HURLBURT, 2008; VELMANS, 2009; 2001), urge seguir esse conjunto estimulante de hipóteses teóricas colocadas pelo autor (NASCIMENTO, 2021; 2008; ver também: NASCIMENTO *et al.*, 2022; NASCIMENTO *et al.*, 2019; PAULA; NASCIMENTO, 2018), e acercar em nova base empírica estado autoconsciente durante a vigília, pondo à prova tais requerimentos do modelo da teoria da autoconsciência fenomenal.

Com este *leitmotiv* em vista, o estudo objetivou descrever a fenomenologia da autoconsciência fenomenal em condições de parâmetros comuns de consciência (vigília), buscando analisar as dimensões estruturais e dinâmicas do estado autoconsciente eliciado em parâmetros experimentais.

Método

Perspectiva do estudo

O estudo edificou-se numa triangulação teórica entre epistemologia fenomenal da mente e consciência (CHALMERS, 1996; VELMANS, 2001; 2009; SHANON, 2003a), teoria da autoconsciência (DUVAL; WICKLUND, 1972) e autoconsciência fenomenal (NASCIMENTO, 2008; 2021), métodos em 1ª pessoa em seu uso em ciência cognitiva (OVERGAARD; GALLAGHER; RAMSØY, 2008; MAGALHÃES; NASCIMENTO; ROAZZI, 2019; NASCIMENTO; PAULA; ROAZZI,

2020), no âmbito da pesquisa em estudo de caso fenomenal (ver NASCIMENTO *et al.*, 2020; NASCIMENTO *et al.*, 2022), na operacionalização metodológica de estudos de caso de Yin (2015).

Participantes

O estudo de caso único (N=1) contou com a participação de Nina (nome fantasia), sexo feminino, 20 anos ao momento da entrevista fenomenal, solteira, de orientação sexual autorreferida de mulher cisgênero heterossexual, e ao momento com namorado. A participante é estudante universitária de instituição privada da cidade de Recife (PE), do 4º período do curso de Direito, sem renda própria, de família de renda mediana, morando com sua família biológica, filiada à Igreja Mórmon, refere ter saúde frágil, e ser seus estudos universitários sua única ocupação ao presente.

Instrumentos

Para o acesso ao campo fenomenal da Autoconsciência utilizou-se a Entrevista Fenomenológico-Cognitiva dos Estados Autoconscientes (EFEA), instrumento fenomenal em 1ª pessoa construído e validado por Nascimento (2008), o qual constitui-se de um roteiro padronizado para investigação e descrição da fenomenologia autoconsciente e das mediações cognitivas associadas (imagens mentais, autofala), na relação a distintos parâmetros das consciências de Vigília (parâmetros comuns) e de Estados Incomuns (parâmetros modificados). Para o presente estudo separou-se para tratamento dos dados o protocolo dos Parâmetros da Vigília (EFEA-V), o qual é construído em torno de dois momentos específicos e sequenciados, nesta ordem: (i) Tarefa de Indução de Autoconsciência, onde a partir de uma instrução específica induz-se um estado de autofocalização com tempo cronometrado de 1 minuto, e (ii) Entrevista em Profundidade, com apoio de Mapa das Mediações Cognitivas de Autoconsciência durante a Vigília, para registro sistemático das espécies fenomenais advenientes durante a exploração fenomenal guiada. Para mais

detalhes e especificações do EFEA, remete-se à literatura pertinente (NASCIMENTO, 2008; 2021; NASCIMENTO; PAULA; ROAZZI, 2020).

Procedimentos

Após liberação do projeto para execução pelo Comitê de Ética da UFPE, buscou-se apresentar a pesquisa em instituições de ensino superior públicas e privadas de Recife (PE), e em acordo com as respectivas instituições o alunado foi convidado a participar de entrevista fenomenal seguida de aplicação de caderno de testes psicométricos com medidas cognitivas (autoconsciência, consciência, imagem mental, etc.). Após anuência à participação, e tendo-se assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, cada participante de livre vontade realizou a entrevista fenomenal em sala de aula designada pelos gestores das instituições, sendo a totalidade da entrevista registrada em áudio com permissão dos participantes, em dispositivo de MP3. A participante Nina, sujeito desse estudo, realizou a entrevista EFEA em sala de aula, em sessão individual, com duração de 45 minutos, após o que a mesma respondeu ao protocolo integral da pesquisa com tempo livre. Apenas os dados da entrevista foram analisados para o presente estudo. Após transcrição integral da entrevista, e digitação de seu conteúdo em editor de texto *Word for Windows*, os dados foram encaminhados para análise qualitativa.

Análise de dados

O corpus do estudo de caso foi analisado por meio do método de Análise Fenomenal Temática Narrativa (AFTN), subtipo de Análise Temática (BRAUN; CLARKE, 2006), com operacionalização fenomenológica (COTT; ROCK, 2008; PAULA; NASCIMENTO, 2018), orientada à dados de pesquisa introspeccionista em ciência cognitiva (NASCIMENTO, 2021; MAGALHÃES; NASCIMENTO; ROAZZI, 2019), em desenvolvimento no Laboratório de Estudos de Autoconsciência, Consciência, Cognição de Alta Ordem e *Self* (LACCOS / UFPE), promotor do presente estudo. A AFTN se caracteriza por sua flexibilidade em formalizar categorias fenomenais de parâmetro temático,

acercando-as em eixos estrutural (componencial) e dinâmico/narrativo (sintético-transformacional no tempo).

A análise segue os passos usuais de análise temática (NOWELL *et al.*, 2017; COTT; ROCK, 2008): leitura exaustiva do protocolo, localização de extratos significativos de espécies fenomenais de interesse, categorização de conjuntos de extratos sob rubricas teóricas dos estudos cognitivos (categorias temáticas), descrevendo-se fenomenologicamente suas aparições, seguido de sua dinâmica construtiva inter-elementos no fluxo da experiência interna, tendo-se ao término um relato fenomenal global da estrutura da experiência em análise (ver PAULA; NASCIMENTO, 2018; NASCIMENTO *et al.*, 2020; NASCIMENTO *et al.*, 2022).

Aspectos éticos

O estudo foi executado após aprovação do projeto respectivo e liberação de sua execução pelo Comitê de Ética da UFPE (Registro CEP/CCS/UFPE No 132/O6), e sua operacionalização seguiu integralmente o marco para pesquisa com seres humanos vigente no Brasil na atualidade.

Resultados e Discussão

O transcrito integral da experiência de 1 minuto de auto-observação de Nina durante estado autoconsciente foi submetido a análise fenomenal temática com parâmetro narrativo para levantamento e descrição detalhada de seus aspectos estruturais e dinâmico-funcionais. Os achados dessa análise fenomenal serão reportados e discutidos em dois eixos sequenciais, cada um deles com foco em dimensão específica do estado autoconsciente sob exame: os aspectos estruturais (Análise Estrutural) e dinâmicos (Análise Dinâmica).

Análise Estrutural

O foco da análise fenomenal sobre os aspectos componenciais da estrutura da experiência durante autofocalização revelou ser a mesma

construída a partir de elementos cognitivos e sua fenomenologia associada em torno de três elementos fundamentais: fala interna, imagem mental e sentimentos. Cada um deles será apresentado em detalhes e explanada a sua função cognitiva e fenomenal, com apoio em episódios de experiência interna fenomenal (EPF).

Fala Interna

A fala interna refere-se a momentos de diálogo interior silencioso do *self* consigo mesmo, e esse diálogo interior está relacionado a inúmeras funções do *self* como autorregulação, automonitoramento, autocontrole, e mediação cognitiva de autoconsciência (MORIN, 2004).

Durante a auto-observação Nina vivenciou episódios de fala interna relacionados ao seu estado autoconsciente, como revelam extratos como este:

EPF1 (E-Entrevistador; P-Participante)

E: Durante sua experiência de auto-observação, palavras ou frases lhe vieram à mente? Você poderia recontar com detalhes essas palavras ou frases caso elas tenham aparecido em sua experiência? Apareceram palavras durante esse 1 minuto da auto-observação?

P: Com certeza.

E: Com certeza? Você pode me dizer então quais foram?

P: Tristeza.

E: Certo. Foi a primeira palavra, Nina?

P: Hum.

E: Tristeza... Foi a palavra ou veio no meio de uma frase isso? Veio tristeza dentro de uma frase ou foi a única palavra?

P: Numa frase." (itálicos do pesquisador)

Elementos linguageiros construíram a experiência de auto-observação de Nina, os mesmos apresentam-se com grande clareza à

introspecção da participante, o que os torna elementos salientes na autoapreensão cognitiva, e cercados de certeza, conforme expressa a participante no episódio acima. Esse contributo da fala interna é bastante pervasivo na experiência, e se desdobra em outros episódios de conversa interior, conforme se apreende do episódio 2:

EPF2

E: Teve outra palavra fora essa? (o pesquisador faz referência à palavra citada 'tristeza')

P: Não.

E: Não. Tem que ter... (interrompido pela participante)

P: Não. (risos) Qualquer uma?

E: Não, que veio durante esse um minuto. O que você pensou?

P: Raiva.

E: Raiva. OK.

P: Deixa eu ver também... (risos) Só.

E: Só? Tristeza, raiva... 'Raiva', você tem certeza de que veio só a palavra ou veio... (interrompido pela participante)

P: Não, vem a questão 'Eu estou triste e com raiva de achar que eu estou rompendo a linha... A linha da sanidade', sabe? Eu acho que a qualquer momento eu posso usar loucura assim, aquela coisa bem, sabe? Aquelas que você luta contra pra agir normalmente e tal.

E: Certo... Hum rum. Ela veio assim mesmo à sua mente?

P: É.

E: Certo. Você pode repetir pra mim, pra eu anotar?

P: (risos) 'Eu estou com...'. Assim, 'Eu estou triste e com raiva pelo fato de achar que eu posso romper a linha da sanidade a qualquer momento'. Isso me deixa com raiva porque é como... É como tem no provérbio chinês que diz que um homem com raiva é como uma cidade sem muralhas. E eu me sinto desprotegida... Sabe?"

Como se depreende do episódio assinalado, autoconsciência se dá com apoio em mediação cognitiva por fala interna (ver MORIN, 2005), em que o sujeito se autoapreende fenomenalmente através de discurso interior em situação de estar mergulhada em intensos afetos penosos de tristeza e raiva, oriundos de situações recém-vividas com seus familiares.

Esses elementos linguageiros são apreendidos em nível de complexidade, em que se apresentam em construções frásicas complexas (“Eu estou triste e com raiva de achar que eu estou rompendo a linha... A linha da sanidade”), que permitem uma autoavaliação do estado atual do *self* e possíveis consequências imediatas a nível de autoavaliação (“eu me sinto desprotegida”) e posicionamento do sujeito frente a sua situação existencial e navegação pessoal no tempo (STERNBERG; SPEAR-SWERLING, 1998).

Nisso evidencia-se o importante papel da fala interna em dar foro experiencial a conteúdos dantes nebulosos e não-identificados, por lhes associar um rótulo cognitivo, permitindo assim sua nomeação; identificação e precisão de seu estatuto no fluxo da experiência, oportunizando um autoaprendizado pessoal e complexificação da própria vida interior da participante (MORIN, 2005). Tais elementos ao serem capturados por pensamentos de alta ordem via fala interna (“Raiva”; “Eu estou triste e com raiva”) os dão contorno semântico e os disponibilizam para processamento cognitivo posterior permitindo escrutínio interior, autoavaliação e autoaprendizado cognitivo (“um homem com raiva é como uma cidade sem muralhas. E eu me sinto desprotegida... Sabe?”, e ampliação do autoconceito (NASCIMENTO *et al.*, 2019).

Todavia, mediações por fala interna não foram o único recurso construtivo da autofocalização, episódios de imagem mental também foram identificados.

Imagem Mental

Imagens mentais são ocorrências mentais quase-perceptuais ocasionadas na ausência de seus referentes, podendo ser visuais, auditivas, hápticas ou outras, conforme a modalidade sensorial

dos campos de captação de informação em que se originaram (RICHARDSON, 1983). Elas tem importantes funções no processamento cognitivo como resolução de problemas, memória e aprendizagem (PAIVIO, 2007), e conforme atesta de forma convincente o Episódio Fenomenal 3 a seguir, participam de forma importante na mediação construtiva de estados autoconscientes:

EPF3

E: Durante sua experiência de auto-observação, algum tipo de imagem lhe veio à mente? Você poderia recontar com detalhes sobre como essas imagens são, caso elas tenham aparecido em sua experiência?

P: *A cena d'eu brigando com meus pais, sabe, assim? Principalmente o meu pai.*

E: Foi a primeira que lhe veio à mente?

P: *Foi.*

E: Certo. Então, você brigando com seus pais ou com seu pai?

P: *Com meu pai."*

Como vê-se no EPF3, durante autofocalização a participante se visualiza em cena complexa em que ela própria é figurada visualmente, junto com seu genitor, em situação de tensão e conflito ("d'eu brigando com meus pais, sabe, assim? Principalmente o meu pai."). Essa cena visualizada durante estado de autofocalização da atenção traz em relevo o fato de que o *Self* constitui-se não apenas de aspectos estrito senso relacionados a si mesmo, mas que na estrutura fenomenal do *self* constam representações mentais, tanto visuais quanto languageiras, de pessoas do círculo íntimo do indivíduo, ou nas palavras de James "tudo aquilo que o *self* pode chamar de *meu*" ("meu pai."), num *self* que não acaba na superfície da pele, mas que se estende para além da mesma para incluir tudo o que tem significação para o si mesmo (ver JAMES, 1890/1950).

Tais imagens mentais pertencentes a imageria do *self* – ou codificações do *self* no *self-schemata* da memória em formato analógico ou imagético – compõem redes de autoinformação visual com diferentes estatutos cognitivos ancorados em distintos sistemas da cognição:

EPF4

“E: Com seu pai... Essa imagem era uma imagem de fantasia, uma coisa que você criou agora? Ou uma imagem de memória que você... (interrompido pela participante)

P: *Real*.

E: Real que você viveu. Certo?”

Trata-se, portanto, de uma Imagem do Pensamento na terminologia de Richardson (1983) – experiências imagéticas cotidianas como as relacionadas à rememoração de eventos passados, isto é, de uma imagem da memória, para ser mais preciso, uma memória episódica, relacionada a uma situação recém vivenciada de conflito da Nina com seu pai, numa discussão em que a mãe também estava presente e testemunhando o ocorrido, ou nas palavras da participante – uma imagem “Real”. Mais indícios de que o *self* físico de Nina foi de fato observado durante a autofocalização se extrai do EPF5:

EPF5

“E: Nina, você se via de corpo inteiro aqui ou só parte? Como é que você se via?

P: *De corpo inteiro*.

E: Corpo inteiro. Você se via como se fosse uma outra pessoa olhando pra você?

P: *Isso.*”

Na imagem mental em tela, Nina se via como provavelmente é vista pelos outros *selves* (ver MORIN, 1998), como outras pessoas a olhando (“Isso.”), num formato de imageria autoscópica em que não apenas o rosto ou alguma outra porção corporal era observada pela participante compondo a cena, mas a totalidade de seu corpo próprio (“De corpo inteiro.”), numa rica e complexa fenomenologia de auto-observação no modo de visualização interior semelhante às “FACES” e “Porções corporais” encontradas por Nascimento (2008; 2021), reiterando achados de pesquisa fenomenal em que a visualização interior é um dos já mapeados elementos componentes da experiência interna na literatura em cognição (ver HEAVEY; HURLBURT, 2008).

A fenomenologia da autoconsciência associada à mediação imagética se deu em rica filigrana de detalhes e composições de cenas, em que mais de um episódio fenomenal com tal mediação foi percebido pela participante, como expressa o EPF6:

EPF6

E: Mas durante o minuto inteiro, essa foi a única cena? Ela predominou, ela durou esse tempo? Ou alguma outra imagem veio mesmo que rápida, um flash?

P: *Foram discussões que levaram a essa última.*

E: Certo.

P: *Todos os acontecimentos.*

E: Outros acontecimentos.

P: É.

E: Então, não foi imagem de apenas um acontecimento atual?

P: É como se fossem em uma ... flashes de memórias antigas.

E: Certo.

P: *E essa, uma memória inteira.*

E: Certo. Você seria capaz de dizer quantas imagens dessa apareceram mais ou menos? Quantos episódios?

P: *Sim.*

E: Que o seu “filminho”... contou?

P: *Foram 5 flashes.”*

O lastro experiencial da autoconsciência fenomenal baseada em imagem mental compôs um complexo imagético de 5 cenas distintas, de outros acontecimentos (“Todos os acontecimentos.”; “É.”), todas de memória episódica relacionadas à imagens do pensamento (RICHARDSON, 1983), de lembranças de fatos recentemente vivenciados por Nina junto a sua família, em que a mesma se escrutinizou em rápida sucessão (MORIN, 2005), em memórias de maior estabilidade e maior composição e durabilidade – de uma memória inteira (“Certo.”), sucedida por outras mais difusas, geradas e desaparecidas rapidamente no fluxo da consciência (“flashes de memórias antigas.”), compondo um esboço de enredo narrativo fílmico em 5 tomadas (“Foram 5 flashes.”) de visualizações internas, à semelhança dos achados por Hurlburt em pesquisa com o paradigma DES (HEAVEY; HURLBURT, 2008; HURLBURT; SCHWITZGEBEL, 2007).

O episódio fenomenal que segue (EPF7) evidencia o papel construtivo dos processos imaginativos humanos, em que do acervo de conhecimento codificado nos autoesquemas se precipita um trabalho autoral prenhe de novidade da cognição, em que novos produtos cognitivos são disponibilizados para processamento posterior, neste caso, a construção de um filme mental a partir de cenas disponíveis na memória episódica e biográfica, que se materializa numa série de visualização interior composta de cenas alinhadas por um enredo que sintetiza um momento existencial de Nina:

EPF7

E: 5 flashes. Essa aqui seria a última? *A última imagem, a última cena desse filme?*

P: *A primeira e a última.*

E: Essa foi a primeira?

P: E a última.

E: E a última também. Como se tivesse retornado pra fechar isso aqui.

P: É.

E: Né?! *Você pode me... Me contar um pouquinho das outras imagens que se passou?* Você disse que foram 5.

P: *Discussão. É sempre discussão. Minha mãe no meio.*

E: Certo. Tem alguma coisa que distinga essas cenas? Não?

P: *Dias diferentes.*"

A composição do ciclo de imagens mentais constrói-se em torno de um único tema-síntese – “Discussão. É sempre discussão.”, que presentifica na autoconsciência fenomenal o sentido de ser *Self* nesse momento do tempo (NASCIMENTO, 2021; MORIN, 1998) para Nina. Esse profundo senso de desacordo com a ambiência familiar, espelha uma cisão também interna, em que autoaspectos da própria arquitetura do *self* comparecem nas visualizações internas compondo as cenas de discórdia vivenciadas (“Minha mãe no meio.”). Esse senso de confusão e perturbação interior alcança outros personagens da novela familiar, e outros membros da família são incluídos em alguns do “flashes” visualizados pela participante, como no EPF8:

EPF8

“P: Não. Teve um incidente com meu irmão que acabou com meu pai. Sabe assim, começou e acabou com meu pai. E todos os outros foram com meu pai.

E: *Você viu seu irmão?*

P: *Ham ram.*

E: Tá certo. Você sabe que esse acontecimento veio em imagem ou era no meio (interrompido pelo sujeito)

P: Foi.

E: Sem a segunda. Então, você com o seu irmão, não é isso?

P: Hum rum.

E: Seu irmão e posteriormente as discussões com seu pai na cena?

P: Hum rum.

E: Aqui, *you se via, Nina? Como se fosse^{00:12} uma outra pessoa?*

P: *Em todas elas.*

E: Em todas elas, *you aparece como uma observadora, como se tivesse se vendo.*

P: Hum rum.

E: Certo. Em todas essas cenas, *you... you se via de corpo inteiro* ou (inaudível)

P: *Todas. Todas."*

Em sendo um estado autoconsciente, as imagens visualizadas são retratos do *self*, ou do *self* físico em sua inteiridade corporal em todas as cenas ("Todas. Todas."), à semelhança das imagens do "Self físico" encontradas por Nascimento (2008; 2021), numa perspectiva em 3ª pessoa, como o faria uma outra pessoa observando a participante de um ponto de vista externo (MORIN, 2004), o que foi prontamente confirmado pela própria ("Hum rum."), como também o *self* se realiza cognitivamente por meio de imagens complexas – cenas compostas – como hipotetizado por Nascimento (2008) com base numa perspectiva de código dual da cognição, onde o *self* se vê junto com pessoas que estão no campo de sua autoimagem, como familiares e conhecidos íntimos, no caso aqui, um de seus irmãos e seu pai ("incidente com meu irmão que acabou com meu pai.").

A fenomenologia associada à autoconsciência fenomenal em episódios imagéticos é de alta filigrana experiencial, as imagens que mediam a autofocalização são vivenciadas dotadas de atributo cinético ou movimento:

EPF9

"E: As imagens que apareceram durante sua experiência de auto-observação eram imóveis como as imagens das fotografias ou elas tinham movimento como as imagens que aparecem no cinema ou na televisão?

P: *Tinham movimento.*

E: Todas elas?

P: *Todas!*

E: Em todas as cenas que você relatou *elas tinham movimento?*

P: *Hum rum."*

As imagens do *self*, tanto as autoscópicas quanto as da rede de autorrepresentações no campo do *self* (pai, mãe, irmãos, ambiência familiar) além de serem imagens cinéticas como as imagens dos filmes, o que seria esperado de um indivíduo adulto cujo desenvolvimento das construções imagéticas já ultrapassou o nível das representações estáticas para as cinéticas ou dotadas de movimento (PIAGET; INHELDER, 1977), são todas também dotadas de cor em gama variegada de composições que replicam os objetos sendo aí figurados:

EPF10

"E: As imagens que apareceram durante sua experiência de auto-observação eram coloridas ou não pareceram ter cor?

P: Coloridas.

E: Todas coloridas?

P: Hum..."

Cinética, complexidade composicional e colorido são as marcas das visualizações que constroem os estados de autoconsciência fenomenal da participante. Tal complexidade se estende para além do campo da imageria cognitiva, na forma de composições de alta ordem envolvendo o que Nascimento (2008) apontou como representações transmodais, que enlaçam em arquiteturas cognitivas complexas mais de um nível ou regime de codificação cognitiva, a saber, neste caso do EPF11, composições cruzadas de episódio de fala interna e imagem mental:

EPF11

E: Certo. As imagens que apareceram durante sua experiência de auto-observação eram silenciosas, ou se acompanhavam de algum tipo de fala? Se elas se acompanhavam de algum tipo de fala, a fala era das personagens ou parecia ser de sua mente, ou seja, você própria ‘falando’ e não as personagens que foram visualizadas?

P: *Eu mesma.*

E: Desculpa?

P: Eu mesma.

E: Você mesma. Tá ótimo.

P: Eu acho. (risos)

E: *Do seu pensamento, não é isso?*

P: *Ham ram.”*

Com bom humor (“Eu acho. (risos)”), mas prenhe de convicta certeza e indubitabilidade, Nina reconhece no fluxo de sua experiência autoconsciente a emergência de objetos da cognição fenomenal que são híbridos de imagem mental e fala interna, sendo as imagens representações visuais do próprio *self* (“Eu mesma.”), e enlaçadas a uma produtividade cognitiva linguageira na forma de pensamento verbal, aporte fenomenal de fala interna, e consequente hibridismo com imagem mental, que é identificado e confirmado pela participante (“Ham ram.”).

A autoconsciência por ser um processo cognitivo de alta ordem, capitaneia uma rede de representações da memória dos atores familiares, os quais dão suporte à interação com o *self* durante o estado de autoconsciência fenomenal na forma de diálogos do *self* com esses personagens, neste caso, de teor dramático e conflitivo, em que o *self* se captura na situação existencial presente e constrói informação sobre si a ser usada em episódios de autoprocessamento cognitivo futuro (MORIN, 2005), como se depreende do conteúdo do EPF12:

EPF12

E: Mas só pra eu tirar uma dúvida, *você se via em todas as imagens*, não é isso?

P: *Hum rum.*

E: *E viu também outras pessoas, né?!*

P: *Hum rum.*

E: No caso, seu pai e seu irmão. *Mais alguma pessoa que você viu durante* (interrompido pelo sujeito)

P: *Minha mãe e meu outro irmão.*

E: Sua mãe e seu outro irmão. Em qual dessas cenas, *você pode me dizer?*

P: Na primeira.

E: Na primeira. Então, *você viu aqui sua mãe também e seu irmão. Então, nesse outro aqui se estava brigando com irmão, que era o outro irmão.*

P: *É isso mesmo."*

No enredo fílmico construído pelo *self* durante a tarefa de auto-consciência de um (1) minuto de duração, Nina se captura na forma de relações e interações comportamentais e discursivas codificadas imagetivamente (MORIN, 2004), em que todos os personagens do drama familiar puderam ter vez e voz, adicionando camadas de significados relacionados à posição do *self* nessa configuração familiar de vínculos fraturados. Cada personagem visualizado junto ao *self* presentifica uma gama de vínculos e problemáticas específicas nesse drama que figura o autoconceito da participante (BUSS, 2001; JAMES, 1890/1950), quer seja a genitora ("Minha mãe e meu outro irmão."), o genitor ("Hum rum.") e demais membros da fratria – os dois irmãos ("É isso mesmo.").

O teor dramático e penoso desse conteúdo vivenciado durante autofocalização, se intensifica pelo nível de vividez e detalhamento em que tais imagens comparecem à visualização interior, como indicia a análise fenomenal do EPF13:

EPF13

“E: As imagens que apareceram durante sua experiência de auto-observação eram vívidas ou não? Qual grau de clareza e vividez que essas imagens tinham como elas apareceram na sua observação? Vou citar cada uma das imagens que você me relatou e você me dirá o grau de clareza e vividez de cada uma delas conforme a seguinte marcação nesta escala aqui feita. Por exemplo, o zero significa que eu pensei sobre alguma coisa, mas eu não vi essa coisa. Estava apenas pensando sobre ela. Aqui, eu já vejo essa coisa, né?! Mas vejo de forma muito vaga, sem vividez, sem clareza. Aqui, eu já vejo com um pouco mais de vividez e clareza. Aqui, eu já vejo com alguma vividez e com bastante clareza. E aqui, com vividez e clareza absoluta. Então, a gente tá indo do zero, né?!, até o quatro que seria o máximo de detalhamento, de... De possibilidades de observação dessa imagem.

P: Tá certo.

E: Tu entendeu então?

P: Hum rum.

E: Certo. É... A primeira, aqui, é você brigando com seu pai e, tem também na cena, tem sua mãe e seu irmão. *Qual o grau de vividez que você atribuiria a essa cena?*

P: Três.

E: Três. A segunda é você brigando com seu outro irmão.

P: Dois.

E: E, posteriormente com o pai. Dois. A terceira cena foi você brigando com seu pai.

P: Três.

E: Desculpa?

P: Três.

E: Três. A quarta aqui é você brigando com seu pai querendo ser socorrida diante de uma crise nervosa.

P: Três.

E: Três. E a última, é você brigando com o pai, aqui no final, então é a mesma| (interrompido pela participante)

P: Quatro.

E: Certo. Quatro. Quatro. OK.”

Neste momento da aplicação do EFEA-V, o uso do Mapa das Mediações Cognitivas em que consta o registro do nível de vividez das imagens mentais tal como mensurados em escala Likert de 5 pontos (do 0 a 4), tem o objetivo de dar melhor plataforma de expressão para a participante para esclarecer na entrevista a qualidade de apreensão cognitiva dessas imagens da mediação da autoconsciência (ver NASCIMENTO, 2008). A rica fenomenologia visual se detalha pelo nível expresso por Nina de vividez das cenas visualizadas, em que apenas uma delas – a segunda – recebeu o nível 2 (“você brigando com seu outro irmão”), as demais todas exibindo boa qualidade de apreensão cognitiva e detalhamento de sua fenomenologia associada, indo de níveis 3 (“você brigando com seu pai querendo ser socorrida diante de uma crise nervosa”) a 4 (“você brigando com o pai, aqui no final, então é a mesma”) na expressão da vividez.

Fala interna e Imagem mental suportam a emergência de conteúdos fenomenais da autoconsciência, outro elemento também se fez presente, a saber, os sentimentos.

Sentimentos

Sentimentos são experiências afetivas subjetivas, avaliativas, e independentes de imagens, pensamentos ou sensações que os evocam. Tem qualidades fenomenais independentes, e passíveis de discriminação cognitiva (por exemplo, distinguir-se a tonalidade afetiva do medo de sua especular da raiva). São parte componente da estrutura da experiência interna (ver HEAVEY; HURLBURT, 2008), e como elemento experiencial, estão engajados na atualização da autoconsciência fenomenal (NASCIMENTO, 2008). O exame introspectivo efetuado pela participante a permitiu entrar em contato com uma gama de sentimentos conscientes, como evidencia o EPF14:

EPF14

“E: Qual foi a frase?

P: (risos) É muito estranho! Que *eu estou triste!*”

A auto-observação operacionalizada pela fala interna permitiu a (re)descoberta do lastro afetivo que compõe integralmente o estado autoconsciente, o que causa espanto na participante (“É muito estranho!”) e a permitiu discriminar a componente e a identificar, atribuindo-lhe um rótulo cognitivo através da nomeação do sentimento, o qual se torna preciso e passível de melhor experiência (MORIN, 2004), fazendo Nina encontrar-se em estado de profunda e pervasiva tristeza (“Que eu estou triste!”). Todavia, mesmo a dimensão afetiva da autoconsciência fenomenal não é vivenciada de modo unitário, mas sim, como um complexo multidimensional de expressões afetivas múltiplas, a que se agrega também outro poderoso sentimento – a raiva:

EPF15

“P: Eu estou com ... *estou triste e com raiva ... Isso me deixa com raiva...*”

O estado de autoconsciência fenomenal vivenciado sob a égide de perturbadoras lembranças de fatos recentes mergulha Nina na revivência de fortes expressões afetivas dolorosas, associadas a imagieria de cenas em que a mesma se revê passando mal, e o afeto é revivenciado nessa rememoração:

EPF16

E: OK? A primeira é a inicial, a outra é com seu irmão, uma cena 3. A quarta, tinha alguma coisa que diferencie dessas outras? Tinha algo especial aqui pra essa cena?

P: [...] Eu *me sinto extremamente mal* quando eu fico no meu auge, (inaudível) assim, eu sou asmática, tenho várias... Fortes dores no peito. Assim, eu fico sem ar e tal. Eu me lembro passando mal.

Sentimento aversivo na forma de mal-estar tanto rememorado (“Eu me lembro passando mal.”) quanto atualizado no ato cognitivo de rememorar durante introspecção autoconsciente (“Eu me sinto extremamente mal”) tornam o estado autoconsciente atravessado de expressões dolorosas de sentimento, que sobrecarregam a cognição durante o autoescrutínio na tarefa de autoconsciência, e causam afetação sobre o corpo, débil por enfermidades recentes, como tematiza o EPF17:

EPF17

“P: Nesse momento, *eu tô exausta!*

E: Hum rum.

P: E isso faz, né?! *Faz parte do corpo.*”

O acercamento fenomenal oportunizado pela entrevista EFEA exige um refinamento dos processos reflexivos, notadamente da focalização da atenção e discriminação interna das entidades fenomenais introspeccionadas, tal exercício cognitivo traz um ônus de gasto de energia mental e de fadiga cognitiva percebida na interação em curso com o pesquisador/entrevistador (“Nesse momento, eu tô exausta!”), com repercussões sobre as autopercepções físicas

do corpo próprio (“E isso faz, né?! Faz parte do corpo.”). No entanto, a exaustão percebida não é apenas efeito iatrogênico da autoinspeção, mas agudizada por esta a partir de um excedente de trabalho mental nos dias antecedentes à coleta de dados da entrevista, em que a participante se percebe tocada nesse momento do tempo por uma gama de expressões afetivas de valência negativa:

EPF18

“P: Ah, eu tô péssima! (risos) Eu tô extremamente perturbada, preocupada”

A autofocalização instrumentada pelo EFEA permitiu a tomada de consciência por Nina da tessitura complexa dos sentimentos que pervadem a sua autoconsciência fenomenal, em que além da tristeza e raiva, mesclam-se avaliações de estado de bem-estar (“eu tô péssima!”), desorganização psicológica crescente e cronificação de pensamentos ruminativos e de preocupação (“Eu tô extremamente perturbada, preocupada”), evidenciando complexas interações entre afeto e cognição durante estado autoconsciente, e uma complexidade ainda desconhecida de organizações afetivas associadas a esse estado (NASCIMENTO *et al.*, 2020).

Expressões afetivas de caráter mais situacional como a raiva e sentimentos de mal-estar foram encontradas ladeadas por outras expressões mais estáveis e duradouras no tempo como juízos de humor, como identifica-se no EPF19:

EPF19

“E: Então, que nome você daria a esse... Ao teu humor hoje? Hoje.

P: Tem?

E: Tem um nome isso? Tá alegre, triste, tá melancólica. Que nome você daria?

P: *Triste.*

E: *Triste.*

P: *Pensativa."*

A participante alcança uma maior compreensão de seu momento interior ao através de palavras circunscrever um estado subjetivo afetivo complexo (MORIN, 2004) composto de notas diversas como “Triste.” e “Pensativa.”, denotando um estado de recolhimento interior e autoconsciência, de busca de si em sua interioridade, na qual essa inquirição reflexiva é mediada por fatores cognitivos como a direção do autofoco voltado aos próprios pensamentos (“Pensativa.”), mas sobretudo pela energética do humor de valência negativa – a tristeza. De tudo o identificado dos sentimentos, faz-se notar ainda uma incidência de expressão afetiva desconfortável durante toda a entrevista, motivada por um juízo sobre desejabilidade social, como vê-se no seguinte episódio:

EPF20

“E: Durante todo o tempo do experimento, você sentiu algum tipo de desconforto mental? Se sim, qual?

P: Hum rum. *O fato d’eu tá compartilhando uma coisa não muito simpática (risos) não muito agradável.*

E: Você se sentiu mal por isso?

P: Hum rum.”

A participante, ciente dos ditames de sua cultura de pertença, expressa desconforto por estar compartilhando fatos desagradáveis reveladores das tensões familiares com pai e irmãos (“não muito agradável.”), revelando assim vergonha por estar quebrando uma expectativa social. A desejabilidade social refere-se a tendências de distorção de autorrelatos para exibir padrão mais favorável, negando, ou dificultando o acesso ao pesquisador a traços e

comportamentos socialmente considerados indesejáveis (GOUVEIA *et al.*, 2009).

O fato de estar imersa num estado de autofocalização torna Nina mais sensível aos *standards* de sua cultura, e ela percebe-se faltando com o decoro social, em que seria considerado mais adequado omitir de estranhos a vida familiar (“O fato d’eu tá compartilhando uma coisa não muito simpática”), e comunicar apenas aspectos mantenedores de uma imagem favorável de si e de seu enclave familiar. A participante toma consciência desse desconforto e o justifica com razões de adequação social.

Em síntese, o exame estrutural do estado de autoconsciência fenomenal revela ser o mesmo urdido com elementos fenomenais ligados a episódios de fala interna, imagem mental e sentimentos. Esses elementos, todavia, tem um devir acontecimental, num fluxo dinâmico, composicional-sintético e construtivo de experiência, que urge ser desvelado por uma abordagem complementar: o exame de sua Dinâmica.

Análise Dinâmica

O foco de uma análise dinâmica é recuperar narrativamente os aspectos construtivos, de fluxo e síntese fenomenal, e transformações da experiência autoconsciente, e reconstruir a partir disso o sentido global do estado experiencial vivido, formalizando ao final numa síntese fenomenal da experiência em estudo. Interativamente, com apoio do entrevistador, Nina realiza o primeiro acercamento total da experiência autoconsciente vivida durante um (1) minuto num relato global sintético inicial:

EPF21

[Relato inicial]

“P: Primeiro, eu tentei organizar o que era pra observar: aspecto físico, emocional ou psicológico. (risos)

E: Hum rum.

P: E... Depois, eu fui destrinchando. Eu acho que eu tô rompendo as minhas armaduras... (risos)

E: É?

P: É isso."

A análise fenomenal do EPF21 revela o esforço de auto-organização da participante durante a tarefa de autoconsciência, em que ela lança mão de processos de autorregulação cognitiva para trabalhar o que lhe foi proposto, isto é, prestar atenção a si mesma (ver NASCIMENTO, 2008). Observa-se que um plano de ação mental é desenvolvido na forma de introspecção sistemática de conjuntos de autoaspectos salientes no momento ("Primeiro, eu tentei organizar o que era pra observar: aspecto físico, emocional ou psicológico."), e uma abordagem metódica aos mesmos ("Depois, eu fui destrinchando."). Esse trabalho cognitivo complexo é relatado em breve síntese com acento em seu sentido global ("Eu acho que eu tô rompendo as minhas armaduras...").

A participante interativamente com auxílio do entrevistador reconstrói o *modus operandi* de sua ação de introspectivamente mergulhar no estado autoconsciente disparado pelo procedimento fenomenal EFEA, e circunscreve os planos temporais em que sua introspecção foi agenciada:

EPF22

"E: Fora isso aqui, Nina, essa frase, alguma outra palavra ou frase apareceu, dentro desse um minuto?

P: Não. Porque metade do minuto eu fiquei pensando no que era que eu tava pensando. (risos)

E: Certo. OK. Então, durante o primeiro momento da experiência não lhe ocorreu nada não? Você tava procurando algo em que (interrompido pelo sujeito)

P: É... Eu tava procurando saber porque que era no, sabe? Em que ponto.

E: Certo. Então, foi uma espécie de vazio mental, apenas estava procurando pensar em alguma coisa, sem pensar efetivamente, é isso?

P: Não, eu tava tentando entender a sua pergunta. Até pra poder lhe dar uma resposta mais objetiva.”

A dinâmica do estado autoconsciente começa a ser revelada na interação com o pesquisador, em que no início do tempo da tarefa a participante elabora o sentido da instrução (“eu tava tentando entender a sua pergunta”) baseada em real envolvimento e motivação com a tarefa (“Até pra poder lhe dar uma resposta mais objetiva.”). Grande parte do tempo da tarefa foi usado para fazer sentido do procedimento fenomenal, construir um plano de ataque à solicitação e buscar apoios concretos na experiência atencionada para construir sua resposta fenomenológica (“Eu tava procurando saber porque que era no, sabe? Em que ponto.”). Em metade do tempo Nina lança mão de recursos metacognitivos (MORIN, 2005) para executar o autoescrutínio cognitivo de seu estado autoconsciente (“metade do minuto eu fiquei pensando no que era que eu tava pensando.”), até que entendida a tarefa, e ativados os recursos metacognitivos de pensamentos de alta ordem (KRIEGEL, 2006), a participante percebe no fluxo da experiência o advento dos primeiros elementos fenomenais na segunda metade do tempo, a saber, as imagens, como evidencia o 23º episódio fenomenal:

EPF23

“E: Eu só queria saber uma coisa, quando eu pedi pra você fechar os olhos e começar a se auto-observar, teve um período em que você estava procurando o que pensar e, nesse período, não localizou frase nem imagem.

P: Hum rum.

E: Depois que essas coisas aconteceram, não é?

P: Hum rum.

E: *O que foi que apareceu primeiro?*

P: *As imagens.*

E: *As imagens que apareceram primeiro.*

P: *E a frase foi a conclusão.*

E: *Essa frase foi a última ocorrência?*

P: *Hum rum."*

Nesse ponto da entrevista EFEA, o fluxo fenomenal começa a ser finalmente desvelado e reconstruído, e a sequência de ocorrências fenomenais localizada e ordenada numa narrativa temporal em que primeiro advieram os esforços de produção de sentidos da tarefa, o uso de recursos metacognitivos para localizar introspectivamente o que estava sendo solicitado, até o advento das primeiras espécies fenomenais ("As imagens."; "As imagens que apareceram primeiro."), e o fecho da experiência na forma de episódio de fala interna ("E a frase foi a conclusão").

Todavia, a sequência levantada ganha contornos mais precisos, ao se evidenciar na entrevista que em algum momento das visualizações internas ocorreu uma síntese entre espécies fenomenais distintas, e os episódios de fala interna se sobrepuseram fenomenalmente às imagens mentais visualizadas, como detalha o 24º episódio fenomenal:

EPF24 (┌ ┘ = sobreposição de turnos de fala)

"E: ...quando essa frase foi ouvida na sua mente, ┌ você tava vendo alguma imagem? ┘

P: ┌ Eu estava vendo imagens ┘

E: E você sabe me dizer qual delas? Porque, pra mim, é tudo muito parecido porque todas elas são você brigando com o pai.

P: ┌ Ah, mas eu te contei, são flashes, eu acho. ┘

E: ┌ Mas pra você não ┘, porque você é capaz de diferenciar todas elas, não é?

P: Hum rum.

E: Que você as viveu. Tu sabe [sic] dizer mais ou menos qual foi a imagem que tava acontecendo junto com essa frase?

P: Todas. Elas tavam sendo processadas juntamente.

E: Então, eram muito rápidas, é isso?

P: É.

E: Foram grandes flashes, assim. À medida que eu tava pensando isso e elas estavam todas acontecendo.

P: Hum rum.”

O episódio fenomenal analisado acima revela a rica fenomenologia da autoconsciência fenomenal, em que o ciclo narrativo das imagens mentais se dá na forma de sucessão muito rápida de cenas na forma de flashes (“mas eu te contei, são flashes”), os quais conformam um pano de fundo experiencial para o advento de um comentário complementar às cenas na forma de frases proferidas interiormente, em discurso interior (“A medida que eu tava pensando isso [as frases] e elas estavam todas acontecendo.”). A dinâmica interativa da entrevista EFEA permitiu a reconstrução do fluxo da experiência interna autoconsciente ser realizada com precisão (ver NASCIMENTO, 2008), e a concomitância dos elementos fenomenais linguageiros e imagéticos se estabelece com segurança (“Todas. Elas tavam sendo processadas juntamente [com a frase].”).

A própria potência da introspecção e precisão de sua conscientização (NASCIMENTO; PAULA; ROAZZI, 2020) são postas em relevo durante a entrevista EFEA:

EPF25

“E: Você experimentou tudo com nitidez e clareza ou em algum momento a experiência de auto-observação aconteceu de forma nebulosa e vaga?

P: A partir do momento que eu não sabia o que pensar, eu... (interrompido pelo entrevistador)

E: Certo. Mas quando as imagens apareceram? ... São claras?

P: É: Até pelo fato de serem recentes.”

Revela-se um itinerário de crescente precisão de (re)construção da experiência em que a vividez e clareza progressivamente se estabelecem, indo de menor patamar no início da tarefa (“A partir do momento que eu não sabia o que pensar”) até o momento de experimentação vívida das visualizações internas, vivenciadas de modo claro e vívido, tal como ratificado pela participante (“É: Até pelo fato de serem recentes.”). O aprofundamento da análise dinâmica levanta indícios robustos da fidedignidade com que o EFEA e sua abordagem fenomenal de base eliciam acercamento fiel da fenomenologia interior da autoconsciência fenomenal, e consequentemente o incremento de validade interna do experimento fenomenal (MAGALHÃES; NASCIMENTO; ROAZZI, 2019; NASCIMENTO; PAULA; ROAZZI, 2020) e dos métodos em 1ª pessoa para acercamento fidedigno da experiência (HURLBURT *et al.*, 2017; HURLBURT; SCHWITZGEBEL, 2007; HURLBURT; HEAVEY; KELSEY, 2013) e autoexperiência (NASCIMENTO, 2021).

O foco da perscrutação fenomenal efetuada interativamente pelo pesquisador recaiu também sobre os aspectos construtivos da experiência, os modos como diversos elementos encontrados na análise estrutural se reuniram numa síntese peculiar no estado de autoconsciência fenomenal em tela, o 26º episódio traz importantes esclarecimentos nesse vértice investigativo:

EPF26

“E: Hã:n?! OK. Essas imagens foram imagens isoladas e sem conexão umas com as outras ou elas pareciam estar ‘unidas’ por um enredo? Elas pareciam estar contando uma pequena história, ou seja, tinham um ‘início-meio-e-fim’ ou não pareciam ter conexão umas com as outras?

P: Tinham conexão.

E: Certo. Você pode dizer qual? Qual conexão que uniria cada uma dessas imagens?

P: [...] Qual?

E: É. *O que uniria essas imagens?*

P: [...] *A raiva, a tristeza, a explosão de emoção, o fato d'eu me sentir desprotegida sem as minhas muralhas...*

E: É como se fosse um grande enredo tendo momentos.

P: Hum rum."

O campo fenomenal tornou-se um símbolo do momento existencial de Nina, os elementos fenomenais mostram-se articulados em teias de significados precisos (PAULA; NASCIMENTO, 2018), revelando e detalhando para a própria participante o que lhe vai em sua interioridade, a percepção do *self* sobre si mesmo: um *self* tomado de fortes expressões afetivas de valência negativa ("A raiva, a tristeza, a explosão de emoção"), que nuançam visualizações internas em que todas elas rememoram cenas recentes de conflitos familiares, sendo essa a conexão de sentido que as enlaça na experiência ("Tinham conexão."), e que se traduzem num sentido global do estado autoconsciente fenomenal nucleado a um juízo avaliativo próprio aos estados de autofocalização (DUVAL; WICKLUND, 1972) sobre a situação presente do *self* ("o fato d'eu me sentir desprotegida sem as minhas muralhas...").

No 27º episódio analisado, o sentido das espécies fenomenais emergentes na experiência na relação com o *self* se precisam ainda mais:

EPF27

"E: Né?! Durante esse um minuto você viu 5 episódios, 5 cenas. Então, a pergunta é: como quais são as relações que essas imagens têm com você?

P: [pausa média] Assim, *você pedia pra mim falar de mim, né?! Eu falei, assim, eu pensei como você pedia as coisas que primeiro vieram na mente e tô explicando que foram as mais recentes.*

E: Perfeito.

P: Mas como me encontro nessa confusão de, sabe? De sair de casa e tal...

E: *Você então falou do seu momento.*

P: *Hum rum."*

O conteúdo do campo fenomenal, bem como as articulações de sentido, tecidas entre seus elementos, revelam-se à luz da navegação pessoal do *self* no tempo (STERNBERG; SPEAR-SWERLING, 1998; MARTINS *et al.*, 2019), em foco, o tempo recente, dos últimos acontecimentos dolorosos (“tô explicando que foram as mais recentes.”). A eficácia do procedimento EFEA em acessar o campo fenomenal da experiência interna imediata (NASCIMENTO; PAULA; ROAZZI, 2020) se traduz no acercamento relatado pela participante daquilo que lhe adveio em estado de imediaticidade (ver NASCIMENTO, 2008), sem escolha ou viés interpretativo (“você pedia as coisas que primeiro vieram na mente”), acercando um momento global da consciência, seu aspecto unitário sintético, nucleado ao sentido (PAULA; NASCIMENTO, 2018), nesse caso, o momento imediato de Nina, seus conflitos familiares e desejo de sair para uma moradia própria (“me encontro nessa confusão de, sabe? De sair de casa e tal...”).

Nota-se a precisão do roteiro fenomenal EFEA em oportunizar o acesso ao que vem na experiência imediata no campo da autoconsciência fenomenal, àquilo que de imediato aparece e ocupa o fulcro da experiência e foco atencional:

EPF28

“P: Não. Acho até pelo fato de estar recente, sabe? E *todos os meus pensamentos estão voltados pra isso.*”

A entrevista EFEA com Nina revelou um *self* voltado aos próprios pensamentos, a pensar sobre si, seu estado situacional atual e caminhos de libertação e crescimento, esse prestar atenção a si sendo a bússola construtiva da experiência interna da participante (“todos os meus pensamentos estão voltados pra isso.”), aspecto hipotetizado na teoria da autoconsciência fenomenal de Nascimento (2008; 2021) em sua elaboração da autoconsciência fenomenal mediando a síntese da experiência interna do *self*, conforme detalhou-se no marco teórico do presente estudo.

Evidências tanto fenomenais quanto psicológicas (ver CHALMERS, 1996) se elencam para corroborar os *insights* da teoria da autoconsciência objetiva, a saber, que a cognição autoatentiva ou autorreferencial é sobretudo um processo avaliativo do *self* sobre si mesmo (DUVAL; WICKLUND, 1972), estar autoconsciente é se comparar com *standards* sociais e balizar condutas, inclusive as agenciadas durante uma pesquisa psicológica (ver DUVAL; SILVIA; LALWANI, 2001), como se observa no último dos episódios fenomenais analisados nesse estudo, o EPF29:

EPF29

P: Você vai dizer que *eu sou louca!* (risos)

E: Não.

P: Que *eu sou patética!* (risos)

E: Não, eu vou dizer que você é humana! Você teve conflitos com pessoas, inclusive, você teve com as pessoas mais significativas de sua vida. Sabemos que a figura paterna é uma figura muito catalizadora. Tudo bem, não se preocupe, não.”

Nina, ao fim da entrevista de exploração da fenomenalidade da autoconsciência, espontaneamente comunica ao pesquisador juízos negativos sobre si mesma, em que considera-se de algum modo desviante da norma social, do que seria socialmente adequado de ser dito, partilhado, comunicado a outrem não-familiar

(“Você vai dizer que eu sou louca!”; “Que eu sou patética!”), reiterando o estatuto eminentemente aversivo da autoconsciência, tal como postulado pela teoria da autoconsciência objetiva de Duval e Wicklund (1972). O protocolo fenomenal EFEA, por ser interativo e dialógico (NASCIMENTO, 2008; 2021; NASCIMENTO; PAULA; ROAZZI, 2020), permite que em momentos pontuais da interação o pesquisador se constitua em fator de desenvolvimento cognitivo, ao não ratificar os juízos de Nina sobre si mesma de ser louca e patética, e devolver comentário na forma de avaliações refletidas sobre o *self* (ver MORIN, 2004) que acolhe com benevolência sua fragilidade, contradição, ou mesmo escuridade e zonas de profundo mal-estar, ressaltando, ao invés, sua humanidade (“Não, eu diria que você é humana. ... Portanto, se preocupe não.”).

Considerações finais

Chegado a termo com o relato da pesquisa, o estudo cumpriu seu objetivo de acerrar e descrever a fenomenologia de estado autoconsciente em parâmetros de vigília, explicitando as dimensões estruturais e dinâmicas construtoras da Autoconsciência Fenomenal.

A escolha da modalidade de pesquisa calcada no estudo de caso foi heurística ao desvelamento das espécies fenomenais e seus entrelaçamentos na autoexperiência da participante Nina, pelo que o estudo de caso único ($N=1$), por se constituir numa unidade orgânica para a observação (YIN, 2015), propicia um mergulho em profundidade em seus elementos arquiteturais e funcionais, num exercício rico de ao tempo em que se testam hipóteses da teoria de base, novos *insights* e achados de análise fenomenal permitem a formalização de novas hipóteses, para edificação da teoria.

Estudos de caso tem longa tradição enquanto modalidade teórica em psicologia, são bem conhecidos o estudo de caso de Freud com os próprios sonhos (FREUD, 1900/1976), o diálogo imaginativo originado com o confronto com o Inconsciente registrado no Livro Vermelho de Jung (2009); e no campo da pesquisa contemporânea da consciência, o autoexame das experiências sob inebriação com Ayahuasca de Shanon (2003b), e estudos de caso fenomenais na área

da experiência interna (ver KRUMM; HURLBURT, 2021; HURLBURT; SCHWITZGEBEL, 2007; NASCIMENTO *et al.*, 2022; NASCIMENTO *et al.*, 2020).

O mergulho em profundidade propiciado pelo EFEA na autoexperiência de Nina trouxe uma recolha importante de informações sobre a organização e dinâmica da autoconsciência fenomenal, com potencial muito heurístico para corroboração e edificação da base empírica da teoria de Nascimento (2008; 2021).

A autoconsciência fenomenal é um estado da mente e da consciência complexo, em que conteúdos mentais diversos tem grande protagonismo, nesse estudo, três elementos revelaram-se fundamentais na síntese construtiva da autoconsciência fenomenal de Nina: fala interna, imagem mental e sentimentos.

No campo fenomenal da autoconsciência de Nina, a mesma vivenciou sua autoapreensão alicerçada em série de visualização interior, episódios fenomenais emergentes da mediação cognitiva por imagem mental, que permitiram à participante revisitar situações recém-vividas de conflito familiar, e extrair conclusões sobre sua situação existencial no presente.

Autoaspectos de Nina foram visitados por caminho cognitivo adicional, na forma de autoproferições silenciosas, comentários do *self* sobre as cenas visualizadas na experiência, sendo tais momentos de fala interna vivenciados em fenomenologia muito pessoal, na forma de autorreconhecimento dessa voz interior como sendo a sua própria (do si mesmo), com expansão da significação da experiência pelo agregar dos rótulos semânticos do discurso interior (ver MORIN, 2005; KRIEGEL, 2006).

A autoconsciência fenomenal de Nina em sua instanciação se coloriu de uma gama de espécies não-representacionais, a saber, elementos afetivos, reconhecidos como tristeza, raiva, apreensão, preocupação, etc., os quais constituem um discurso per si, além dos símbolos do *self* visuais e/ou linguageiros, contornando a autoexperiência de uma aura de intensidade e coloratura emocional que adensa a experiência interna relacionada ao autofoco.

Cabe salientar, a complexa fenomenalidade instanciadas por essas três espécies fenomenais citadas, a saber, que as mesmas em

cada momento de sua adveniência tiveram caracteres de vivacidade, cor, cinética, e estrutura compósita em cenas no caso das imagens mentais, e organização frásica complexa, em primeira pessoa, com estilo e discursividade reconhecidas pela participante como sendo expressões de seu si mesmo (*self*), e tais fenomenologias peculiares, molduradas por tonalidades afetivas com elos semânticos (de significado) com cada ocorrência fenomenal relatada, quer de imagem, quer de discurso interior.

Os elementos mencionados se tornam índices empíricos da fenomenalidade anunciada para o autofoco pela teoria da autoconsciência fenomenal (NASCIMENTO, 2008; 2021); outros índices robustecem o postulado pela teoria, indo-se de aspectos estruturais para os dinâmicos na autoexperiência de Nina, a saber, que a autoconsciência fenomenal enquanto parâmetro ativo da experiência do *self*, entretece as espécies fenomenais encontradas em configurações híbridas e/ou concomitantes de experiência interior como as relatadas em estudo anterior por Nascimento (2008), numa complexidade dinâmica crescente, indo de substituições de elementos no tempo (de imagens mentais a fala interna), superposições (sentimentos com visualizações internas), a uma ressonância de conjunto dos elementos advenientes sob a égide do significado, o sentido global do estado autoconsciente, seu arremate.

Os achados da presente pesquisa dialogam profundamente com o conhecimento da psicologia sobre a experiência imediata, as visualizações interiores foram reconhecidas por Wundt e Titchener (SCHULTZ; SCHULTZ, 2017; FIGUEIREDO; DE SANTI, 2022), Jung (2009; ver também SHAMDASANI, 2005), Shanon (2003b), Hurlburt (ver HURLBURT; HEAVEY, 2001; HEAVEY; HURLBURT, 2008) e Nascimento (2008; 2021); a fala interna era conhecida desde Platão, também por Descartes e mais próximo ao tempo da Modernidade, por Anthony Ashley Cooper (NASCIMENTO, 2008), como também sua presença foi corroborada por investigações em paradigmas recentes de estudo da experiência interna, na amostragem temporal da experiência (HURLBURT; SCHWITZGEBEL, 2007; HURLBURT; HEAVEY; KELSEY, 2013) e microfenomenologia (PETITMENGIN;

REMILLIEUX; VALENZUELA-MOGUILLANSKY, 2019), e o próprio paradigma EFEA, em estudos prévios (NASCIMENTO, 2008; NASCIMENTO *et al.*, 2022), os quais encontraram também entre os elementos fenomenais os sentimentos e dinâmica afetiva ladeando ocorrências de fala interna, e visualizações internas.

O estudo permitiu aproximação rigorosa à estrutura do estado autoconsciente, trazendo informe rico sobre sua dinâmica e transformatividade temporal. Autoconsciência fenomenal é fluxo de autoexperiência, o que reitera as percepções clássicas de James sobre a consciência e o *self* (ver JAMES, 1890/1950). O estado autoconsciente é dinâmico, criativo, e autopoietico, em que a partir de processos cognitivos mediadores como fala interna e imagem mental, precipitam-se arranjos sempre pontuais de arquiteturas experienciais, sempre desfazendo-se, recompondo-se, transfigurando-se no fluxo da experiência, havendo, todavia, uma síntese global que configura a autoconsciência fenomenal enquanto um holos experiencial, dotado de estrutura e significação, sendo precisamente o sentido, o arremate das arquiteturas fenomenais que perpassam no foco da atenção durante a experiências. Este aspecto construtivo da consciência e da mente, já ressaltado por Wundt com seu conceito de apercepção (ver SCHULTZ; SCHULTZ, 2017; FIGUEIREDO; DE SANTI, 2022), carece ao presente de melhor documentação fenomenológica, de que este estudo é uma iniciativa auspiciosa.

A temporalidade da autoconsciência e da autoapreensão, o fato de que é um estado da consciência que se dá no tempo no interjogo das mudanças e transformações (SHANON, 2003a), foi aspecto tocado no estudo, e que sugere estudos adicionais para sua completa documentação e elucidação teórica.

Alguns outros aspectos ensejam estudos futuros usando-se a perspectiva ora empregada, do paradigma EFEA (NASCIMENTO, 2021): a qualidade experiencial das espécies fenomenais, o que lhes confere vividez, precisão, caráter noético e escopo de significação; as relações entre o nível de complexidade das arquiteturas fenomenais advenientes, e o desenvolvimento cognitivo e da própria autoconsciência; a elucidação de fatores modeladores do conteúdo

emergente, como situações cotidianas recentes, estados físicos relacionados a saúde/doença, incapacidades e impedimentos sensoriais; estrutura e conteúdo do campo fenomenal da autoconsciência na relação com estilos cognitivos, se imagista ou linguageiro; existência de perfis estruturais e dinâmicos de autoconsciência fenomenal, e sua imbricação à disposição ao autofoco, se ruminativo, reflexivo, ou misto; a estrutura do campo fenomenal e figurações da autoconsciência fenomenal em estados da consciência em parâmetros alterados, que induzidos por psicoativos, ou espontâneos, ou no âmbito de psicopatologias; entre muitas outras questões, que os achados da presente pesquisa suscitam.

Sobretudo, ressalta-se o aspecto ideográfico, com foco na descrição da fenomenalidade da autoconsciência (NASCIMENTO; PAULA; ROAZZI, 2020), se por um lado propicia ricas descrições e recolha de aspectos de interesse para o fazer teórico, com reverberações desejáveis para melhorias e refinamentos da teoria da autoconsciência fenomenal, todavia, suscitam também questões consoante à generalização, fidedignidade e validade (MAGALHÃES; NASCIMENTO; ROAZZI, 2019), que o escopo do presente trabalho não permite serem tratadas. Todavia, há que salientar que estudos de casos triangulados, a partir de três respondentes, otimiza substancialmente o estatuto da generalização conforme indicação de Yin (2015).

No entanto, tais inquietações de ordem epistemológica e metodológica (ver CHALMERS, 1996; NASCIMENTO, 2008; OVERGAARD; GALLAGHER; RAMSØY, 2008; HURLBURT *et al.*, 2017) podem inspirar desenhos de pesquisa que, sem deixar o respaldo de epistemologia fenomenal (SACKS, 2017; VELMANS, 2001; 2009; JACKSON, 1986; GRIFFITH; BYRNE, 1996), e perspectiva idiográfica (NASCIMENTO, 2021; HURLBURT; SCHWITZGEBEL, 2007; PETITMENGIN; REMILLIEUX; VALENZUELA-MOGUILLANSKY, 2019), mas que transitem por fazeres nomotéticos em pesquisa, na forma de estudos mistos ou mesmo experimentais com uso de métodos em 1ª pessoa (OVERGAARD; GALLAGHER; RAMSØY, 2008; NASCIMENTO, 2008), visando a contínua edificação da teoria cognitiva da consciência e autoconsciência em modos não-reducionistas,

e não-exclusivamente funcionalistas em termos explanatórios (OVERGAARD, 2006; VELMANS, 2001), em suma, que levem a sério a questão da dimensão fenomenal da mente (GRIFFITH; BYRNE, 1996; KRIEGEL, 2006; CHALMERS, 1996; VELMANS, 2009).

O aspecto mais promissor ocasionado pelo presente estudo é adentrar em território fenomenológico que não tem obtido cidadania teórica nos modelos de autoconsciência em psicologia social experimental e ciências cognitivas (ver DUVAL; WICKLUND, 1972; FENIGSTEIN; SCHEIER; BUSS, 1975; CARVER, 1979; GREENBERG; PYSZCZYNSKI; SOLOMON, 1986; MORIN, 2004). Ao tomar como foco especial de teorização a dimensão experiencial do autofoco, a teoria da autoconsciência fenomenal de forma audaz recupe-ra em movimento único a consciência historicamente escanteada enquanto matéria de exame do paradigma cognitivo conforme defendem autores cognitivistas (ver THAGARD, 1998; GARDNER, 2003; STERNBERG, 2000; EYSENCK; KEANE, 2017), ao mesmo tempo em que inaugura nova ordem de considerações sobre o necessário exame das relações entre a autoatentividade em sua dimensão funcional de performar o autofoco, em sua relação natural à auto-experienciação que a ladeia (NASCIMENTO, 2008).

O estudo em tela alarga a base empírica do modelo teórico de autoconsciência fenomenal proposto por Nascimento (2021; 2008), em constante evolução, e traz uma documentação deveras salutar para a compreensão da organização da autoconsciência fenomenal, em seus eixos estrutural e dinâmico. Uma agenda fascinante de investigação se abre para a autoconsciência, para integração devida na explanação psicológica desse importante processo cognitivo do aspecto mais primacial da reflexividade do *self*, sua capacidade de se autoexperienciar durante autoexame. A trilha percorrida por este estudo fundamentado em robusta metodologia em 1ª pessoa (EFEA) é o ponto de partida de um caminho que se auspicia promissor.

Referências

ANDERSON, Rosemarie. Intuitive inquiry: Inviting transformation and breakthrough insights in qualitative research. *Qualitative Psychology*, v. 6, n. 3, 2019. p. 312.

BARBOZA, José Carlos Costa Mourão. *Fenomenologia da consciência e autoconsciência em estados meditativos em praticantes religiosos e não-religiosos: a questão da mediação cognitiva*. 2017. 133 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Cognitiva) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2017.

BORIES, Tamara L. et al. The effect of self-awareness on the ability to recognize personal motion. *Journal of Human Sport and Exercise*. v. 17, n. 4, p. 882-893, 2021.

BRAUN, Virginia; CLARKE, Victoria. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, v. 3, n. 2, p. 77-101, 2006.

BRUNER, Jerome Seymour. *Acts of meaning: Four lectures on mind and culture*. USA: Harvard university press, 1990.

BUSS, Arnold. *Psychological dimensions of the self*. London: Sage, 2001.

CARVER, Charles s. A cybernetic model of self-attention processes. *Journal of personality and social psychology*, v. 37, n. 8, p. 1251, 1979.

CASTAÑON, Gustavo Arja. Psicologia como ciência moderna: vetos históricos e status atual. *Temas em Psicologia*, v. 17, n. 1, p. 21-36, 2009.

CHALMERS, David John. *The conscious mind: in search of a theory of conscious experience*. New York: Oxford University Press, 1996.

COTT, Christopher; ROCK, Adam. Phenomenology of N, N-dimethyltryptamine use: A thematic analysis. *Journal of Scientific Exploration*, v. 22, n. 3, p. 359-370, 2008.

DAMASCENO, Rodrigo Oliveira. *Relações entre a estrutura dos estados fenomenais e as habilidades visuoespaciais durante a estimulação tátil na atividade de rotação mental em cegos e videntes*. 2015. 172 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Cognitiva) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2015

DAMASCENO, Rodrigo Oliveira et al. *Representação Mental, Experiência e Fenomenologia de Imagens Hápticas durante tarefa de rotação mental em Cegos Congênitos*. In: Alessandro M. do Nascimento (Org.), *Autoconsciência, Consciência e Cognição de Alta Ordem: Perspectivas em Psicologia Cognitiva* [recurso eletrônico]. Recife: Ed. UFPE, 2021. p. 120-165. ISBN 978-65-5962-044-9

DAMÁSIO, António. *O mistério da consciência: do corpo e das emoções ao conhecimento de si*. São Paulo: Editora Companhia das Letras, 2015.

DUVAL, Thomas Shelley; WICKLUND, Robert A. *A theory of objective self-awareness*. New York: Academic Press, 1972.

DUVAL, Thomas Shelley; SILVIA, Paul J.; LALWANI, Neal. *Self-awareness and causal attribution: A dual systems theory*. London: Kluwer Academic Publishers, 2001.

ERICSSON, K. Anders; SIMON, Herbert Alexander. *Protocol analysis: Verbal reports as data*. Cambridge, MA: MIT Press, 1984.

EYSENCK, Michael W.; KEANE, Mark t. *Manual de Psicologia Cognitiva-7*. Trans. L. F. M. Dorvillé & S. M. M. Rosa. Porto Alegre: Artmed Editora, 2017.

FARGHALY, Amira. Comparing and Contrasting Quantitative and Qualitative Research Approaches in Education: The Peculiar Situation of Medical Education. *Education in Medicine Journal*, v. 10, n. 1, p. 3-11, 2018.

FENIGSTEIN, Allan; SCHEIER, Michael F.; BUSS, Arnold H. Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of consulting and clinical psychology*, v. 43, n. 4, p. 522-527, 1975.

FIGUEIREDO, Luís Cláudio M.; DE SANTI, Pedro L. Ribeiro. *Psicologia: uma (nova) introdução*. 3ª ed. São Paulo: EDUC, 2022. ISBN 978-85-283-0369-8.

FREUD, Sigmund. A interpretação dos sonhos. In: Freud, S. [Autor], *Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud*, v. IV, v. Rio de Janeiro: Imago Editora (Original publicado em 1900), 1976.

GARDNER, Howard. *Nova ciência da mente: uma história da revolução cognitiva*. Trad. C. M. Caon. 3 ed. São Paulo: Edusp, 2003.

GELLER, Valerie; SHAVER, Phillip. Cognitive consequences of self-awareness. *Journal of experimental social psychology*, v. 12, n. 1, p. 99-108, 1976.

GOUVEIA, Valdiney V. et al. Escala de Desejabilidade Social de Marlowe-Crowne: evidências de sua validade fatorial e consistência interna. *Avaliação Psicológica*, v. 8, n. 1, p. 87-98, 2009.

GREENEBERG, J.; PYSZCZYNSKI, X.; SOLOMON, S. The causes and consequences of the need for self-esteem: A terror management theory. In: R. F. Baumeister (Ed.), *Public and private self*. New York: Springer, 1986. p. 198-212.

GRIFFITH, Todd W.; BYRNE, Michael D. Qualia: The hard problem. In: G. W. Cottrell (Ed.), *Proceedings of the eighteenth annual conference of the Cognitive Science Society*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., 1996. p. 76-79.

HARRINGTON, Rick; LOFFREDO, Donald A. Insight, rumination, and self-reflection as predictors of well-being. *The Journal of psychology*, v. 145, n. 1, p. 39-57, 2010.

HEAVEY, Christopher L.; HURLBURT, Russell T. The phenomena of inner experience. *Consciousness and cognition*, v. 17, n. 3, p. 798-810, 2008.

HURLBURT, Russell. Iteratively apprehending pristine experience. *Journal of Consciousness Studies*, v. 16, n. 10-11, p. 156-188, 2009.

HURLBURT, Russell T.; HEAVEY, Christopher L. Telling what we know: describing inner experience. *Trends in cognitive sciences*, v. 5, n. 9, p. 400-403, 2001.

HURLBURT, Russell; SCHWITZGEBEL, Eric. *Describing inner experience? Proponent meets skeptic*. Cambridge, MA: MIT Press, 2007.

HURLBURT, Russell T. et al. Can inner experience be apprehended in high fidelity? Examining brain activation and experience from multiple perspectives. *Frontiers in Psychology*, v. 8, n. 43, 2017.

HURLBURT, Russell T.; HEAVEY, Christopher L.; KELSEY, Jason M. Toward a phenomenology of inner speaking. *Consciousness and Cognition*, v. 22, n. 4, p. 1477-1494, 2013.

JACKSON, Frank. What Mary didn't know. *The journal of philosophy*, v. 83, n. 5, p. 291-295, 1986.

JAMES, William. *The principles of psychology*. Vol. 2. New York: Dover, 1950. (Original work published in 1890).

JUNG, Carl Gustav. *The red book: Liber novus*. Ed. Sonu Shamdasani. Trans. Mark Kyburz and John Peck. New York, NY: WW Norton & Co, 2009.

KRIEGLER, Uriah. Consciousness, theories of. *Philosophy Compass*, v. 1, n. 1, p. 58-64, 2006.

KRUMM, Alek E.; HURLBURT, Russell T. A complete, unabridged, “pre-registered” descriptive experience sampling investigation: The case of Lena. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, p. 1-21, 2021.

LEARY, Mark R. *The curse of the self: Self-awareness, egotism, and the quality of human life*. New York: Oxford University Press, 2004.

LEWIS, Jerome Anthony; HIMMELBERGER, Zachary M.; ELMORE, J. Dean. I can see myself helping: The effect of self-awareness on prosocial behaviour. *International Journal of Psychology*, v. 56, n. 5, p. 710-715, 2021.

MAGALHÃES, José Hugo Gonçalves. *O que as pessoas experienciam quando a morte vem à mente?* Explorando aspectos cognitivos e fenomenais da experiência interna dirigida à morte entre sujeitos inseridos na cultura heavy metal. 2014. 132 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Cognitiva) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2014.

MAGALHÃES, José Hugo Gonçalves; NASCIMENTO, Alexsandro M. do; ROAZZI, Antonio. O método introspeccionista e a investigação da consciência fenomenal: Algumas considerações. *AMazônica*, v. 23, n. 1, p. 62-79, 2019.

MARTINS, Vanessa B. Cornélio et al. Simulação mental, autoconsciência e construção do bem-estar: enlaces em cognição social. *Revista Ensino de Ciências e Humanidades-Cidadania, Diversidade e Bem Estar-RECH*, v. 3, n. 2, p. 705-723, 2019. ISSN 2594-8806.

MAY, Rollo. *Psychology and the human dilemma*. New York: Van Nostrand Reinhold, 1967.

MEAD, George H. *Mind, self and society*. Chicago: University of Chicago Press, 1972.

MESTVIRISHVILI, Maia; MESTVIRISHVILI, Natia. Self-control and Self-consciousness: Regulation or Acceleration of Self-discrepancy Distress? *Polish Psychological Bulletin*, v. 52, n. 1, p. 31-39, 2021. DOI: doi.org/10.24425/ppb.2021.136814. Disponível em: <https://journals.pan.pl/dlibra/publication/136814/edition/120161/content>. Acesso em: 5 set. 2024.

MORIN, Alain. *Imagery and self-awareness: A theoretical note*. Theory and Review in Psychology [Electronic journal], 1998. Disponível em: <https://philpapers.org/rec/MORIAS>. Acesso em: 06 jul. 2020.

MORIN, Alain. A neurocognitive and socioecological model of self-awareness. *Genetic, social, and general psychology monographs*, v. 130, n. 3, p. 197-224, 2004.

MORIN, Alain. Possible links between self-awareness and inner speech theoretical background, underlying mechanisms, and empirical evidence. *Journal of Consciousness Studies*, v. 12, n. 4-5, p. 115-134, 2005.

MORIN, Alain. Levels of consciousness and self-awareness: A comparison and integration of various neurocognitive views. *Consciousness and cognition*, v. 15, n. 2, p. 358-371, 2006.

MOUSTAKAS, Clark. *Heuristic research: Design, methodology, and applications*. Newbury Park, CA: Sage Publications, 1990.

NASCIMENTO, Alessandro Medeiros. *Autoconsciência Situacional, Imagens Mentais, Religiosidade e Estados Incomuns da Consciência: um estudo sociocognitivo*. 2008. 373 f. Tese (Doutorado em Psicologia Cognitiva) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2008.

NASCIMENTO, Alessandro Medeiros. *Fenomenologia da Autoconsciência durante Estado de Consciência de Vigília: A Mediação Cognitiva por Imagens Mentais*. In: Alessandro M. do Nascimento (Org.), *Autoconsciência, Consciência e Cognição de Alta Ordem: Perspectivas em Psicologia Cognitiva* [recurso eletrônico]. Recife: Ed. UFPE, 2021. p. 13-67. ISBN 978-65-5962-044-9

NASCIMENTO, Alessandro Medeiros; ROAZZI, Antonio. *Autoconsciência, imagens mentais e mediação cognitiva*. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 26, p. 493-505, 2013.

NASCIMENTO, Alessandro Medeiros; ROAZZI, Antonio. Religiosidade e o desenvolvimento da autoconsciência em universitários. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, v. 69, n. 2, p. 121-137, 2017.

NASCIMENTO, Alessandro Medeiros; PAULA, Rafael A. de; ROAZZI, Antonio. Entrevista fenomenológico-cognitiva dos estados autoconscientes (EFEA) de nascimento (2008): Aspectos de sua estrutura e implicações metodológicas de um instrumento de caráter fenomenal. *EDUCamazônia*, v. 25, n. 2, p. 506-517, 2020.

NASCIMENTO, Alessandro Medeiros et al. Dimensões fenomenais da autoconsciência e do autoconceito e os elementos do self: Enlaces funcionais. *Revista Ensino de Ciências e Humanidades-Cidadania, Diversidade e Bem Estar-RECH*, v. 3, n. 2, p. 677-704, 2019.

NASCIMENTO, Alessandro Medeiros et al. Autoconsciência e Afetos: Enlaces entre afeto e cognição nos processos de desenvolvimento do self. *EDUCamazônia-Educação, Sociedade e Meio Ambiente*, v. 25, n. 2, p. 491-505, 2020.

NASCIMENTO, Alessandro Medeiros et al. Experiência Interna e Autoconsciência em indivíduo de orientação sexual homoafetiva: Um estudo de caso fenomenal. *Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, v. 15, n. 2, p. 282-315. 2022.

NASCIMENTO, Alessandro Medeiros et al. Ayahuasca, Mandalas e Estrutura de Visualizações: Uma leitura cognitiva estrutural. *EDUCamazônia – Educação, Sociedade e Meio Ambiente*, v. 24, n. 1, p. 346-367, 2020.

NIDA-RÜMELIN, Martine; O CONAILL, Donnchadh. Qualia: *The Knowledge Argument*. In: Edward N. Zalta (ed.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. (Summer 2021 Edition), 2021.

NOWELL, Lorelli S. et al. Thematic analysis: Striving to meet the trustworthiness criteria. *International journal of qualitative methods*, v. 16, n. 1, p. 1-13, 2017.

OVERGAARD, Morten. Book review essay consciousness studies: The view from psychology. *British Journal of Psychology*, v. 97, p. 425-438, 2006.

OVERGAARD, Morten; GALLAGHER, Shaun; RAMSØY, Thomas z. An integration of first-person methodologies in cognitive science. *Journal of Consciousness Studies*, v. 15, n. 5, p. 100-120, 2008.

PAIVIO, Allan. *Mind and its evolution: A dual coding theoretical approach*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, 2007.

PAULA, Rafael Amorim de; NASCIMENTO, Alexsandro Medeiros do. The meanings of the inner experience of priestly formation: a phenomenal thematic. *Revista da Abordagem Gestáltica*, v. 24, n. 1, p. 24-34, 2018.

PEREIRA, Edithe et al. Possíveis práticas rituais nas cavernas com arte rupestre de Rurópolis (Pará). *Revista Habitus – Revista do Instituto Goiano de Pré-História e Antropologia*, v. 14, n. 1, p. 5-20, 2016.

PÉREZ GÓMEZ, Augusto. *Una visión sobre la psicología como ciencia*. Univ. Psychol. Bogotá (Colombia), v. 3, n. 2, p. 187-196, 2004.

PETITMENGIN, Claire; REMILLIEUX, Anne; VALENZUELA-MOGUILLANSKY, Camila. Discovering the structures of lived experience: Towards a micro-phenomenological analysis method. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, v. 18, n. 4, p. 691-730, 2019.

PIAGET, Jean; INHELDER, Bärbel. *A imagem mental na criança: estudo sobre o desenvolvimento das representações imagéticas*. Porto: Livraria Civilização Editora, 1977.

PINHEIRO, Roberto Vizeu Lima; MAURITY, Clóvis Wagner; PEREIRA, Edithe. Cavernas em arenito da Província Espeleológica Altamira Itaituba: dados espeleogenéticos com base no exemplo da Gruta das Mãos (PA), Amazônia, Brasil. *Espeleo-Tema*, v. 26, n. 1, p. 5-18, 2015.

PROUS, Andre. Uma visão panorâmica da arte rupestre do Brasil. *Sociedades de Paisajes Áridos y Semi-Áridos*, v. 12, n. 1-2, p. 17-42, 2019.

RICHARDSON, Alan. *Imagery: Definition and types*. In: A. A. Sheikh (Ed.), *Imagery: Current Theory, Research, and Application*. New York: John Wiley & Sons. 1983. p. 3-42.

RODRÍGUEZ, José Antonio Jiménez. Autoconciencia. *Escritos de Psicología-Psychological Writings*, v. 1, n. 7, p. 44-58, 2005.

SACKS, Oliver. *O rio da consciência*. São Paulo: Companhia das Letras, 2017.

SCHULTZ, Duane P.; SCHULTZ, Sydney Ellen. *História da psicologia moderna*. 10 ed. São Paulo: Cengage Learning, 2017.

SEARLE, John R. (1998). *O mistério da consciência*. São Paulo: Paz e Terra. 1998.

SEDIKIDES, Constantine; SKOWRONSKI, John J. The symbolic self in evolutionary context. *Personality and Social Psychology Review*, v. 1, n. 1, p. 80-102, 1997.

SHAMDASANI, Sonu. *Jung e a construção da Psicologia Moderna: O sonho de uma Ciência*. Trad. M. S. M. Netto. Aparecida, SP: Idéias e Letras, 2005.

SHANON, Benny. Altered states and the study of consciousness – the case of ayahuasca. *The Journal of mind and behavior*, p. 125-153, 2003a.

SHANON, Benny. Os conteúdos das visões da ayahuasca. *Mana*, v. 9, p. 109-152, 2003b.

SILVIA, Paul J.; DUVAL, T. Shelley. Objective self-awareness theory: Recent progress and enduring problems. *Personality and social psychology review*, v. 5, n. 3, p. 230-241, 2001.

SILVIA, Paul J.; O'BRIEN, Maureen E. Self-awareness and constructive functioning: Revisiting "the human dilemma". *Journal of Social and Clinical Psychology*, v. 23, n. 4, p. 475-489, 2004.

STAM, Henderikus J. Unifying psychology: Epistemological act or disciplinary maneuver?. *Journal of Clinical Psychology*, v. 60, n. 12, p. 1259-1262, 2004.

STERNBERG, Robert J. *Psicologia cognitiva*. Trad. M. R. B. Osório). Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.

STERNBERG, Robert J.; SPEAR-SWERLING, Louise. *Personal navigation*. In: M. Ferrari e R. J. Sternberg (Eds.), *Self-Awareness: Its Nature and Development*. New York: The Guilford Press, 1998. p. 219-245.

THAGARD, Paul. *Mente: introdução à ciência cognitiva*. Porto Alegre: ArtMed, 1998.

TRAPNELL, Paul D.; CAMPBELL, Jennifer D. Private self-consciousness and the five-factor model of personality: distinguishing rumination from reflection. *Journal of personality and social psychology*, v. 76, n. 2, p. 284-304, 1999.

TRAVASSOS, Luiz Eduardo Panisset; RODRIGUES, Bruno Durão; MOTTA, Aécio Rodrigo Schwertz. Caverna Das Mãos: An example of dark zone rock art in Brazil. *Acta Car-sologica*, v. 41, n. 2-3, p. 304-309, 2012.

VELMANS, Max. *Understanding consciousness*. New York: Routledge, 2001.

VELMANS, Max. How to define consciousness: And how not to define consciousness. *Journal of consciousness studies*, v. 16, n. 5, p. 139-156, 2009.

WICKLUND, Robert A. *Objective self-awareness*. In: L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*. New York: Academic Press, 1975. p. 233-275.

YIN, Robert K. *Estudo de Caso: Planejamento e métodos*. 5 ed. Porto Alegre: Bookman editora, 2015.

ZAHAVI, Dan. First-person thoughts and embodied self-awareness: Some reflections on the relation between recent analytical philosophy and phenomenology. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, v. 1, n. 1, p. 7-26, 2002.

2.

Situações estressoras em contexto da pandemia de Covid-19 na população brasileira: estudo de caso qualitativo

Alexsandro Medeiros do Nascimento
Lamartine Joaquim da Silva Filho
Luís Roberto Ramos Beltrão de Melo
Walber José da Silva
Rodrigo Oliveira Damasceno

Pandemia de Covid-19: aspectos históricos, biomédicos e sociais

A crise sanitária provocada pelo Novo Coronavírus tomou proporções mundiais em meados de março de 2020, tendo registrado os primeiros casos meses antes na China, no fim de 2019. Até então desconhecido, o vírus posteriormente identificado como SARS-cov-2, se espalhou rapidamente pela cidade de Wuhan, na província de Hubei, provocando o adoecimento de um contingente expressivo da população, com evolução rápida para óbito (SCHUCHMANN *et al.*, 2020). O risco da epidemia fez com que alguns governos adotassem rígidos protocolos de biossegurança. Com o aumento dos casos de infecção respiratória, a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 11 de fevereiro, declarou a crise sanitária como pandemia. No Brasil, o Ministério da Saúde declarou, em fevereiro de 2020, situação de emergência em saúde pública de importância nacional. Desde então, toda a humanidade passou a enfrentar um inimigo comum, com grande incerteza (BRASIL, 2023).

O vírus se alastrou rapidamente em solo brasileiro. Os leitos hospitalares passaram a ser ocupados prioritariamente com os casos de síndromes respiratórias agudas. Em março de 2020, frente ao iminente agravamento da crise, foram decretadas medidas drásticas de biossegurança, dentre elas, o isolamento social, a quarentena e a triagem de brasileiros vindos do exterior (BRASIL, 2023). Pouco tempo depois se adotou o *lockdown*, isolamento social rigoroso, com o Decreto legislativo nº 6 de 20 de março de 2020. Naquela ocasião, conter o avanço do vírus e evitar o colapso do sistema de saúde tornou-se a primeira prioridade. O uso obrigatório da máscara foi instituído, associado a severas recomendações de biossegurança, como distanciamento social e higienização periódica das mãos com álcool gel.

O ano de 2020 foi marcado por grande incerteza em todo mundo. Predominaram sentimentos de aflição, angústia e preocupação, afetos que dispõem à depressão, ansiedade, síndrome do pânico e outras psicopatologias (CREPALDI *et al.*, 2020; ORNELL *et al.*, 2020). Só no final do primeiro ano de pandemia foi flexibilizado o isolamento social, bem como todas as demais medidas restritivas obrigatórias (COSTA; SANTOS; VIEIRA, 2022). No início de 2021 se iniciou a vacinação contra a Covid-19, gerando esperança e expectativa de segurança para os brasileiros. Tais medidas ajudaram a conter um avanço maior do Coronavírus no Brasil, que desde o início da pandemia já vitimou mais de 700 mil pessoas e 36 milhões de infectados, segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2023).

Em 2021 houve a flexibilização das restrições e o avanço da vacinação no Brasil. Em dezembro de 2022 se contabilizava mais de 174 milhões de pessoas com a vacinação completa, e no mundo somando mais de 5 bilhões, segundo o órgão estatístico *Our World In Data* (2022). Meses depois do início da pandemia, surgiram as variantes da Covid-19. Mutações que o vírus sofre, criando vantagens adaptativas em relação às anteriores, como a variante Delta (B.1.617.2) e Ômicron (B.1.1.529), que acabaram por agravar a crise pandêmica, se alastrando rapidamente e aumentando o número de infectados. As mutações do vírus foram tantas que das variantes formaram-se

sub variantes, como por exemplo, a BQ1 e BA5, advindas da variante Ômicron (OMS, 2022).

Estas também trouxeram complicações para o sistema de saúde brasileiro, que já se encontrava esgotado, não apenas pela alta demanda de trabalho na pandemia, mas pelo “desmonte” que o Sistema Único de Saúde (SUS) enfrentou durante a pandemia. Ficou marcante o caso do estado do Amazonas, em que os hospitais entraram em “colapso” devido à demanda excessiva e pouco material disponível, especialmente a falta de oxigênio (LAVOR, 2021). Ademais, as vacinas produzidas pelos institutos de pesquisa se apresentaram eficazes contra estas possíveis mutações do antígeno. Assim, a vida cotidiana tem voltado ao seu “normal”, ainda com algumas medidas sanitárias, entretanto, os ambientes públicos, de ensino, religiosos e de entretenimento reabriram progressivamente a partir de 2021.

O cenário atípico da pandemia representa uma crise com impactos humanos, econômicos e sociais nunca vista na história recente do país. Nesse contexto, os aspectos subjetivos dos indivíduos passaram por transformações significativas ao lidar, por exemplo, com o (1) medo da não garantia da subsistência (principalmente trabalho, alimentação e moradia); (2) com o risco de exposição à Covid-19 e o imperativo do autocuidado, (3) isolamento social e consequente perda de suporte social (de amigos e familiares distantes); e (4) com as mudanças na rotina, sobretudo nos relacionamentos domésticos e adaptação às novas formas de trabalho e estudos em *home office* (ALZUETA *et al.*, 2021).

Reclusos em casa, muitas pessoas ficaram desempregadas e tiveram dificuldade de garantir o pagamento de contas básicas como moradia e alimentação. Um levantamento feito pela Campanha Internacional Despejo Zero, organização composta por mais de 150 organizações e movimentos sociais, evidenciou um aumento no número de despejos e remoções forçadas no período pandêmico. Estados como São Paulo, historicamente assombrado pelo déficit imobiliário, e Amazonas foram os mais afetados. Mais de 6 mil pessoas foram desalojadas em todo Brasil entre março e agosto de 2020, além das quase 20 mil famílias que estão sob ameaça de despejo (PIEVE, 2021). A Lei 14.216 de 2021, proposta no congresso nacional

e inicialmente vetada pelo então presidente, Jair Bolsonaro, para suspender o despejo ou a desocupação de imóveis urbanos até o fim de 2020 avançou na garantia do direito constitucional à moradia como consta no site do Planalto (2022) a Lei nº14.216.

Na mesma linha, a taxa de insegurança alimentar cresceu significativamente durante os dois primeiros anos da pandemia de Covid-19, período no qual o Brasil voltou ao mapa da fome. Segundo Paula e Zimmermann (2021), uma pesquisa recente da rede PENSSAN (2022) constatou que mais de 33 milhões de pessoas estão sob condições de grave insegurança alimentar no Brasil. As organizações de trabalho também tiveram de lidar com as transformações inerentes à pandemia para se manter no mercado. Tiveram de recorrer, por exemplo, a medidas emergenciais de redução do quadro de funcionários e antecipação de férias, bem como incentivos governamentais. Apesar disso, cerca de 600 mil micros e pequenas empresas encerraram indefinidamente suas atividades ou decretaram falência, deixando cerca de 9 milhões de pessoas desempregadas ainda no primeiro ano de pandemia (COSTA, 2020).

Outro aspecto fundamental das transformações ocorridas no âmbito do trabalho é o *home office*. Esta modalidade de trabalho passou a integrar a rotina de muitos brasileiros. A despeito disso, achados empíricos internacionais sugerem que o trabalho *home office* tem alterado aspectos subjetivos do sujeito na pandemia. Há um paradoxo nesses achados: Alguns sujeitos apontam que o *home office* foi responsável pelo aumento da ansiedade. Em outros, esteve associado a redução dos níveis de estresse e depressão, talvez pela percepção de utilidade do período de quarentena (ALZUETA, 2021).

A educação também foi grandemente impactada. Inicialmente todas as atividades dos sistemas de educação foram paralisadas no Brasil, passando posteriormente ao ambiente virtual *online*. O que num primeiro momento pareceu uma solução inovadora revelou alguns entraves em seu desenrolar, sobretudo, no que concerne a desigualdade no acesso à tecnologia. Como consequência direta disto temos, entre 2020 e 2021, altos índices de evasão, acometendo principalmente adolescentes e jovens adultos nos anos finais do ensino básico (NERI; OSÓRIO, 2021). Além disso, alguns educadores têm

demonstrado que a educação remota deixou lacunas na aprendizagem das crianças e adolescentes brasileiros, que já estava bem abaixo da média nacional (BARTHOLO *et al.*, 2023; NERI; OSORIO, 2021).

Além disso, os educadores têm apontado que crianças e adolescentes estiveram sob cobranças excessivas da escola no período de pandemia, uma vez que o ensino remoto colocou a necessidade de superar a virtualidade com grandes jornadas de estudo e demasia de atividades escolares (ROSA; COSTA; GIORNO, 2020). Além disso, o ambiente doméstico e o escolar se confundiam mutuamente, dificultando o estabelecimento de limites entre um e outro.

Em resumo, o *lockdown* se mostrou ameaçador por não se valer de políticas públicas assistenciais para a população, sobretudo, a mais vulnerável, somado ao aumento gradativo da inflação incidindo sobre os itens da cesta básica, e a consequente redução do poder de consumo dos brasileiros (BACCARIN; OLIVEIRA, 2021). Vale pontuar, contudo, que o Governo Federal, devido à pressão popular e dos parlamentares de oposição, iniciou em abril de 2020 o programa de Auxílio Emergencial para indivíduos em vulnerabilidade socioeconômica. Foi instituído o repasse mensal de fundos destinados à subsistência familiar.

Impactos subjetivos na pandemia de Covid-19: contribuições da psicologia

Devido às inusitadas e impactantes vivências a que a população brasileira tem sido submetida em tempos pandêmicos, os aspectos subjetivos dos indivíduos passaram por transformações significativas. Os principais achados empíricos apontam para alta prevalência de estresse, ansiedade e sintomas depressivos, associado primariamente às mudanças no estilo de vida (ALZUETA *et al.*, 2021). Por mudança no estilo de vida, entenda-se a (1) reorganização e transposição do trabalho laboral, escolar ou acadêmico para o *home office*; (2) a hiper convivência familiar que altera o ambiente relacional da casa; (3) a perda de suporte social (de familiares distantes e amigos) nos espaços externos; (4) mediação tecnológica das relações interpessoais. Além, certamente das demandas psicológicas envolvendo

o isolamento social, a vulnerabilidade socioeconômica e a proximidade com a morte e vivência do luto.

É comum que em cenários de crises epidemiológicas os impactos à saúde mental cheguem a superar aqueles advindos da infecção pelo antígeno. As repercussões emocionais têm efeito de curto, médio e longo prazo e podem ocasionar uma verdadeira pandemia de adoecimento mental. A infecção ou suspeita de infecção pode desenvolver no sujeito reações emocionais de medo, raiva e tristeza. Esses afetos oscilando em seu polo negativo podem evoluir para quadros psicopatológicos graves, como transtorno depressivo, ansiedade e alterações no sono. Alguns estudos apontam que o principal fator preditor de impacto psicológico é a mudança no estilo de vida (ALZUETA, 2021).

Se por um lado a pandemia trouxe consigo mudanças tão negativas, por outro, evocou o potencial criativo do sujeito, exercitado em múltiplas esferas da vida. Na esfera do mundo do trabalho, o sujeito teve de se adaptar, ou não, ao *home office*. O drama do desemprego, fez com que muitas pessoas buscassem formas alternativas de trabalho, como o empreendedorismo (COSTA, 2020). A população necessitou de uma adaptação rápida e eficaz para poder conseguir mitigar seu sofrimento. Esta adaptação alterou a dinâmica familiar e dos relacionamentos, no qual grupos familiares domésticos tiveram estreitamento do contato, grupos de amigos e namoros tiveram de ser à distância e onde se passou a ter mais momentos consigo mesmo, forçados a uma reinvenção nas práticas de lazer: uma criatividade e uma busca por superar os momentos de crise, estressores (NASCIMENTO *et al.*, 2021). A busca por entretenimento em filmes, livros, música; o bem-estar com o corpo, atividades físicas e também o contato mediado por redes sociais com amigos e familiares distantes teriam ajudado neste momento de estresse.

A Psicologia valeu-se desde o início para auxiliar a população com teleatendimentos, atendimentos online e a busca pela disseminação de informações para uma melhor vivência intrafamiliar e cada um consigo mesmo. Refletir sobre essas questões é o inadiável compromisso da psicologia. Este trabalho se insere no esforço de refletir sobre os sentidos atribuídos para as vivências pandêmicas,

perscrutando, com especial ênfase, os aspectos significados como estressores.

O estudo psicológico do estresse

A palavra estresse é amplamente utilizada por toda a sociedade, para se referir a algo negativo sentido pelas pessoas. Margis *et al.* (2003) define que o termo se refere ao estado gerado a partir da percepção de estímulos que provocam uma reação emocional negativa, simultaneamente produzindo uma reação no corpo humano que provoca alterações em seu funcionamento, com uma maior liberação de substâncias como o cortisol e a adrenalina. Em termos da percepção física e psíquica do estresse, o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais 5ª edição (APA, 2014) aponta como uma sensação de preocupação, iminente destruição, pressão, de estar sobrecarregado, exaustão e letargia.

Dessa forma, seus impactos podem ser sentidos pelo sujeito tanto psicologicamente quanto no corpo. O impacto do estresse sob a saúde é tão intenso que níveis elevados de estresse estão correlacionados ao desenvolvimento de doenças crônicas não-transmissíveis, que podem levar à morte (ANTUNES, 2019). As reações do corpo ao estresse se dão pelo processo de alostase, termo que engloba a série de reações fisiológicas que o corpo ativa para dar conta do estresse, que pode se evidenciar de maneira aguda e/ou crônica (SOUZA; SILVA; GALVÃO-COELHO, 2015).

No processo da alostase, são liberados na corrente sanguínea hormônios como o cortisol e adrenalina, que aumentam a capacidade de resposta a um risco percebido. Trata-se de uma resposta natural a um evento de risco, e os efeitos dessa resposta são dissipados rapidamente, que tem por função aumentar a capacidade de resposta do indivíduo à situação que provocou o estresse. Com a permanência dos eventos estressores (que provocam a reação de estresse), este se torna então crônico, produzindo uma série de consequências ao organismo. De acordo com Bauer (2002), a constante liberação dos hormônios do estresse está relacionada a obesidade, impactos no sistema digestivo, enfraquecimento do sistema imunológico,

perdas na capacidade cognitiva, aumento da pressão sanguínea e batimentos cardíacos, insônia e sintomas depressivos e ansiosos, dificuldades de respirar, diminuição da libido, tonturas, fadiga e ciclos menstruais irregulares são também algumas das consequências físicas do estresse crônico.

Destaca-se que no contexto brasileiro há estudos insuficientes sobre os níveis de estresse da população geral, estes encontram-se focalizados em grupos específicos, como universitários (PIRAJÁ *et al.*, 2014). Estudos onde estaca-se a percepção negativa dos níveis de estresse como um fator de risco marcante nesta população, especialmente na população de sexo feminino, que tende a possuir maiores níveis de estresse percebido (PIRAJÁ *et al.*, 2014).

Com o contexto pandêmico vigente, as pesquisas apontam um incremento nos níveis de estresse (WANG *et al.*, 2020). A pandemia produz incrementos da sensação de estresse devido a uma série de fatores, onde se sobressaem o efeito da duração do período de quarentena, os receios em relação ao vírus ou à infecção, a frustração, a diminuição de rendimentos, a informação inadequada e o estigma (BROOKS *et al.*, 2020). O estudo de Brooks *et al.* (2020) verificou também o incremento do estresse nas epidemias de Ebola, SARS e H1N1. É importante salientar que pandemias trazem consigo mudanças socioeconômicas graves, como o endividamento recorde visto na pandemia de Covid-19. Vale salientar que o mesmo incremento da sensação de estresse produz efeitos deletérios mesmo depois do fim da pandemia (LEE *et al.*, 2007). Nesse sentido, epidemias e pandemias carregam consigo um grande potencial estressor, tanto para pessoas quanto para sociedades como um todo.

O Coping: mecanismos cognitivos

Lazarus e Folkman (1984) construíram uma das formas mais atuais de se compreender os mecanismos de *coping* e estresse (DIAS; PAIS-RIBEIRO, 2019). De acordo com os autores, o *coping* é um conjunto de estratégias de reações cognitivas e comportamentais a uma situação psicologicamente estressora. Por situação estressora, entende-se uma vivência que o sujeito percebe como significativa que lhe

traz demandas às quais o sujeito se percebe sem os recursos disponíveis para enfrentar. É importante salientar que o evento estressor é dinâmico, e a relação que o indivíduo constrói com ele modifica-se com o tempo e o emprego destas estratégias de enfrentamento. Assim, estas estratégias de *coping* podem estar profundamente relacionadas a resultados psicológicos positivos (LAZARUS; FOLKMAN, 1984), de forma que o efeito das estratégias de *coping* empregadas pode influenciar mais o desenvolvimento de doenças físicas e psicológicas do que o evento estressor em si (CHAVES *et al.*, 2000).

Dessa forma, inicialmente Lazarus e Folkman (1984) demarcaram o *coping* com duas dimensões distintas: as estratégias de *coping* (i) manipulativas; e (ii) acomodativas. A primeira delas se refere à dimensão de cognições e comportamentos com o objetivo de manipular a situação estressora inicial, seja na forma de planejamentos, formulação de estratégias, mudanças no comportamento e atitudes em relação ao problema. As modalidades manipulativas de *coping* consistem em uma posição ativa, de modificação direta da situação estressora.

Consoante à segunda das dimensões, as estratégias de *coping* acomodativas se dão com formas de manejar a reação emocional causada pela situação estressora. Estratégias como meditação, uso de sedativos e tranquilizantes e a evitação de fatores que remontam ao problema original se encaixam aqui. Dessa forma, na modalidade de *coping* acomodativo, uma atitude passiva diante da situação estressora é aplicada. Assim, as estratégias de *coping* se relacionam ao que Folkman (2010) chama de *coping* do problema e *coping* da emoção. A primeira se dando a partir de estratégias para o manejo da situação estressora e a segunda, o manejo das emoções negativas que advêm da situação estressora.

Lazarus e Folkman (1984) frisam que antes da escolha de estratégias de *coping* um processo cognitivo de avaliação do problema ocorre. Inicialmente, o sujeito ao se deparar com a situação estressora faz uma avaliação da mesma, e esta interfere diretamente nas estratégias de *coping* que serão utilizadas. O processo de avaliação do problema se dá em duas etapas: na avaliação primária, o sujeito verifica e avalia com suas ferramentas cognitivas o que pode

acontecer, o que está em jogo. Já a avaliação secundária consiste na percepção do indivíduo de quais recursos ele tem disponíveis para o enfrentamento, que recursos ele tem para lidar com o evento estressor.

A partir da avaliação acerca da situação estressora, o sujeito constrói um significado para o problema que enfrenta. Folkman (2010) atesta que a percepção que a pessoa cria da situação se dá de três formas: Perda, ameaça e desafio. Na perda, a percepção é de que a situação estressora não pode ser manipulada pelo sujeito, e as maneiras de *coping* mais comumente se constituem em acomodativas. Na ameaça, há a compreensão de que o problema ainda não ocorreu, mas que pode ocorrer, e assim o sujeito desenvolve estratégias de *coping* a fim de tentar manipular a situação para que esta não ocorra ou minimize os impactos psicológicos que podem surgir. Já a percepção de desafio diante da situação estressora refere-se a uma percepção do indivíduo que pode manipulá-la e assim buscar estratégias para superar o problema inicial, de forma ativa. Dessa forma, o sujeito diante da situação estressora cria um modelo mental do evento e seus recursos disponíveis, avaliando quais as melhores formas de enfrentamento possíveis. O emprego das formas de *coping* então segue o modelo da avaliação inicial, que norteia todo o processo em questão.

Mais recentemente, uma terceira forma de *coping* foi documentada por Folkman (2010), o *coping* focado. Nesta modalidade, as estratégias empregadas referem-se a uma reavaliação dos valores, princípios e prioridades do sujeito. Assim, ajustando a situação estressante à verdadeira dimensão que possui na vida deste e facilitando sua percepção como um desafio a ser encarado. Destaca-se que o emprego de estratégias de *coping* não é excludente, e assim, diferentes formas de *coping* diante de uma situação podem ser utilizadas simultaneamente, além de conforme a situação estressora e a avaliação do sujeito mudam, pode afetar diretamente as estratégias de *coping* que o sujeito aplica.

As estratégias de *coping* são utilizadas cotidianamente, para lidar com todo tipo de situações estressoras, são parte do nosso funcionamento psíquico regular. Contudo, se mostram mais presentes

e podem ser mal-adaptativas diante de uma fonte que produz diversas situações estressoras distintas, como o caso da pandemia de Covid-19. No contexto pandêmico, nossas defesas e estratégias adaptativas são acionadas para o sujeito poder dar conta de uma variedade de desafios, sendo empregadas diversas modalidades de *coping* para dar conta de diversas fontes estressoras, internas e externas.

De um vírus que emergiu em um mercado chinês de animais, de um ente que nem é consenso na comunidade científica se é vida, de fato, a vida humana se viu desafiada. Foi assim atacada por um aglomerado microscópico de proteínas que se reproduzem rapidamente, em meio a Sociedade do Cansaço como definiu Byung-Chul Han (2011). Sociedade esta que é marcada pela constante necessidade da produtividade de seus integrantes, que exige dos sujeitos que estejam constantemente na beira de seus limites, explorando todos os recursos de si mesmos em prol da produtividade.

Esta leitura da sociedade parece explicar porque em meio a disseminação de um vírus mortal, campanhas para que as atividades econômicas potencialmente disseminadores do patógeno tiveram bastante força e apoiadores (CASTILHO; LEMOS, 2021). Assim, a sociedade e seus modelos produtivos não puderam parar, o espetáculo das vidas humanas não poderia ser interrompido, mas teve de ser drasticamente adaptado. A performance e organização humana foram obrigadas a se modificarem em prol da vida (NEVES; OLIVEIRA; PAULI, 2020).

Os desejos humanos de onipotência foram, mais uma vez, frustrados. A ciência, talvez a mais potente criação da humanidade, se viu incapaz de dar conta do vírus no tempo hábil. Esta se viu diante de um imenso desafio, tecnológico, sanitário, administrativo, correndo contra o tempo. Governos, empresas e instituições ao redor do globo despenderam de amplos recursos a fim de conter os prejuízos, econômicos e sociais, cabendo então a cada país elencar suas prioridades. A vida estava em risco. E para conter as perdas, o caminho proposto foi o de achatar a curva de contaminação por meio do isolamento social, em vias de reduzir o número de mortos enquanto a vacina era preparada. Foi preciso transformar rapidamente as formas de produção e existência.

Como o mundo não pode parar, como as trocas internacionais de fluxos de pessoas e de capitais não pararam, como a sociedade ultra rápida não pode pedir um tempo de pausa, foi preciso se reinventar. Do desafio, que por vezes deixa o sujeito se sentindo incapaz de dar conta, emerge o estresse, que pode ser entendido como processo de adaptação, tanto de maneira psicológica quanto homeostática (LAZARUS; FOLKMAN, 1980). Na nossa vida cotidiana, quando falamos de estresse dizemos de uma sensação incômoda, que causa sofrimento. Algo que vem como afeto e se torna impossível de dar conta imediatamente.

Nesse sentido, a pandemia de Covid-19 foi e segue sendo um estresse coletivo, um estresse para a humanidade. Diante do estresse, esta produziu seus mecanismos para aplacá-lo. Adaptações funcionais, exemplos do que há de melhor em nós mesmos nos deram esperança em tempos em que esta estava rarefeita. Assim sendo, a pandemia de Covid-19 se tornou um evento estressor em si, devido a série de limitações, prejuízos, perdas e desafios que promoveu. O cenário pandêmico faz emergir uma série de práticas e vivências antes desconhecidas para a população, como a adoção de medidas sanitárias. Afastam as pessoas pelo isolamento social, pela doença e pela morte, interrompendo planos, sonhos, projetos.

Afeta o mundo do trabalho, provocando escassez de emprego em certos setores e uma super demanda em outros, como na área da saúde. Como um todo, a pandemia traz uma série de mudanças extremamente abruptas, muitas delas indesejáveis, carregando consigo uma miríade de pequenos eventos estressores que vão se aglutinando. A pandemia de Covid-19 se tornou um evento estressor em si, devido a série de limitações, prejuízos, perdas e desafios que promoveu. O cenário pandêmico faz emergir uma série de práticas e vivências antes desconhecidas para a população, como a adoção de medidas sanitárias. Afasta as pessoas pelo isolamento social, pela doença e pela morte. Interrompe planos, sonhos, projetos. Afeta o mundo do trabalho, provocando escassez de emprego em certos setores e um aumento na demanda em outros, como na área da saúde. Como um todo, a pandemia traz uma série de

mudanças extremamente abruptas, muitas delas indesejáveis, carregando consigo uma miríade de por vezes pequenos eventos estressores que vão se aglutinando.

A partir da compreensão de que a pandemia de coronavírus se tornou um evento estressor em si, marcado por ser construído por outras várias situações estressoras que emergiram no cenário em questão, entende-se que a pandemia de Covid-19 e suas consequências diversas, produziu um forte desgaste psicológico na população brasileira. Dessa forma, a letalidade e perigo à saúde física produziram efeitos estressores na população, mas todas as mudanças e adaptações devido a pandemia provocaram ainda outros eventos estressores adicionais. A partir disto, esta pesquisa buscou responder de forma qualitativa como se deu esse desgaste, entendido como estressor, mapeando e interpretando quais foram as situações estressoras vivenciadas pelos participantes.

Construção social das vivências pandêmicas: significando situações como estressoras no primeiro ano da pandemia de Covid-19 no Brasil

Ao possibilitar uma investigação acurada de aspectos pessoais e sociais, os sentidos nos oferecem um caminho teórico privilegiado, com ricas derivações metodológicas, para a proposta deste trabalho. Do mesmo modo, em face da centralidade do estresse e de seu processamento cognitivo na determinação do bem-estar subjetivo e da saúde, compreender as situações significadas como estressoras nos permite um acesso imediato à vivência do sujeito pandêmico, bem como a explicação de seus comportamentos, nos instrumentalizando no desenvolvimento de futuras intervenções.

Para Blumer (1986, 2018), os sentidos são imprescindíveis na determinação comportamental humana, e figuram como componente mental da ação. Isto porque cada ação encerra em si um conjunto de processos mentais de distintas naturezas que lhe são anteriores. De tal modo, que a ação não se resume ao evento público observável, como ingenuamente queriam os behavioristas,

nem tampouco a respostas diretas, imediatas (num sistema arco-reflexo), mas envolve uma série de atividades subjacentes, como a interpretação. Os sentidos, portanto, compreendem formulações discursivo-narrativas que permitem ao sujeito simbolizar a si e ao outro, a experiência vivida e ao mundo circundante, de forma coerente e estável.

Blumer (2018) entende a conduta alinhada à sua função cooperativa, voltada para o outro. A interação humana pressupõe a capacidade de interpretação das linhas de ações de outros e suas interconexões, acolhendo expectativas e antecipando possíveis respostas. A interpretação da ação do outro na interação ocorre mediante a integração de informações coletadas da experiência precedente, bem como aquelas colhidas simultaneamente à interação. A interpretação pressupõe o significar, isto é, atribuir um rótulo ao mesmo tempo genérico e específico que comporte algum grau de dinamicidade, visto que as interações sociais são abertas, sujeitas a transformações no momento em que se desenrolam.

A perspectiva do interacionismo simbólico entende o sujeito como ativo no processo de interpretação. Isso porque cada ator social, intérprete do mundo, tem relativa autonomia em relação ao comportamento do outro e se constitui enquanto unidade autônoma capaz de interpretar simbolicamente as intenções desse outro (BLUMER, 2018; MIGUEL; POPADIUK, 2019).

Outro construto que fundamenta as discussões aqui propostas é o de construção social. Para tanto, cabe recorrer à sociologia do conhecimento e olhar a questão sob o prisma construcionista de Berger e Luckmann (2007). Segundo eles, a realidade é uma construção social, produto decorrente da atividade humana no mundo. Grosseiramente, pode-se afirmar que o entendimento da realidade enquanto construção envolve conferir significados aos aspectos empíricos, imprimindo-lhes elementos simbólicos que transcendem sua natureza material e concretamente delimitada. O sentido é entendido para além das propriedades físicas e concretas dos objetos, pessoas, instituições ou eventos.

Os autores citados, precursores do construcionismo, sustentam que a realidade é produto de uma sociedade humana, espacial

e temporalmente localizada, cuja centralidade da linguagem se dá mediante seu papel no processo de internalização das instituições sociais. A construção de sentidos pode ser concebida, tal qual a objetivação dentro do paradigma construcionista, como processo pelo qual a subjetividade humana é transposta do sujeito para o mundo. Porquanto significar é colocar no mundo externo parte da realidade interna do sujeito (COULDRY, 2020).

Assim, Berger e Luckmann (2007) descrevem o processo da seguinte forma: (1) a ação humana no mundo se dá pela exteriorização de seus elementos internos (pensamentos, sentimentos, vontades); (2) na medida em que se exterioriza, o sujeito introduz no mundo elementos de sua subjetividade através dos sentidos. O sujeito, por sua vez, (3) internaliza as realidades sociais, sendo moldado pelas próprias instituições de cada meio cultural. Em outras palavras, a ação humana sobre o mundo constrói a realidade social e esta, por sua vez, constrói o sujeito humano, numa relação que é ao mesmo tempo autopoietica e dialética.

Como é de se supor, a linguagem tem um papel central no processo de objetivação. A linguagem possibilita o compartilhamento coletivo de significados, assim como sua acumulação e transmissão posterior, requisito básico para que haja uma realidade socialmente construída (BERGER; LUCKMANN, 2007). Os elementos discursivos presentes na realidade social são interiorizados ativamente pelo sujeito. Não raro, tais elementos são manipulados e modificados.

O compartilhamento de significados coloca diante do sujeito recursos narrativos com os quais ele pode construir os sentidos e orientar suas ações com base nestes. Parte-se, portanto, do entendimento de que o evento pandêmico constitui-se enquanto construção social, atravessada por elementos narrativos de distintas naturezas (política, religiosa, midiática, científica) e que sua apreensão pelo sujeito determina a criação de sentidos únicos e, consequentemente, práticas e estados subjetivos únicos. Guardando, entretanto, certo grau de similaridade entre si que podem ser identificados recorrendo-se aos recursos metodológicos certos.

O estudo aqui proposto recorre, portanto, ao ideário construcionista de pesquisa qualitativa que estipula o exame dos processos

de construção de sentido, enfatizando o caráter situado do conhecimento, a reflexividade e a intersubjetividade que o atravessa. O paradigma da pesquisa qualitativa objetiva, antes de tudo, acessar e interpretar a visão dos participantes sobre a realidade social, opondo-se tacitamente ao paradigma quantitativo. Este último busca através da impessoalidade e neutralidade, evidenciar a essência ou estrutura subjacente aos fenômenos investigados, a fim de revelar sua lógica operacional e princípios explicativos (COUTINHO, 2008; GOULART, 2018).

Apesar de tipicamente compor o ideário da pesquisa quantitativa, as noções de validade e fidelidade devem também nortear qualquer produção qualitativa de conhecimento. Entretanto, os termos devem ganhar contornos diferentes quando aplicados a pesquisa qualitativa, uma vez que para aferição da qualidade científica de estudos qualitativos os critérios são distintos. Coutinho (2008) aponta que validade e fidelidade em pesquisa qualitativa podem se resumir ao princípio da confirmabilidade, ou seja, a possibilidade de outros pesquisadores confirmarem os achados.

O problema de pesquisa: significando situações como estressoras no primeiro ano da pandemia de Covid-19 no Brasil

A crise pandêmica representou um momento de intensas rupturas, transformações e perda de sentidos para os brasileiros, sobretudo, em função das particularidades do contexto político, social e econômico do país. O primeiro ano de pandemia foi marcado por grandes impactos sociais com reverberações psíquicas, muitas delas ainda desconhecidas em sua extensão. Em paralelo ao caos sanitário e social, uma guerra de narrativas foi encabeçada pelo Governo Federal pondo em descrédito os profissionais da saúde, a imprensa e as advertências internacionais. O então presidente disseminou a desinformação e normalizou *fake news* (NETO, 2020). Os impactos humanos, econômicos e sociais submeteram a população brasileira a estímulos com grande potencial estressor.

Em conformidade com os pressupostos interacionistas simbólicos e construcionistas, que estabelecem que as realidades

são construções mentais, compartilhadas socialmente (BERGER; LUCKMANN, 2007), pode-se afirmar que a construção social da vivência da pandemia de Covid-19 encontra-se fortemente atrelada aos discursos (midiático, científico, religioso) produzidos e disseminados no corpo social. O sujeito que emerge desse contexto, significa cada situação coletando dados das experiências passadas, interpretando-os e reorganizando-os em um todo coerente capaz de guiar suas ações (BLUMER, 1982, 2018).

A despeito da constante exposição a eventos potencialmente estressantes durante o primeiro ano de pandemia e todas as demandas psicológicas próprias do evento viral, coloca-se a seguinte questão: Quais situações foram, no contexto da pandemia de Covid-19, significadas como estressoras para os brasileiros? Constitui o objetivo do presente estudo, investigar os sentidos das situações estressoras no primeiro ano da pandemia para a população brasileira.

Método

O processo de pesquisa foi delineado conforme os aspectos abaixo informados.

Perspectiva do estudo

O estudo esboça uma perspectiva qualitativa, idiográfica, exploratória, com acento nos processos de significação humanos, sem teste de hipóteses, nem quantificação de categorias.

Participantes

A amostra de pesquisa foi composta de 496 participantes, residentes no território brasileiro, em todas as principais regiões do país, predominantemente de sexo feminino (69,6%), com idade média de 34,7 anos ($DP=12,47$), e com escolaridade de Ensino médio incompleto em diante.

Instrumentos e materiais

O protocolo de pesquisa foi construído com perguntas abertas sobre as experiências pessoais durante a pandemia de Covid-19 em seu primeiro ano no Brasil (Ano de 2020), escalas psicométricas de mensuração de construtos cognitivos (Autoconsciência, Religiosidade, *Coping*, *Coping* Religioso-Espiritual), e Questionário Sociodemográfico. Detalha-se apenas àqueles utilizados no presente estudo:

Inventário de estratégias de coping: Questionário de Folkman e Lazarus (1985), aqui utilizado na versão em língua portuguesa de Savóia, Santana e Mejias (1996), que contém 66 descrições de ações e pensamentos que são utilizados em geral pelas pessoas para manejar aspectos internos ou externos de um evento específico considerado estressor. Na praxe de uso deste instrumento pede-se um relato com descrição sucinta do evento estressor em seus aspectos mais importantes. Para esta pesquisa, utilizamos a instrução criada para este projeto: “Pense e descreva uma situação de estresse vivida na ÚLTIMA SEMANA”. Para o presente estudo, não foram utilizados dados do próprio questionário, o qual será apresentado em trabalho futuro, mas o foco deteve-se no exame do conteúdo das respostas à questão sobre o evento estressor da última semana.

Questionário sociodemográfico: Questionário com questões abertas e fechadas com foco na sociodemografia da amostra de respondentes, em especial as variáveis clássicas em estudos psicológicos (sexo, idade, escolaridade, região de moradia, etc.).

Procedimentos de coleta de dados

A pesquisa foi realizada online através de formulário Google Forms contendo os instrumentos da pesquisa e os documentos éticos de praxe. Após liberação do projeto para execução pelo Comitê de Ética da Universidade Federal de Pernambuco, divulgou-se a pesquisa por

meio das redes sociais com indicação do link de acesso à Plataforma Google Forms e ao formulário com o conjunto de questões. Os respondentes após indicarem anuência à participação na introdução do formulário, o preencheram de modo remoto, com tempo livre para resposta. Com a conclusão da coleta de dados, extraiu-se a planilha para construção do corpus da presente pesquisa, cujas respostas à questão dos eventos estressores foram colocadas em editor de texto Microsoft Word, e encaminhadas à análise qualitativa.

Análise de dados

O corpus qualitativo com o conjunto das respostas dos respondentes à questão sobre os eventos estressores da última semana foi analisando usando-se o método de Análise de Conteúdo (doravante AC), na modalidade qualitativa, segundo as disposições e norteamiento epistemológico da pesquisa qualitativa em ciências humanas e sociais (KRIPPENDORFF, 2019). Segundo Krippendorff (1989), AC é uma técnica de pesquisa para se fazer inferências válidas e replicáveis dos dados ao seu contexto, neste caso aqui, do corpus levantado à significação dada a eventos estressores no contexto do caso brasileiro durante o primeiro ano de pandemia de Covid-19.

A AC enfoca o conteúdo das comunicações, o “o quê” as mensagens comunicam (KRIPPENDORFF, 2019). As fases da AC do corpus de pesquisa seguiram a operacionalização de Krippendorff (1989), em seis passos sequenciais, a saber: (i) Desenho, ou análise do contexto a ser visitado na pesquisa e identificação das melhores fontes de dados para os objetivos do projeto; (ii) Unitarização, ou definir e identificar unidades de análise no material disponível; (iii) Amostragem, ou desconstrução de vieses na abordagem ao material analisado, e assegurar que as unidades de análise sejam representativas do fenômeno simbólico investigado; (iv) Codificação, ou descrição das unidades de registro e classificação das mesmas em categorias do construto analítico escolhido (aqui: situações estressoras durante a pandemia de Covid-19); (v) Extração de Inferências, ou construção de conhecimento estável sobre como os dados

codificados (categorias) se relacionam com o fenômeno que a pesquisa quer compreender; e, (vi) Validação, passo final e delicado de uma AC, limitado pelo próprio objetivo da técnica de inferir o que não pode ser observado diretamente, e cuja evidência não está diretamente acessível; todavia, há que se buscar por elementos que covalidem no contexto a construção categorial levantada.

Aspectos éticos

A pesquisa obedeceu aos preceitos da pesquisa com seres humanos no Brasil (Resolução CNS/MS Nº 466/12), sendo realizada a coleta somente após a liberação do projeto através de Parecer Nº 4.026.103 pelo Comitê de Ética da UFPE.

Resultados e discussão

Nesta seção, serão apresentados os resultados da pesquisa sobre situações estressoras durante a pandemia de Covid-19, misturando-se na escrita de resultados as vozes dos pesquisadores e dos participantes. A partir da coleta de dados e subsequente análise de conteúdo como proposta por Krippendorff (2019; 1989), a análise encontrou um total de doze categorias, que aglutinam os sentidos encontrados nas respostas à pergunta eliciadora. Estas relacionaram situações estressoras durante a pandemia de Covid-19 a: 1) Saúde; 2) Morte; 3) Conflitos Interpessoais; 4) Vivências Subjetivas; 5) Dificuldades Financeiras; 6) Dificuldades com o Trabalho; 7) Atividades Acadêmicas; 8) pandemia da Covid-19; 9) Sobrecarga de Atividades; 10) Serviços; 11) Contexto Social; 12) Sem Estresse. Dessa forma, as categorias que serão descritas a seguir englobam situações estressoras cotidianas, como também situações marcadas pelas especificidades da pandemia de Covid-19. Será utilizada a letra “P” como identificação para “Protocolo”, acompanhado dos excertos com a fala dos participantes.

Categoria temática 1: saúde

A presente categoria engloba o campo de sentido referente à saúde física e mental, do sujeito ou de outrem, como principal elemento estressor. O termo saúde é tomado de forma genérica para compor-
tar um vasto campo semântico que se move em distintas direções. Contempla desde doença e adoecimento, passando por uso de subs-
tância, diagnóstico e tratamento, além da Covid-19. A categoria en-
globa 4 notas de sentido:

Saúde familiar: compreende as unidades de sentido referen-
te ao estresse associado à preocupação com a saúde de fami-
liares e parentes. Em contexto de pandemia, a saúde ganha
centralidade tanto pela possibilidade imediata de infecção
e morte quanto pelas demandas que emergem das medidas
de biossegurança.

Assim, o estresse relacionado à saúde em contexto pandê-
mico não se restringe exclusivamente a Covid-19. A própria vi-
vência da quarentena e o isolamento social reduz o acesso a
outros serviços não emergenciais de saúde (como exames, ci-
rurgias, consultas), oportunizando a percepção de estresse,
como no exemplo seguinte “Estava esperando a consulta que
iria falar se o câncer de próstata do meu pai continuava lá mes-
mo após a cirurgia que ele fez de retirada da próstata” (P230).

Nesse sentido, a análise dos dados aponta que para além
do coronavírus, o sujeito teve de lidar com outros problemas
relacionados à saúde em seu universo familiar, como podemos
perceber na fala dos participantes, “Minha mãe teve um AVC”
(P42), “Ansiedade pela entubação na UTI de um familiar” (P138),
“O alcoolismo do meu irmão” (P1). A contagiosidade e letalidade
do vírus SARS-CoV-2 coloca o sujeito diante de constante amea-
ça a sua vida, de parentes e/ou conhecidos. A preocupação com
a saúde familiar também apareceu em diversas unidades de
sentido como situação estressora, quando analisamos o excer-
to “Meu sogro ficou doente e eu e meu esposo ficamos muito
preocupados de ser covid, mas graças a Deus não era” (P8).

Saúde pessoal: esse campo de sentido está relacionado a condição da saúde do próprio sujeito como situação estressora, com a prevalência de emoções negativas (como medo, raiva, tristeza) durante a pandemia, bem como sentimentos de preocupação, aflição e desesperança (WANG *et al.*, 2020), favorece o desenvolvimento ou agravamento de quadros psicopatológicos graves, como transtornos depressivos e de ansiedade, além de alterações no sono. A percepção de alterações no humor ou no sono favorece a percepção de estresse relacionado à saúde pessoal, no qual é perceptível no excerto “Tenho tido insônia e isso tem me incomodado, não sei dizer se chega a ser um estresse, mas sinto que o fato de não conseguir dormir estou tendo horas roubadas” (P47). É perceptível na fala dos participantes, que lidar com o adoecimento ou o agravamento de transtornos mentais, do próprio indivíduo ou de parentes, durante a pandemia de Covid-19 também se constituiu como situação tipicamente estressora.

Saúde de outros conhecidos: esse campo de sentido reúne os códigos nos quais o estresse é atrelado a preocupação com o estado de saúde de terceiros (vizinhos, funcionários, conhecidos). Ao analisar o excerto, no qual demonstram que também havia estresse associado ao adoecimento de pessoas relativamente distante como “Uma conhecida ficou internada em um hospital em um estado grave de saúde” (P37). O termo utilizado exprime bem a relação com a pessoa internada – “Conhecida”. Ainda assim, apesar da relativa distância, a empatia pelo sujeito hospitalizado se mostrou presente e acabou por promover uma situação estressora para o participante da pesquisa. Assim, nem era necessário ser humano para que problemas na saúde afetasse negativamente quem estava ao redor, no qual a saúde dos animais domésticos também se mostrou um fator causador de estresse para o tutor “adoecimento do meu cachorro” (P333).

Saúde de animais domésticos: esse campo do sentido está relacionado ao adoecimento dos animais domésticos como causa do estresse. Mas não é apenas a preocupação com a própria

saúde e de parentes próximos que operou como causa de estresse em tempo de pandemia. Também o “Adoecimento do meu cachorro” (P333) foi significado pelo sujeito pandêmico como uma situação estressora.

A categoria Saúde e suas subcategorias apresentam-se como aglutinantes dos eventos estressores ligados a problemas de saúde em todos os seus sentidos, seja devido a um padecimento já estabelecido ou um potencial adoecimento. Engloba tanto o sujeito respondente quanto terceiros, sejam familiares, amigos, pessoas próximas e até animais. Naturalmente, a disseminação de um patógeno como a Covid-19 e também a ocupação maior dos leitos e serviços de saúde em geral, traz consigo situações estressoras ligadas ao campo da saúde. Contudo, é importante salientar que as situações estressoras relatadas não se referiram apenas ao adoecimento por Covid-19, sendo então incluídos todos os tipos de eventos estressores reportados ligados ao campo da saúde.

Categoria temática 2: morte

Essa categoria engloba o campo dos sentidos relacionado a morte e o medo da morte vivenciado pela população. A morte como um todo é um evento que marca profundamente as pessoas, que pode ser vivida pelos sobreviventes como algo extremamente doloroso e adoecedor (KOVÁCS, 2002). A Covid-19 assolou a humanidade, ceifando um total de cerca de seis milhões e meio de vidas no mundo, seiscentas e oitenta e cinco mil só no Brasil (GITHUB, 2022). Já o número de enlutados é incalculável. Famílias inteiras despedaçadas, Avós, Pais, Tios, Filhos, Irmãos, Irmãs e Amigos. Os idosos foram os mais afetados nesse sentido, mas nenhuma faixa etária escapou da morte pela Covid-19 (ORELLANA *et al.*, 2022).

Nesse sentido, a pandemia de Covid-19 trouxe a morte para o cotidiano, estampado diariamente nos jornais os números, os nomes e as histórias de pessoas que se foram. Não apenas a morte invadiu e tomou de surpresa, mas de acordo com Giamattey *et al.* (2022), os rituais fúnebres costumeiros foram interrompidos e

modificados: Caixões lacrados e valas coletivas, muitas vezes sem a presença dos parentes, contando apenas com a presença do coveiro para velar os corpos. A tecnologia atuou de forma a tentar mitigar a dor de não dar o último adeus ao ente querido, com a invenção da transmissão dos velórios. A categoria possui 3 notas de sentidos:

Morte de família: esse campo de sentido diz respeito às notas de sentidos relacionadas a morte dos familiares ocasionadas pela Covid-19. Dessa forma, os participantes da pesquisa apontaram a morte como a eliciadora de seu estresse, onde é possível perceber pelo excerto “O falecimento do meu pai” (P360), “Morte de uma prima de segundo grau, ainda criança” (P73) e “Morte de minha irmã” (P133) foi frequentemente referido como razão do estresse.

Morte de pessoas distantes: esse campo de sentido diz respeito às notas de sentidos relacionadas a morte de pessoas distantes, ocasionadas pela Covid-19. As mortes não eram apenas dos familiares, mas de pessoas que amamos como um todo, como é possível observar nos excertos “Morte de uma pessoa querida” (P448) e “O falecimento de um amigo” (P321). E não era nem preciso ter uma relação de proximidade para a perda ser sentida como estressora, como “óbitos de pacientes no hospital” (P12) e o “Trabalho em hospital e vejo muitas pessoas morrendo” (P134). Nesse sentido, Cardoso *et al.* (2021) apontam que em profissionais de saúde, a proximidade da morte de pacientes trouxe para os enfermeiros fortes reações de medo da morte, situação que se estende para os profissionais de saúde como um todo. Estes que apesar de conviver com a morte na profissão, não deixam de sentir reações como o medo diante da morte e de suas questões.

Morte de animal de estimação: esse campo do sentido está relacionado com a morte de animais domésticos. E assim como a Saúde das pessoas, a saúde dos animais domésticos também é motivo de preocupação para as pessoas, nesse caso, não só a morte de uma pessoa é sentida, a morte dos animais domésticos também é sentida, como podemos perceber no excerto “Minha

cachorra de dezenove anos morreu tem dois dias” (P235). A dor da perda de um animal doméstico para alguns tutores assemelha-se à dor da perda de um ente querido, por de fato se tratar de um, apesar de não humano.

A morte carrega consigo um potencial de profunda moção psíquica, sendo a reação, o luto, comparado por Freud (1915) com a melancolia, quadro análogo a depressão. Segundo o autor, o sujeito se vê esvaziado de energia psíquica para poder seguir investindo no mundo e no seu entorno, dessa forma, se encontrando paralisado com seu ego extremamente enfraquecido, afetando sua vida como um todo. Com a morte de alguém, os viventes têm que dar conta de uma miríade de sentimentos frequentemente dolorosos, como a culpa, por exemplo, (KOVÁCS, 2002). Além da morte que se concretiza, o medo da morte também se faz presente como um evento estressor, e com a disseminação de um patógeno potencialmente letal, também pode se disseminar o medo da morte.

Assim, o presente estudo encontrou a morte de pessoas e animais domésticos como um importante evento estressor. Apesar de se dar no contexto da pandemia de Covid-19, nem todas as mortes aqui em questão estão ligadas ao coronavírus. A morte é um evento natural, parte de nossas vidas, perdas e processos de luto, no qual é parte fundamental da vida, sendo a morte, segundo o filósofo alemão Heidegger (2012), algo que nos orienta para a vida, sendo a finitude essencial para preencher de sentidos a experiência de viver. Contudo, a problemática de fato se dá quando o contexto pandêmico modifica nossa relação com a morte, atrapalhando os ritos fúnebres e provocando várias perdas.

Categoria temática 3: conflitos interpessoais

No meio do caos que a sociedade vivia, em uma adaptação forçada e brusca, onde os níveis de estresse com um todo se mostraram elevados (WANG *et al.*, 2020), os participantes apontaram os conflitos com as pessoas como promotores de seu estresse. A categoria possui 5 notas de sentido:

Conflito interpessoal familiar: diz respeito ao campo de sentidos relacionados ao estresse, tensões e discussões verbais com parentes dentro ou fora de casa, motivadas por falta de privacidade no ambiente doméstico, incompreensão mútua e mesmo questões de ordem financeira. As questões relacionadas aos membros da família podem ser percebidas no excerto “Briguei com minha filha e ela chorou muito” (P38) e “Atrito com minha irmã” (P47). Em se tratando dos Conflitos interpessoais familiares, pode-se afirmar que a vivência do confinamento domiciliar colocou o sujeito em uma relação estreita com aqueles que viviam no mesmo domicílio. Tal conjuntura favoreceu cobranças de ordem subjetiva (em termos de atenção, cuidado e afeto), como explícito em “Carência da minha família, tentando suprir vindo ficar comigo(...)” (P121), assim como também aquelas cobranças concretas relacionadas ao ambiente doméstico, como é colocado em “Discussão sobre tarefas domésticas com minha filha” (P105) ou “A primeira coisa que minha mãe faz ao acordar é reclamar de mim, nada vindo de mim a satisfaz” (P51). Alguns códigos sugerem que tais situações são significadas como estressoras mediante a interpretação do sujeito de que a ação do outro é inadequada, como é perceptível “em meu irmão fuma maconha o dia inteiro dentro de casa e isso me incomoda” (P63), “Minha sogra vive comigo. Não toma banho” (P26).

A interpretação é o processo mental basilar da construção de significado. Para Blumer (2018), os pares em interação estão interpretando reciprocamente as ações dos outros, e o conjunto dessas interpretações dão lastro ao sentido geral que se atribui a situação. Dessa forma, como exposto anteriormente, o sentido atribuído à avaliação que o sujeito faz do evento determina a percepção do estresse (LAZARUS; FOLKMAN, 1984) e de suas formas de *coping*, reação do sujeito a situação estressora.

Conflito interpessoal conjugal: diz respeito ao campo de sentidos que abrangem questões como insegurança, discussão verbal, ciúmes e agressões, como a “Discussão com minha esposa” (P88) e “Discussão com cônjuge” (P120). A presente

subcategoria exprime o sentimento de pressão vivenciado em contexto pandêmico, como uma “situação de pressão. Convívio a dois 24 horas do dia” (P136). Nesse aspecto, os códigos evidenciam tantos elementos próprios da vida a dois em termo de “Ciúmes de meu esposo” (P414), “Traição, rejeição, separação e volta” (P444), também é referido como “Briga conjugal ocasionada por afazeres e contas domésticas” (P19). Não há concórdância com os métodos de repressão entre eu e o pai” (P418). As discussões mais acaloradas podem desencadear agressões físicas, como em “Minha esposa ficou agressiva, quebrou pratos, atirou em mim” (P424).

Conflito interpessoal amoroso: diz respeito ao campo dos sentidos relacionados aos conflitos vivenciados pelas pessoas que possuem relacionamento interpessoal amoroso, em que as unidades de sentidos se referem a vida íntima do casal como fonte de estresse. Essa categoria engloba as notas de sentidos que apontam para o estresse associado a outro tipo de relação amorosa, na qual, em geral, não se divide o mesmo domicílio, como os casais de namorados. Os participantes apontam que a “Discussão com namorada” (P157) e a “Briga com o namorado” (P245) estão entre as causas de estresse na vivência da pandemia. Em alguns casos, o respondente refere não ao conflito, mas o próprio “Término de relacionamento” (P336) como causa do estresse percebido.

Conflito interpessoal no trabalho: diz respeito ao campo de sentidos que estabelecem conexão causal entre estresse e relações interpessoais no âmbito do trabalho. Os conflitos se repetiram também no campo laboral, como é possível perceber no excerto “Cobrança do meu chefe” (P383) e “Uma situação de discussão entre colegas de trabalho” (P367).

Conflito interpessoal com outros: diz respeito ao campo de sentido que apontam os conflitos com terceiros (vizinhos, por exemplo), em relação à cobrança e desavença político-ideológica na internet como situação estressora. Assim, os conflitos

se deram não apenas em casa ou no trabalho, mas no convívio social como um todo, como apontado no excerto “Discussão teórica num grupo de amigos” (P494) e “O pai do meu companheiro verbalizou teorias extremamente machistas, coisa que para mim é muito sensível” (P481).

Os conflitos interpessoais como um todo se mostraram presentes na pesquisa, demarcando um ponto chave naquilo que trouxe estresse para os participantes. Ressalta-se o estado, de estresse elevado devido a pandemia (WANG *et al.*, 2020) que se encontrava a sociedade na época de coleta dos dados, situação que coloca as emoções à flor da pele. Nesse sentido, há de se pensar também o impacto do isolamento social, que fez com que as pessoas ficassem presas em suas casas, modificando drasticamente o modo de viver delas, promovendo uma convivência forçada, muito distinta da usual.

Categoria temática 4: vivências subjetivas

A presente categoria engloba o campo dos sentidos relacionados às situações estressoras que descrevem experiências estressantes vividas de forma intrapessoal, sem a participação de terceiros. Aqui se encaixam variações de humores, assim como estados biológicos, como a tensão pré-menstrual, por exemplo. Também estão incluídas relato de emoções, como medo, autoavaliações, atitudes e também questões existenciais. Todo o contexto da pandemia de Covid-19 pode promover mudanças significativas na saúde mental dos sujeitos, que tiveram um aumento de sintomas ansiosos e depressivos nos primeiros momentos da pandemia (WANG *et al.*, 2020), o que pode promover uma série de vivências subjetivas estressoras, tal qual o adoecimento. Nesse mesmo sentido, o caos promovido pela pandemia de Covid-19 pode fazer emergir questões importantes para o sujeito, como as relatadas situações estressoras de vivências subjetivas ligadas às questões da existência. Na pandemia de covid-19, foram experienciadas uma miríade de sensações, emoções, pensamentos e vivências que só os próprios sujeitos conseguem dar nome e sentir.

As notas de sentido abrangem os sentimentos experienciados pelos participantes, que organizam as respostas à pergunta eliciadora a partir daquilo que o participante disse que sentiu de uma forma que apenas ele próprio participante poderia entender, que nas linhas das repostas não haveria como descrever para qualquer outro algo que aconteceu justamente de forma subjetiva. Como por exemplo, a resposta “Dia das Mães” (P11), que foi respondida como evento estressante para o respondente, mas que apenas pode ser plenamente compreendido por ele próprio. Em outros exemplos, como “Medo” (P118) ou “Mudança” (P126) e “Afastamento Afetivo” (P132). Percebemos a universalidade dos temas e das afetações comuns e passíveis de serem sentidas por absolutamente qualquer ser humano, mas o sentido completo apenas existe para aquele sujeito respondente.

Qual foi esse Medo que provocou estresse? Que mudança o sujeito viveu? De quem o participante estava afastado afetivamente? Apenas poderia ser entendida plenamente com a compreensão do contexto daquele respondente. Nesta categoria, percebe-se também a presença de relatos que trouxeram de forma direta e nítida a afetação que sentiram, como em “Um longo período do dia sentado, estudando, em frente ao computador, mas ao mesmo tempo querendo conversar com meus amigos e com a mente fugindo constantemente pensando em necessidades sexuais” (P163). Aqui, os participantes confiam ao pesquisador suas vivências íntimas e se permitem expressar seus sentimentos, suas histórias por mais sensíveis que sejam. Dessa forma, as mais distintas causas emergiram como provocadoras do estresse, sejam as mais cotidianas como “Derrota do meu time” (P352) ou experiências muito difíceis, “Preocupação sobre o que iríamos comer” (P413). Por fim, destacamos que as vivências subjetivas agrupadas pela pesquisa trazem sentidos que não apontam em si as questões ligadas à pandemia, embora possam ter sido eliciadas pelas mudanças ligadas às adaptações da pandemia.

Categoria temática 5: dificuldades financeiras

Esta categoria engloba o campo de sentidos relacionado as situações estressoras devido às dificuldades financeiras e de subsistência

vivenciadas durante a pandemia, como em “falta de dinheiro” (P29). Sabe-se bem que a vida financeira é um ponto chave quando se fala em relação à ocorrência do estresse (COLUCCI, 2009), no qual a subsistência se torna ameaçada, como relatada no excerto “Boletos chegando e nada de emprego” (P156) e “Sem dinheiro para pagar uma conta” (P401). Nesse contexto, a própria esquematização das finanças pode se tornar motivo de estresse, percebida como uma atividade difícil de “Organizar minha vida financeira” (P363). Com a pandemia de Covid-19 e o isolamento social, muitos profissionais se viram sem trabalho (MATTEI; HEINEN, 2022), buscando novas formas de renda ou reinventando sua atividade laboral. Isso durante um período de recessão econômica e crescimento da inflação no país. Nesse sentido, os planos financeiros foram interrompidos pela pandemia, como aponta o excerto “Acabei de mudar de casa em plena pandemia. O atraso com papéis, os trâmites, foram extremamente estressantes. Fora os gastos profundos que tive” (P375).

Ressalta-se que a pandemia de Covid-19 ocorreu durante um período de crise econômica no país, refletido, por exemplo, no endividamento das famílias brasileiras, o qual atingiu um novo recorde em 2021, de acordo com a Confederação Nacional do Comércio (JANONE; BARRETO, 2021). Nesse sentido, os achados desta pesquisa corroboram com o que foi encontrado por Patrick *et al.* (2020) em população norte-americana, em que pais de crianças e adolescentes menores de dezoito anos se viram com sua saúde mental comprometidas devido a uma série de questões socioeconômicas, especialmente preocupações de ordem de desemprego e subsistência. Dessa forma, pode-se perceber a importância das dificuldades financeiras em relação ao estresse e a saúde mental.

Categoria temática 6: dificuldades com o trabalho

Essa categoria engloba o campo de sentidos relacionados a situação estressora que estava diretamente ligada ao mundo do trabalho. A pandemia de Covid-19 trouxe consigo a necessidade de uma série de mudanças no que tange ao mundo laboral, que já é frequentemente

causa comum para o estresse, denominado estresse ocupacional (COSTA *et al.*, 2022). A categoria possui 4 notas de sentido:

Excesso de trabalho: diz respeito ao campo de sentidos relacionados às consequências do excesso de trabalho vivenciados durante a pandemia. No contexto da pandemia, algumas áreas laborais, como o campo da saúde, por exemplo, tiveram um aumento da demanda vertiginoso, representado na subcategoria excesso de trabalho, que se caracteriza pela percepção da fonte estressora devido a grande quantidade de trabalho a ser feito, como apresentado no excerto “Muito trabalho” (P164), sentido como estressante para os participantes, no qual o “Excesso de trabalho e não conseguir realizar atividades dentro do prazo” (P336).

Virtualidade: diz respeito ao campo de sentido relacionado as dificuldades com a adaptação do trabalho para o virtual, ao trabalho remoto. Por conta do distanciamento social, diversas atividades distintas de trabalho foram adaptadas às pressas para o modo virtual, o que foi demonstrado pelas respostas dos participantes como “Fazer os Planejamentos Semanais de Aula e Registro de Diários de Classe no modo virtual.... é muito ruim” (P254), “Home Office” (P197) e “Trabalho remoto” (P201).

Operacionalização: diz respeito ao campo do sentido relacionado a operacionalização das atividades laborais em si, foram também relatadas como provocadoras de estresse, que representa as respostas que apontam as atividades do trabalho em si, a organização e execução dos afazeres como fonte promotora de estresse, em que “Ajustar e reajustar agenda de trabalho” (P490) e “Escala de trabalho” (P396) se mostram situações desencadeadoras de estresse.

Desemprego: diz respeito ao campo de sentidos relacionados ao desemprego vivenciado pela população durante a pandemia. Tal situação é um tanto esperada no contexto de uma pandemia global, que modificou profundamente o cotidiano e a vida como um todo, incluindo o campo laboral. Mas o trabalho não

podia parar, mesmo na adversidade, as “Cobranças no trabalho com relação a produtividade nesse momento tão delicado que estamos passando” (P285). Não apenas o trabalho, suas formas de adaptação e operacionalização, mas também a própria “Dificuldade de emprego” (P422), sentida por milhões de brasileiros, que presenciaram em setembro de 2020 um recorde de desemprego (MATTEI; HEINEN, 2022) e emergem na pesquisa na subcategoria de “desemprego”.

Categoria temática 7: atividades acadêmicas

Essa categoria engloba o campo de sentido relacionado às atividades acadêmicas vivenciadas pelos universitários, professores e estudantes que apontaram as atividades ligadas ao universo acadêmico como promotor de estresse, como “Coisas da faculdade” (P7). Com a pandemia de Covid-19, as instituições de ensino se viram obrigadas a se adaptar rapidamente ao modelo de ensino remoto, produzindo efeitos estressantes no processo de adaptação em um cenário caótico, onde as perspectivas para o futuro mudaram drasticamente.

Os excertos mostram o quão estressante a vida acadêmica durante a pandemia estava, no qual “Lidar com o período final da faculdade, elaborando o TCC e lidando com a volta do estágio, pelo momento que vivemos” (P329), “Pensar que demorarei mais a me formar” (P156) e “suspensão do estágio obrigatório por mais um semestre devido a pandemia” (P257). Os universitários, que já se estressam com a carga de atividades acadêmicas para a graduação e pós-graduações, expressaram que as atividades acadêmicas foram fontes de estresse, como “Minha defesa de dissertação” (P2), “TCC” (P325) e “Fazer dois mapas mentais da faculdade” (P41). Dessa mesma forma, os pesquisadores também apontaram algumas atividades como fontes de estresse, como “Não terminar uma etapa para iniciar a minha coleta de dados” (P496).

A adaptação ao ensino remoto mostrou-se como um desafio tanto para professores quanto para alunos. O modelo tradicional de sala de aula foi readaptado às pressas, com pouco tempo hábil para a preparação de professores. Ao mesmo tempo em que se convivia

com a incerteza de quando as aulas presenciais retornariam, desorganizando o calendário acadêmico. Nesse sentido, os cursos de graduação foram amplamente afetados pela pandemia, consequentemente atrapalhando o planejamento dos discentes e docentes para o ano letivo. Assim, a categoria de situação estressoras ligada à atividade acadêmica se conecta a subcategoria de dificuldades de trabalho: virtualidade, exposta acima. Na subcategoria em questão, profissionais da educação reportaram a dificuldade de adaptação ao modelo remoto de ensino, sendo então esta forma de ensino possivelmente estressora tanto para docentes quanto discentes.

Vale ressaltar também que muitos alunos visam a conclusão do seu curso para poder ingressar no mercado de trabalho de maneira mais competitiva, necessitando do trabalho para poder garantir sua subsistência e de sua família. E assim sendo, atrasos e mudanças repentinas nos calendários e atividades acadêmicas tornam-se muito relevantes, por representar para os estudantes uma possibilidade de ascensão social e estabilidade financeira.

Categoria temática 8: pandemia de Covid-19

Essa categoria engloba o campo de sentido relacionado aos elementos específicos das vivências típicas do período pandêmico, preocupações, aflições, medos, perdas, situações estressoras novas, talvez impensáveis antes de 2020. A categoria temática possui 6 notas de sentido:

Preocupação com irresponsabilidade do outro: diz respeito ao campo de sentido relacionado as medidas, que refere ao estresse vivenciado pelos participantes que se incomodaram com a falta de adesão às medidas de biossegurança necessárias. Medidas de proteção foram necessárias para enfrentar o vírus, mas nem sempre respeitadas, e o estresse reportado pelo descumprimento, como é perceptível no excerto “Tentando impedir que pessoas da minha casa saíssem sem necessidade” (P271) e “O aumento do número de pessoas nas ruas, bares, praias etc” (P313).

Medo de contaminação: diz respeito ao campo de sentido relacionado ao medo de contaminação pelo vírus da Covid-19. Assim, uma série de ações profiláticas foram adotadas, observada no excerto como “Tive contato com uma pessoa infectada e precisei fazer isolamento social completo” (P350), promovendo um estado de tensão constante, de vigilância consigo mesmo, sob o medo “De ser contaminada por ter estado perto de uma pessoa sem máscara” (P417), vivências estas relatadas e experienciadas pela população. Tal medo tem um impacto negativo na vida das pessoas, especialmente aquelas que trabalham em contato com pacientes doentes. Em estudo com profissionais da área da saúde da linha de frente da Covid-19, Soares *et al.* (2022), perceberam que o medo da contaminação e transmissão da doença se mostrou como um fator importante no desenvolvimento de *Burnout* nestes profissionais.

Medo dos medicamentos para Covid-19: diz respeito ao campo de sentido relacionado ao medo dos medicamentos de combate a Covid-19. Diante da doença nova, as pessoas buscaram por soluções, mesmo que estas viessem marcadas por ressalvas, os participantes ressaltam que “Foi ter pego o covid e tomar as medicações com efeitos colaterais, porém de grande eficácia. Algumas colegas ficaram mais tempo afastadas e eu não” (P252). A partir do exposto, é importante frisar que no período de coleta das respostas, a ciência não havia apontado medicamentos eficazes no combate a Covid-19. Contudo, foram disseminadas entre a população informações falsas que medicamentos como a cloroquina e ivermectina teriam efeitos positivos no tratamento da doença.

Distanciamento social: diz respeito ao campo de sentido relacionado ao distanciamento/isolamento social imposto a população por conta da pandemia da Covid-19. O isolamento social e o consequente afastamento das pessoas foram percebidos como uma fonte de estresse pelos participantes. Nesse sentido, se diferenciam das vivências subjetivas pela especificidade da referência a pandemia de Covid-19 e seus impactos correlatos,

como percebido no excerto que “constantes aumentos no período de quarentena na minha cidade” (P37), “ver as pessoas e não abraçá-las, as filhas e os netos então... ui ui ui” (P51). Aqui, os participantes relataram o sofrimento de não poder estar tão próximos das pessoas queridas quando desejavam, relatando que “Fui visitar a mãe de uma amiga com câncer e não pude abraçá-la” (P87). A subcategoria aqui se relaciona com a categoria de vivências subjetivas, no sentido de se tratar de um estressor emocional, subjetivo, porém com o marcador do isolamento social provocado pela pandemia, diferenciando-se das outras vivências subjetivas.

Contaminação por Covid-19: diz respeito ao campo de sentidos relacionado a contaminação pelo vírus da Covid-19. Também foi reportada pelos participantes como promotora de estresse a contaminação de fato pelo vírus da Covid-19, como é perceptível no excerto em que “A manifestação de sintomas de Covid-19 e o medo de transmiti-la para meu companheiro e meus pais” (P124). A doença como um todo era uma novidade, no qual a humanidade estava desprovida de informações suficientes, deixando a população angustiada e com dúvidas sobre o processo de adoecimento causado pela contaminação do vírus. Nesse sentido, estar contaminado promoveu também para os participantes, o estresse não só consigo mesmos, mas também pela possibilidade de transmitir o vírus para terceiros, “Descobri que 3 familiares estão com coronavírus e possivelmente eu também estou” (P457). E não apenas da contaminação e os sintomas experienciados no momento crítico do adoecimento, mas também das “Sequelas limitantes pós Covid!” (P426).

Medo da morte: diz respeito ao campo dos sentidos relacionado ao medo da morte provocado pela pandemia da Covid-19. O medo da morte também se apresentou como uma situação estressora para os participantes, relatando que “O estresse dos últimos dias estão relacionados ao medo da morte, não a minha, mas da minha mãe, logo, minha preocupação estressora é em saber se de fato minha mãe está bem, porém, não

classifico exatamente como um estresse, mas, como um processo ansioso” (P105) e “Se sentir incapaz diante dessa doença” (P108). A presença da subcategoria corrobora um estudo com grupos terapêuticos durante a pandemia de Covid-19, onde foi reportado que o maior medo dos participantes do grupo era exatamente o da morte pela doença e a perda de pessoas próximas (MENEGHEL; RIBEIRO; OLIVEIRA, 2022).

Categoria temática 9: sobrecarga de atividades

Essa categoria engloba o campo dos sentidos relacionado a quantidade de tarefas a serem desenvolvidas durante a pandemia. Em meio à pandemia de Covid-19, foi preciso dar conta de uma série de tarefas, de maneira que participantes relataram ter vivenciado uma sobrecarga de atividades. Foi sentida pelos participantes desta categoria como “Uma quantidade imensa de coisas para fazer em pouco tempo e em condições adversas” (P157).

A realidade doméstica foi alterada para muitas pessoas, apontadas pelos participantes como eliciadoras de estresse, observadas no excerto “Sobrecarga das tarefas domésticas” (P141), “Problemas de manutenção de casa” (P166). A sobrecarga de atividades foi sentida em aspectos diversos, como também de maneira relacional “Me sentindo pressionado em ter que dar atenção a filhos e namorada, estando ao mesmo tempo com atividades pra fazer” (P5). Nesse sentido, em estudo sobre estresse de pais brasileiros que ficaram com os filhos em casa durante o isolamento social devido à pandemia, Schönffeldt e Bücker (2022) apontaram a sobrecarga de atividades domésticas somadas às atividades laborais como um grande fator estressor, potencialmente deletério à saúde mental.

A sobrecarga de atividades se mostra um exemplo direto de situação estressora, sendo o estresse, como citado anteriormente, compreendido como a incapacidade de dar conta de uma determinada demanda com os recursos necessários. Nesse sentido, os recursos psíquicos dos sujeitos se encontram de forma insuficiente para conseguir resolver o que era necessário, o que era demandado.

Categoria temática 10: serviços

Na décima categoria encontrada nas respostas trazidas pelos participantes, dificuldades com serviços foram apontadas também como causadoras de estresse. Tanto os serviços públicos “Declaração do Imposto de Renda” (P268), “Demandas com o MP” (P342), quanto privados “Pedido que veio errado pelo Delivery” (P20) e “Cobrança indevida no plano de celular” (P267) foram percebidos como situações estressantes para os participantes. Dessa forma, problemas na execução dos serviços foram trazidos como as fontes causadoras de estresse como a “Negligência hospitalar com o estado de saúde de meu bisavô” (P369).

As situações estressoras relatadas aqui referem-se às falhas no serviço, erros e atrasos. Das falhas, inevitáveis, produz-se uma relação de disparidade entre o cenário imaginado e o que de fato aconteceu, provocando então, o estresse como uma tentativa de reação à situação-problema. Dessa forma, os mecanismos de *coping* buscam soluções tanto para o desgaste emocional provocado, quanto para a resolução da falha no serviço. Em meio à pandemia, os serviços públicos e privados passaram por amplas mudanças em sua maioria, mudando a operacionalização e abrindo margem para falhas inesperadas. Ademais, os problemas como serviços fazem parte da vivência em sociedade, e seja com ou sem o cenário pandêmico, potenciais geradores de estresse.

Categoria temática 11: contexto social

Essa categoria de sentidos engloba o campo de sentido relacionado ao contexto social vivenciado pela população durante a pandemia como situação estressora. Experiências de percepção da desigualdade no país, assim como os reflexos no cotidiano dessas mesmas diferenças, é percebida no excerto como “Um rapaz de moto tentou pegar meu celular quando meu estava andando na calçada” (P83). Foi sentida uma “Pressão psicológica por conta da pandemia, suas consequências no dia a dia e descaso governamental e populacional” (P131), que para alguns participantes, essa percepção se direcionou

para outras questões, como a política, ressaltando que “O governo bolsonaro é o mais estressor dos últimos tempos, todas as informações que são relacionadas a ele são estressoras” (P177). Aqui se mostra uma série de afetações, de situações estressoras marcadas pela percepção de problemas sociológicos e políticos. Se encaixa, então, em um sofrimento percebido pela pesquisa, que exprime diretamente situações estressoras que se ligam a uma percepção que perpassa o sujeito, que é sentida de maneira individual, mas que se refere a uma situação vivenciada pela sociedade como um todo.

É importante destacar que a pandemia de Covid-19 foi vivida com todas as mazelas sociais que o país possui. O vírus é o mesmo para todos, mas a forma como atacou as populações não foi, de forma que as classes menos favorecidas foram mais impactadas pela falta de serviços de saúde, equipamentos de proteção pessoal, moradia adequada, além de ficarem mais expostas ao vírus por frequentemente não poder ir ao trabalho presencialmente, utilizando majoritariamente o transporte público. Dessa forma, no Brasil, a população negra representou 55% dos que morreram em hospitais, enquanto que a de brancos foi de 34% (ARAÚJO; CALDWELL, 2021). Enquanto a pandemia acabou com empregos e elevou a inflação, os mais ricos do planeta viram suas fortunas crescerem vertiginosamente (GONÇALVES; SOUZA, 2022). A percepção dessa realidade desigual na sociedade, até na experiência de se viver uma pandemia, provoca uma sensação de injustiça e de revolta que ecoa nos participantes de maneira que se torna um estressor, como não saber “Lidar com situação em que a classe social mais Alta é favorecida” (P205).

Assim, as situações estressoras aqui relatadas se encaixam em uma gama de sensações de percepção de incapacidade do sujeito de dar conta da demanda externa. Nesse sentido, a demanda externa em questão é justamente a sociedade brasileira, sua desigualdade, falta de segurança e seu universo político. Se trata de situações estressoras que os sujeitos dificilmente teriam oportunidade de fato modificar, de produzir um tipo de *coping* que atue diretamente na fonte estressora, sendo possível apenas uma reação às afetações provocadas por ela. Dessa forma, se tratam de fontes estressoras

externas que agem diretamente no sujeito provocando a reação de estresse, com o fator de serem imutáveis pelo próprio sujeito.

Categoria temática 12: sem estresse

Essa categoria engloba o campo dos sentidos relacionado a nenhum tipo de situação estressora, como observado no excerto “Não tive” (P241), “Não tive nenhum ponto estressante” (P248). Aqui cabe, então, a reflexão sobre a percepção do que significa “estresse” socialmente. O sentido das palavras muda conforme quem as recebe, e talvez a percepção de estresse para os respondentes desta categoria seja de uma outra ordem, compreendendo uma situação estressora como algo maior, mais impactante.

Também há a possibilidade de os respondentes que se enquadram na categoria “sem estresse” não estarem dispostos a falar sobre si para a pesquisa. Assim como foi percebida a capacidade de pessoas de falarem intimidades e vivências extremamente difíceis ao responder a pesquisa, também existem aqueles que se negam a responder de fato, talvez até como uma forma de evitação de se lembrar da situação estressora.

Considerações finais

A pandemia da Covid-19 obrigou a população brasileira a vivenciar experiências complexas como o isolamento/distanciamento social e situações desencadeadoras de estresse. Assim, o estudo partiu da seguinte pergunta: Quais situações foram, no contexto da pandemia de Covid-19, significadas como estressoras para os brasileiros? O objetivo foi o de investigar os sentidos das situações estressoras no primeiro ano da pandemia para a população brasileira. O estudo mostrou que a população brasileira construiu sentidos de situações estressoras relacionadas a pandemia, foram sentidos que afetaram as questões psicológicas e emocionais da população, provocando um desgaste físico e mental.

Os achados do estudo se configuram em doze categorias temáticas, que demonstram, através das trocas de informações e das

vivências da pandemia, como a população construiu os sentidos da pandemia. Esses achados indicam que situações de urgência sanitária, como a pandemia da Covid-19, impõe a população situações extremamente estressantes, sejam nas relações afetivas, educacionais ou de trabalho, causando sofrimento psicológico. O estudo também nos oportuniza compreender essa vivência de situações estressoras da pandemia em âmbito nacional, o que nos permitiu observar que em todas as regiões do Brasil, a população construiu sentidos relacionados a situações estressoras.

Uma das limitações do estudo é o contexto em que os dados foram gerados, pessoas das diferentes regiões do país podem não ter respondido o questionário por não se sentirem confortáveis, assim como outras pessoas pode não ter respondido por não possuírem acesso à internet ou não possuírem aparelhos que lhes proporcionassem acesso ao questionário. Por outro lado, o estudo possui suas potencialidades, como a possibilidade de acessar, através da internet, pessoas de todo o território nacional, o estudo por ser qualitativo, possui uma amostra robusta da população brasileira, o que dá maior compreensão do fenômeno. É de suma importância que outros estudos sejam fomentados, principalmente no pós-pandemia, investigando como a população brasileira está significando as situações estressoras relacionadas a pandemia.

O estudo contribuiu para o campo de estudo dos sentidos, indicando como a população brasileira significaram as situações estressoras durante a pandemia da Covid-19, aumentando o lastro de estudos qualitativos, principalmente levando em consideração a perspectiva do Interacionismo Simbólico de Mead e Blumer, e da Sociologia do Conhecimento de Berger e Luckmann. Também contribui para os estudos relacionados a psicologia da Covid-19 no Brasil, pois os resultados reforçam que a construção de sentidos perpassa pelas interações e trocas sociais que as pessoas estabelecem com o meio e com os outros, ressignificando os conhecimentos compartilhados e vivenciados em tempo pandêmico.

Referências

- ALZUETA, Elisabet *et al.* How the COVID-19 pandemic has changed our lives: A study of psychological correlates across 59 countries. *Journal of clinical psychology*, v. 77, n. 3, p. 556-570, 2021. DOI: doi.org/10.1002/jclp.23082. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/jclp.23082>. Acesso em: 2 jun. 2023.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION *et al.* *DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. Artmed Editora, 2014.
- ANTUNES, J. Estresse e doença: o que diz a evidência?. *Psicologia, saúde & doenças*, Portugal, v. 20, n. 3, p. 590-603, nov./2019. DOI: doi.org/10.15309/19psd200304. Disponível em: <http://doi.org/10.15309/19psd200304>. Acesso em: 2 jun. 2023.
- ARAÚJO, E. M.; CALDWELL, K. L. Por que a covid-19 é mais mortal para a população negra? In: ASSOCIAÇÃO Brasileira de Saúde Coletiva (org.). *População negra e covid-19*. Abrasco, 2021. p. 8-10.
- BACCARIN, J. G.; DE OLIVEIRA, J. A. Inflação de alimentos no Brasil em período da pandemia da COVID 19, continuidade e mudanças. *Segurança Alimentar e Nutricional*, v. 28, p. e021002-e021002, 2021. DOI: doi.org/10.20396/san.v28i00.8661127. Disponível em: <https://doi.org/10.20396/san.v28i00.8661127>. Acesso em: 2 jun. 2023.
- BARTHOLO, T. L. *et al.* Perda de Aprendizagem e Desigualdade de Aprendizagem Durante a Pandemia De Covid-19. *Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, v. 31, n. 119, p. e0223776, 2023. DOI: doi.org/10.1590/S0104-40362022003003776. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ensaio/a/8sNJkg9syT5dXMP9wrBtbDc>. Acesso em: 2 jun. 2023.
- BAUER, M. E. Estresse: como ele abala as defesas do corpo? *Ciência hoje*, Rio Grande do Sul, v. 30, n. 179, p. 20-25, jan./2002.
- BERGER, P. L.; LUCKMANN, T. *A construção social da realidade: tratado de sociologia do conhecimento*. 27. ed. Petrópolis: Vozes, 2007.
- BLUMER, H.; REIS, C. M. Sociedade como interação simbólica. *Plural*, [s. l.], v. 25, n. 2, p. 282-293, 2018. DOI: doi.org/10.11606/issn.2176-8099.pcs0.2018.153656. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/plural/article/view/153656>. Acesso em: 2 jun. 2023.
- BLUMER, H. *et al.* La posición metodológica del interaccionismo simbólico. *El interaccionismo simbólico: Perspectiva y método*, p. 1-44, 1982.
- BLUMER, H. *Symbolic interactionism: Perspective and method*. Univ of California Press, 1986.
- BRASIL. Casa Civil. *Lei nº 14.216, de 7 de junho de 2021*. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2021/Lei/L14216.htm. Acesso em: 20 dez. 2022.
- BRASIL. Ministério da Saúde. *Gabinete do Ministro. Informações sobre a vacina em 2023*. Brasília, 2023.
- BROOKS, S. K. *et al.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review. *The Lancet*, Londres, v. 395, n. 10227, p. 912-920, fev./2020. DOI: [doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8). Disponível em: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673620304608>. Acesso em: 11 abr. 2023.

CARDOSO, M. F. P. T. et al. The COVID-19 pandemic and nurses' attitudes toward death. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 29, 2021. DOI: doi.org/10.1590/1518.8345.4769.3448. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/8wkzmmpprmXtYnCXNRRP3wx>. Acesso em: 15 mar. 2023.

CASTILHO, D. R.; LEMOS, E. L. S. Necropolítica e governo Jair Bolsonaro: repercussões na segurança social brasileira. *Revista Katálysis*, v. 24, n. 2, p. 269-279, maio de 2021. DOI: doi.org/10.1590/1982-0259.2021.e75361. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rk/a/TyMKscqwjWfwpbScmWpwCvc>. Acesso em: 15 mar. 2023.

CAVALCANTE, J. R. et al. COVID-19 no Brasil: evolução da epidemia até a semana epidemiológica 20 de 2020. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 29, n. 4, p. e2020376, 2020. DOI: doi.org/10.5123/S1679-49742020000400010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/zNVktw4hcW4kpQPM5RrsqXz>. Acesso em: 15 mar. 2023.

CHAVES, E. C.; CADE, N. V.; MONTOVANI, M. F.; LEITE, R. C. B.; SPIRE, W. C. Coping: significados, interferência no processo saúde-doença e relevância para a enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo*, v. 34, n. 4, p. 370-375.2000. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/reeusp/issue/view/3409>. Acesso em: 15 mar. 2023.

COSTA, N. N. G.; SERVO, M. L. S.; FIGUEREDO, W. N. COVID-19 and the occupational stress experienced by health professionals in the hospital context: integrative review. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 75, p. e20200859, 2022. DOI: doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0859. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/t7P6RzgVjBWHMcmfszqw8SJ>. Acesso em: 15 jun. 2023.

COSTA, P.; SANTOS, P.; VIEIRA, L. Impacto econômico das vacinas contra COVID-19. Subsecretaria de Saúde Gerência de Informações Estratégicas em Saúde – CONECTA-SUS. Disponível em: <https://www.saude.go.gov.br/files//conecta-sus/produtos-tecnicos/2022/Impacto%20econ%C3%B4mico%20das%20vacinas%20contra%20COVID-19.pdf>. Acesso em: jun. 2022.

COSTA, S. S. Pandemia e desemprego no Brasil. *Revista de Administração Pública*, v. 54, p. 969-978, 2020.

COULDRY, N.; HEPP, A. Mídia e a Construção Social da Realidade. In: *The Oxford Handbook of Digital Media Sociology*. 2020.

COUTINHO, C. P. A qualidade da investigação educativa de natureza qualitativa: questões relativas à fidelidade e validade. *Educação Unisinos*, 12(1):5-15, janeiro/abril 2008 2008. Disponível em: <https://hdl.handle.net/1822/7884>. Acesso em: jun. 2022.

CREPALDI, M. A. et al. Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 37, p. e200090, 2020. DOI: doi.org/10.1590/1982-0275202037e200090. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/LRmfcnxMXwrbCtWSxJKwBkm>. Acesso em: jun. 2022.

DA PIEVE, D. R. F.; CARLOTO, A. F. Da pandemia da Covid-19 ao avanço da racionalidade neoliberal sobre o trabalho. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 2, p. 12442-12453, fev. 2021. DOI: doi.org/10.34117/bjdv7n2-048. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/24185/19358>. Acesso em: jun. 2022.

DIAS, E. N.; PAIS-RIBEIRO, J. L. O Modelo de em Coping em de Folkman e Lazarus: Aspectos Históricos e Conceituais. *Revista Psicologia e Saúde*, v. 11, n. 2, p. 55-66, 2019. DOI: doi.org/10.20435/pssa.v11i2.642. Disponível em: <https://pssaucdb.emnuvens.com.br/pssa/article/view/642>. Acesso em: 15 jun. 2023.

FOLKMAN, S. Stress, coping, and hope. *Psycho-Oncology*, v. 19, n. 9, p. 901-908, 2010. DOI: doi.org/10.1002/pon.1836. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/pon.1836>. Acesso em: 25 out. 2022.

FOLKMAN, S.; LAZURUS, R. S. If it changes it must be a process: study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 48, n. 1, p. 150-70, 1985.

FREUD, S. Luto e Melancolia. In: FREUD, S. Obras completas vol. 12. 7ª ed. Vol. 12. São Paulo: Cia. das Letras, 2019. p. 170-195.

GIAMATTEY, M. E. P. et al. Rituais fúnebres na pandemia de COVID-19 e luto: possíveis reverberações. *Escola Anna Nery*, v. 26, n. spe, p. e20210208, 2022.

GONÇALVES, R.; SOUZA, E. Â. Somos todos youtubers? Indústria 4.0 e precarização do trabalho docente em tempos de pandemia. *Serviço Social & Sociedade*, n. 144, p. 33-51, maio 2022.

GOULART, D. M. A pesquisa qualitativa em psicologia: contradições, alternativas e desafios. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, v. 7, n. 1, p. 6-9, 2018. DOI: doi.org/10.17267/2317-3394rps.v7i1.1825. Disponível: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/1825>. Acesso em: 15 jun. 2023.

GUNDIM, V. A.; ENCARNAÇÃO, J. P.; SANTOS, F. C.; SANTOS, J. E.; VASCONCELLOS, E. A.; SOUZA, R. C. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de Covid-19. *Revista Baiana de Enfermagem*, v. 35, 2020. DOI: doi.org/10.18471/rbe.v35.37293. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/37293>. Acesso em: 15 jun. 2023.

HAN, Byung-Chul. A sociedade do cansaço. Tradução de Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes, 2014.

HEIDEGGER, M. O ser e o tempo. Tradução de Márcia de Sá Cavalcante. Petrópolis: Vozes, 2012.

KOVÁCS, M. J. Morte e desenvolvimento humano. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

LAHOR, A. Amazônia sem respirar: falta de oxigênio causa mortes e revela colapso em Manaus. *RADIS: Comunicação e Saúde*, n. 221, p. 20-23, fev. 2021.

LAZARUS, R. S.; FOLKMAN, S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, 1984.

LEE, A. M.; WONG, J. G.; MCALONAN, G. M.; CHEUNG, V.; CHEUNG, C.; SHAM, P. C.; CHU, C. M.; WONG, P. C.; TSANG, K. W.; CHUA, S. E. Stress and psychological distress among SARS survivors 1 year after the outbreak. *Canadian journal of psychiatry*, v. 52, n. 4, p. 233-240, 2007. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/toc/cpab/52/4>. Acesso em: 15 jun. 2023.

MARGIS, R. et al. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, v. 25(supple 1), p. 65-74, abr. 2003. DOI: doi.org/10.1590/S0101-81082003000400008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rprs/a/Jfqm4RbzpJhbxskLSCzmjgb>. Acesso em: 15 jun. 2023.

MATTEI, L.; HEINEN, V. L. Balanço dos impactos da crise da COVID-19 sobre o mercado de trabalho brasileiro em 2020. *Revista Katálisis*, v. 25, n. 1, p. 43-61, jan. 2022. DOI: doi.org/10.1590/1982-0259.2022.e82492. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rk/a/qBZvCv4JnysDcgCndLPFTw>. Acesso em: 15 jun. 2023.

MENEGHEL, S. N.; RIBEIRO, R. H.; OLIVEIRA, D. C. Grupos virtuais no enfrentamento do medo e da morte durante a epidemia de covid-19: contribuições da saúde coletiva. *Saúde e Sociedade*, v. 31, n. 1, p. e210294, 2022. DOI: doi.org/10.1590/S0104-12902022210294. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/nCZCwVnqkHrFbMy6Dd3scgt>. Acesso em: 10 mar. 2023.

MIGUEL, L. A. P.; POPADIUK, S. A semiótica do compartilhamento de conhecimento tácito: um estudo sob a perspectiva do interacionismo simbólico. *Cadernos EBAPE.BR*, v. 17, n. 3, p. 460-473, 2019. DOI: doi.org/10.1590/1679-395172519. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cebape/a/9TpKrZRRYCdH555pnDfBD>. Acesso em: 10 mar. 2023.

MURTA, S. G.; TRÓCCOLI, B. T. Avaliação de intervenção em estresse ocupacional. *Psicologia: teoria e pesquisa*, v. 20, n. 1, p. 39-47, 2004. DOI: doi.org/10.1590/S0102-37722004000100006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/vmxyVMNKByV7rGMfB9Zcpbn>. Acesso em: 10 mar. 2023.

NASCIMENTO, A. M. et al. Autoconsciência, coping e espiritualidade: sentidos e vivências de sofrimento em tempo de pandemia covid-19 – perspectivas da psicologia cognitiva. *Amazonica: Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, v. 15, n. 1, jan-jun, p. 330-375, 2022. Disponível em: <https://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/amazonica/issue/view/527>. Acesso em: 10 mar. 2023.

NERI, M.; OSORIO, M. C. Evasão escolar e jornada remota na pandemia. *Revista NECAT: Revista do Núcleo de Estudos de Economia Catarinense*, v. 10, n. 19, p. 28-55, 2021. Disponível em: <https://ojs.sites.ufsc.br/index.php/revistanecat/issue/view/307>. Acesso em: 10 mar. 2023.

NETO, M. et al. Fake news no cenário da pandemia de Covid-19. *Cogitare enfermagem*, v. 25, 2020. DOI: doi.org/10.5380/ce.v25i0.72627. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72627>. Acesso em: 10 mar. 2023.

NEVES, E. F.; OLIVEIRA, S. V.; PAULI, R. I. P. As medidas governamentais de enfrentamento ao desemprego no Brasil em razão da COVID-19. 2020.

ORELLANA, J. D. Y.; MARRERO, L.; HORTA, B. L. Mortalidade por COVID-19 no Brasil em distintos grupos etários: diferenciais entre taxas extremas de 2021 e 2022. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 38, n. 15, 2022. Disponível em: <https://cadernos.ensp.fiocruz.br/csp/sumario/volume/39>. Acesso em: 10 mar. 2023.

ORNELL, F. et al. "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*. 2020, v. 42, n. 3 p. 232-235. DOI: doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/WGD9CnJ95C777tcjnkHq4Px>. Acesso em: 10 mar. 2023.

OUR WORLD IN DATA. Coronavirus (COVID-19) Vaccinations. Disponível em: <https://ourworldindata.org/covid-vaccinations>. Acesso em: 20 dez. 2022.

PATRICK, S. W. et al. Well-being of parents and children during the COVID-19 pandemic: a national survey. *Pediatrics*, v. 146, n. 4, 2020. DOI: doi.org/10.1542/peds.2020-016824. Disponível em: <https://publications.aap.org/pediatrics/article/146/4/e2020016824/79686/Well-being-of-Parents-and-Children-During-the>. Acesso em: 20 dez. 2022.

PAULA, N.; ZIMMERMANN, S. A insegurança alimentar no contexto da pandemia da Covid-19 no Brasil. *Revista NECat*, v. 10, n. 19, p. 55-66, 2021. Disponível em: <https://ojs.sites.ufsc.br/index.php/revistanecat/article/view/4849>. Acesso em: 20 dez. 2022.

PESQUISA SAN. 2º Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da COVID-19 no Brasil. Disponível em: <https://pesquisassan.net.br/20-inquerito-nacional-sobre-inseguranca-alimentar-no-contexto-da-pandemia-da-covid-19-no-brasil/>. Acesso em: 15 jun. 2023.

PIRAJÁ, G. et al. Autoavaliação positiva de estresse e prática de atividades físicas no lazer em estudantes universitários brasileiros. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 18, n. 6, p. 740-740, 2013. DOI: dx.doi.org/10.12820/rbafs.v18n6p740. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/RBAFS/article/view/2861>. Acesso em: 20 dez. 2022.

ROSA, B.; COSTA, L.; GIORNO, S. Ensino remoto emergencial em tempos de pandemia: a percepção de alunos do ensino médio e técnico integrado no uso do Ambiente virtual de aprendizagem. In: *Anais do CIET: EnPED: 2020 (Congresso Internacional de Educação e Tecnologias | Encontro de Pesquisadores em Educação a Distância)*. 2020.

SAVÓIA, Mariângela Gentil; SANTANA, Paulo Reinhardt; MEJIAS, Nilce Pinheiro. The adaptation of coping strategies inventory by Folkman and Lazarus into portuguese. *Psicologia USP*, v. 7, n. 1-2, p. 183-201, 1996.

SCHÖNFFELDT, S. D. G.; BÜCKER, J. Saúde mental de pais durante a pandemia da COVID-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 71, p. 126-132, 2022.

SCHUCHMANN, A. Z. et al. Isolamento social vertical X Isolamento social horizontal: os dilemas sanitários e sociais no enfrentamento da pandemia de COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, n. 2, p. 3556-3576, 2020. DOI: doi.org/10.34119/bjhrv3n2-185. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/9128/7738>. Acesso em: 20 dez. 2022.

SOARES, J. P. et al. Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19: revisão integrativa. *Saúde em debate*, v. 46, p. 385-398, 2022. Disponível em: <https://www.saudeemdebate.org.br/sed/article/view/5689>. Acesso em: 10 abr. 2023.

SOUSA, M. B. C.; SILVA, H. P. A.; GALVÃO-COELHO, N. L. Resposta ao estresse: I. Homeostase e teoria da alostase. *Estudos de Psicologia (Natal)*, v. 20, p. 2-11, 2015.

WANG, C. et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, v. 17, n. 5, p. 1729, 2020. DOI: doi.org/10.3390/ijerph17051729. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/5/1729>. Acesso em: 10 abr. 2023.

PARTE 2

A prática clínica em psicologia na pandemia de Covid-19

3.

A psicologia no exército brasileiro e o enfrentamento da pandemia de Covid-19

André Oliveira de Assis Núñez
Sarah Camello Vasconcellos
Alexsandro Medeiros do Nascimento

Introdução

No final de 2019 foi registrado no escritório da Organização Mundial da Saúde (OMS), na China, o primeiro caso oficial de Covid-19, ainda com causa desconhecida, provocando interesse das autoridades sanitárias. Ao final de janeiro de 2020, foi decretado estado de emergência em saúde pública por se tratar de uma calamidade com interesse mundial. A Covid-19 é uma síndrome respiratória aguda grave (SRAG) infecciosa, causada por coronavírus. A doença tem uma alta transmissibilidade e ocasiona sintomas leves a graves, gerando elevada demanda por cuidados intensivos e alta quantidade de óbitos (CAMPOS, 2020). Sendo que esta pandemia interferiu diretamente o funcionamento interpessoal e laboral da sociedade, como exemplo, cita-se o Exército Brasileiro, que baseado na Constituição Federal (1988) é uma instituição nacional permanente e regular, juntamente com a Marinha e a Aeronáutica, organizada com base na hierarquia e na disciplina, sob a autoridade suprema do Presidente da República, destinado à defesa da Pátria, à garantia dos poderes constitucionais e, por iniciativa de qualquer destes, da lei e da ordem.

Nesse contexto pandêmico, o Exército Brasileiro (EB) teve uma importante participação na luta para atenuar as consequências do novo coronavírus por todo o país na Operação Covid-19. Dentre as diversas atividades, houve o empenho de executar ações de desinfecção de espaços públicos, transporte de materiais e insumos de saúde, atendimento de saúde a comunidades indígenas, entre outras tarefas (BRASIL, 2020a), em que podemos acrescentar a intensa participação dos psicólogos do EB, que se envolveram ativamente no cuidado da saúde mental dos militares e seus dependentes.

Os dados deste estudo são referentes ao resultado da apresentação no Simpósio Internacional LACCOS 2021 e I Encontro LACCOS “Psicologia & Morte” realizada no Curso de Pós-graduação em Psicologia Cognitiva pela Universidade Federal de Pernambuco. O objetivo da presente pesquisa consiste em caracterizar as mudanças da Psicologia Militar dentro do Exército Brasileiro ocorridas por causa da pandemia de Covid-19.

A pesquisa aqui desenvolvida é documental, recorrendo a diversas fontes, que não sofreram tratamento analítico prévio, tais como: tabelas estatísticas, jornais, revistas, relatórios, documentos oficiais. Desse modo, foram realizadas a pesquisa e a análise de notas técnicas, notas informativas, pareceres técnicos, informações institucionais, melhores práticas em tempos de pandemia da Covid-19 (GERHARDT; SILVEIRA, 2009). Além disso, utilizou-se da experiência do autor do texto, que tem mais de dez anos de vivência na área da psicologia militar, em que já teve a oportunidade de servir na Seção Psicopedagógica de um Colégio Militar, em uma Seção do Serviço de Assistência Social de uma Região Militar e atualmente encontra-se atendendo em um Hospital do Exército, atuando como psicólogo hospitalar e clínico.

Nessa perspectiva, o estudo se justifica pois os resultados visam elencar as mudanças dentro da Psicologia Militar do Exército Brasileiro em diversas áreas de interesse, verificando os aspectos positivos encontrados com as alterações ocorridas por causa do Covid-19 no trabalho dos Psicólogos.

Vale observar que cresce de importância a função dos psicólogos durante a pandemia, pois houve uma interferência significativa

na saúde mental das pessoas decorrentes deste contexto, como o isolamento, as incertezas, endividamento, processo de luto, dentre outras questões que estão ocorrendo na nossa sociedade.

Desenvolvimento

Seção do Serviço de Assistência Social

O Exército Brasileiro, doravante EB, divide o Brasil em áreas, sendo chamadas cada uma de Região Militar. Essa estrutura visa atender a organização territorial e administrativa desta Força Armada. Nosso país possui 12 (doze) Regiões Militares, por conta das dimensões continentais (BRASIL, 2020b). Salienta-se que nas Regiões Militares existem às Seções do Serviço de Assistência Social, que será foco de análise neste tópico, coordenadas pela Diretoria de Civis, Inativos, Pensionistas e Assistência Social (DCIPAS).

De acordo com a Constituição Federal (1988) a assistência social é Política de Seguridade Social não contributiva, que provê os mínimos sociais, realizada através de um conjunto integrado de ações de iniciativa pública e da sociedade, para garantir o atendimento às necessidades básicas. No EB, a missão da assistência social é gerenciar e executar ações socioassistenciais, que possibilitem a melhoria da qualidade de vida da Família Militar (BRASIL, 2021a).

Para o BRASIL (2021a) o *Sistema de Assistência Social do Exército (SASEx)* tem por objetivo, coordenar as ações socioassistenciais desenvolvidas em âmbito institucional, de modo a conduzir a atuação dos profissionais das Seções do Serviço de Assistência Social.

Os principais objetivos do SASEx são identificar os determinantes socioeconômicos e culturais; intervir nas relações sociais, por meio de ações de cunho socioeducativo e de prestação de serviços; e apoiar o público-alvo no desenvolvimento da autonomia, exercício da cidadania e acesso aos direitos sociais. Consequentemente, emprega recursos institucionais específicos, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida (BRASIL, 2021a).

Para o BRASIL (2021a) a atuação do psicólogo no âmbito da Assistência Social deve focar na saúde mental como fator

determinante ou interveniente das situações consideradas de risco e/ou de vulnerabilidade social das pessoas. O psicólogo deve atuar de forma integrada à perspectiva interdisciplinar, em especial nas interfaces entre a Psicologia e o Serviço Social, buscando a interação de saberes e a complementação de ações, com vistas à maior resolutividade dos serviços oferecidos.

Ressalta-se que a SSAS possui vários programas e benefícios que são disponibilizados para os militares e seus dependentes. Dentre os quais, citamos o Programa de Apoio Socioeconômico (PASE) que visa priorizar a educação financeira e o enfrentamento das vulnerabilidades socioeconômicas financeira dos militares e seus dependentes (BRASIL, 2016a). O Programa de Apoio à Pessoa com Deficiência (PAPD) objetiva promover a integração e a inserção social da pessoa com deficiência e difundir uma cultura de inclusão dentro das organizações militares, sensibilizando o público interno, de modo a atender as pessoas com deficiência com base no princípio da equidade (BRASIL, 2016b). O Programa de Atendimento Social à Família dos Militares e Servidores Civis Participantes de Missões Especiais (PASFME) busca prevenir o surgimento ou o agravamento de situações de vulnerabilidades sociais, que possam acometer o núcleo familiar dos militares e/ou dos servidores civis participantes de missões especiais e ou de situações especiais (BRASIL, 2016c).

O Programa de Preparação e Apoio à Reserva e à Aposentadoria do Exército Brasileiro (PPREB) visa contribuir para uma mudança de visão em relação ao processo de passagem para a reserva/aposentadoria e estar na reserva/aposentado, a fim de que essa situação não se constitua em um problema existencial e social para o militar (BRASIL, 2016d). Já o Programa de Prevenção à Dependência Química (PPDQ) objetiva sensibilizar o público-alvo sobre os danos causados pelo uso indevido e pela dependência de substâncias psicoativas lícitas e ilícitas, bem como as suas consequências (BRASIL, 2016e).

O Programa de Valorização da Vida (PVV) visa esclarecer e sensibilizar o público-alvo de que o suicídio é um problema de saúde pública, havendo meios de preveni-lo, além de estabelecer ações preventivas e protetivas (BRASIL, 2016f). Por fim, o Apoio à Necessidade de Ensino Especializado (ANEE) promove o ressarcimento aos

militares que tenham dependentes diretos que possuem deficiência (auditiva, física, mental, visual e múltipla), Transtornos Globais do Desenvolvimento (TGD) e altas habilidades ou superdotação, quando da inexistência de Instituições de Ensino Especializado Exclusivo (BRASIL, 2016g).

Baseando-se nas melhores práticas (BRASIL, 2021b) que as SSAS executaram durante a pandemia, percebeu-se que os psicólogos que trabalham nessas Seções enfrentaram esse panorama através de algumas modificações funcionais que serão citadas abaixo.

Houve a implementação durante o período crítico do Covid-19 de uma força-tarefa coordenada por algumas SSAS e outras seções do Comando da Região. Essa força-tarefa desenvolveu diversas ações socioassistenciais voltadas para toda a sorte de vulnerabilidades surgidas durante a pandemia, mas especialmente focadas nos pacientes Covid-19 e seus familiares, com o auxílio e atuação dos psicólogos destas Seções, em que foi dada atenção à saúde mental do público citado.

Por determinação da DCIPAS, as equipes das SSAS fizeram ligações telefônicas para os inativos e pensionistas acima de 60 anos, com a intenção de divulgar assuntos relacionados à Covid-19 e dar prioridade nos casos que tenham vulnerabilidade e problema de ordem psicológica. Quando detectados, os psicólogos entravam em contato com essa demanda, e a depender do caso, faziam o acompanhamento individualmente por telefone ou videochamada.

Paralelo às ligações, houve a elaboração de um questionário psicossocial, através do Google formulários, divulgado na internet para o público acima de 60 anos, a fim de detectar a necessidade de apoio socioassistencial e psicológico no contexto da Covid-19. Enfatiza-se que os psicólogos da SSAS auxiliaram na elaboração do questionário, e por isso, ocorreu também o enfoque das condições psicológicas e da saúde mental.

Com o auxílio dos psicólogos das SSAS, ocorreu uma maciça divulgação nos sites das Regiões Militares sobre informativos da Covid-19 e possível interferência da saúde mental, sendo disponibilizadas dicas de como lidar com a pandemia, dando especial atenção

de como desenvolver a inteligência emocional e aprender a superar os medos advindos deste momento.

Os psicólogos participaram da elaboração de uma cartilha para disseminar à Família Militar informações em tempos de coronavírus no campo do Programa de Valorização da Vida, além da divulgação do Centro de Valorização da Vida (cvv), onde é possível conversar com um voluntário do cvv, 24 horas por dia, gratuitamente. Além disso, através do auxílio destes profissionais, o Exército publicou o guia “Como proteger sua saúde mental” em sua página. O material aborda temas como o cuidado ao lidar com o excesso de notícias e uso das redes sociais, além de destacar a importância da solidariedade, empatia e valorização dos profissionais de saúde.

Os psicólogos da SSAS intensificaram o encaminhamento dos militares e seus dependentes para os psicólogos dos Hospitais que necessitavam de um acompanhamento psicoterapêutico.

Ocorreram diversas palestras, por via remota ou respeitando o distanciamento, organizadas pelas SSAS, acerca dos transtornos psicológicos na pandemia e temas correlatos ao Programa de Valorização da Vida.

Em muitas das vezes, neste período pandêmico, os psicólogos para terem acesso aos militares e seus dependentes que se interessam pelos programas e benefícios disponibilizados pela SSAS, utilizaram como meio de comunicação a modalidade remota, facilitando o acompanhamento e a execução de sua função.

Os psicólogos das SSAS, por todo território nacional, aumentaram a sua participação nos momentos críticos de notificação referente ao falecimento de um ente querido ou no próprio processo de luto, em que tiveram que lidar com este sentimento de perda, principalmente por conta da Covid-19.

Seção Psicopedagógica

Os Colégios Militares (CM) são organizações militares (OM) que funcionam como Estabelecimentos de Ensino de educação básica, com o objetivo de atender à Educação Preparatória e Assistencial. Os CM subordinam-se, diretamente, à Diretoria de Educação Preparatória

e Assistencial (DEPA), atendendo aos dependentes de militares de carreira do Exército, enquadrados nas condições previstas neste Regulamento, e aos demais candidatos, através de concurso de admissão (BRASIL, 2022a).

De acordo com o BRASIL (2013), a Divisão de Ensino coordena todas as atividades relacionadas ao ensino, em parceria com o Corpo de Alunos. Há um chefe da Divisão de Ensino (DE), a Seção de Supervisão Escolar (SSE), uma Seção Psicopedagógica (SPP), uma Seção Técnica de Ensino (STE), uma Biblioteca, dentre outras Seções.

A Seção Psicopedagógica (SPP) é a seção responsável pela orientação educacional dos alunos e dos responsáveis, visando ao aspecto preventivo da sua ação; planeja as atividades que tenham por objetivo assistir o aluno, no processo de aprendizagem e no desenvolvimento de sua personalidade; coordena as atividades relacionadas com a orientação vocacional dos alunos; pesquisa os hábitos de estudo dos alunos e orienta aqueles que apresentarem dificuldades, buscando junto à família o apoio necessário para resolver o problema (BRASIL, 2013).

Além disso, para o BRASIL (2013), a Seção Psicopedagógica engloba o Serviço de Atendimento Educacional Especializado (SAEE), responsável por orientar a confecção e o preenchimento dos documentos de diagnóstico dos alunos público-alvo da Educação Especial. Também busca adaptar os currículos ao previsto nas Normas de Psicopedagogia Escolar da Educação Básica do SCMB para que atendam esses alunos. Segundo BRASIL (2013), a Seção Psicopedagógica é constituída por um Chefe; Orientadores Educacionais; Assistente sociais, Agente Administrativo, e por Psicólogos, preferencialmente em número de 1 (um) para cada ciclo escolar. Este Psicólogo, tem a função de atender os alunos, encaminhados pelos professores ou demais agentes do Ensino, e seus responsáveis, quando necessário; encaminhar os alunos para diversos profissionais, planejar e conduzir projetos referentes a orientação profissional; acompanhar o Orientador Educacional nos demais projetos desenvolvidos e orientar os docentes no trato com os alunos diagnosticados com dificuldades de aprendizagem.

Diante da nova realidade surgida por conta da pandemia, e se baseando nas premissas legais, em 13 de março de 2020, a Diretoria de Educação Superior Militar (DESMIL) da Força Terrestre Brasileira, expandiu novas diretrizes para a execução do ensino remoto para a educação básica de seus 14 (quatorze) Colégios Militares, doravante CM, valendo-se do Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) (BRASIL, 2020c). Tais diretrizes sempre em consonância atinente com a legislação brasileira, emanadas do Ministério de Educação e Cultura (MEC), cujo teor viabilizava o ensino a distância para a educação básica. Tal realidade de educação remota, nos 14 CM, apresentou desafios já nos estudos sistemáticos, no campo das tecnologias educacionais, para criação e utilização dos AVA's, nos CM, realizados pela DEPA, desde 2016 (BRASIL, 2019a).

Desde o primeiro decreto em março, como exemplo, o Colégio Militar de Brasília se manteve no ensino não presencial, compartilhando conteúdos através de seu Ambiente virtual de Aprendizagem, contudo as demais estruturas do Colégio precisavam continuar operando neste cenário inédito e uma delas era a Seção Psicopedagógica. Esta Seção teria que dar prosseguimento à sua missão de orientar os alunos, estimulando o desenvolvimento das dimensões afetiva, cognitiva, comportamental (OLIVEIRA, 2020).

Ao término das Avaliações de Estudo do 1º trimestre, o Colégio Militar do Recife realizou a entrega de cartões de apoio aos alunos assistidos pela Seção Psicopedagógica que obtiveram notas acima de 5,0 nessas provas. Os cartões representavam o reconhecimento aos esforços dos alunos e de seus familiares em conjunto com os profissionais do Colégio Militar do Recife na busca pela construção do conhecimento (ARAÚJO, 2021), em que os psicólogos auxiliaram na elaboração destes cartões, valorizando o reforço positivo.

Em meados de 2020, em alguns Colégios Militares houve uma integração entre os psicólogos da SSAS e do próprio colégio, resultando em uma apresentação em formato de Live para os pais e os alunos sobre o tema de como lidar com os transtornos mentais durante a pandemia.

No Colégio Militar de Brasília, durante a pandemia, houve casos de quadros depressivos entre os alunos. Vale destacar que

alguns alunos dentro do espectro autista se adaptaram muito bem ao ensino remoto e outros não. Ocorreram também situações em que alguns estudantes apresentaram problemas o para acompanhamento das aulas e outros problemas econômicos. Essas demandas chegaram ao conhecimento da seção psicopedagógica através de contatos da família do aluno ou por contatos por iniciativa da própria Seção Psicopedagógica, ao perceber que o aluno estava ausente das aulas on-line ou com baixo desempenho nas avaliações (OLIVEIRA, 2020). A partir do conhecimento destes fatos, houve o acompanhamento dos psicólogos da seção psicopedagógica nestes casos, objetivando utilizar estratégias para melhorar a adaptação dos alunos ao ensino remoto.

Os psicólogos das Seções Psicopedagógicas deram uma atenção especial aos alunos repetentes e aos alunos incluídos no Projeto de Valorização da Vida (PVV), ou seja, com histórico de ideação ou tentativa de suicídio, pois neste período de maior vulnerabilidade social, é necessário a execução de um trabalho preventivo. Observa-se que estes atendimentos foram realizados por via remota e por telefone.

Com a intenção de continuar seguindo as diretrizes, em todos os Colégios Militares, houve a tentativa por parte da Seções Psicopedagógicas de intensificar a integração aluno-escola-família, em que os psicólogos entram em contato com os pais e responsáveis para verificar a situação do aluno identificado com dificuldades iniciais ou que tiraram notas ruins.

Os psicólogos também realizaram contato, escuta, bem como a orientação sobre a saúde mental no período de pandemia com os professores e demais agentes de ensino. Além disso, interações a respeito da adaptabilidade dos docentes às aulas remotas foram importantes, pois nem todos os professores tinham contato com esta modalidade de ensino.

Psicologia Hospitalar

As organizações militares possuem uma Seção de Saúde, onde tem início o apoio médico-odontológico. Os hospitais-gerais e os

de guarnição cuidam dos pacientes mais graves, dando prosseguimento à sua recuperação e evacuação, até ao Hospital Central do Exército. É estruturado em 545 seções de Saúde instaladas em organizações militares da Força; 23 postos médicos de Guarnição; 4 policlínicas militares; 15 hospitais de guarnição; 11 hospitais-gerais, além do Hospital Central do Exército (BRASIL, 2021c), e neste novo panorama da Covid-19, estas organizações militares de saúde tiveram que se adaptar.

O tratamento da doença é sintomático, sendo que a atenção hospitalar tem um papel de suma importância na realização de cuidados intensivos aos pacientes que apresentam sintomas graves. Portanto, tem-se observado que a Covid-19 eleva a demanda por atendimento nas unidades hospitalares, tornando imprescindível a reorganização dos processos de cuidado e o desenvolvimento de estratégias gerenciais para o enfrentamento da pandemia (STOLLER, 2020), e essa readaptação incluem também as funções dos psicólogos hospitalares.

Ao mesmo tempo que a psicologia foi se consolidando no ambiente hospitalar e se colocando como parte de uma equipe multidisciplinar, observou-se um crescimento exponencial de psicólogos como parte dessa especialidade. Por isso, com essa nova possibilidade de atuação sendo evidenciada nos Hospitais, houve a necessidade de regulamentar e reconhecer essa especialidade oficialmente (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2019). Contudo, a Psicologia Hospitalar vive em uma nova realidade decorrente da pandemia. Ser psicólogo hospitalar na atualidade torna-se um desafio, pois não há na formação em Psicologia um foco na pesquisa e atuação no que diz respeito à intervenção psicológica na morte e no processo de luto; nas emergências e desastres; e nas novas modalidades de atendimento, a se destacar o atendimento remoto (GRINCENKOV, 2020; DUAN LI, 2020).

Vale acrescentar que o psicólogo objetiva neste novo contexto, oferecer apoio psicológico aos pacientes e aos familiares durante o enfrentamento ao isolamento proporcionado pela Covid-19, pois o apoio familiar neste momento de diagnóstico e tratamento é relevante. A Psicologia Hospitalar deve proporcionar o contato virtual

entre paciente e família, minimizando o desamparo vivenciado pelos pacientes, além de trabalhar os sentimentos decorrentes da experiência de contato próximo com a morte, comuns em situações de enfermidade, em especial, às vítimas da pandemia e seus familiares (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2020).

Para Segobia (2020), por conta da Covid-19, os pacientes internados no Hospital Militar de Área de São Paulo (HMASP), diagnosticados com o novo coronavírus não poderiam receber visitas. Com isso, a apreensão dos próprios pacientes e familiares mais próximos é alta por conta do isolamento, tornando a situação ainda mais delicada. Visando a humanização hospitalar e amenização desse quadro, as Subcomissões de Psicologia e Informática (equipes técnicas criadas pelo HMASP no intuito do enfrentamento à Covid-19), elaboraram um projeto para a implantação da Televisita para estes enfermos. Com a regulamentação da telemedicina no Brasil, foi possível colocar em prática esta iniciativa. Portanto, foram definidos os protocolos de atendimento, utilização de tablets e celulares, e, junto à Rede Nacional de Ensino e Pesquisa, em parceria com o LAVID da Universidade Federal da Paraíba e com a Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), o aplicativo de telemedicina chamado Vídeo For Health (v4H) permitiu o encontro virtual entre os pacientes, familiares e equipe assistencial de saúde do HMASP.

Outro exemplo que merece destaque transcorreu no Hospital Militar de Área de Brasília (HMAB), que ofereceu serviço de acolhimento aos pacientes, pautado em escutas ativas e empáticas às demandas. O Setor de Psicologia do HMAB estruturou serviço de apoio psicológico aos militares da Operação Covid-19, considerando os três universos envolvidos, que foram os militares que fizeram parte da equipe de saúde que trabalham na linha de frente, os pacientes internados e os familiares. Ressalta-se que aos profissionais de saúde, as ações foram pensadas de forma que possibilite o desenvolvimento da capacidade de resiliência perante as situações vividas, para os demais, os psicólogos estão à disposição para trabalhar na escuta ativa dos problemas que enfrentam. Atualmente, o HMAB desenvolve um processo para apoio psicológico seguro aos casos emergenciais e de risco, que envolvam os pacientes que possam vir

a se internar, seus familiares e profissionais de saúde. Esse atendimento é feito online, por videoconferência. Além disso, acrescenta-se o atendimento presencial, que segue as normas do Conselho, prevendo distanciamento e ambiente arejado (BRASIL, 2020d).

Ocorreram em algumas Organizações Militares da Saúde apresentações que discutiam a adaptação dos Hospitais no contexto da Covid-19 e que de acordo com o BRASIL (2021d) foi realizado por Videoconferência, em maio de 2021, o Seminário “Hospitais Militares na Amazônia e a Pandemia COVID-19: Aprendizados e Desafios”, organizado pelo Hospital Militar de Área de Manaus e contando com a participação de dez Organizações Militares de Saúde nas áreas do Comando Militar da Amazônia e do Comando Militar do Norte. Contando com participantes da equipe de Psicologia e demais membros da equipe multiprofissional, debateu-se os desafios e as boas práticas na garantia da qualidade da assistência e dos aspectos relacionados à saúde mental dos profissionais de saúde no enfrentamento da doença.

Ainda dentro das Organizações Militares de Saúde (OMS), há uma atenção no atendimento clínico nos ambulatórios, com enfoque em diversas abordagens. E com a pandemia, este serviço também foi readaptado de forma significativa. Duas dessas mudanças no atendimento clínico nas OMS – e que ocorreram também em diversos hospitais civis e clínicas de psicologia em todo território nacional – merece atenção especial, que são o aumento significativo dos atendimentos remotos e as mudanças no atendimento presencial. Sendo baseado em uma resolução do Conselho Federal de Psicologia (2020), que orienta esta categoria sobre atendimento on-line durante pandemia da Covid-19, em que flexibiliza a atuação de forma remota, mas reforça necessidade de cumprimento do Código de Ética e obrigatoriedade de cadastro no e-Psi. Caso o psicólogo opte por continuar realizando atendimentos presenciais, recomenda-se a prestação de serviços em locais ventilados, não fechados, que permitam manter distância de um a dois metros entre pessoas, se possível.

Salienta-se a maximização da utilização dos plantões psicológicos em alguns hospitais, atendendo a demanda que aumentou por conta do isolamento e do processo de luto.

Nas Organizações Militares de Saúde (OMS), foram elaborados protocolos para o enfrentamento da Covid-19, informativos digitais, cartazes, vídeo com informações ao público interno e externo sobre a prevenção e formas de transmissão (BRASIL, 2020e), inclusive com a participação dos psicólogos hospitalares nas equipes que elaboraram esses materiais de divulgação.

A Psicologia nas OMS também integra a Comissão de Planejamento Familiar, que realiza a avaliação psicológica do casal candidato à esterilização eletiva. No momento mais intenso da pandemia, esse procedimento foi paralisado e/ou diminuído por não ser algo emergencial, havendo um acompanhamento psicológico, em alguns casos específicos.

Nota-se que no contexto militar, em que há muitas transferências, a distância de seus parentes e amigos que ficaram em suas cidades natais também foi algo significativo durante a pandemia, pois com o aumento de pessoas contaminadas com o vírus da Covid-19 e as consequentes mortes, muitas das vezes não houve uma despedida ou um processo de luto adequado, refletindo significativamente nos aspectos emocionais dos indivíduos.

Conclusão

Com a pandemia, diversas mudanças surgiram no mundo e no Brasil, não sendo diferente no âmbito do Exército Brasileiro. O presente trabalho evidencia a importância das mudanças na função dos psicólogos militares devido à Covid-19, em que o enfoque foi acompanhar a saúde mental da família militar nesse contexto de adversidade. Percebe-se que a mudança no funcionamento laboral dos psicólogos do EB seguiu o panorama da pandemia no Brasil, em que dentro da área de atuação da psicologia ocorreram um intenso esforço em não deixar de executar as suas funções concomitantes à utilização das medidas preventivas contra este vírus.

Nas SSAS, o direcionamento foi o contato com o público vulnerável, principalmente os idosos e os acometidos pelo vírus da Covid-19, além da atenção aos programas e benefícios da assistência social. Nos Colégios Militares, todos os esforços dos psicólogos

das seções psicopedagógicas foram destinados para que a modalidade de ensino remota ocorresse de forma que a aprendizagem fosse efetiva. Também, estes profissionais se dedicaram aos cuidados à saúde mental dos alunos e professores e demais profissionais. Por fim, nas Organizações Militares de Saúde, os psicólogos foram essenciais ao lidar com os aspectos emocionais dos pacientes, dos familiares e a da equipe de saúde – principalmente os que estavam na linha de frente contra a Covid-19, no processo de adoecimento, no isolamento que os pacientes necessitavam passar e sobre o processo de luto.

Vale observar que neste trabalho foi focado três áreas da Psicologia Militar, contudo há diversas outras áreas que os psicólogos podem trabalhar na Força Terrestre, sendo locais mais específicos. Como exemplo, citamos o Centro de Psicologia Aplicada do Exército (CPAEx), que é uma Instituição de Pesquisa responsável pelo assessoramento aos órgãos do Exército Brasileiro acerca da Psicologia aplicada aos contextos militares, bem como na realização de avaliações psicológicas nos diversos processos seletivos da Força Terrestre. Citamos também a Diretoria de Avaliações e Promoções (DAPROM) que tem a função de planejar e avaliar as atividades referentes à avaliação do desempenho, à valorização do mérito, e às promoções do pessoal militar da ativa e dos oficiais temporários, observando as diferentes carreiras.

Ressalta-se que há uma complementariedade entre os psicólogos destas três áreas supracitadas. Quando o psicólogo que serve em um Colégio Militar ou da SSAS observa uma necessidade de psicoterapia de um aluno ou militar respectivamente, há o encaminhamento para o psicólogo que trabalha no ambulatório do Hospital. Já quando o psicólogo hospitalar observa uma vulnerabilidade social, há o encaminhamento do paciente, após o tratamento físico/mental, para a SSAS. Quando por exemplo, um aluno do Colégio Militar apresenta alguma questão social ou relacionado a algum programa da SSAS, também ocorre o trabalho interdisciplinar.

Entretanto, é válido pontuar que as Regiões Militares, os Colégios Militares e os Hospitais do Exército, apesar de terem que

seguir normatizações comuns, estão inseridas nos contextos regionais, interferindo nas peculiaridades de cada organização.

Dentre os limites deste estudo, está o recorte nas mudanças das atividades dos psicólogos militares se baseando em documentos e na própria experiência do autor do texto. A complementação com as contribuições dos psicólogos destas três áreas é fundamental para se avaliarem os desafios e as potencialidades destas mudanças na sua função e no seu sentido de trabalho.

Além disso, toda mudança em determinado contexto ou momento pode ser aproveitada como uma forma de aprendizagem ou aperfeiçoamento. Nessa senda, essas alterações que ainda estão vigentes podem ser acrescentadas no rol de atividades dos Psicólogos Militares da Força Terrestre do Brasil.

Referências

ARAUJO, M. A. S. A. Os Colégios Militares e a pandemia de 2020. Rio de Janeiro: Biblioteca do Exército. 2021.

BRASIL. Região Militar, 07 de agosto de 2020b, Disponível em: <http://portal-ebselecao.eb.mil.br/>. Acesso em: 15 jun. 2022.

BRASIL. Forças Armadas fornecem apoio psicológico durante pandemia de COVID-19. 10 de maio de 2020d. Disponível em: <https://www.gov.br/defesa/pt-br/centrais-de-conteudo/noticias/ultimas-noticias/forcas-armadas-fornecem-apoio-psicologico-durante-pandemia-de-covid-19>. Acesso em: 10 jun. 2022.

BRASIL. Diretoria de Civis, Inativos e Pensionistas e Assistência Social. 20 de maio de 2021b. Melhores Práticas. Disponível em: <http://www.dcipas.eb.mil.br/index.php/pt/melhores-praticas>. Acesso em: 20 jun. 2022.

BRASIL. Hospital Militar de Área de Manaus organiza Seminário Hospitais Militares na Amazônia e a Pandemia COVID-19: Aprendizados e Desafios. 02 de agosto de 2021d. Disponível em: <https://www.hmam.eb.mil.br/noticias/hospitais-trocam-experiencia.html>. Acesso em: 10 jun. 2022.

BRASIL. Boletim Interno DEPA nº 061 de agosto de 2013. Dispõe sobre as Normas de Psicopedagogia Escolar da Educação Básica, 1ª Edição, 2013.

BRASIL. Portaria do DGP nº 131 de 2016. Julho de 2016a. Dispõe sobre o Programa de Apoio Socioeconômico (PASE) no âmbito do Comando do Exército (EB30-IR-50-015).

BRASIL. Portaria do DGP Nº 239 de 2016. Setembro de 2016b. Dispõe sobre o Programa de Apoio à Pessoa com Deficiência (PAPD) no âmbito do Comando do Exército (EB30-IR-50.014).

BRASIL. Portaria do DGP nº 238/2016. Novembro de 2016c. Dispõe sobre o Programa de Atendimento Social à Família dos Militares e Servidores Civis Participantes de Missões Especiais (PASFME) no âmbito do Comando do Exército (EB30-IR-50.013).

BRASIL. Portaria do DGP nº 237 de 2016. Novembro de 2016d. Dispõe sobre o Programa de Preparação e Apoio à Reserva e à Aposentadoria do Exército Brasileiro (PPREB) no âmbito do Comando do Exército (EB30-IR-50.018).

BRASIL. Portaria do DGP nº 183/2016. Setembro de 2016e. Dispõe sobre o Programa de Prevenção à Dependência Química (PPDQ) no âmbito do Comando do Exército (EB30-IR-50.012).

BRASIL. Portaria do DGP nº 151/2016. Agosto de 2016f. Dispõe sobre o Programa de Valorização da Vida (PVV) no âmbito do Comando do Exército (EB30-IR-50.017).

BRASIL. Portaria do DGP nº 015 de 2016. Janeiro de 2016g. Dispõe sobre Ressarcimento do Apoio às Necessidades de Ensino Especializado (ANEE).

BRASIL. DIEX nº 712 – Seç Ens/DEPACIRCULAR. De 19 de julho 2019a. Dispõe sobre a Montagem e Administração dos Ambientes Virtuais de Aprendizagem dos Colégios Militares.

BRASIL. HCE na linha de frente do combate à covid-19. 30 de março de 2020e. Disponível em: <https://www.hce.eb.mil.br/noticias/616-hce-na-linha-de-frente-do-combate-a-covid-19.html>. Acesso em: 10 ago. 2022.

BRASIL. Portaria C EX 1572 de agosto de 2021. Dispõe sobre os Sistema de Assistência Social do Exército (SASEX). Agosto de 2021a.

BRASIL. Serviço de Saúde. 13 de março de 2021c. Disponível em: <https://www.eb.mil.br/saude1#:~:text=Servi%C3%A7o%20de%20Sa%C3%BAde&text=As%20organiza%C3%A7%C3%B5es%20militares%20possuem%20uma,a%20Hospital%20Central%20do%20Ex%C3%A9rcito>. Acesso em: 10 ago. 2022.

BRASIL. Portaria – C Ex Nº 1.714 de 2022. 29 de Abril de 2022a. Dispõe sobre o Regulamento dos Colégios Militares (EB10-R-05.173), 2ª edição.

BRASIL(2020a, novembro 20) Operação Covid 19: Ações de mitigação aos efeitos do coronavírus completam oito meses. Disponível em: <https://www.gov.br/defesa/pt-br/operacao-covid-19-acoes-de-mitigacao-aos-efeitos-do-coronavirus-completam-oito-meses>. Acesso em: 15 set. 2022.

CAMPOS, Mônica Rodrigues *et al.* Carga de doença da COVID-19 e de suas complicações agudas e crônicas: reflexões sobre a mensuração (DALY) e perspectivas no Sistema Único de Saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, 2020.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA – CFP. Resolução nº 4 de 26 de março de 2020. Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. Conselho Federal de Psicologia, 2020. Disponível em: <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-4-2020-dispoe-sobre-regulamentacao-de-servicos-psicologicos-prestados-por-meio-de-tecnologia-da-informacao-e-da-comunicacao-durante-a-pandemia-do-covid-19?origin=instituicao&q=004/2020>. Acesso em: 13 jul. 2020.

DO BRASIL, Senado Federal. Constituição da república federativa do Brasil. *Brasília: Senado Federal, Centro Gráfico*, 1988.

DO DOCUMENTO, COMISSÃO DE ELABORAÇÃO. Referências técnicas para atuação de psicólogas (os) nos serviços hospitalares do SUS. 2019.

DUAN, Li; ZHU, Gang. Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The lancet psychiatry*, v. 7, n. 4, p. 300-302, 2020.

GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. *Métodos de pesquisa*. Plageder, 2009.

GRINCENKOV, Fabiane Rossi. A Psicologia Hospitalar e da Saúde no enfrentamento do coronavírus: necessidade e proposta de atuação. *Hu Revista*, v. 46, p. 1-2, 2020.

OLIVEIRA, Vitor Cibien de. Estratégias de inclusão adotadas pela Seção Psicopedagógica do Colégio Militar de Brasília durante período de aulas não presenciais. 2020.

SEGOBIA, Mauricio MM *et al.* Videocolaboração nas ações de Televisita no Hospital Militar de Área de São Paulo (HMASP) para apoio familiar no combate ao COVID-19: estudo de caso. In: *Anais Estendidos do XXVI Simpósio Brasileiro de Sistemas Multimídia e Web*. SBC, 2020. p. 149-151.

STOLLER, James K. Reflections on leadership in the time of COVID-19. *BMJ Leader*, 2020.

4.

Caminhos de sentido na prática clínica logoterapêutica no contexto da Covid-19

Lorena Bandeira Melo de Sá

O presente capítulo tem por objetivo apresentar delineamentos sobre a prática clínica logoterapêutica no contexto da Covid-19. Tendo a Logoterapia uma base fenomenológico-existencial, sua prática clínica atribui caminhos de sentido a partir da compreensão de seus valores e do reconhecimento de um campo de possibilidades de existir, para além de um contexto devastador, como é caracterizada a pandemia decorrente do coronavírus.

Contexto da Covid-19

A pandemia da Covid-19 causada pelo coronavírus foi decretada pela Organização Mundial de Saúde em março de 2020 (WHO, 2020). Após essa declaração, algumas medidas foram tomadas em todo mundo para conter o avanço do vírus, como uso de máscara, distanciamento e isolamento social. Segundo o site *Our World in Data*, até o dia 14 de julho de 2022, foram diagnosticados oficialmente 559.533.174 casos no mundo todo e 33.076.779 casos no Brasil. Desses, foram 6.363.300 mortes no mundo todo e 674.482 mortes no Brasil, em decorrência da Covid-19. Esses números

apontam que a Covid-19 só não é mais letal do que o vírus da Aids e da Gripe Espanhola, mas já possui uma taxa de óbitos acima da Gripe A (H1N1), Gripe Asiática, Ebola e Dengue.

A medida de isolamento social, apesar de eficaz para conter a transmissão do vírus, trouxe implicações psicossociais, apontadas por alguns autores. Cunha *et al.* (2021) apontam a relação entre a quarentena e o aumento de queixas psiquiátricas na população geral identificando aumento de quadros ansiosos como queixa mais frequente, bem como alteração dos hábitos, desregulação do sono e aumento de apetite, do consumo de substâncias psicoativas e sedentarismo. A ansiedade envolve, sobretudo, o medo do contágio ou de contagiar outras pessoas, o que eleva também o estresse, outro aspecto observado como decorrência do isolamento social.

Outros estudos tem analisado efeitos psicossociais decorrentes do isolamento social em grupos de desenvolvimento específicos. Marinho *et al.* (2022), analisam esses impactos especificamente em crianças e evidenciam consequências principalmente na área afetiva e comportamental, como irritação, depressão e ansiedade. As crianças tiveram hábitos modificados severamente, uma vez que as escolas permaneceram fechadas por meses e as atividades lúdicas precisaram ser realizadas dentro dos lares. Houve um aumento significativo no uso de tela por essas crianças, sobretudo as que já frequentavam as escolas e tiveram as aulas presenciais substituídas pelas remotas. Alguns dados semelhantes foram identificados em estudos que analisavam o impacto do isolamento social em decorrência da Covid-19 em adolescentes, sobretudo no que tange a alterações afetivas e comportamentais (ALMEIDA *et al.*, 2021).

Princípios antropológicos da Logoterapia

A Logoterapia e Análise Existencial é uma abordagem de cunho fenomenológico-existencial, desenvolvida por Viktor Frankl, médico neurologista e psiquiatra, em 1926, sendo essa a data em que Frankl utilizou pela primeira vez o termo Logoterapia (AQUINO, 2012). Ela parte de uma influência filosófica que abrange autores da Fenomenologia, como Heidegger, Husserl e Max Scheler, bem como

autores do Existencialismo, como Jaspers, Kierkegaard e Buber. Do ponto de vista antropológico, a compreensão de visão de homem que ele adota é de que somos seres livres e responsáveis, apontando como motivação existencial básica encontrar um sentido para a vida. Nessa perspectiva, as dimensões psíquica e somática não abarcam a totalidade de quem é o homem, propondo, então, a tese da constituição humana com uma terceira dimensão, que seria a dimensão noética. Dela parte a nossa vontade de encontrar sentido, valores, a espiritualidade, bem como algumas potencialidades humanas (FRANKL, 2003; SANTOS, 2016).

Para Frankl (2011; 2019a), todo ser questiona, em algum momento de sua existência sobre o sentido da vida e que, através dos valores e de sua manifestação, é que será possível o encontro de sentido. Para o autor, a percepção de sentido é única e intransferível, sendo assim, não é possível que um sujeito aponte o sentido do outro, mas unicamente que o motive em sua busca pessoal a fim de encontrá-lo. A partir disso, Frankl (2003) categoriza os valores em três, a ser: valores criativos, experienciais e atitudinais. Os valores criativos correspondem aqueles valores em que é possível encontrar sentido a partir do processo de deixar algo ao mundo, seja através de um trabalho ou alguma expressão artística. Os valores experienciais se referem aqueles valores em que é possível encontrar sentido a partir da relação com os demais seres no mundo, com a natureza ou com uma divindade. Os valores atitudinais, por sua vez, se referem aos valores em que o sujeito precisa assumir um posicionamento diante de uma situação limite, em que ele precisa tomar uma decisão frente a ela. A partir disso, também será possível encontrar um sentido. A partir disso, Frankl (2003) pontua que o encontro de sentido pode estar associado ao amor (valores experienciais), trabalho (valores criativos), sofrimento e morte (valores atitudinais).

No processo de vivenciar sua liberdade, nem todos assumem comportamentos autênticos. Frankl aponta que a falta de percepção de sentido na vida pode evidenciar o vazio existencial, sentimento profundo da falta de sentido na vida que pode ser expressado a partir de atos de violência contra si ou outros, dependência e suicídio (AQUINO, 2012). A realidade pandêmica evidenciou e agravou

expressões de vazio existencial, uma vez que se registrou aumento de casos de violência contra a mulher e automutilação entre jovens, aumento nos dados sobre dependência a substâncias psicoativas e de taxa de suicídio.

Outras expressões de adoecimento coletivo que configuram uma existência inautêntica seriam a atitude existencial provisória, fanatismo, fatalismo e coletivismo (SANTOS, 2016). A atitude existencial provisória é caracterizada pelo sintoma do presentismo, a pessoa que assume uma postura insegura com relação ao futuro e na busca por evitar desprazer e viver o momento a partir de uma orientação pautada no princípio do prazer. Lukas aponta discursos como “de qualquer jeito isso vai acontecer” como forma de tentar justificar tais atitudes e não se implicar no futuro. Essa atitude termina por assumir um caráter extremamente individualista em que o sujeito está preocupado apenas com seu bem-estar, ignorando as pessoas, o meio onde vive. O fatalismo caracteriza um processo de negação do próprio posicionamento ou decisão. Assume inúmeras justificativas para adversidades que podem acometer a si, negando a possibilidade de sua liberdade para com elas, muitas vezes por medo. Lukas vai apontar que o fatalista termina por ser culpado por não reconhecer sua responsabilidade diante de situações.

O pensamento coletivista leva a generalizações que afetam a capacidade da pessoa expressar suas opiniões, crenças e ideias acerca das coisas e do mundo. A partir disso, vivenciam uma relação de massa, que nega a liberdade individual do sujeito ser e terminam por evidenciar um reducionismo. Na atualidade, os comportamentos generalizados e estereotipados das redes sociais caracterizam uma expressão de pensamento coletivista. No fanatismo há uma fixação no pensamento pessoal, ideológico de que a sua percepção das coisas deveria constituir-se uma verdade para os demais. Assim, o fanático não consegue lidar com o fato dos demais pensarem e agirem de forma distinta a ele. Frankl (2019b) acrescenta que aquele que assume uma postura fanática acredita que todos os meios para impor sua percepção das coisas é válida e legítima. Lukas aponta que o fanático quase sempre tem um alvo à sua frente e atribui um sistema valorativo unilateral caracterizado por extremismo.

O contexto pandêmico também evidencia a expressão de atitudes inautênticas, como as posturas de negação da eficácia de medidas de contenção do vírus, que podem ser percebidas como posturas fanáticas e de pensamento coletivista, assim como aqueles que, mesmo ciente da necessidade das medidas, se posicionavam como aceitando as consequências para aproveitar o momento por não saber quando estaria vivo, claramente com um discurso de atitude existencial provisória. Outro exemplo pode ser o de negligência em função a determinadas medidas de contenção ou mesmo de adequação remota de algumas atividades, caracterizando uma postura fatalista. Para Frankl (2022), todos esses processos de inautenticidade, como de vazio existencial são sintomas de uma falta de sentido na vida e é através deles que muitas buscas terapêuticas se localizam.

A prática clínica em Logoterapia

Do ponto de vista da prática clínica, a Logoterapia se estrutura numa perspectiva semi-diretiva, portanto tanto o terapeuta quanto o consultante são responsáveis pelo processo terapêutico no sentido de introduzir temáticas. A abordagem é aberta com relação ao uso de técnica de outras abordagens, desde que a visão antropológica frankliana seja referência nesse processo. Frankl (2011) pontua que não deseja que os logoterapeutas sejam papagaios, a repetir seus escritos, mas que contribuam para o desenvolvimento da abordagem, sendo espíritos independentes, inventivos e criativos.

A clínica logoterapêutica, por ter base fenomenológica-existencial (PEREIRA, 2021) compreende os processos de adoecimento como privação da existência, no sentido de experienciar uma vida inautêntica, desconectada com seus valores e seu sentido. Assim, o sujeito termina por assumir posturas inautênticas existencialmente, como seguir comportamentos de massa, comportamentos fanáticos em que nega a liberdade ao outro, assume uma postura de não-reconhecimento de sua responsabilidade. Todos esses fatores configuram exemplos de adoecimento existencial.

No contexto pandêmico, a clínica logoterapêutica assume um lugar de direcionar uma reflexão ao consultante de reconhecer sua

liberdade para além de condicionantes e a partir disso, perceber que ele não é livre de escolher a existência ou não de uma pandemia, mas é livre para se posicionar para além de uma pandemia. A partir disso, é possível reconhecer um campo de possibilidades, mesmo diante de tantas restrições. Foi assim que pais conseguiram reconfigurar o que seriam atividades lúdicas mesmo com pouco espaço em casa, as instituições escolares conseguiram repensar a forma de gerenciar a educação e a própria configuração da psicoterapia que se adaptou ao formato remoto.

Dentre o uso de técnicas da Logoterapia considerando efeitos psicossociais do isolamento social no contexto da Covid-19, se destacam a derreflexão, diálogo socrático, modulação de atitudes e denominador comum. A derreflexão objetiva a redução de comportamentos de hiper-reflexão, em que existe um pensamento excessivo frente a uma questão e a técnica propõe um redirecionamento de atenção para redução de tensão no consultante. Para o uso da derreflexão, por exemplo, considerando as evidências em todas as etapas de desenvolvimento, o medo de ser contaminado pelo coronavírus pode se apresentar de forma exacerbada, configurando hábitos obsessivos a fim de evitar o contágio. Assim, sendo, direcionar o foco da atenção do consultante para outra atividade pode ser eficaz para redução de quadro ansioso (FRANKL, 2003; ORTIZ, 2013).

O diálogo socrático constitui uma técnica básica da Logoterapia de elaborar questionamentos que contribuam para que o consultante possa refletir sobre demandas apontadas, ou não, em processo terapêutico. Através da pergunta, uma mobilização em prol de responder a essa questão será possível (ORTIZ, 2012). Esta é, portanto, a principal técnica da Logoterapia e que termina compreendendo 90% do processo terapêutico. Num contexto de um atendimento que envolva consequências psicossociais em decorrência da Covid-19, questionamentos acerca das alterações afetivas e comportamentais percebidas e o que isso implica em sua rotina, podem ser alguns exemplos. A técnica do diálogo socrático termina servindo de base para a condução de outras técnicas, como o denominador comum e a modulação de atitudes.

O denominador comum constitui numa técnica de balancear valores envolvidos numa determinada situação a fim de facilitar o processo de tomada de decisão. Em muitos contextos, a realização de duas atividades pode parecer incompatível e nesse momento, o consultante precisa refletir sobre que valores são mais relevantes naquele contexto. Esse processo de balancear situações divergentes e tomar uma decisão pode atravessar um questionamento por parte do terapeuta a partir do diálogo socrático. A técnica da modulação de atitudes consiste num processo de reconhecimento de atitudes que são nocivas ou negativas para o consultante ou as pessoas em seu entorno e mudança dessas atitudes por outras mais saudáveis e funcionais (ORTIZ, 2013).

Considerações finais

A Logoterapia se institui como possibilidade no campo clínico de suporte e reconhecimento existencial no processo pandêmico, seja para questionar a qualidade autêntica da existência e no processo de utilização de técnicas que favorecem esse contexto. Além disso, o próprio princípio logoterapêutico de considerar a busca por um sentido da vida como motivação básica do homem o convoca a refletir, no contexto pandêmico, a encontrar um sentido para além de tanto sofrimento vivenciado. A Logoterapia, mais do que estimular ou direcionar a pessoa a viver e encontrar um sentido na pandemia, busca e proporciona que possamos encontrar um sentido apesar da pandemia.

Referências

- ALMEIDA, I. L. L. *et al.* Isolamento social e seu impacto no desenvolvimento de crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. In: *Rev Paul Pediatr.* 2022.
- AQUINO, T. A. A. *Logoterapia e Análise Existencial.* São Paulo: Paulus. 2012.
- CUNHA, C. E. X. *et al.* Isolamento social e ansiedade durante a pandemia da COVID-19: uma análise psicossocial. In: *Brazilian Journal of Health Review.* v. 4, n. 2. 2021.
- FRANKL, V. E. *Sobre o sentido da vida.* Petropolis-RJ: Vozes. 2022.
- FRANKL, V. E. *O sofrimento humano: fundamentos antropológicos da psicoterapia.* São Paulo: É realizações. 2019a.

- FRANKL, V. E. *Llegará el día en el que serás libre*. Barcelona: Herder. 2019b.
- FRANKL, V. E. *A vontade de sentido*. São Paulo: Paulus. 2011.
- FRANKL, V. E. *Psicoterapia e sentido de vida*. São Paulo: Quadrante. 2003.
- MARINHO, N. da S. A. et al. Psychosocial impacts of the COVID-19 pandemic on children. *Research, Society and Development*, [s. l.], v. 11, n. 4, p. e16511427201, 2022.
- ORTIZ, E. M. *Manual de psicoterapia com enfoque logoterapeutico*. Bogotá: Manual Moderno. 2013.
- ORTIZ, E. M. *El diálogo socrático en la psicoterapia*. Bogotá: SAPS. 2012.
- PEREIRA, I. S. *Tratado de Logoterapia e análise existencial*. São Leopoldo: Sinodal, 2021.
- SANTOS, D. M. B. Logoterapia: compreendendo a teoria através de mapa de conceitos. In: *Arquivos Brasileiros de Psicologia*; Rio de Janeiro, 68 (2): 128-142. 2016.
- WHO, World Health Organization. *Novel Report Coronavirus*, 2020.

5.

Ecoss do confinamento: o que a pandemia de Covid-19 nos ensinou

Emmanuella Galvão Dubut

*O corpo humano é a carruagem.
Eu, o homem que a conduz.
O pensamento, as rédeas.
Os sentimentos, os cavalos.
(Platão)*

Em época alguma, sobreviver exigiu pouco esforço em termos das organizações subjetiva e social, em razão de todos os “arranjos” a que cada sujeito tem acesso, real e simbolicamente. As perdas, desde sempre estiveram presentes para todos e em todas as culturas, contudo, desde março de 2020, após o decreto oficial de que estávamos atravessando uma pandemia, deu-se início à “via-crúcis” de um tempo necessário para cada um elaborar perdas e ganhos e (re)inventar-se.

Apesar de toda situação de crise ser difícil, é nela em que o sujeito exercita a sua potência criativa como modo de sustentação subjetiva. O sujeito busca naturalmente, manter-se em equilíbrio e qualquer ameaça pode desestabilizar (provisória ou

definitivamente) a organização psíquica. Como diz uma citação atribuída a Shakespeare, “é preferível suportar os males que temos, do que voar para aqueles que não conhecemos”.

Contudo, aprender a lidar com o que nos acontece é, necessariamente, estruturante, então fazendo uma referência à Cecília Meireles (1957), concluímos que, de fato, “a vida só é possível reinventada”. Então, a tentativa de estabilização diante de uma crise, implica na possibilidade de reinvenção e convida o sujeito a explorar conceitos e princípios como, por exemplo, a partir da clínica, da literatura, da arte e da cultura, entre outras, a depender das diversas possibilidades de manifestações e representações às quais cada um alcança em seu contexto.

Diante do processo de enlutamento, há perdas que são menos difíceis de serem reconhecidas e aceitas, enquanto experiência dolorosa, já outras são fortemente negadas. O enlutamento é um processo de elaboração subjetiva, uma tentativa de sustentação simbólica a partir de uma perda e essa consternação, advinda da dor de existir, quando ignorada ou mesmo, calada, pode ser gatilho ao se tornar fator de risco para possíveis adoecimentos físicos e psíquicos.

A vida não é linear e programável em sua essência e o estabelecimento de *lockdown* e do isolamento social, forçosamente, gerou inúmeras transformações e reflexões sobre o mundo e o modo de vivermos. Então, com o avanço da pandemia de Covid-19, o confinamento foi se espalhando ao ser regulamentado de um país a outro, sendo amparado pelas mesmas razões sanitárias. Porém isso se estabeleceu de modos muito diferentes, revelando dispositivos políticos e mentalidades fortemente divergentes.

A maioria das pessoas, em seus núcleos sociofamiliares, passou a habitar espaços físicos bem limitados. Percebemos, repentinamente, que estávamos, literalmente, como cita a canção: “cada um no seu quadrado” (COSTA, 2011). Porém, em muitos casos, após uma breve lua de mel familiar, com uma vida, majoritariamente, subtraída das obrigações cotidianas como “transporte-trabalho-casa”, cada um, sozinho ou em seu núcleo social, partilhou de uma espécie de sentimento de asfixia, ligado à clausura da contingência que foi, no mínimo, tão difícil de lidar quanto o medo dessa doença.

O desejado clichê “lar, doce lar” passou a ser questionado em sua doçura. Inegavelmente, foram tempos em que os problemas ligados às obrigações diárias se multiplicaram, particularmente para os que tiveram de lidar simultaneamente com o teletrabalho em domicílio, o cuidado com os filhos e as intermináveis tarefas domésticas. Muito estranhos e familiares a cada um, são sentimentos como frustração, solidão, invasão, medo, angústia, dentre outros.

Cito Epicuro (341-270 A.C.), filósofo grego, em Carta a Meneceu, quando disse que “...o futuro não depende totalmente da nossa vontade, nem é totalmente alheio a ela; não o esqueças, para que não tomes como uma fatalidade o que ainda não aconteceu, nem como impossível de concretizar, àquilo que mais desejas” (EPICURO, 2002).

A partir disso, foi vital a mudança de paradigmas para cada um poder se ressituar contextualmente. Sugiro compararmos à sensação que experimentamos ao entrarmos em um local escuro: é preciso que se passem alguns instantes para que a visão se acostume e percebamos que é possível enxergarmos no escuro. Foi então, na busca de possibilidades, que assistimos ao crescimento dos espaços virtuais, quando o recurso para existirmos no mundo, na maioria dos casos, praticamente se restringiu às ditas “janelas virtuais”. Assim, inferimos que a virtualidade se tornou um imperativo, ou seja, quase sendo “O” modo de mantermos por perto aqueles que costumávamos encontrar, de sustentarmos o trabalho, de encontrarmos algum lazer, de conhecermos pessoas, de interagirmos com a cultura e com a arte, etc.

Se Nietzsche (1985) já dizia que o que não nos destrói, nos fortalece, foi perceptível que, para uma parte da população, a virtualidade promoveu a expansão das fronteiras e o esbarrar com diferentes realidades. A possibilidade de ampliação dos referenciais que balizavam cada sujeito, proporcionou um grande número de ofertas e permitiu conhecer pessoas que a distância geográfica dificultaria, se tomarmos por referência o modo de viver que antecedeu o confinamento.

Isso ocasionou encontros com diferentes estéticas, ideias e conceitos. Eu diria até mesmo, que criou novos conceitos; fazendo

surgir facilitadores da vida cotidiana; permitindo ao sujeito reinventar-se, diante dos novos acontecimentos que lhe iam sendo impostos. Passamos a encenar um roteiro onde os hábitos antigos e balizas sociais foram radicalmente alterados. As “*selfies*” desapareceram e passamos ao mundo das “*lives*” como um modo possível para mostrarmos que o corpo ainda estava vivo. Nesse panorama, a psicanálise aparece como importante componente para entender e aprofundar as novas dinâmicas sociais.

Quando os encontros deixaram de ser entre corpos e passam a se sustentar apenas entre ideias, as marcas da presença do outro passaram a se afirmar, sobretudo, através da voz, ou ainda, em alguns casos, apenas pelo texto escrito nas telas virtuais. Então, ver o rosto de alguém se tornou sinônimo de intimidade. E o encontro com o próprio corpo, com a própria imagem, foi tomando outros formatos, modificando as “antigas” (?) referências. Afinal, arrumar-se por inteiro para quê? Ou para quem?

Subjetivamente, o corpo carrega uma imagem que lhe promove uma consistência psíquica. É um corpo que precisa ser adotado e carregado pelo sujeito. É um corpo que anuncia e denuncia esse sujeito. É um corpo que vive as pulsões, que comunica, que sente, que toca, que experimenta. Nosso aprendizado do mundo é atravessado pelas sensações corpóreas e sensoriais. Nossa construção de uma imagem própria é ancorada pelo olhar de um outro, que nos ajuda a nos referenciar.

Não foi tarefa simples a adaptação aos novos padrões da vida; navegar, surfar na web; jogar sem sair do lugar; viajar sem arrumar bagagem, frequentar museus e parques sem sair do sofá. Ações que até então, convocavam os sujeitos ao movimento, passaram a convocar-nos a bancar um corpo inerte, movimentado, a princípio, pelas ideias. A partir disso, o imaginário emergiu, para o bem e para o mal, com forte potência.

Ainda refletindo sobre como se constrói a organização da corporeidade em tempos de virtualidade e entendendo que essa foi uma questão exacerbada na pandemia, suscito uma reflexão acerca de que efeitos têm sobre os nossos corpos a ausência do olhar do outro? Que efeitos têm sobre as subjetividades a ausência do encontro

e do toque do outro? Vivendo física e virtualmente no mundo do 3D, como podemos pensar a interação restrita ao 2D? Como ficam as ideias e os debates, numa virtualidade controlada por algoritmos que manipulam as nossas informações? Como fica o encontro com a alteridade? Como regular o tempo, o espaço e os limites do nosso corpo, quando a virtualidade tenta quebrar quaisquer barreiras?

Assim não fica difícil entender por que, para alguns sujeitos, o isolamento social descortinou um grande mal-estar, ao fragilizar a capacidade de adaptação e reação e ao produzir, a partir disso tudo, respostas sob a égide dos sintomas psicopatológicos que impactam no equilíbrio da saúde mental e física.

Mas se os progressos da tecnologia permitissem reconstituir, no espaço limitado da casa, um universo de entretenimentos diversos, de onde vem então essa sensação de sufocamento tão angustiante, que metaforizaria a ameaça mortal do ataque pelo vírus? Frequentemente tomamos consciência do tédio através de sensações somáticas de ordem respiratória (impressão de asfixia e taquicardia) ou motora (formigamentos, sensação de peso, imobilidade paralisante). Essas experiências, muito próximas da angústia, informam o sujeito a respeito de uma modificação decorrente da relação entre os seus investimentos libidinais e os objetos disponíveis que o sujeito pode se servir como suporte. Então, a moção pulsional parece ser neutralizada e assim, toda a capacidade de demanda se vê aniquilada, salvo a de uma mudança ligada à chegada milagrosa daquilo que restauraria a vida.

Pensando com Freud (1930), em seu artigo “O mal-estar na civilização”, podemos assinalar um fato singular que, neste caso, penso ser válido destacar, pois apesar de lhe resultar impossível viver o isolamento, geralmente, o sujeito costuma ser mais intolerante ainda aos sacrifícios que lhe impõe a vida em sociedade. A questão agora é que, após o decreto da quarentena, a presença do coronavírus tratou de sacudir o ajuste sintomático que cada um faz da realidade.

Mensurando essa reflexão ao ensino do psicanalista Jacques Lacan, afirmo que isso incide na competência dos 3 registros constitutivos da estrutura psíquica de cada sujeito: R (real), S (simbólico), I (imaginário). Então, da mesma maneira que ocorre, quando se

produz um certo despertar para uma “nova realidade”, esta comoção no ajuste sintomático implica que a questão que traz a pandemia, deve ser reformulada. Nesse sentido, entendo que a psicanálise tem um papel importante nessa tal de “Nova Ordem Mundial”.

Parafraseando Freud (1930), toda cultura, precisa ser defendida dos que atentam contra ela. Nesse lugar, situamos as leis, as instituições e outras formas de organização pertencentes à esfera pública do pacto civilizatório. Além daquilo que atenta contra essa afronta social que pode ser muitas coisas, na contingência atual, é um vírus; surgem impulsos hostis que também comparecem, por exemplo, agindo como uma nova ordem do que foi estabelecido pelos que procuram terminar com a pandemia.

Nesse momento entra em jogo a relação com a lei simbólica. Ao se desarticular o ajuste sintomático com a vida, produzem-se efeitos do real, no campo do gozo (mecanismo psíquico para obtenção de prazer), seja qual for o objeto escolhido para este fim. Mas onde se manifesta de maneira notória a materialização desse sentido, é justamente no registro do imaginário. Todavia, todas essas articulações – R.S.I. – dos 3 registros subjetivos se veem afetadas (LACAN, 1974-1975).

É quando afloram os medos, as paranoias, as preocupações, etc. Os sintomas da angústia aparecem, ao colocar em xeque o próprio sujeito que então, produz uma explosão sintomática. Por exemplo, os pensamentos repetitivos, os comportamentos compulsivos e disfuncionais, o medo, a ansiedade, a ira, os distúrbios do ciclo sono/vigília, a imobilidade com a sensação de paralisia, dentre muitos outros.

Sem dúvida, são impactos psíquicos sem precedentes, referenciando-nos a um problema de saúde mental global, no qual se luta contra um inimigo invisível, criando uma sensação de risco onipresente e, onde todos, sem exceção, em algum momento, se percebem afetados. É uma crise de saúde pública, na qual imperam mais dúvidas do que certezas. E é compreensível que ninguém saiba como reagir de pronto ao inesperado e que, nestes momentos, surja muito medo, insegurança e, até mesmo, uma angústia generalizada.

O psicanalista Yago Franco (2020), em seu artigo “Coronavírus: trauma, angústia y deseo”, introduz um princípio psicanalítico fundamental para entender esse estado “Na origem era a dor” e remete às origens do ser e à angústia. No meio de uma pandemia, qualquer vivência implica em uma crise, ao menos, parcial e, nesse sentido, de alguma maneira se sustentar a ideia de que viver seja algo desejável. Não é tarefa simples, subjetivar o advento traumático que trouxe a suspensão da realidade até então conhecida, socialmente construída e a partir de então, a construção de outra, de modo precário, instantâneo, incerto e desconhecido, fazendo com que o traumático se descortine nas mais diversas respostas psíquicas.

O traumático passa assim, a reverberar pela vida quando, apesar de ainda estarmos vivenciando a pandemia, aos poucos somos liberados para habitar o mundo externo e sair do impactante confinamento ao qual já nos referimos anteriormente. Passamos agora, à necessidade de ter que lidar com o “desconfinamento”. Após a primeira sensação de recuperar a liberdade, percebemos muitas dificuldades para vencer o medo e a resistência para se reposicionar social e fisicamente, abrindo espaço aos reencontros.

Arrisco dizer que o mal-estar que se vivencia atualmente, me parece ser de outra natureza, sendo semente do mesmo fruto (coronavírus). E é justamente nesse momento que ele emerge com uma força renovada. Novamente, nos referenciamos ao infantil que habita cada sujeito para darmos um contorno à busca de uma direção, pois ainda não sabemos muito bem qual o nosso lugar na atualidade: dentro x fora, perto x longe, etc. Segundo o psicanalista Christian Dunker (2021), “para muitos, voltar à socialização será como sentir uma espécie de enferrujamento”. Pois bem, após aprendermos que devemos viver um dia a cada vez, chega o instante de planejar o polimento do desejo e perceber qual o caminho possível para seguir o trajeto subjetivo de viver.

O confinamento nos teria dado a sensação do quão reciprocamente, a angústia advinda de um sentimento de invasão pelo excesso de proximidade e compartilhamento da intimidade é potente, ao ponto de se expressar, em alguns casos, como uma verdadeira fobia do outro? A minha hipótese é que o confinamento cobrou dos

sujeitos, ao menos dos que estavam a sós ou que puderam se isolar, que criassem uma zona intermediária de um certo (des)conforto entre si e o mundo exterior. Os que souberam criar e alimentar esse “espaço”, puderam utilizar o distanciamento forçado pelo confinamento para estimular a criatividade e compartilhar dessa experiência com outros, ao retificar o tédio, retirando-lhe sua precariedade, ao investir na desejante possibilidade de renovação. Já disseram os poetas que a arte, apesar de não salvar o mundo, ao menos ela salva o minuto ao dar um contorno a angústia do vazio.

Freud (1915), em seu artigo “Luto e Melancolia”, comparou essas duas condições que encerram um estado “penoso” do sujeito; pois no luto, o que se torna pobre e esvaziado é o mundo (há a perda de um objeto); já na melancolia, isso acontece com o próprio eu. Ambos evidenciam uma sensação de desamparo, porém, diferente do luto, na melancolia isso não é tão evidente.

Enquanto para alguns sujeitos, toda essa experiência desencadeou uma exacerbação de sintomas fóbicos, melancólicos ou violentos, para outros potencializou-se a descoberta criativa de um mundo, até então, impossível de ser imaginado e habitado. Assim, dadas as singularidades, é certo que o confinamento muito nos ensinou sobre nós, sobre os nossos pares, sobre a importância do individual e do coletivo: sobre as trocas e os laços sociais, sobre os limites e as possibilidades criativas para alimentar o desejo e para sobreviver preservando, em alguma medida, as saúdes física e mental.

Não terminamos de medir os impactos sociais dessa experiência compartilhada em que brutalmente a civilização foi, literalmente, arremessada e onde tudo o que fora até então aprendido, o deixou de sê-lo; quando o conhecido passou a ser impossível e o estranho tornou-se parceiro diário. É necessário aguardarmos o tempo de cada sujeito para se refazer de seu instante de perplexidade, elaborar o luto, subjetivar os aprendizados possíveis e se reapropriar do que foi estabelecido como sendo a “Nova Ordem Mundial” ou ainda, como o “Novo Normal”.

Como ocorre com a psicanálise em um percurso analítico, não sabemos ainda mensurar a respeito. É preciso apostar e seguir com o desejo decidido de responsabilizar-nos por cada escolha, bem

como, ao transitar com mais autonomia entre o ideal e o possível, construir algo a partir da contingência. Não há um manual para o bem viver ou para o livramento do mal-estar contemporâneo, mas entendo que o desejo alimentado pela pulsão de vida, é fio condutor para avançar sobre o mal-estar da vida cotidiana.

“De tudo ficam três coisas:
A certeza de que estamos sempre começando...
A certeza de que precisamos continuar...
A certeza de que seremos interrompidos antes de terminar...
Portanto, devemos:
Fazer da interrupção um caminho novo...
Da queda, um passo de dança...
Do medo, uma escada...
Do sonho, uma ponte...
Da procura, um encontro...”
(FERNANDO PESSOA)

Referências

- COSTA, Iran (2011). *A dança do quadrado*. 10 CANCIONES, May 23 2011, HD, Espacial.
- DUNKER, Christian (2021). Palestra. Live virtual no Curso Desenvolvimento humano e casos clínicos, Instituto Bem Te Vi, Natal, RN, Setembro de 2021.
- EPICURO. Carta sobre a Felicidade (A Meneceu), [Trad. Álvaro Lorencini e Enzo Del Carratore], São Paulo: Editora UNESP, 2002.
- FRANCO, Yago. Coronavirus: trauma, angustia y deseo. In: Página12. Psicología, 23/04/2020. Disponível em: <https://www.pagina12.com.ar/261563-coronavirus-trauma-angustia-y-deseo>. Acesso em: 5 set. 2024.
- FREUD, Sigmund. (1930). O Futuro de uma Ilusão, o Mal-estar na Civilização e Outros Trabalhos. Edição Standard Brasileiras das Obras Completas de Sigmund Freud, vol. XXI. Rio de Janeiro: Imago (1927-1930).
- FREUD, Sigmund. (1915). Luto e Melancolia. Edição Standard Brasileiras das Obras Completas de Sigmund Freud, vol. XIV. Rio de Janeiro: Imago, 1917 [1915]/1974.
- LACAN, J. O seminário, livro 22: RSI. Seminário inédito, 1974-1975.
- MEIRELES, Cecília. Dispersos. [1957]. In: MEIRELES, Cecília. Poesia completa.
- Organização Antônio Carlos Secchin. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001, p. 1561-1958, 1957.
- NIETZSCHE, Friedrich. Crepúsculo dos ídolos. Lisboa, Portugal: Edições 70, 1985.

6.

Psicólogos solidários: atendimento aos profissionais de saúde da linha de frente durante a pandemia de Covid-19

Débora Cristina Diógenes Andrade
Marlos Alves Bezerra

Introdução

Em meados de abril de 2020, logo no início da pandemia de Covid-19, os profissionais da linha de frente ao atendimento ao paciente com Covid estavam enfrentando uma guerra que os exauriam física e psicologicamente. Médicos saíam de sua zona de conforto e segurança para se depararem com ameaça de morte, não só as de seus pacientes, mas a suas próprias vidas estavam ameaçadas. Enfermeiros, técnicos de enfermagem, maqueiros, motorista de ambulância, ASG, enfim toda a equipe de profissionais da saúde da linha de frente, que atendiam diretamente o paciente contaminado estavam sendo obrigados a enfrentar uma guerra contra um vírus. Eles foram para uma verdadeira frente de batalha totalmente indefesos, se sentindo indo para uma situação ameaçadora a qual podia custar sua própria vida e a de seus entes queridos uma vez que podiam contaminar sua família ao voltar para casa. Alguns tiveram que mudar de casa e se afastar dos filhos, pais e companheiros.

Eles não tinham escolha, era o seu trabalho, sua missão e tinham a consciência de que naquele momento muitas vidas dependiam deles, eles eram os verdadeiros guerreiros a frente da batalha.

Era pouco tempo para entender como o vírus agia, qual era o protocolo a ser seguido com tantas mudanças no ministério da saúde e tantas informações contraditórias, além dos interesses políticos e desvios de verbas destinados a medicações e equipamento de segurança. Muitos médicos foram acusados injustamente por falta de aparelhos, medicações e Equipamento de proteção Individual, os EPIs.

Tudo era muito incerto, aqui na cidade de Natal-RN, no Nordeste do Brasil, parecia um deserto ao som de ambulâncias e uma enxurrada de cenas aterrorizantes vinte e quatro horas por dia na TV. A morte e o medo estavam à espreita e muitos desses heróis se foram, deram a própria vida para lutar pela vida dos pacientes. Outros carregavam a culpa de contaminar seus familiares e os verem falecer. Nessa guerra enfrentada pelos profissionais de saúde não havia tempo para se preparar física e psicologicamente para o caos. Muitos profissionais se desestruturaram, vários pensaram em desistir da profissão, alguns chegaram a cometer suicídio e muito perderam suas vidas por se contaminarem com o coronavírus, segundo a Associação Brasileira de Saúde Coletiva, 11,02% dos médicos, 14,7% dos enfermeiros e 34,8% dos técnicos de enfermagem foram a óbito. Os que continuavam na batalha estavam destrozados psicologicamente. Diante de tanto desespero e dor desses profissionais e ao ver incessantemente cenas de pavor eu, Débora Diógenes, psicóloga, fiquei estarecida ao ver uma cena na TV de dois médicos extremamente exaustos, se abraçando e chorando diante da impotência e do cansaço físico e emocional.

Formação do grupo de psicólogos solidários

Eu me chamo Débora Diógenes, tenho formação em Psicologia Transpessoal e atuo na clínica há quase 30 anos, também ministro workshops e cursos de formação e especialização em Psicologia Transpessoal no Brasil e no exterior. Essa é a minha jornada na área da psicologia. Diante da cena a qual eu fiquei estarecida, eu me perguntei, “o que podemos fazer enquanto psicólogos diante do caos?”. Eu fiquei muito preocupada com os profissionais de saúde. Aquela velha questão... cuidar do cuidador não saía do meu pensamento.

Então, como eu tenho acesso a muitos alunos, pois já estava iniciando na época a décima primeira turma de Especialização em Psicologia e Psicologia Transpessoal a qual eu coordeno e como presidente da ANPPT (Associação Norte Riograndense de Psicologia e Psicoterapia Transpessoal) e membro fundadora da ABRAPET (Associação Brasileira de Pesquisa e Ensino em Psicologia Transpessoal) eu sentia que não podia ficar de braços cruzados assistindo o caos. A psicologia Transpessoal tem uma visão do homem como um ser biopsicossocioespiritual, ou seja, fazemos parte de uma totalidade na qual estamos inseridos no intuito de responsabilidade, amor e crescimento psicossocioespiritual. Tínhamos que contribuir fazendo a nossa parte, não se tratava só de uma grande pandemia, mas de uma Sindemia, que se caracteriza pela interação mutuamente agravante entre problemas de saúde em populações em seu contexto social e econômico.

Naquele momento eu decidi fazer um grupo e convidar vários psicólogos, ex-alunos das turmas de Especialização em Psicologia e Psicoterapia Transpessoal para formar uma equipe de psicólogos que pudessem fazer uma escala das sete da manhã à meia noite para prestar atendimento gratuito aos profissionais de saúde. Essa equipe tinha como objetivo dar suporte psicológico aquele profissional da saúde que estivesse na linha de frente ao paciente com Covid. Que a qualquer momento de angústia ou desespero ele tivesse alguém para lhe dar suporte. O profissional de saúde podia ligar para um dos psicólogos que estivesse de plantão naquele momento.

Em menos de vinte e quatro horas eu consegui reunir dezoito profissionais da psicologia, ex-alunos da especialização, que se prontificaram imediatamente de formar uma equipe de psicólogos voluntários de atendimento ao profissional de saúde na linha de frente do enfrentamento ao Covid, fosse médico, fosse enfermeiro, motorista da ambulância, não importava, todo e qualquer um dos profissionais na linha de frente teriam um atendimento imediato. Não seria uma psicoterapia a longo prazo, seria um atendimento no modelo de psicoterapia breve, uma psicoterapia de urgência, uma escuta acolhedora a qual cada pessoa poderia ter até três atendimentos com o mesmo psicólogo seguidamente. Isto para que

aquele profissional que estivesse num plantão hospitalar ou num momento de angústia, quando precisasse falar com alguém, ele tivesse acesso imediato ao atendimento.

Para facilitar a comunicação entre a equipe, foi formado um grupo no WhatsApp, o grupo dos “Psicólogos Solidários”. Eu fiquei extremamente agradecida a cada psicólogo que se disponibilizou em doar seu tempo nessa luta. Eu conhecia cada um daqueles psicólogos, pois todos foram meus alunos e eu tinha a certeza de que eles iriam fazer um excelente trabalho com amor e doação.

Era uma forma maravilhosa de fazermos o nosso trabalho, ajudando ao próximo nessa batalha, mas também tínhamos a noção que estaríamos recebendo uma carga emocional muito forte, que não tínhamos noção da demanda que iríamos receber e que esses psicólogos voluntários também necessitariam de suporte e orientação.

A primeira orientação dada era que o atendimento era destinado somente àquele profissional que estava na linha de frente. Não era para fazer atendimento com sessões e clientes fixos. Apenas atenderiam urgência, os profissionais que estivessem no seu momento de angústia, sem agendamento, pessoas que estivessem atuando junto ao paciente infectado em hospitais e na SAMU (Serviço Móvel de Atendimento de Urgência).

A equipe de Psicólogos voluntários estava firme em ajudar, tínhamos uma excelente equipe de profissionais de ponta. Só restava pedir a Deus que abençoasse a toda equipe naquele momento.

As escalas continham o nome de cada psicólogo, o seu telefone pessoal e o horário que ele estaria a disposição para atender. Ou seja, num momento de angústia o profissional que estivesse no hospital, por exemplo, veria na tabela qual o psicólogo disponível naquele momento e ligaria. Essa escala foi habilidosamente montada pela psicóloga Andreza Amaral. A clínica Espaço Renascer, de propriedade minha e de meu filho Kaywan Diógenes, estudante de psicologia, situada na rua Sérgio Severo, nº 1101, no bairro de Lagoa Nova, Natal-RN, era o local onde se dava as informações sobre esse atendimento. Na nossa clínica, se fazia o levantamento das unidades de atendimento e se enviava essa tabela de horários para

os profissionais de saúde. Eram enviadas as tabelas para os hospitais da cidade de Natal e do interior do Rio Grande do Norte e para SAMU. Todos os hospitais do estado receberam as tabelas com as escalas. Junto a tabela com a escala tinha escrito a mensagem abaixo:

“Atenção profissionais de saúde, se você, que está na linha frente da área da saúde e tem se sentido angustiado e com medo. Se a ansiedade tem batido a sua porta e tem sentido dificuldade de trabalhar ou seguir com suas rotinas neste momento difícil que estamos atravessando, saiba que não precisa passar por isso sozinho!

Uma rede de Psicólogos Voluntários do RN se disponibilizou para realizar atendimentos emergenciais por telefone, ligue e fale para uma pessoa especializada! Isso alivia muito...

Veja no calendário o profissional que está disponível no horário que você necessita. Atualizado a partir do dia 06/04!

Agradecemos sua disponibilidade em nos ajudar cuidando da nossa saúde quando mais precisamos e retribuímos ajudando você a suportar a sua missão!

Vamos criar uma rede de compaixão e solidariedade, então compartilhe essa informação com quem pode precisar também”.

Os psicólogos solidários

Ao todo, 25 psicólogos aceitaram o convite para fazerem parte dessa equipe, foram eles: Andrezza Amaral, Magali Fernandes, Alena Araújo, Andrea Kilpp, Andrezza Souza, Cesar Rocha, Nilma dos Anjos, Mônica Acioly, Débora Oliveira, Clécio Silva, Bruno Ângelo da Silva, Miguel Bezerra, Marina Macedo, Lana de Souza, Mônica Tinôco, Selma Rodrigues, Fernanda Costa, Mônica Linhares, Paula Medeiros, Juliana Barbalho, Daniele Maia, Livia Natasha Popowicz, Sarita Cesana, Raquel Queiroz e eu, que além de coordenar também participei da escala. Com essa equipe montada de profissionais de excelência eu convidei meu amigo pessoal e professor da UFRN Marlos Bezerra que juntamente com a professora Georgia Sibeles Nogueira que já estavam se articulando através dos laboratórios de pesquisa da universidade (Laboratório de Estudos em Tanatologia e Humanização das Práticas em Saúde – LETHS e Associação Brasileira

de Pesquisa e Ensino em Psicologia Transpessoal – ABRAPET) para se unirem a equipe no sentido de dar assistência através da CLÍNICA TRANSPESSOAL AMPLIADA para nos apoiar através de orientação, de estratégias e elaboração de protocolos, bem como na orientação quanto ao material a ser utilizado para preparar esses profissionais para esse atendimento e também catalogar os dados apurados diante da assistência feita aos profissionais atendidos.

A ideia de clínica ampliada remete a ampliação do trabalho que vai além da prática tradicional de psicoterapia e envolve uma diversidade de realidades institucionais e a capacidade dos profissionais em psicologia atuarem de modo mais flexível considerando cada contexto em que estiver inserido. Sobre Clínica Transpessoal Ampliada, consultar: Meneses, Alves e Bezerra (2012); Bezerra (2019); Bezerra (2022).

Clínica transpessoal ampliada na Covid-19: estratégias e protocolos

Modalidades de intervenção em clínica transpessoal

Em primeiro lugar, o que vem sendo convencionado como sendo clínica ampliada é decorrente da problematização do modelo de atenção médica e psicoterápica, quer seja plantão psicológico, aconselhamento e atendimento em grupos. Esse deslocamento na realidade brasileira é tanto parte da inserção do profissional de psicologia nas políticas de saúde e assistência (SUS e SUAS), como também do movimento de adaptação da atenção psicológica no hospital geral e nas clínicas escolas em psicologias no Brasil. Por exemplo, cada vez mais autores vêm assinalando a diversidade de trabalhos com a psicoterapia breve seja em função da abordagem, público ou lugar: terapia interpessoal de Klerman, terapias cognitivas de Beck e comportamental, psicoterapia breve psicodinâmica ou psicanalítica, psicodramática; em caráter individual, casal, familiar ou grupal; aplicadas em consultórios, hospitais ou instituições diversas; com pacientes de todas as idades (MELLO, 2004; SIMONETTI, 2004; HEGENBERG, 2010). Acciari e Ayrizono (2019) introduziram a

perspectiva transpessoal nesse rol, trabalhando com pacientes portadores de doença de Crohn.

O plantão psicológico também foi inserido na perspectiva transpessoal (MENESES; ALVES; BEZERRA, 2012) na UFRN dentro da Unidade Básica de Saúde, UBS em Guarapes (comunidade carente da cidade de Natal-RN). Após essa experiência, a professora Maria de Fátima Abraham Tavares iniciou o trabalho contínuo com esse dispositivo através de projeto de extensão. Nos últimos anos tem sido usado o modelo de três fases (a saber: I-E-R, identificar, escalar ou ressignificar, e responsabilizar) para delimitar o trabalho do plantão circunscrevendo sua esfera de atuação em um caráter emergencial, a partir daquilo que a pessoa traz como demanda de urgência. Nesse trabalho tem sido feito tanto sessão única, como também com dois retornos. A primeira sessão sempre procurando identificar o que é a demanda e o que é preciso compreender sobre ela realisticamente. Muitas vezes, tem sido usado as referências a equipamentos de saúde e assistência na região em que a pessoa foi atendida no plantão.

Durante a Covid-19, o Laboratório de Estudos em Tanatologia e Humanização das Práticas em Saúde – LETHS e a Associação Brasileira de Pesquisa e Ensino em Psicologia Transpessoal – ABRAPET em conjunto com Associação Norte Riograndense de Psicologia Transpessoal – ANPPT realizaram ações de enfrentamento à pandemia. O LETHS realizou o Disk Covid, coordenado pela professora Geórgia Sibeles Nogueira da Silva, enquanto o Espaço Renascer Psicologia Clínica orientava quais os locais da área de saúde receberiam as escalas dos profissionais de plantão do grupo de profissionais voluntários. O prof. Marlos desenvolveu um protocolo de atuação para profissionais e estudantes trabalharem com a ONG Atitude Cooperação com crianças e jovens (plantão telefônico ou via google meet/zoom, além de vídeos curtos sobre saúde mental e Covid-19). Eu coordenei o grupo psicólogos solidários pela ANPPT. A ABRAPET realizou uma *live* técnica com participação de Aurino Ferreira (presidente da ABRAPET), Marlos Bezerra e eu (Débora Diógenes).

Aurino Ferreira Lima, professor da UFPE, pesquisador, psicólogo e escritor tem uma larga experiência no seu trabalho, assim como Marlos Bezerra, em dar suporte em situações de vulnerabilidade social. Sua atuação juntamente com Marlos, foi de grande valia e força para a sustentação e confiança da equipe.

Orientações gerais para atendimento telefônico

A estrutura a seguir foi montada pensando serviços de atendimento telefônico (plantão e aconselhamento) tais como usado por grupos como “Psicólogos solidários” e “Disk Covid” ambos no RN. A estruturação recebeu adaptações tendo em vista processos de acolhimento de outras demandas, serviço de aconselhamento organizado em instituições filantrópicas, governamentais etc. As orientações abaixo foram compiladas por uma força tarefa do LETHS e SEPA/UFRN para a cartilha do “Disk coronavírus”.

Dinâmica do atendimento

Durante todo o atendimento é importante manter-se calmo e mostrar compreensão e abertura.

Apresentação: ao realizar o telefonema, é importante apresentar-se (nome e vinculação institucional. Exemplo: Olá, meu nome é Maria e sou psicóloga voluntária para este serviço de atendimento. Sou membro da Associação Norte Riograndense de Psicologia Transpessoal). Finalmente informar o tempo de duração do atendimento.

Introdução: o profissional poderá, se necessário, lançar uma questão disparadora, para auxiliar (*Como está sendo esse momento de vida no contexto de pandemia?* Ou algo similar, a critério de cada um).

Desenvolvimento: a escuta é primordial, sobressaindo-se à fala. No entanto, dado o tempo limitado da intervenção, ao longo da escuta, aspectos como: o que mobiliza a pessoa naquele

momento, quais os recursos que vem utilizando frente ao que o mobiliza e que outras perspectivas são possíveis, podem ser abordados, assim como a explicitação dos sentimentos em cena nesse momento. É possível, ainda, propor caminhos de cuidado. A informação baseada em evidências é também um recurso importante nesse momento.

Conclusão: sinalizar a proximidade do término do tempo, e verificar como a pessoa está, após a conversa. Se for necessário: Colocar a possibilidade de outra ligação e combinando previamente esse segundo encontro.

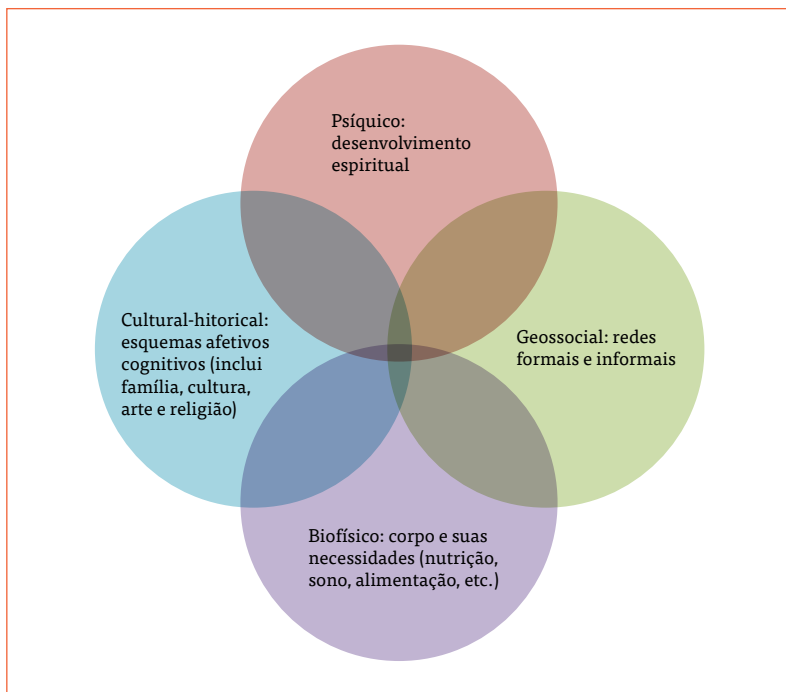
Orientações gerais sobre plantão estendido (individual e em grupo) e clínica curta duração (Marlos Bezerra)

Na primeira sessão é importante realizar o trabalho de identificação da demanda. Perguntas de exploração (ver anamnese dinâmica) são bastante úteis para construir o “quebra-cabeças” trazido pelo sujeito do cuidado. Em especial perguntar sobre novas competências, abre espaço para planejar o direcionamento da sessão de fechamento. Trabalhar o desenvolvimento de recursos é uma atividade que atravessa todos os encontros, como por exemplo, técnicas de atenção plena e respiração com foco na redução da ansiedade (expiração maior que inspiração).

O modelo abaixo foi inspirado em Wilber (2002), mas ao adaptarmos os quadrantes, pensamos que uma estrutura em formato de mandala daria conta da interposição entre os quadrantes. Tivemos como objetivo ressaltar o aspecto dinâmico, a solidariedade e as imbricações, a indissociabilidade na prática, as ressonâncias entre os diversos planos da vida que temos de nos haver em nossas existências.

Acreditamos que auxiliam no processo de aprofundamento do conhecer do paciente, para uma adequada noção do que está em jogo no trabalho clínico, propondo intervenções terapêuticas mais contextualizadas.

FIGURA 6.1 | Quadrantes de Wilber (2002) adaptados ao trabalho clínico



FONTE: dos autores se baseando em Wilber (2002)

Psíquico: desenvolvimento ético-espiritual.

- a) Quais valores regem a vida?
- b) Qual o papel da espiritualidade na vida hoje?
- c) Quais motivações e necessidades?
- d) Qual nível de consciência em que opera hoje (centrado em si, na família, na humanidade)?
- e) Qual imagem que construiu sobre si mesmo? O quanto é possível enxergar-se diferente?

Geossocial: redes de apoio e suporte formais e informais.

- a) Qual a rede de apoio disponível?

- b) Quais equipamentos sociais são acessíveis e disponíveis na área em que mora e trabalha?
- c) É possível dispor de um “tutor” de resiliência (na família, religião, trabalho...)?
- d) O que pode ser dito sobre condições de moradia, saúde, educação, segurança e empregabilidade?
- e) O que pode ser dito sobre contexto político e histórico e como isso tem impacto na produção de vulnerabilidade social?

Biofísico: corpo e suas necessidades (nutrição, sono, alimentação etc.)

- a) Que tipo de problema orgânico precisa de atenção?
- b) Alguma medicação em uso que possa interferir no trabalho clínico?
- c) Há algo que afeta o equilíbrio hormonal, sono, nutrição etc.?
- d) Há contrações musculares, tensões ou algo que interfira no padrão de respiração, percepção de dor ou algo conectado com feridas emocionais?
- e) Há alguma questão traumática que tenha gerado complicações para psicomotricidade ou outra dimensão da vida do cliente?

Cultural-histórico: esquemas cognitivos e afetivos (inclui família, cultura, arte e religião)

- a) Quais códigos culturais são compartilhados dentro da sua comunidade?
- b) Que pensamentos e crenças restringem e minam a vida?
- c) Quais são os padrões familiares e segredos de família?
- d) Quais significados compartilhados sobre ser: negro, gay, mulher, divorciada, pobre etc.?
- e) Quais emoções estão no cerne do transtorno do cliente? Alcançam um nível psicopatológico?

Orientações gerais sobre plataformas virtuais

Mais recentemente temos experienciado no contexto da pandemia de Covid-19 o trabalho com atendimentos remotos síncronos, mais conhecido como “terapia online”. Nesse tipo de trabalho tempos experimentado tanto a modalidade de plantão quanto de clínica *stricto sensu*. Na modalidade de “plantão”, o trabalho tem se voltado para um processo de aconselhamento objetivando diminuir os níveis de ansiedade e proporcionar momento de acolher e legitimar as inquietações trazidas. Além disso, procura-se mapear os recursos possíveis da pessoa em questão e sua rede de apoio. Dados de realidade, orientações práticas são alvo desse trabalho também.

Na modalidade *stricto sensu*, o que tem sido foco é o próprio vínculo terapêutico como estratégia de contenção, no sentido de dar contorno, bordas para que o sujeito do cuidado tenha um espaço empático preservado apesar da ausência física do terapeuta. O trabalho *stricto sensu* online, tem se configurado na experiência da maioria dos terapeutas em transposição do consultório para este formato, isto é, os pacientes que eram atendidos presencialmente, passaram ao formato online. Assim, recomenda-se: acompanhamento paciente, sem forçar as sessões online caso a pessoa não esteja realmente disponível para o trabalho de expansão de consciência nesse formato, por mais que esteja acostumado na terapia presencial. Para pacientes novos é recomendado, pelas mesmas razões, não usar técnicas de expansão (TABONE, 1995; SALDANHA; SALDANHA, 2008; FERREIRA *et al.*, 2005).

Alguns terapeutas têm mostrado o espaço em casa do atendimento para familiaridade e ancoramento. Cuidados quanto ao sigilo são tomados em ambos os lados para garantir a confidencialidade do processo. Percalços, como queda de sinal, o irromper de animais de estimação, dentre outros são tratados com naturalidade no processo e oportunidade de reflexão em termos de sincronicidade. Para pacientes em situação de isolamento social rigoroso, temos sugerido ir até o quintal ou janela do apartamento, movimentar-se com celular até espaços protegidos no condomínio, até mesmo dentro do carro etc.

Compreendendo que estamos vivendo um período de luto coletivo, e que a pandemia em si mesma é um grande processo regressivo do ponto de vista egóico, evitamos técnicas regressivas e mobilização catártica. Concentramos esforços em técnicas de estruturação egóica nas quais recursos para vida mais funcional possam ser empreendida (veja-se no protocolo itens F2 e F3). Rituais de fortalecimento simbólico, via transe leve (item F4), compartilhamento via dispositivos de comunicação instantânea de áudios com exercícios de relaxamento e muita biblioterapia tem sido tônica do trabalho.

Ferreira (2021) vem sistematizando o princípio do apadrinhamento na sua Clínica¹ das Subjetivações. A psicologia budista, uma das primeiras a produzir uma teoria e técnica transpessoais, introduz a palavra *maitre*², que corresponde ao cultivo de amor e amizade para consigo, como uma potente estratégia de cuidado. Em português não há uma palavra que traduza o sentido de amor e amizade ao mesmo tempo, daí conservar o uso do termo original que comporta esta dupla perspectiva. Mais que um conceito, *maitre* é um ato, um gesto, um modo de posicionar-se ético/espiritual no mundo que se traduz na abertura para experiência. Assim, ele propõe 04 formas de cultivo de *maitre*: estabilidade (acolher o que emerge), clareza de visão, percepção da nossa angústia emocional e atenção ao momento presente. Estas características guiam a/o terapeuta no processo e são qualidades a serem cultivadas ao longo de toda a terapia.

São altamente recomendados os procedimentos de preparação do terapeuta antes da sessão conforme protocolos abaixo (item preparação do terapeuta). A recomendação torna-se ainda mais

1 Conforme Ferreira et al. (2022): Grafamos “Clínica” (com K) para uma dupla homenagem ou sentido hibridizado: primeiramente, ele retoma a herança grega *klinamen*, da qual a Clínica Kosmos Transpessoal herda o sentido de desvio, de expansão e de potência gerativa de vida e de mundos. Herdamos a potência do *Klinamen* e não do *klinikos* (*Klinikos*, *klínes* e *klinike-tekhne*) que nos remete ao leito, a prática à beira do leito, ao descanso ou ao ato de inclinar-se e dobrar-se sobre um paciente a partir da lógica dominante, quantificadora, utilitarista e esvaziadora de sentido; a segunda, coloca a clínica transpessoal no terreiro do afroperspectivismo e Perspectivismo Ameríndio. Assim, a Clínica enche-se do *Kuumba*, desse imenso fluxo de criatividade a serviço da melhoria da comunidade.

2 Ver Ferreira et al. (2021). Clínica Kosmos Transpessoal. Recife: Editora UFPE.

importante visto que as fronteiras entre espaço laboral e espaço pessoal foram removidas durante a pandemia. O chamado *home office* apresenta desafios extra de delimitação do campo de trabalho. Para isso, rituais simples como arrumar-se como se estivesse saindo para trabalhar são sugeridos.

Protocolos e fichas de atuação clínica na perspectiva transpessoal (BEZERRA; MOURA; KILPP, 2022)

Fichas de sessão de trabalho e protocolos

QUADRO 6.1 | Ficha de sessão clínica

1.Nome (acrescer: Idade, referência familiar) FICTÍCIO JOÃO		
2. Queixa: Sentimento de luto, pois dois amigos morreram de Covid19		
3. Sessão nº/data: 15 DE MARÇO 2020		4.Foco da sessão: LUTO
5.Como chegou: Abatido, mas sem externar choro		6.Como saiu: Emocionado, chorando, mas pacificado, sereno
7. Estado de Consciência: Mudança induzida por alguma técnica durante a sessão? Sim		
8. Nível de Consciência: Egocentrado () ; Sócio centrado (x); Ecocentrado ().		
9. Possível Cartografia utilizada: Ninhos de consciência		
10. Movimento Terapêutico		
I. Identificar (O que está em jogo) pesar e tristeza pela morte dos amigos, sentiu que podia ter sido a esposa que teve Covid também	II. Escalonar (ressignificar) afastamento do sentimento de dor, honrando a convivência; medo da morte da mulher e filhos em casa	III. Responsabilizar (tarefas a assumir). contato com a finitude e o que isso ensina; perceber que pode cuidar dos outros além de ser cuidado.
11.Técnica(s) utilizada(s) e pertinência		A) De estruturação egóica: Diálogo sobre a situação; externar sentimento e validá-lo.
B) De expansão da consciência: A morte da pessoa Amada (de Leo Matos); trabalho com luto e questões inacabadas.		
C) De Integração experiencial: visualização criativa: círculo de ancestralidade... reencontro com momentos positivos e valorização/reconhecimento dessas conquistas...		
12. Fechamento da Sessão: diálogo pontuando e discutindo aprendizados		Aprendizado percebido: Pode cuidar; deve aproveitar as conquistas e a vida que tem
Encaminhamento realizado: carta de agradecimento aos mortos; pois não foi possível velório		

Avaliação Geral
13. Resultados Obtidos: avanço na elaboração do luto. Da paranoia sobre contágio e morte
14. Dificuldades\Entraves encontrados: sessão realizada online.
15. Interferências do Campo Terapeuta: insegurança por parte do terapeuta se o paciente conseguiria aderir a todas as propostas em um formato diferente... medo de propor e ser frustrante...
Falas em destaque: “Sei que ninguém viverá para sempre, estou aprendendo a valorizar o que tenho hoje”; “Uma forma de honrar a vida deles, é reconhecendo o que aprendi nessa presença e, também que ainda estou aqui para realizar muitas coisas”.
Comentários avaliativos do supervisor
Observações Adicionais

FONTE: Marlos Alves Bezerra (Modalidade: Atendimento remoto síncrono).

Protocolos de atuação na clínica transpessoal

Apresentamos protocolos de atuação que foram produzidos para contexto de curta duração e compilados para a cartilha da ação “Psicólogos solidários” da ANPPT. Na sequência, o protocolo original pensado para o trabalho clínico *stricto senso* (psicoterapia). Os protocolos devem ser estudados em conjunto com as fichas de intervenção produzida. A preocupação na formulação de qualquer protocolo é o engessamento da prática clínica. Aqui devem ser entendidos como caminhos possíveis para a estruturação do fazer clínico que é único para cada pessoa e em cada específico contexto no qual atuamos.



PROTOCOLO CLÍNICO TRANSPESSOAL – COVID-19
 Formato Escuta e acolhimento de curta duração
 Versão 2.0 (Bezerra) – 04/04/2020

Pré-sessão (preparativos do terapeuta):

Conhecer a realidade institucional (Hospital, SAMU etc.) onde o serviço será oferecido. Compreender: o que é psicoterapia transpessoal, indicações e contra-indicações; direitos e deveres do usuário do serviço, formato e periodicidade

das sessões (sessão única podendo ser seguida de mais duas sessões, com número fixo de retornos), gratuidade. Entender como acontece o processo de encaminhamento e seus critérios. Informar-se sobre rede de saúde e assistência do seu município. Prover informações sobre o(a) terapeuta (abordagem, grupo/ associação na qual está afiliado).

F1 – ESTRUTURAÇÃO DA SESSÃO

1. Anamnese dinâmica – 12 itens que podem ser investigados
(Itens 01-04; Item 13 da ficha)

- 1 1. Dados de identificação (nome, tipo de trabalho, atribuições e responsabilidades etc.).
- 2 2. Definições cruciais:
- 3 2.1. Queixa principal (O que motivou o contato).
- 4 2.2. Crenças negativas e positivas sobre si mesmo.
- 5 2.3. Incidentes: (Impacto da pandemia de Covid-19 e suas relações com eventos...).
- 6 2.3.1. Vivenciados no presente.
- 7 2.3.2. Vivenciados no passado.
- 8 2.4. Expectativas quanto ao acolhimento:
- 9 2.4.1. O que espera obter?
- 10 2.4.2. Ansiedade antecipatória: O que antevê no futuro que causa angústia e ansiedade?
- 11 2.4.3. Luto: Que tipo de perdas está enfrentando (material, simbólica, afetiva, relacionamento...)?
- 12 2.4.4. Novas competências: O que será preciso aprender? Que novas habilidades precisarão ser adquiridas com a pandemia? Quais recursos estavam disponíveis antes da pandemia que podem ser retomados agora?

VERIFICAR: psicoterapia prévia, plantão etc. e acordo sobre funcionamento (quantidade de retornos) e dúvidas (evitar dar número de aplicativo, redes sociais etc.).

F2 – PROCEDIMENTOS GERAIS

(Itens 10, 11, 12, 13 e 15 da ficha de trabalho)

Preparação do terapeuta:
(Antes da sessão)

Exercícios de enraizamento. Contato com Self somático, cognitivo e Campo de sabedoria via respiração consciente. Centramento através de meditação. Respiração com atenção nos músculos intercostais e ativação da percepção

flutuante. Visualização de proteção energética (bolha de luz etc.). Convocar o “curador interior” do paciente para auxiliar na sessão. Oração da sua crença. Sintonização com o campo de Sabedoria Universal.

Checar e “girar”: movimento da bússola psíquica:
(Contribuição: AIT – Saldanha)

- a) Identificar e reconhecer: perceber e compreender as necessidades e as demandas psíquicas. Experiência do momento atual do paciente via razão (Quais crenças?), emoção (sentimentos perturbadores), intuição (*insights* do paciente durante a sessão) e sensação (O que o corpo expressa?).
- b) Desidentificar e transmutar: avançar através de mudança de autoimagem, crenças limitantes e identidade restritiva.
- c) Transmutar e transformar: ampliação da consciência gerando reflexão, avaliação, conhecimento contextual.
- d) Elaboração e integração: ressignificação, novo sentido existencial, motivação para um novo ciclo de aprendizado.

2. O promover no atendimento

- a) Acolhimento da demanda, estabelecer vínculo, demonstrar interesse genuíno e evitar ser prescritivo, moralizador, interpretativo, etc.
- b) Propiciar um ambiente seguro para ampliar o horizonte e perspectivas da pessoa sobre sua queixa.
- c) Orientar explicitamente técnicas que ajudem a promover estados positivos de ego e experiências de “ancoragem” (lugar seguro, bolha de proteção, respiração) que permitam ao cliente manejar as ansiedades sem o apoio do terapeuta.

2.1. Levar em conta

- a) Biografia.
- b) Sensibilidade/cuidado para com os mecanismos de defesa do cliente (estrutura, defesas, modos de relação, etc.) e bom senso avaliando a viabilidade da aplicação de determinadas técnicas.
- c) Fazer a integração evitando introduzir crenças do terapeuta.
- d) Montar rede de apoio da pessoa e orientar sobre referenciamento territorial (CAPS, CRAS, NASF, UPA, etc.).
- e) Avaliar o nível de integração possível na sessão e de avanço no processo como um todo(mais de um atendimento).

f) No fechamento: Resolutividade: Pertinência, viabilidade e impacto dos encaminhamentos realizados.

3. Questionamentos existenciais

(Inspiração no trabalho Dinâmica Energética do Psiquismo)

Como posso buscar a verdade dentro de mim nesse momento?

O que eu sinto que vem emergindo tanto positivo quanto negativamente?

Qual o chamado para a minha vida nesse momento?

Qual é o meu propósito? Como dar continuidade a ele? De que forma devo fazer?

F3 – SESSÃO DE TRABALHO

(itens 05 a 11 da ficha de trabalho)

a) Avaliação de impacto (Como paciente iniciou e encerrou ligação?).

b) Incidentes do cotidiano (Algum fato relevante para a situação em curso?).

c) Avaliação do processo (caso haja mais de um atendimento): “Vamos fazer uma avaliação do trabalho realizado até aqui. Avanços, retrocessos, impasses. Dificuldades e conquistas.”.

4. Foco do dia: itens 07 e 09

a) “O que motivou atendimento?”

I) Uma possibilidade é explicar antes dessa pergunta o que é o serviço e porque você está ali para fazer o atendimento.

II) Avaliar estado de consciência: vigília; sono; torpor; uso de substância que anestesiou a pessoa.

III) Avaliar pertinência de uso de técnica modificadora de estado de consciência (na dúvida, prudente manter sessão com técnica de verbalização somente).

4.1. O cliente diz que entrou em contato porque alguém sugeriu ou não quer falar

a) Caminho 1: “Ok. E o que você acredita que fez essa pessoa pensar que seria bom você entrar em contato?”.

b) Caminho 2: “Sugiro que fique em contato com seu corpo então. Este pode ser um momento para você poder se aquietar e ficar um pouco em paz. Sinta que mensagem seu coração pode te trazer agora. Você pode desfrutar esse espaço o tempo deste atendimento, em silêncio, ou conversar em algum momento algo que surja”.

4.2. Rastreamento integrativo – Procedimento:

(Contribuições: EMDR [Francine Shapiro]) MODELO ICES (uso para diagnóstico compreensivo ou integração experiencial)

I = imagem. Descreva para mim uma imagem que representa essa situação.

C = crença. Qual a crença que representa essa imagem?

E = emoção. Que emoção (ou emoções) acompanha essa crença?

S = sensação. Qual a sensação sentida no seu corpo quando me fala isso?

Obs.: Como se trata da queixa, obviamente a crença aqui é negativa. Pedir que cliente formule crença na primeira pessoa, preferencialmente sem uso da palavra não. Exemplos: “Eu sou incapaz”. “É demais para mim”. “Nada dá certo comigo”. “Sou desvalorizado”.

4.3. Possíveis cartografias da consciência para compreensão do atendimento

a) Grof – Protocolo perinatal:

I) Paraíso/Fusional

II) Clausura

III) Guerras

IV) Superação

b) Cartografia Eliana Bertolucci de 4 círculos concêntricos – De dentro pra fora:

I) Dor & Prazer

II) Apego

III) Hábito

IV) Autoimagem

c) Modelo Marlos Bezerra – Quatro Planos:

I) Biofísico: quais são os atravessamento e comprometimentos orgânicos?

II) Cultural: quais os costumes e hábitos da família/grupo social?

III) Psíquico: que tipo de emoções e crenças são fontes de perturbação?

IV) Geossocial: quais equipamentos sociais e apoios estão disponíveis?

d) Wilber/DEP – Dinâmica Energética do Psiquismo:

I) Pré-pessoal (0-10): sensorial (eu físico); fantasmagórico-emocional (mistura real e imaginário); representacional (conceitos e símbolos).

II) Pessoal (10-18): regras e papéis (colocar-se no lugar de outros), mente reflexiva (hipotético-dedutivo), visão dialética e integradora (refletir sobre o processo de pensar).

III) Transpessoal (18-...): guia-se por consciência de sabedoria, deixar marca no mundo.

5. Clínica em três movimentos (modelo Léo Matos):

(Itens 08, 10 e 11 da ficha de trabalho)

a) Nível de consciência: Egocentrado (fechado em si); Sociocentrado (relações próximas); Ecocentrado (aspirações coletivas).

b) Movimentos:

I) Identificar (O que está em jogo): abra espaço para medos e situações que não foi possível falar sobre perdas;

II) Escalonar (ressignificação): ajude a compreender que essa situação é intensa, mas que passará, portanto importante atravessar da melhor maneira;

III) Responsabilizar (tarefas a assumir): pergunte quais recursos praticava antes da pandemia, como acessá-los novamente, papel do sagrado e da espiritualidade nesse momento, pequenos cuidados que pode comprometer-se consigo...

c) Atividades de estruturação egóica (avaliar pertinência):

I) Tarefa de Apadrinhamento (ancestrais, cuidadores, família extensa, heróis, animais de poder, fadas, anjos, santo de devoção etc.).

II) Experiências de “âncoragem” (lugar seguro, bolha de proteção) que permitam ao cliente manejar as ansiedades sem o apoio do terapeuta:

- Relaxamento Progressivo Jacobson. (concentre nos pés, distensione, concentre nas pernas etc.)
- Bolha de proteção. (“Veja agora uma bolha ao seu redor e experimente ficar seguro”)
- Construção do lugar seguro. (“Imagine um lugar seu; seguro e protegido...”)
- Enraizamento sentado: sentir a coluna alinhada. Respirar com a plantão dos pés no chão. Tocar três dedos abaixo do umbigo e sentir a sua presença habitando dentro do seu corpo.
- Caixa de proteção (guardando os elementos que são fontes de perturbação dentro da caixa).
- Respiração 4 por 8: inspire contando até quatro e expire contando até oito. Focalizar região do diafragma e peito na intenção de soltar as tensões na região.
- Mapeamento gráfico de rede de apoio (Folha A4 – bolas próximas e distantes de mim: nomear as bolas e avaliar grau de apoio).

- Contribuições de Stephen Gilligan e Leo Matos (favorecer a expansão da consciência e integração experiencial): (Item 11 da ficha)].

III) Vivenciando identidades simultâneas:

- “Vejo que você tem medo do abandono. Vejo também que você aprendeu a desfrutar sua independência. Que bom saber que você pode desfrutar da segunda, ou seja desfrutar da sua independência, enquanto se liberta do medo de ser abandonado “.
- Identificando o problema:
 - “Se eu estivesse acompanhando você durante um dia/semana/mês da sua vida, onde e quando eu veria esse problema ocorrer?”.
- Identificar e localizar somaticamente o self negligenciado:
 - Cliente: Se pelo menos eu não fizesse ou sentisse x, então isso não seria um problema realmente.
 - “Quando o problema ocorre, onde, no seu corpo, você sente mais essa inquietação (ou desconforto)? “
- Adaptando técnica morte da pessoa amada:
 - “E o que ficou inacabado que você gostaria de ter dito? Como você gostaria de ter se despedido dessa pessoa?”
 - Orientar rituais de despedida, de homenagens (online etc.). Visualização do portal de luz com a pessoa falecida sendo abraçada e cuidada.

F4 – FECHAMENTO DE SESSÃO/SESSÃO INACABADA (Item 12, 13 e 14 da ficha de trabalho)

7. Fechamento da sessão (processamento cognitivo): “O que você leva dessa experiência hoje?”; “Quero que você feche os olhos agora: visualize uma arca de cura agora. Permita-se que tudo o que trabalhamos hoje possa ser guardado no interior desta arca. Através do seu curador interno tudo isso continuará sendo ressignificado seja nos seus sonhos, através de *insights*, ou mesmo inconscientemente de modo muito sutil” (adaptar linguagem).

8. Necessidade de retorno (duas formas de fechamento): “Acredito que será positivo um novo atendimento. Até lá é preciso reconhecer o que foi conquistado e tocado no atendimento de hoje como parte de um aprendizado contínuo, no processo de ampliação da consciência para um novo padrão de conduta mais saudável. Estamos de acordo?” (adaptar a linguagem ao público).

9. Dificuldades/Entraves encontrados. Interferências do Campo Terapeuta: necessidades de estudo e aprofundamento sobre manejo, transtornos emocionais etc. Necessidade de aprofundar trabalho pessoal para compreender as reações ao que foi dito pela pessoa atendida.

10. Sua avaliação: após o preenchimento da ficha de atendimento individual: O que eu percebi, quais os pontos frágeis, o que precisa melhorar, quais sentimentos percebo em mim? O que compreendo que poderia ter maior resolução? O que estou precisando saber mais sobre esta clientela ou pandemia?

FONTE: Bezerra (2022)

Os psicólogos solidários, após cada atendimento, compartilhavam no grupo como tinha sido a sessão e recebiam suporte e orientação que eram dadas por Marlos Bezerra e por mim. Essa troca de experiência e apoio ia sinalizando o norte dos principais aspectos a serem abordados e o que mais aparecia nas queixas dos profissionais de saúde. Era uma troca de experiência muito rica carregada de dor, afeto e crescimento.

Divulgação e apoio de várias emissoras de TV e redes sociais

Também contamos com a divulgação através das emissoras de TV, rádio e redes sociais, uma delas a de maior audiência no estado do RN, a TV Cabugi. Segue abaixo a entrevista na íntegra.

Reportagem sobre o projeto voluntário o vídeo informa ao que o projeto se propõe, como é o funcionamento do projeto, como entrar em contato e a perspectiva de alguns psicólogos participantes do projeto. Era uma notícia positiva após tantas matérias durante o jornal, mostrando mortes e desespero.

(Apresentadora) Lídia Pace: Temos exemplos de quem está reservando um tempo para ajudar outras pessoas. Um grupo de psicólogos está fazendo atendimento gratuitos para profissionais da área da saúde que vivem dia intensos ultimamente.

(Repórter/locutor) Luiz Gustavo: Mesmo com outros trabalhos a psicóloga Magali Fernandes dedica parte do seu tempo para ajudar outras pessoas durante a pandemia do coronavírus. Ela participa de um projeto voluntário que auxiliam profissionais da saúde que estão no combate a Covid-19.

(Psicóloga) Magali Fernandes: Eu me sinto inclusa num projeto que também está relacionado a minha vida pessoal, que é um projeto de doação, de amor, que é um projeto de acolhimento ao próximo

(Repórter/locutor) Luiz Gustavo: Magali é apenas um dos vinte e cinco profissionais que fazem parte do grupo Psicólogos Solidários, que unem amor e empatia para ajudar o próximo. Formados por membros que fazem parte da Associação Brasileira de Pesquisa e ensino em Psicologia Transpessoal (ABRAPET), o projeto está disponível para os profissionais da saúde. De todo estado.

(Psicóloga) Débora Diógenes: Nós apoiamos, nós damos um suporte psicológico àquele profissional de saúde, seja ele médico, enfermeiro, técnico de enfermagem, ou seja, todos aqueles profissionais que estão envolvidos no ambiente hospitalar, nas ambulâncias, na SAMU.

(Repórter/locutor) Luís Gustavo: Outra participante é Andreza Amaral, ela trabalha dando suporte psicológico aos funcionários de um hospital privado em Natal e conhece bem a realidade dos profissionais que lidam com situações emergenciais.

(Psicóloga) Andreza Amaral: A gente está tentando acolher né, de maneira emergencial aí com os profissionais de saúde pra que eles realmente se sintam bem né, pra que a sua condição de saúde emocional, sua condição de saúde mental, ela seja resguardada. Que a gente sabe que isso é um fator muito importante para a condição de saúde geral né, que a saúde física, ela não tá dissociada da saúde mental.

(Repórter/locutor) Luiz Gustavo: O grupo estabeleceu escalas de plantão que funcionam todos os dias das oito da manhã até

a meia noite. Os atendimentos não precisam ser agendados, são por videochamada e a princípio acontecem até o dia trinta de abril.

(Psicóloga) Débora Diógenes: Então nós estamos disponíveis. Existe uma escala que já foi distribuída pelos hospitais, pela SAMUR também e no momento que aquele profissional se sente angustiado ele com a escala ele vê o horário, naquele horário que ele necessita de um atendimento de urgência, qual é o psicólogo que está disponível, existe o telefone daquele psicólogo e naquele momento ele liga e solicita o atendimento.

(Apresentadora) Lídia Pace: Bonito né. A gente vê essa rede de ajuda, aí funcionando e os profissionais da área da saúde que estiverem interessados nesses atendimentos, podem entrar em contato né, podem ligar aí para o telefone 9 96096361.

Após a reportagem várias pessoas ligavam para o Espaço Renascer procurando atendimento gratuito, mas naquele momento o foco era o profissional da linha de frente no enfrentamento a Covid-19.

O desenvolvimento do trabalho e os principais aspectos abordados pelos profissionais da saúde

O trabalho iniciou em 31 de março e foi encerrado em 31 de julho, portanto durou quatro meses. Durante esse período foram atendidos vários profissionais, principalmente as técnicas de enfermagem que ligavam exaustas e desesperadas com medo de morrer e de contaminar seus familiares, essas eram as duas principais queixas. Muitos saíram de casa e não podiam ver seus filhos, seus companheiros e seus pais, pois representava uma ameaça de contaminar algum deles já que estava em contato direto com os pacientes infectados. A solidão, o cansaço, o medo, a ansiedade e a incerteza estavam instaladas nesses profissionais.

Também falavam que queriam deixar a profissão, que estavam exaustos e psicologicamente devastados. O pânico tomava conta diante de tantas mortes e do sentimento de impotência. A cada óbito de um colega de trabalho o medo tomava conta e o pânico se instalava ao pensar que a próxima vítima poderia ser um deles.

Foi impressionante, muitos profissionais ligaram desesperados, com medo de ir para o hospital. Então, o que foi percebido foi que, logo no início da pandemia quando, morreu o primeiro profissional de saúde em Natal, Dr. Jayme de Oliveira Júnior, era asmático, ele era um médico muito conhecido, muito jovem, morreu com cinquenta e dois anos, sua morte prematura foi um impacto para os outros colegas médicos. Chegamos a ver naquele momento médicos desesperados, pensando em deixar a profissão.

Em um dos atendimentos online em que eu atendi uma médica, ela estava sozinha na casa dela totalmente descompensada, ela olhava pela janela e pensava em se jogar. Eu estava atendendo online e não podia ir até ela, pois eu tinha três idosos em casa. Ela dizia que queria morrer e com a janela aberta e eu tentava contê-la naquele momento de desespero. Por muito pouco ela não se jogou. Ela gritava “Quando esse pesadelo vai acabar?”. Com muita amorosidade e firmeza eu consegui tirá-la daquele estado de desespero.

Foram momentos muito difíceis, uma vez por dia os psicólogos se reuniam online e discutiam entre si como havia sido atender o profissional de saúde. Inúmeros enfermeiros ligavam desesperados, porque até então a autoimagem deles era de alguém que estava num lugar seguro cuidando de alguém debilitado, e esse lugar de vulnerabilidade passou a ser de todas as pessoas. Isto porque até o cuidador passou a estar fragilizado, a morte não era uma ameaça só para quem estava sendo cuidado, era para o cuidador também. Quando o profissional de saúde se contaminava ficava em pânico pois não sabia se ia sobreviver. Então existia a morte física o tempo todo rondando, mas também existia a morte psicológica, ou seja, suas identidades estavam passando por um momento de desestruturação. As pessoas estavam ali num lugar onde elas não eram só cuidadoras, também se tratava de pessoas frágeis e ameaçadas igualmente por um vírus mortal. O médico não podia dar a garantia da cura, nem o

enfermeiro do cuidado sem tanto sofrimento. Tudo tinha saído da ordem e o caos tomava conta daquele momento. O vírus estava ali e não se sabia como lidar com ele, era tudo muito novo e obscuro. A morte à espreita e a incerteza de quando tudo iria acabar.

E quando estes profissionais chegavam em casa, surgia outra angústia, não se podia abraçar seus filhos, não se podia abraçar seus pais, não podiam tocar em seus companheiros. Era um momento de solidão muito grande. Muitos profissionais de saúde quando viam um colega falecer ficavam com mais medo ainda, com medo de ser o próximo. Outros contaminaram seus familiares que vieram a falecer e o sentimento de culpa se instalava, aquele que antes proporcionava a vida agora era um possível agente de transmissão de um vírus mortal. Havia também a questão do suicídio que veio à tona. Alguns médicos e outros profissionais chegaram a cometer suicídio. Esta questão do suicídio não era o desejo de matar o corpo físico, mas de matar uma dor, matar uma autoimagem psicológica com a qual ele se identificava naquele momento. Muitos maqueiros, motoristas de ambulância e coveiros tiveram stress pós-traumático em presenciar tantos óbitos.

Quantos profissionais da saúde que saíram de casa para cuidar do próximo e não retornaram para casa para cuidar dos seus. Pessoas que não tiveram direito de enterrar seus entes queridos. Famílias que se desestruturaram e casamentos que se acabaram, além do desemprego, da fome e da incerteza de quando tudo isso ia terminar e se tudo iria voltar a ser como antes.

A vacina ainda não existia e se tornou mais uma questão política do que de importância a saúde mundial, além do medo de experimentar uma vacina nova e produzida em tão pouco tempo.

A prática espiritual que é algo importante como suporte psicológico também não tinha como vivenciá-la uma vez que os templos e as igrejas estavam fechados. Era algo surreal e nem os filmes de ficção científica podiam imaginar tal cenário.

Então essa equipe que foi formada para dar suporte psicológico, foi um trabalho de dar sustentação aos profissionais de saúde que estavam indo exercer sua função nos hospitais como quem vai para o abatedouro. Era um momento de uma angústia impressionante.

Foi um trabalho muito bonito que durou de abril até julho de 2020. Os atendimentos foram encerrados com a diminuição da pandemia, mas naquele momento crítico, foi um trabalho de grande importância que mobilizou muita gente e teve uma repercussão muito positiva. Então, fica aqui o agradecimento a todos os psicólogos que se prontificaram a fazer esse atendimento aos profissionais de saúde.

O encerramento das atividades e a proposta de um recomeço para todos

Aos poucos as pessoas foram se acostumando, foram entendendo como lidar com a doença, as pessoas foram se sentindo mais seguras, mas foi um desastre muito grande.

A Organização Mundial de Saúde já vinha desde 2015 criando o janeiro branco porque havia uma previsão de que em 2021 a maior doença seria a depressão, antes de saber que existiria uma pandemia, depois da pandemia então os casos de depressão e ansiedade aumentaram assustadoramente e hoje nós temos o Brasil como o país com o maior índice de ansiedade do mundo. O que vi no consultório foi surreal, as pessoas realmente em pânico e mesmo depois que relaxam, que “o pior já passou” é que vem o estrago psicológico por ter sustentado por tanto tempo uma situação de extremo stress, de morte iminente.

A ilusão do controle cai por terra porque as pessoas achavam que podiam controlar a vida, conseguiam controlar tudo, todos os seus planos e de repente um vírus veio e ensinou, que a gente não controla nada, então, as pessoas ficaram muito sensíveis, elas ficaram com muito medo quando elas viram que essa ilusão do controle caiu, passaram a se conscientizar que a permanência é uma ilusão. A autoimagem psicológica dessas pessoas, não só dos profissionais de saúde, mas de todos foi abalada fortemente. “Quem eu sou agora?” “Eu sou mais um na multidão e estou correndo um risco de vida igual ao outro”, o vírus ensinou a dura lição que devemos construir um mundo no qual somos todos iguais, ultrapassando os conflitos que envolvem a classe social, a diferença de cor e credo. Só assim, um dia poderemos enxergar que somos um só povo, não existem

divisões nem nações, não há uma forma segura de existir a não ser através da união e do amor. Então é possível acreditar que adotar essa nova visão pode ressignificar o lugar de estar e ser no mundo para pessoas em todos os países e regiões do globo terrestre.

A psicologia transpessoal, tem uma perspectiva biopsicossocioespiritual do ser humano, que o convida a sair de uma visão de mundo egocêntrica para uma visão ecocêntrica do ser no mundo (WILBER, 2002). Nesta síndrome muitos valores, questionamentos e visão de mundo foram sendo modificados na cabeça das pessoas, a questão da solidariedade e da espiritualidade foi aflorando em cada um da sua forma, independente de religião. Acredito que tudo isso foi bem reflexivo para todos nós, é possível dizer que estamos juntando os pedaços do que restou. Por exemplo, no campo da saúde mental: Muitas pessoas com depressão, com síndrome de pânico, com TOC, muito ansiosas. Constatamos muitas sequelas emocionais da Covid, bem como uma percepção mais clara em relação a finitude, de olhar e ver que “terminais” somos todos nós, que a gente não pode controlar a vida. Uma lição de que algumas doenças como o câncer ensinam: uma célula sai do controle e descontrola todo o sistema e é preciso se reorganizar para vencê-la. A pandemia nos ensinou isso, era inimaginável passar um dia em casa sem trabalhar ou ir à escola e ficamos meses enclausurados sem podermos controlar quase nada.

Outro ponto muito preocupante é que as pessoas se esqueceram das outras doenças durante a pandemia e agora estou vendo muitas pessoas que não fizeram controle, que não fizeram exames, agora descobrindo doenças graves por não terem se cuidado durante dois anos, bem como pessoas psiquicamente doentes com medo de saírem de casa. Podemos observar também a questão das pessoas idosas que tiveram que ficar fechadas e de repente quando saíram morreram de outras coisas, não morreram de Covid, morreram de infarto, morreram de outras doenças.

Nesse momento as pessoas estão se acomodando, mas de uma forma diferente, acredito que ninguém vai voltar mais para o mesmo lugar e espero que não voltem, acreditamos que as pessoas

estão revisitando o que é importante dentro da intimidade de cada um e estão ressignificando a vida.

Em dezembro de 2021 houve o primeiro carnaval fora de época no Brasil após pandemia, o Carnatal, uma festa linda que acontece no primeiro final de semana de dezembro aqui na cidade de Natal-RN, e uma coisa que ficou muito clara, foi a alegria de viver das pessoas, como elas estavam com sede de viver, como elas estavam sentindo que estavam vivas comemorando a vida, então é uma festa que estava minguando e de repente foi uma festa belíssima, e o que me impressionou foi o sentimento de alegria, de vida, a vitalidade de poder dançar e festejar a vida. Casais de idosos dançando como se precisassem sentir que estavam vivos.

Ainda tem muita coisa para ser colocado no lugar e ser revisitada e ser ressignificada: seja demanda no consultório de pessoas com paranoia em relação a vacina, acreditando que só tem cinco anos de vida, que a vacina é uma arma química que vai matar todo mundo. Considerando os medos, convidamos, por meio do trabalho clínico, cada pessoa para fazer uma reflexão: será que grandes pesquisadores do mundo inteiro estudaram e avaliaram a vacina e ela não é segura? Até podemos levantar a possibilidade de que o vírus possa ter sido uma arma biológica, mas será que tem cabimento o mundo inteiro olhar pra essa vacina e acreditar que a vacina possa ser também uma arma química? Assim, vamos tentando fazer essas reflexões, como os clientes. Tem muita coisa para colocar em ordem ainda, então essa foi a nossa contribuição, trabalhar em prol da necessidade do próximo. Esse próximo que sempre cuidou da nossa saúde e que naquele momento de pânico e extremo cansaço físico e emocional precisava ser cuidado psicologicamente.

Gostaria de agradecer imensamente a todos que aceitaram participar dessa missão de forma amorosa e honrosa, dedicando seu tempo, seu amor e seu acolhimento a tantas pessoas que precisavam de nosso apoio. Muito obrigada a Andreza Amaral que se disponibilizou tanto em trabalhar formatando as tabelas e horários. A Marlos Bezerra, Georgia Sibeles e Aurino Lima que nos deu suporte, supervisões e orientações e ao Professor Alexsandro Medeiros do Nascimento que valorizou esse trabalho e tornou possível essa

publicação. Acredito que foi um trabalho muito importante. Meu profundo agradecimento a cada um de vocês. “sempre fica um pouco de perfume nas mãos de quem oferece rosas, nas mãos que sabem ser generosas”.

O nosso trabalho se encerrou no dia 31 de julho de 2020, mas a nossa missão é a certeza de que ajudar ao próximo através da profissão será sempre uma dádiva, bem como a certeza do maravilhoso trabalho que realizamos e que sem dúvidas, ajudou a tantos que precisaram de uma escuta em um dos momentos mais difíceis da nossa história.

Gratidão a cada um de vocês psicólogos solidários.

Referências

ACCIARI, A. S.; AYRIZONO, M. L. S. Psicoterapia Breve Transpessoal: estudo com portadores da doença de Crohn. In: Ferreira, A. L.; Acciari, A. S.; Bezerra, M. A.; TAVARES, M. F. A. (2019). In: Tratado de Psicologia Transpessoal, vol. 02. Perspectivas atuais em Psicologia, 2019.

BEZERRA, M. A. Apostila Psicologia Transpessoal e clínica ampliada. Natal: Curso de Especialização em Psicologia Transpessoal/Associação Norte Riograndense em Psicologia Transpessoal, 2022.

BEZERRA, M. A. Psicologia e Práticas em saúde: desafios para a abordagem transpessoal. In: Ferreira, A. L.; Acciari, A. S.; Bezerra, M. A.; TAVARES, M. F. A. In: Tratado de Psicologia Transpessoal, vol. 02. Perspectivas atuais em Psicologia. Recife: UFPE, 2019.

FERREIRA, Aurino Lima; BRANDÃO, E.; MENEZES, Salete. Psicologia e Psicoterapia transpessoal: caminhos de transformação. Recife: Comunigraf, 2005.

FERREIRA, A. BEZERRA, M. A., DIÓGENES, D. C. Psicologia Transpessoal no Brasil: 40 anos de produção acadêmica, intervenções clínicas e resiliência coletiva. EDUFPE, 2021.

HEGENBERG, M. Psicoterapia Breve. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

MELLO, Marcelo Feijó de. Terapia Interpessoal: um modelo breve e focal. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 26, p. 124-130, 2004.

MATOS, L. O poder, o guerreiro e a paz. Apostila do curso de especialização em psicologia transpessoal. Belo Horizonte: mimeo, s/d.

MENESES, C. V. S.; ALVES, D. M.; BEZERRA, M. A. Plantão psicológico. Uma experiência de clínica ampliada na abordagem transpessoal. In: Psicologia Transpessoal: reflexões e pesquisas no campo acadêmico brasileiro. Recife: Top Produções, 2012.

SALDANHA, Vera; SALDANHA, Vivaldo P. Psicologia Transpessoal. *Abordagem integrativa, um conhecimento emergente em psicologia da consciência*. Ijuí, Unijuí, 2008.

TABONE, M. A psicologia transpessoal. São Paulo: Ed. Cultrix, 1995.

BEZERRA, M. A. Tratado de Psicologia Transpessoal: antigos ou novos saberes em psicologia. 2012.

VAUGHAN, F. Psicoterapia transpessoal: contexto, conteúdo e processo. *In*: WALSH, R. & Vaughan, F. Além do ego: dimensões transpessoais em psicologia. São Paulo: Cultrix; Pensamento, 1995.

WILBER, Ken. Psicologia integral: consciência, espírito, psicologia, terapia. São Paulo: Cultrix, 2002.

7.

A busca pela tendência atualizante durante a pandemia: reflexos na clínica psicoterápica

Alda Batista de Oliveira

Todos os homens têm medo. Quem não tem medo não é normal; isso nada tem a ver com a coragem.
(SARTRE, 2007)

Sou psicóloga clínica da Abordagem Centrada na Pessoa, antropóloga e professora universitária. No meu consultório, atendo adultos e faço supervisão para profissionais clínicos. Tive experiência em psicologia social, trabalhei em ONGs feministas durante duas décadas e com diferentes públicos. Sou feminista e sobrevivente dessa pandemia. Quero começar expressando meu sentimento de solidariedade às famílias das mais de 618.000 vítimas durante essa pandemia.

Este pequeno trabalho visa relatar e discutir as experiências vivenciadas na clínica e na supervisão durante a pandemia do coronavírus, à luz da Abordagem Centrada na Pessoa, de Carl Rogers, e na visão existencial-fenomenológica que lhe dá base. Pauta-se na conceitualização de comunicação como um processo dialógico e que corresponde a uma relação simbólica entre o que se expressa e o que se vivencia, relacionando-se diretamente com a comunicação intrapessoal.

Todo trabalho da psicoterapia se refere a uma falha na comunicação. A pessoa emocionalmente desadaptada, o “neurótico”, tem dificuldades, em primeiro lugar, porque rompeu a comunicação consigo próprio e, em segundo, porque, como resultado dessa ruptura, a comunicação com os outros se viu prejudicada. (ROGERS, 1961/1997, p.382)

A pandemia da doença causada pelo coronavírus 2019 (Covid-19) foi reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em março de 2020 (OMS, 2020). No Brasil, o primeiro caso confirmado foi no estado de São Paulo e até o fim do mês de junho, 1.145.906 casos foram confirmados, e 52.645 óbitos atestados, revelando uma alta letalidade.

A tendência atualizante é o conceito central da teoria de Rogers. Pode ser compreendida como o impulso e a capacidade, latente ou manifesta, do indivíduo compreender a si mesmo, resolver seus próprios problemas e alcançar um funcionamento adequado. A operação da tendência atualizante tem por efeito dirigir o desenvolvimento do “organismo” no sentido da autonomia e da unidade. Inerente a todo ser humano, essa tendência é limitada apenas por lesões, conflitos ou violações persistentes ao “eu”. Ou seja, a manifestação plena dessa capacidade requer um contexto de relações humanas desprovidas de ameaças às concepções que o indivíduo faz de si mesmo. Essas concepções que o indivíduo faz de si não são necessariamente verbais nem articuladas como as de um profissional da área. Trata-se de uma autocompreensão ativa, voltada para a ação e não para a conceitualização. É um tipo de conhecimento reflexivo que possibilita autoavaliação e autocorreção, e que mesmo não sendo completo nem absolutamente correto, é suficiente para gerar soluções e adaptações. As soluções geradas, por sua vez, são imperfeitas e não-definitivas, mas permitem a continuidade do processo de crescimento e amadurecimento. E o que define um clima humano desprovido de ameaças é a percepção que o próprio indivíduo tem do meio onde está inserido. Ou seja, é uma condição subjetiva e fenomenológica, e não pode ser definido pelas condições observáveis e circunstanciais do contexto (KINGET, 1977).

Situações Geradoras de Sofrimento e Procedimentos de enfrentamento

Pela falta de uma intervenção farmacológica como vacina, inicialmente para enfrentamento da pandemia do corona vírus foi recomendado o distanciamento social, e exigido o uso de máscaras e álcool gel para reduzir o risco de transmissão do vírus. A maior parte da população brasileira aderiu ao distanciamento social, saindo de casa apenas para ir ao supermercado e a farmácia. O distanciamento social pode ocasionar implicações psicológicas, como ansiedade, tristeza e depressão.

Diante do número crescente de pessoas contaminadas diariamente e das mortes, sem dispor de nenhum instrumento que assegurasse proteção, os atendimentos presenciais foram suspensos e a maioria teve continuidade de forma *on line*. O Conselho de Psicologia permitiu que quem não tinha autorização pudessem atender de modo *on line*. Eu já tinha experiência de atendimento *on line*, mas muitos colegas de profissão começaram ali. Muitos psicoterapeutas se oferecendo para atender neste momento de “fica em casa”, que gerava tanto sofrimento.

O sintoma de maior incidência durante esses últimos dois anos de pandemia foi o medo (do desconhecido, de morrer, de perder pessoas amadas, de perder o trabalho, etc.). Vale salientar que além da ameaça de contaminação do vírus que mexeu com toda a subjetividade das pessoas, nós tivemos também que enfrentar uma conjuntura política e econômica que levou à ideia de morte e de extinção. Desmatamento, aquecimento global, inundação de cidades como Recife, por exemplo, ditaduras, expropriação dos trabalhadores pelas perdas de direitos trabalhistas, trabalhar ou estudar home office, entre tantos outros.

Nós vivemos uma época de perdas, no sentido global, o que obviamente acarretará repercussões subjetivas e psicológicas nas pessoas. Muitos lutos: na família, nos amigos, nas famílias dos outros. Ausência de rituais de morte, pois não pudemos velar e enterrar nossos mortos. Transtorno Obsessivo Compulsivo, principalmente mania de limpeza e compulsão alimentar. Muita somatização

e ansiedades, até Transtorno de Pânico. Falta de toques, de abraços, beijos também, falta de sexo. Tivemos também a questão da alteração da imagem de si, da visão de si mesmo. “Não me enxergo atrás da máscara”, “eu era uma pessoa vaidosa”. Eu mesma gosto de usar batom e me perguntavam “para que, se ninguém iria ver?” Respondia que eu uso para mim, não para os outros. Existe então um luto pela liberdade que nós perdemos enquanto estávamos dentro de casa; nas tensões vividas pela proximidade constante. O distanciamento social passou a ser encarado como um evento estressante com consequências psicossociais, podendo gerar repercussões clínicas e comportamentais a serem observadas em curto, médio e longo prazo, na saúde individual e coletiva, podendo resultar em adoecimento psíquico e em mudanças nos estilos de vida (MALTA *et al.*, 2020).

A tensão política e a tensão da pandemia aumentaram, em muito, as tensões conjugais e até mesmo a violência doméstica para com as crianças, para com as mulheres e até para alguns homens. Houve também um recrudescimento dos preconceitos porque desde o início da pandemia existe um interesse do empresariado em falar que “as pessoas têm que ir trabalhar” mesmo em épocas de quarentena. Questionavam: “como você quer que as pessoas fiquem em casa se elas moram num barraco? – Mas é a casa delas, onde elas podem estar?”.

Fiz uma proposta para atendimento aos policiais que precisavam sair para trabalhar. Muitos voltavam para casa com Covid, ou com o medo de contaminar a família e até mesmo medo de morrer, mas minha proposta foi rejeitada. Enfim, o mundo ainda não sabia lidar com essa novidade, esse vírus. O medo do desconhecido (vírus) era forte e constante.

Muitos clientes eu nunca os vi pessoalmente. Eles surgiram *on line* e se mantêm nesta modalidade. Outros que eram presenciais não aceitaram o atendimento *on line* e ficaram se comunicando e vendo como e quando poderíamos voltar a modalidade presencial quando surgisse um mínimo de proteção ao contágio. A supervisão passou também a ser *on line*. Observei reações bem interessantes nos meus supervisionados, pois alguns que se achavam os Super,

que podiam tudo e querendo muito ajudar as pessoas, depois se deprimiam. Outros supervalorizavam a problemática que algum cliente trazia. Bem, eles estavam em sofrimento, aliás, nós todos estávamos em sofrimento.

Cinco meses depois que eu havia fechado o consultório, decidi retomar os atendimentos presenciais, para atender aquela clientela que não se adaptava ao atendimento *on line*. Fui lá, tirei o mofo, comprei todos os itens que os protocolos recomendavam, cadeiras forradas com papel que era trocado a cada cliente (comprei papel para três pandemias), álcool gel, máscaras descartáveis, luvas, até jaleco eu usei apesar de não gostar.

Assim fomos atravessando o ano de 2020. Os nossos maravilhosos cientistas criaram vacinas e distribuíram para que nós pudessemos começar a enfrentar essa nova situação, o que nos deixou felicíssimos, mas o governo não comprou logo as vacinas para distribuir. Espera... espera... gerando muita ansiedade e angústia. Recebi uma adolescente para atendimento presencial que estava somatizando, deprimida, pois contraiu a Covid-19 duas vezes. A mãe e a irmã dela também tiveram a doença e na vivência de seu medo questionava: “se a minha mãe morrer, o que vai ser de mim?”.

Estávamos ansiosos para nos vacinar. Fiz promessa aos céus de parar de fumar, caso alcançasse a vacinação. Em janeiro de 2021 recebi minha primeira dose, junto com a minha mãe de 80 anos, pois liberaram vacinas para os profissionais de saúde atuante. Depois vieram as outras doses e eu estou pagando a minha promessa.

As questões políticas e ações do governo foram geradoras de sofrimento e discórdia social. A sociedade discutia questões como os ônibus lotados, sem distanciamento social, permissão para caminhar na praia, para um banho de mar, uso de máscara. Quem transgrediu a norma era detido... um conflito constante, uma luta entre a vida e a morte, uma luta existencial e o temor de nossas escolhas o tempo inteiro.

O método fenomenológico de Carl Roger (1977) prega o respeito a experiência do outro e a autonomia que as pessoas têm de ressignificar sua história de vida. Então, inicialmente nós temos que pôr em suspenso todo julgamento, todo juízo de valor, conceitos,

teorias que temos a respeito de outros, enfatizando a importância fundamental que é a experiência subjetiva e pré reflexiva como critério de conhecimento, o *epokè*. Ele diz que o terapeuta tentará ver através dos olhos de outra pessoa, perceber o mundo como lhe parece, aceder, pelo menos parcialmente, ao quadro de referência interno dessa pessoa.

O supervisor clínico além de procurar enxergar esse quadro de referência interna do cliente do supervisionando, ele precisa ver esse quadro de referência do supervisionando, então é um trabalho duplo que nós temos que fazer. E de maneira empática.

A empatia é o meio através do qual o terapeuta pode se aproximar de um “tipo particular de compreensão distinto de outros tipos de compreensão resultantes de enquadramentos exteriores, tais como diagnósticos, ou julgamentos, ou esclarecimento de suposições”. (p.41) Ou seja, a partir do ponto de vista fenomenal do cliente, o terapeuta deve procurar a compreensão da consciência vivencial da experiência de si e do mundo. Sempre conduzida pelo princípio da não-diretividade, a compreensão empática não tem outro fim que não seja o de transmitir ao cliente os elementos e as condições que promovem o exercício do seu poder de autodireção. A relação torna-se, deste modo, um fim em si mesma.

Alguns dos meus supervisionados chegavam a dizer “olha eu não aguento atender uma pessoa que não quer tomar a vacina, que é contra a vacina, que acha que tem um vírus na vacina”. Quando não é possível suspender o julgamento o cliente deve ser encaminhado a outro profissional que se disponha, pois ele está em sofrimento e o terapeuta se violenta numa relação não empática. Essa atitude é chamada por Rogers de não aceitação incondicional do cliente. A aceitação incondicional do cliente e a consideração positiva da pessoa criam um vínculo forte na relação e são as condições necessárias à realização do estado de acordo interno e, deste modo, do funcionamento adequado do Eu.

Parece que agora a angústia tende a diminuir. Já houve momentos piores, como à época em que escutávamos aquele boletim diário no Jornal Nacional apresentando a quantidade de mortes por dia que gerava uma tensão terrível nas pessoas. Recomendava aos

clientes não assistirem o jornal, pois “se você não está aguentando, evite falar sobre certos assuntos”. Os clientes comentavam que gostariam de progredir para o sistema semiaberto, pois estávamos prisioneiros, em regime fechado em casa.

Ao que tudo leva a crer, somos o único ser na face da terra capaz de reconhecer que existimos para morrer. É essa percepção aniquiladora que nos orienta para o cuidado, para a preocupação com nossa existência. Heidegger em seu profundo interesse pela questão do Ser criou a analítica do dasein (HEIDEGGER, 1989). Por outro lado, a perspectiva filosófica existencial fala da angústia da morte e da vida – existencial – o temor da escolha (FORGHIERI, 2011).

Heidegger (1989) através da expressão Ser-Aí (Dasein), define o homem como um ser que constrói seu modo de ser, sua existência, sua história por meio da própria “pre-sença” no mundo. Este é considerado ser-no-mundo, envolvendo relações de afetividade, compreensão e linguagem com os outros homens. Em outras palavras, o homem é um ser-no-mundo, pois está sempre em relação com algo ou com alguém e por meio de suas experiências atribui sentidos à sua existência dentro de um espaço e tempo (FORGUIERI, 2011). A partir dessa perspectiva, quando “o homem em sua relação consigo e com o mundo encontra-se consideravelmente restringida”, de forma com que não consiga se abrir a novas possibilidades, pode-se dizer que ocorre seu adoecimento existencial. Esse acaba por não reconhecer e compreender que as relações ora são satisfatórias, outras angustiantes, todavia, suas experiências ocorrem apaticamente, incluindo dores e restrições prolongadas, em forma de intenso sofrimento (FORGUIERI, 2011).

Contudo, as piores experiências humanas coletivas, mesmo as dos campos de concentração, nos deixam conhecimentos, aprendizagem e vivências positivas (FRANKL, 2008). A solidariedade é um dos ensinamentos da pandemia, pois se você não se vacina você está pondo os outros em risco. A experiência de viver bem com muito pouco, em contraposição ao que prega o neoliberalismo de que só se é feliz se tiver isso e aquilo, se for financeiramente bem-sucedida. A necessidade e importância, apesar de toda ideologia individualista, da coletividade, do quanto é bom estar próximo de outras pessoas,

da necessidade de ser tocada, de ser abraçada por outros. Então, apesar de uma longa e dolorosa experiência fica um saldo positivo.

Quero agradecer o convite do professor Alessandro Medeiros do Nascimento e parabenizar todos os meus colegas psicoterapeutas que participaram do enfrentamento das angústias e sofrimentos daqueles que os procuraram. Encerro citando o título de um livro de Carl Roger, dizendo que nós podemos brindar hoje a vida “de pessoa para pessoa” porque sobrevivemos, até aqui.

Referências

- FORGHIERI, Y. C. *Psicologia Fenomenológica: fundamentos, método e pesquisa*. São Paulo: Cengage Learning, 2011.
- FRANKL, Viktor. Em busca de sentido: Um psicólogo no campo de concentração. Tradução: Walter O. Schlupp. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2008.
- HEIDEGGER, M. *Ser e Tempo*. Petrópolis: Vozes, 1989.
- KINGET, G. M. A noção-chave. In: ROGERS, C. R.; KINGET, G. M. *Psicoterapia e relações humanas*. Belo Horizonte: Interlivros, 1977. v. 1.
- MALTA, Deborah Carvalho et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de Covid-19. *Saúde em Debate* [online]. 2020, v. 44, n. spe4, p. 177-190. DOI: doi.org/10.1590/0103-11042020E411. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/8YsdKcVzwf3yYVZqWMnbnXs>. Acesso em: 19 set. 2022.
- Organização Mundial da Saúde. WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19-11 Março 2020 [internet]. Genebra: OMS; 2020. Disponível em: <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19>. Acesso em: 17 jun. 2020.
- ROGERS, Carl. *Tornar-se Pessoa*, 1961/1997.
- SARTRE, Jean-Paul. *O Ser e o Nada: Ensaio de Ontologia Fenomenológica*. 15 ed., Rio de Janeiro: Vozes, 2007.

PARTE 3

O ensino de psicologia na pandemia de Covid-19

8.

A pesquisa qualitativa em psicologia: um foco na análise de conteúdo

Erika Cristiane da Silva

Alexsandro Medeiros do Nascimento

Introdução

A pesquisa qualitativa se interessa pelo “como” o fenômeno ocorre e/ou se apresenta (BACCIN BRIZOLLA *et al.*, 2020). Por meio de uma relação intersubjetiva com os dados construídos (não se fala em coleta de dados, como na pesquisa quantitativa), preocupa-se muito mais com o aprofundamento do sentido e muito menos com a explicação generalista dos fenômenos (MINAYO; COSTA, 2018).

A metodologia qualitativa aplica-se a uma gama de pesquisas na área das ciências sociais, entre elas a Psicologia. Contudo, antes de escolher uma metodologia de pesquisa é necessário ter ciência se há conexão lógica entre todos os elementos da proposta de pesquisa. Por exemplo, verificar se a base epistemológica que sustenta tal metodologia da pesquisa está alinhada com a proposta de análise de dados, a fim de que os esforços empregados na pesquisa conduzam a um resultado elegível de composição de quadros teóricos e empíricos da área estudada (TAVARES; RESENDE, 2021; TAQUETTE, 2020; BACCIN BRIZOLLA *et al.*, 2020).

São diversas as técnicas de análise de dados com propostas qualitativas (ver MINAYO; COSTA, 2018). Uma delas é a análise de conteúdo. Tomando como referência Krippendorff (2019), esta é definida como uma leitura sistemática de um corpo de textos, imagens e matéria simbólica. Apesar de semelhantes os critérios operacionais e fases da análise entre os autores, diferenças podem ser percebidas quando artigos qualitativos são revisados (TAQUETTE, 2020; BACCIN BRIZOLLA *et al.*, 2020).

Conforme White e Marsh (2006), em contraste com a análise de conteúdo quantitativa, a análise de conteúdo qualitativa apresenta uma tradição naturalista ou humanista, não positivista. O objetivo da análise é capturar os significados, ênfase e temas de mensagens e entender a organização e o processo de como são apresentados. Nesse processo, procura-se por múltiplas interpretações. A natureza dos dados consiste em textos de ocorrência natural ou gerados a partir de um projeto de pesquisa. Nesse caso, a amostragem é intencional para permitir respostas à pergunta de pesquisa.

Embora o termo “análise de conteúdo” não tenha aparecido em inglês até 1941, provavelmente, as primeiras análises quantitativas bem documentadas de material impresso foram de cânticos religiosos e ocorreram na Suécia, no século XVIII. A seguir, no início do século XX, a partir do aumento visível na produção em massa de papel de jornal, Eugen Lob publicou, em alemão, um elaborado esquema de classificação para analisar a “estrutura interna do conteúdo” de acordo com as funções sociais desempenhadas pelos jornais. A partir de então surge a “Análise quantitativa de jornais”, a qual avaliava que tipo de notícia os jornais estavam publicando, a frequência de um tema numa publicação, o espaço físico do jornal dedicado a determinada notícia, etc. (KRIPPENDORFF, 2019).

Essa primeira expressão de análise de conteúdo, com foco na análise quantitativa, foi ampliada e aplicada para várias categorias de assuntos, como os conteúdos do rádio, cinema e a televisão. A análise de conteúdo em categorias de assunto continua hoje e é aplicada a uma ampla variedade de material impresso, como livros, histórias em quadrinhos, discursos e publicidade impressa (*idem*).

Enfatizando a análise de conteúdo qualitativa, o objetivo deste ensaio é descrever e ilustrar a metodologia da análise de conteúdo qualitativa na Psicologia. Assim sendo, o presente texto é estruturado em quatro seções: (1) Tradições de pesquisa e método qualitativo; (2) Análise de conteúdo enquanto método qualitativo de análise de dados; (3) Ilustrando a análise de conteúdo qualitativa; e as (4) considerações finais.

Vale ressaltar que este capítulo é fruto do trabalho final da disciplina de pós-graduação “Métodos Qualitativos e Análise Avançada de Dados” (Doutorado em Psicologia Cognitiva da UFPE), a qual foi ministrada pelo coautor deste texto, o Professor Dr. Alessandro Medeiros do Nascimento. Ela aconteceu em plena pandemia de Covid-19, num formato integralmente remoto. Ainda assim, com a novidade de uma modalidade de interação nova para o Professor e os estudantes, foi uma disciplina orientada à ação, visto que a ênfase pedagógica adotada tinha o objetivo de instrumentalizar para a prática das principais análises qualitativas em uso, o que foi alcançado com louvor.

Tradições de pesquisa e método qualitativo

De acordo com Gallifa (2018), por pesquisa coerente entende-se, explícita ou implicitamente, a correspondência entre ontologia (forma e a natureza da realidade), epistemologia (natureza da relação entre o conhecedor e o que pode ser conhecido) e metodologia (caminho de investigação), adequadamente articuladas. Nesse sentido tal autor fez uma revisão, na qual ele descreve os paradigmas mais comuns de pesquisa em ciências sociais. Guba e Lincoln (1994) definiram paradigmas como construções humanas, compostas de conjuntos de crenças básicas, ou seja, não estão abertos a provas. Ele salienta as seguintes tradições de pesquisas: empirismo lógico, construtivismo, conceitualismo (ou ciência produtiva na tradição Aristotélica) e Fenomenologia. A ênfase dele foi nas metodologias mais utilizadas em Psicologia e Educação.

Conforme Guba e Lincoln (1994), esses quatro paradigmas (tradições de pesquisas) apresentam as seguintes características:

(1) *Empirismo Lógico* – a metodologia é observacional e experimental, com o uso de métodos quantitativos para caracterizar a realidade através de medições, com o objetivo de estabelecer leis científicas (exemplo: o Behaviorismo, a Psicomетria e a Psicologia Experimental); (2) *Construtivismo* – consistente com as visões de mundo pós-modernas, se opõe ao positivismo e ao neopositivismo, defendendo a crença de que “a realidade é uma construção do sujeito”, o que configura uma perspectiva ideográfica, considerando que a verdade tem apenas validade contextual; (3) *Conceptualismo* – é a episteme orientada para a *poiesis* (mais de uma possível solução criativa é possível). O ponto principal desta episteme é que a natureza é completamente inteligível. A “forma” revela a essência. Não há distinção entre elas. Entretanto, apenas alguns observadores treinados podem ver a essência na forma. Quando a descoberta é feita, a verdade é evidente por si mesma; (4) *Fenomenologia* – originada por Husserl, que procurou descobrir uma metodologia para encontrar a verdade ou essência sem seguir o caminho e a correspondente visão de mundo da ciência convencional, posteriormente foi sistematizada por Maurice Merleau-Ponty.

Considerando as quatro tradições de pesquisa apresentadas, e situando tipos de análises qualitativas em cada tradição, a análise do discurso ancora-se no construtivismo, a análise temática não se afilia a nenhuma dessas tradições e a análise de conteúdo, especialmente na perspectiva quantitativa, está situada no empirismo lógico (GALLIFA, 2018). A análise do discurso tem interesse em como as falas são construídas, criam e modificam a realidade, considerando que o discurso precede qualquer sujeito empírico (JORGENSEN; PHILLIPS, 2002). Percebe-se, assim, um alinhamento com a ideia de que “a realidade é uma construção do sujeito”. Já a análise temática, apesar do método ser semelhante a análise de conteúdo, é atórica e focada apenas na técnica de análise, o que por um lado é uma lacuna desse método, mas, por outro lado, permite um uso eclético dela (SOUZA, 2019).

A análise de conteúdo situa-se no empirismo lógico, já que ela é fiel a empiria, ou seja, o analista deve se ater aos dados primariamente, ao que eles comunicam, e, se necessário, fazer uso de

inferências (GALLIFA, 2018; SAMPAIO; LYCARIÃO, 2018). Tendo em vista que a análise de conteúdo é o foco do presente ensaio, ela seguirá em pauta nas próximas considerações.

Análise de conteúdo enquanto método qualitativo de análise de dados

Para Krippendorff (2019), a análise de conteúdo é uma ferramenta científica, uma técnica de pesquisa para fazer inferências replicáveis e válidas de textos (ou outro assunto significativo) para os contextos de seu uso. É importante que o analista descreva as características das comunicações em termos de “o quê”, “como” e “para quem”, a fim de inferir seus antecedentes em termos de “quem” e “por quê” e suas consequências em termos de “com quais efeitos”. Quando os antecedentes e as consequências não estão acessíveis à observação direta, o analista deve fazer inferências.

Como posto na introdução desse ensaio, a análise de conteúdo nasceu para analisar quantitativamente textos religiosos e posteriormente jornalísticos, o que tornou tal análise conhecida e logo estendida a diferentes *corpus* de conteúdos. Logo tal método foi se aperfeiçoando e os analistas começaram a empregar novas ferramentas estatísticas emprestadas de outras disciplinas, especialmente de pesquisas de opinião, mas também da psicologia experimental. A primeira apresentação concisa desses desenvolvimentos conceituais e metodológicos apareceu em um texto em 1948, intitulado “*The Analysis of Communication Content*”, de autoria de Berelson e Lazarsfeld, seguido de outra publicação, pouco tempo depois (*Content Analysis in Communications Research*), do mesmo autor, em 1952 (KRIPPENDORFF, 2019).

A partir dessas publicações de Berelson, a análise de conteúdo se espalhou ainda mais, alcançando diversas áreas, como ciência política, literatura, história, antropologia, linguística e a psicologia. Os psicólogos usaram a análise de conteúdo em quatro áreas principais: (1) na inferência de características motivacionais, mentais ou de personalidade por meio da análise de registros verbais; (2) na análise de dados verbais coletados a partir de entrevistas individuais, grupos

focais e vários testes, incluindo o Teste de Apercepção Temática (TAT); (3) na análise de processos de comunicação/interação em grupo; (4) para a generalização de significados sobre uma ampla gama de situações e culturas (KRIPPENDORFF, 2019).

Algumas características de textos são relevantes para a definição de análise de conteúdo (KRIPPENDORFF, 2019): os textos não têm nenhuma qualidade independente do leitor, ou seja, não têm significados únicos que poderiam ser “encontrados”, “identificados” e “descritos” pelo que são; os textos têm significados relativos a contextos, discursos ou propósitos específicos, cabendo ao analista construir um mundo (contexto) no qual os textos façam sentido e possam responder às perguntas de pesquisa do analista. O mesmo corpo de textos pode produzir descobertas muito diferentes quando examinado por diferentes analistas e com referência a diferentes grupos de leitores; para que uma análise de conteúdo seja replicável, os analistas devem explicar o contexto que orienta suas inferências.

Apesar de as análises serem feitas manualmente, é possível também, graças a avanços em softwares, o uso de alguns programas de computadores que parecem úteis para facilitar os agrupamentos das categorias temáticas. Carvalho e Santos (2020), num estudo metodológico que investigou o papel da técnica de análise de conteúdo, assim como do recurso a um *software* de análise de dados qualitativos, descreveu o caminho metodológico para a replicabilidade de seu estudo e demonstrou entusiasmo pelo casamento entre a análise de conteúdo e o uso do WebQDA, como pode ser observado a seguir:

(...) o suporte do software WebQDA foi fundamental, sobretudo pela rápida e eficiente importação e preparação de dados, pela ágil implementação dos procedimentos de codificação e pela visualização e apresentação de dados proporcionada, tal como esperado de uma eficiente utilização de um software de análise de dados qualitativos (Kaefer *et al.*, 2015). Constata-se, também, que a implementação da análise de conteúdo mediada pelo WebQDA contribuiu para a aplicação e estratégias, na tentativa de cumprimento, ainda que parcial, dos critérios de fiabilidade para a análise de conteúdo, adotados na literatura de referência (Costa & Amado, 2018; Fraenkel

et al., 2012; Krippendorff, 1980; Lima, 2013), mais concretamente a “estabilidade, reprodutividade e precisão”. (CARVALHO; SANTOS, 2020, p. 254).

Tal pesquisa ilustra que atualmente, a análise de conteúdo é realizada também com o auxílio de *softwares*, como o NVivo, o MAXQDA e o WebQDA. Porém, esses recursos não substituem a análise manual, já que são apenas auxiliares, como por exemplo, podem facilitar a codificação em textos que são transcritos ou até aqueles que já estão disponíveis no formato digital. Já que há uma crescente disponibilidade de textos em formato digital, o uso desses *softwares* permite maior celeridade ao procedimento de análise de conteúdo (ALVES DA SILVA; FIGUEIREDO FILHO; DA SILVA, 2015; CARVALHO; SANTOS, 2020).

Ilustrando a análise de conteúdo qualitativa

Considerando o passo-a-passo de uma análise de conteúdo, de posse de uma amostragem de dados, segue-se a leitura para identificar padrões significativos a fim de responder à pergunta de pesquisa. Palavras-chaves ou trechos podem ser marcados desde que correspondam a questão de pesquisa; observa-se semelhanças entre possíveis unidades de análise, emergindo possíveis categorias. A releitura do corpus de análise vai possibilitando o refinamento das categorias (WHITE; MARSH, 2006).

Como a codificação do texto é subjetiva, em alguns casos os autores documentam na forma de memorandos as percepções e justificativas durante a análise, o que gera evidências do procedimento de análise. Esse processo pode ser útil para publicações resultantes do trabalho de análise de conteúdo. Revisores de periódicos podem julgar melhor um manuscrito, fruto de uma análise de conteúdo qualitativa, se o pesquisador enviar o seu conjunto de dados original, codificações e justificativa para códigos específicos, juntamente com o manuscrito. A publicação sendo concretizada, os dados, ou pelo menos um subconjunto aleatório, podem ser incluídos como apêndices (WHITE; MARSH, 2006; KRIPPENDORFF, 2019).

A título de exemplo será citada uma pesquisa, realizada por um dos autores desse ensaio, a qual é passível de análise de conteúdo. A descrição de análise a seguir ainda não foi publicada e assume aqui um caráter didático, com a finalidade de facilitar futuras análises de conteúdo, tomando como referência orientações metodológicas de White e Marsh (2006) e Krippendorff (2019).

Os dados de pesquisa, a partir do qual foi retirado o *corpus* disponível para a presente análise foram oriundos da pesquisa “Autoconsciência, Imagens Mentais e Experiências Místicas: a Religiosidade nos processos de (re)construção do *Self*”, do Prof. Dr. Alessandro Medeiros do Nascimento, Programa de Pós-Graduação em Psicologia Cognitiva, UFPE, segundo autor deste presente ensaio.

A pergunta-estímulo aos participantes foi a seguinte: “O que é a Morte para Você?” A questão de pesquisa que o estudo buscou responder foi: “Quais os sentidos de morte entre universitários?” A fim de responder à questão de pesquisa, inicialmente foi realizada uma leitura para se familiarizar com os dados. Na segunda leitura foi dado início a codificação, sublinhando as possíveis unidades de análise que apareciam em cada estrato de resposta. Quatro outras leituras foram realizadas a fim de concluir a codificação. Durante esse processo, possíveis categorias temáticas foram surgindo, as quais foram sendo refinadas a medida em que se voltava a leitura do *corpus* já codificado. Nessa etapa, é fundamental se ter em mente qual a pergunta de pesquisa, pois ela norteia os trechos a serem sublinhados.

O quadro 8.1 reúne as categorias com os seus respectivos estratos ilustrativos e as ocorrências deles no *corpus*. O “P”, na coluna 2 representa cada protocolo, ou seja, cada resposta de cada participante). É possível e até comum que num mesmo protocolo de resposta de um participante apareçam mais de uma categoria ou mais de um exemplo da mesma categoria. Por exemplo, na categoria “fim da existência” aparecem duas unidades de análises, a saber: *é a conclusão de um ciclo* (P23); *A morte é o ponto final da vida física e material* (P23); *É o fim da jornada.* (P23).

QUADRO 8.1 | Categorias

Categorias	Exemplos
Fim da existência	- A morte é o fim da vida aqui na terra. (P3) - É quando todo o sentido, ideal de existência acaba. (P4) - É morrer, deixar de viver, não existir mais. (P6) - O fim. (P8) - O fim do tempo individual imaginando (P9) - A morte – nada mais é que o fim do “time slice” de cada indivíduo. (P9) - É um corte de laços. (P10) - A morte para mim é onde se acabam as oportunidades de você fazer algo na vida sem ter a chance de voltar. (P11) - É o fim da vida! (P12)
Fim da vida física	- Quando a carne não se move, não poder sentir, não poder respirar. (P4) - É quando a carne entra em estado de putrefação. (P4) - Quando a “máquina” homem acaba. (P4) - É parar de existir fisicamente o oposto de viver. (P24)
Incerteza do que ocorrerá/ Mistério	- Acredito que tudo é possível! Com relação a morte. (P8) - Talvez alguma coisa a mais. (P8) - E vamos, talvez, para outra dimensão. (P12) - Se depara com a dualidade céu e inferno, para onde vamos? (P15) - Não sei o que vem depois dela, não posso defini-la com precisão. (P17) - Eu não sei bem o que acontece depois que morri. (P18) - Morte é um grande mistério. (P22)
Sofrimento/ perda/ solidão/algo temeroso	- Tristeza. (P8) - A morte só é ruim quando vem para uma pessoa próxima de nós, alguém que gostamos. (P12) - A morte para quem fica é extremamente dolorosa no ponto de vista sentimental. (P15) - É dor que com o tempo é maquiada, mas nunca passa. (P21) - profunda tristeza. (P22) - A morte é a dor para aqueles que perdem alguém querido. (P23) - Uma realidade de muito sofrimento. (P19)
Passagem – período de transição	- É a passagem para outro lugar. (P3) - Sendo apenas uma passagem. (P10) - A morte para mim é a passagem do espírito dessa vida, desse mundo para uma outra vida, um outro mundo. (P13) - É uma passagem para uma vida posterior. (P23) - A porta para a verdadeira vida. (P26) - É a passagem para outro lugar. (P3) - Uma fronteira do em meio a estrada rumo à plenitude. (P28)
Nova etapa da existência	- Fase depois da vida. (P1) - O começo para uma nova vida. (P7) - Morte é um início de uma nova etapa. (P5) - Uma nova vida. (P8) - Como espírita acredito que a morte é o início de outra vida, de uma nova existência. (P15) - Mas para quem acredita em algo além, para quem, como eu, acredita no céu, na vida eterna, ela é o começo. (P14) - Vamos para a glória de Deus. (P5) - A morte é outro estágio da vida física. (P2) - Pensar em tudo o que fizemos e nos foi feito, apreciar os bons momentos passados e no que poderemos fazer na eternidade. (P12)

Categorias	Exemplos
Viver melhor em outra dimensão	- A morte pra mim será uma realidade um sonho realizado. (P5) - A verdadeira paz. (P14) - O morrer é lucro, como dizia o Apóstolo Paulo. (P26) - Acordar em algum campo verde com praias longínquas sob o pôr-do-sol. (P30)
Dormir/ descansar/ descansar em paz	- E seu espírito entra em eterno estado de sono. (P4) - Dorme para sempre. (P4) - Descanso. (P8) - É onde podemos descansar em paz. (P12) - O descanso em Deus. (P14) - É o descansar dos corpos cansados... (P23)
Algo inevitável	- Todos teremos que passar por ela. (P10) - É para todos. (P14) - É o destino de todos nós (P16) - A morte nada mais é que uma consequência da vida. (P16) - É a única certeza que temos na vida é que todos nós iremos morrer um dia. (P20) - Para mim a morte é a certeza plena da vida. (P23) - É única certeza que você carrega na sua existência. (P23) - É o destino de todos independente de cor, credo, status social, etc. (P23) - Algo inevitável. (P25)

FONTE: OS AUTORES

Admitiu-se como categorias, os agrupamentos de sentido que tivessem no mínimo quatro representações de unidades de análise, a fim de ter uma representatividade mínima. Após um extenso trabalho de refinamento das categorias, os seguintes temas se sedimentaram: Fim da existência; Fim da vida física; Passagem – período de transição; Nova etapa da existência; Viver melhor em outra dimensão; Dormir/ descansar/ descansar em paz; Incerteza do que ocorrerá/ Mistério; Sofrimento/ perda/ solidão/ algo temeroso; Algo inevitável.

Essas categorias precisam ser relacionadas com uma teoria, a fim dos dados serem discutidos com base em um contexto de análise. Aqui, fazendo sentido com as categorias encontradas e com a relação que elas parecem estabelecer entre si, escolheu-se a teoria “sobre a morte e o morrer” de Elizabeth Kubler-Ross (1996). Apesar dessa teoria enfatizar os estágios do processo de morrer, percebe-se que é possível aplicar aqui, visto que cada sujeito tem uma tendência a significar a morte de forma compatível com algum dos

estágios citados por ela. Isso sugere que ao abordar o tema “morte” cada pessoa apresenta um sentido, conforme o nível de experiência pessoal/maturidade com o assunto, o qual pode ser desde um nível insipiente a um nível mais elaborado.

Aqui o nível insipiente corresponde a primeira categoria temática, a morte como mistério e o fim da existência. Esses sentidos sugerem uma ausência de reflexão sobre o tema, já que limita o morrer a algo desconhecido ou ao fim da vida. Comparando com os estágios da morte e o morrer, propostos por Klüber-Ross (1996), essas categorias lembram o estágio da negação, do afastamento reflexivo em torno da morte. Já a categoria da morte como sinônimo de “sofrimento/perda/solidão/algo temeroso” parece abarcar o estágio depreciação, descrito na teoria mencionada.

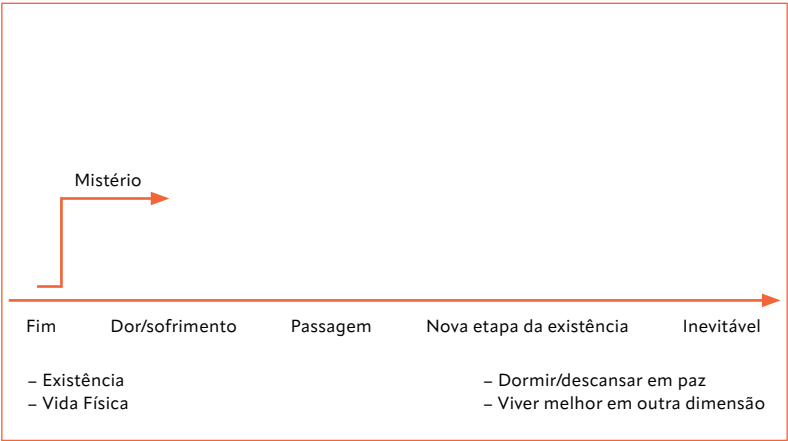
A categoria que avança mais um pouco na elaboração de sentido sobre a morte é a que a considera como uma passagem, sugerindo que algo a mais pode ocorrer após a morte, ainda que não fique bem claro o que. Esse “o que” aparece na próxima categoria, morte como “nova etapa da existência”, tanto no sentido de etapa de dormir, como de descansar em paz ou de viver melhor em outra dimensão, ou seja, de ter uma vida mais feliz. Esse sentido ilustra uma concepção esperançosa, não no sentido de se ter a cura, como na teoria de Klüber-Ross (1996), mas de esperança quanto ao que pode acontecer após a morte.

A última categoria dá sentido à morte como algo inevitável, o que sugere uma aceitação da mesma, a uma concepção de encarar o morrer como um processo natural, do qual não se tem como se esquivar, visto que, utilizando as palavras de um participante, “é a única certeza que temos na vida é que todos nós iremos morrer um dia (P20, sic)”. A figura 8.1 esquematiza a interpretação qualitativa proposta na presente análise. Esses esquemas representacionais são incentivados como forma de enlaçar as categorias entre si (KRIPPENDORFF, 2019).

Houve uma tentativa constante de agrupar os elementos de cada categoria conforme o sentido que os participantes utilizavam para significar a morte. Nesse exercício, se percebeu que parecia haver uma maturidade crescente nos sentidos de morte, dissipadas

nas diversas categorias encontradas, o que permitiu colocá-las num *continuum*, conforme o sentido de morte parecia ser mais elaborado. Tal como percebe-se a necessidade de tempo de elaboração sobre a morte por parte dos pacientes terminais, parece razoável pessoas saudias também terem diferentes aproximações/maturidade sobre a questão da própria finitude.

FIGURA 8.1 | Categorias temáticas em um *continuum*



FONTE: os autores

Pesquisadores qualitativos estão conscientes das múltiplas interpretações que podem surgir durante a análise. Até mesmo o processo geral pode sugerir novas perguntas de pesquisas que não foram previstas no início da análise. Tais perguntas podem ser incluídas nos resultados, já que são achados da análise, com suas respectivas respostas. Sobre a redação dos resultados, pode-se narrar as descobertas sobre o fenômeno que está sendo estudado com citações ilustrativas dentro da descrição das categorias encontradas (WHITE; MARSH, 2006; KRIPPENDORFF, 2019).

O mesmo corpo de textos pode produzir descobertas muito diferentes quando examinado por diferentes analistas e diferentes grupos de leitores. Para que uma análise de conteúdo seja replicável, os analistas devem explicar o contexto que orienta suas inferências (KRIPPENDORFF, 2004). Desse modo o contexto interpretativo utilizado, com base nos cinco estágios da morte e do morrer de Klüber-Ross (1996) serviu como esteio para as inferências elaboradas, as quais tentaram responder a questão de pesquisa que norteou esta análise.

Considerações finais

Inicialmente foi realizada uma discussão sobre a pesquisa qualitativa com base nos diferentes paradigmas que a fundamentam. Tendo em vista o objetivo deste ensaio, foram descritos os passos de uma análise de conteúdo e ilustrado como ele pode ser feito na prática, com base nas orientações metodológicas de Krippendorff (2019) e White e Marsh (2006), os quais foram fundamentais para embasar os procedimentos adotados aqui.

Espera-se que este ensaio, com caráter didático, possa contribuir na elaboração de análises de conteúdo por parte de aspirantes a pesquisadores que desejam fazer uso desta metodologia, com base nos autores citados. Ademais, espera-se que mais trabalhos científicos possam ser publicados refinando o que foi feito aqui, a fim de haver mais bases para contribuir com o exercício prático da análise de conteúdo.

Referências

- ALVES DA SILVA, D.; FIGUEIREDO FILHO, D.; DA SILVA, A. (2015). O poderoso NVivo: Uma introdução a partir da análise de conteúdo. *Revista Política Hoje*, v. 24, n. 2, p. 119-134, 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/politica hoje/article/view/3723>. Acesso em: 5 set. 2024.
- BACCIN BRIZOLLA, M. M.; PETRY, J. F.; UCHÔA, A. G. F.; FERREIRA, H. L. B. Uma revisão sobre a pesquisa qualitativa em ciências sociais aplicadas. *UFAM Business Review – UFAMBR*, [s. l.], v. 2, n. 3, p. 103-130, 2020. DOI: doi.org/10.47357/ufambr.v2i3.8087. Disponível em: <https://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/ufambr/article/view/8087>. Acesso em: 21 nov. 2022.

CARVALHO, A. R.; SANTOS, C. A centralidade da análise de conteúdo assistida por webQDA num estudo de caso coletivo: Como aferir a percepção de professores e alunos mentores participantes em projetos de mentoria entre pares. *New Trends in Qualitative Research*, v. 2, p. 239-255, 2020. DOI: doi.org/10.36367/ntqr.2.2020.239-255. Disponível em: <https://publi.ludomedia.org/index.php/ntqr/article/view/93>. Acesso em: 5 set. 2024.

GALLIFA ROCA, Josep. Research traditions in social sciences and their methodological rationales / Les Tradicions d'investigació en ciències socials i les seves raons metodològiques. *Aloma: revista de psicologia, ciències de l'educació i de l'esport Blanquerna*, v. 36, n. 2, p. 9-20, 2018. DOI: doi.org/10.51698/aloma.2018.36.2.9-20. Disponível em: <https://revistaaloma.blanquerna.edu/index.php/aloma/article/view/347>. Acesso em: 5 set. 2024.

GOODMAN, S. How to conduct a psychological discourse analysis. *Critical Approaches to Discourse Analysis Across Disciplines*, v. 9, n. 2, p. 142-153, 2017. Disponível em: <https://www.lancaster.ac.uk/fass/journals/cadaad/wp-content/uploads/2017/12/09-Goodman.pdf>. Acesso em: 5 set. 2024.

GUBA, E. G.; LINCOLN, Y. S. Competing paradigms in qualitative research. In: N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (eds.) *Handbook of Qualitative Research* (p. 105-117). Thousand Oaks, California: Sage, 1994.

JØRGENSEN, M.; PHILLIPS, L. *Discourse Analysis as Theory and Method*. Thousand Oaks, California: Sage, 2002.

KOVÁCS, MARIA JÚLIA [Org.]. *Morte e desenvolvimento humano*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992.

KRIPPENDORFF, K. Content analysis. In: E. Barnouw, G. Gerbner, W. Schramm, T. L. Worth, & L. Gross (Eds.), *International encyclopedia of communication* (Vol. 1, p. 403-407). New York, NY: Oxford University Press, 1989. Disponível em: http://repository.upenn.edu/asc_papers/226. Acesso em: 5 set. 2024.

KRIPPENDORFF, K. *Content analysis: An introduction to its methodology*. Fourth edition. Thousand Oaks, California: Sage, 2019.

KLÜBER-ROSS, E. *Sobre a Morte e o Morrer*. 7ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1996 (Obra original publicada em 1969).

MINAYO, M.; COSTA, A. Fundamentos Teóricos das Técnicas de Investigação Qualitativa. *Revista Lusófona de Educação*, v. 40, p. 13-27, 2018. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10773/26788>. Acesso em: 5 set. 2024.

NASCIMENTO, A. M.; JESUS, H. A. B.; ROAZZI, A. Sentidos de morte em universitários do curso de psicologia. *REH-Revista educação e humanidades*, v. 2, n. 1, p. 525-559, 2021. Disponível em: <https://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/reh/article/view/8572>. Acesso em: 21 nov. 2022.

NOWELL, L. S.; NORRIS, J. M.; WHITE, D. E.; MOULES, N. J. Thematic analysis: Striving to meet the trustworthiness criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, v. 16, n. 1, 2017. DOI: doi.org/10.1177/1609406917733847. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1609406917733847>. Acesso em: 5 set. 2024.

POTTER, J. *Discursive psychology and discourse analysis*. In: J. P. Gee; M. Handford (Eds.), *The Routledge Handbook of Discourse Analysis* (p.104-119). New York: Routledge, 2012.

SAMPAIO, R.; LYCARIÃO, D. Eu quero acreditar! Da importância, formas de uso e limites dos testes de confiabilidade na Análise de Conteúdo. *Revista de Sociologia e Política*, v. 26, n. 66, p. 31-47, 2018. DOI: [dx.doi.org/10.1590/1678-987318266602](https://doi.org/10.1590/1678-987318266602). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsocp/a/TPx77JGgGq9qBm4BSn6nW3F>. Acesso em: 5 set. 2024.

SOUZA, L. K. Pesquisa com análise qualitativa de dados: conhecendo a Análise Temática. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, v. 71, n. 2, p. 51-67, 2019. DOI: [dx.doi.org/10.36482/1809-5267.ARB2019v71i2p.51-67](https://doi.org/10.36482/1809-5267.ARB2019v71i2p.51-67). Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/245380>.

TAVARES, R. C. L.; RESENDE, V. M. (2021). Da necessária coerência entre ontologia, epistemologia e metodologia. *Revista DisSoL – Discurso, Sociedade e Linguagem*, n. 13, 17 ago. 2021. DOI: doi.org/10.35501/dissol.vi13.911. Disponível em: <http://ojs.univas.edu.br/index.php/revistadissol/article/view/911>. Acesso em: 5 set. 2024.

TAQUETTE, S. R. Teaching qualitative method: review study. *Millenium – Journal of Education, Technologies, and Health*, v. 2, n. 12, p. 25-33, 2020. DOI: doi.org/10.29352/millo212.02.00288. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/millenium/article/view/19150>. Acesso em: 5 set. 2024.

WHITE, M. D.; MARSH, E. E. Content analysis: A flexible methodology. *Library Trends*, v. 55, n. 1, p. 22-45, 2006. DOI: doi.org/10.1353/lib.2006.0053. Disponível em: <https://muse.jhu.edu/article/202361>. Acesso em: 5 set. 2024.

9.

Grupo de estudo clássicos em psicologia & morte: espaço de ressignificações de vivências durante a pandemia de Covid-19 – relatos de experiência

Alexsandro Medeiros do Nascimento
Vanessa Bezerra Cornélio Martins
Marijaine Rodrigues de Lima Freire
Henrique Augusto Brust de Jesus
Luiz Guilherme de Oliveira Leal

Introdução

Este capítulo foi escrito com o objetivo geral de apresentar um dos grupos de estudo mais bem sucedidos realizados pelo Laboratório de Estudos de Autoconsciência, Consciência, Cognição de Alta Ordem e *Self* (LACCOS), coordenado pelo Prof. Dr. Alexsandro Medeiros do Nascimento, que também foi o idealizador dessa proposta de inovação pedagógica, denominado “Grupo de Estudo Clássicos em Psicologia & Morte” (doravante GEC). O referido laboratório está localizado no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Cognitiva (PPG-PC) da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Especificamente, explicita-se quando e como se deu, como ocorreu a adesão dos participantes, como estes foram conduzidos e tutorados, a duração, o funcionamento, o tratamento e explanação da temática título, bem como sua finalização e certificação, além das considerações de alguns discentes/tutores e do coordenador sobre a vivência no mesmo.

O objetivo do GEC foi explicar, discutir e refletir sobre a Morte e o Morrer numa perspectiva psicológica. Tal temática mostrou-se bastante pertinente ao momento de sua divulgação, ocorrida virtualmente, visando interessados no tema que fossem tanto internos quanto externos à universidade. Deu-se totalmente na modalidade remota (*online*), devido às medidas de saúde adotadas, dentre as quais o distanciamento social, implementadas pelo poder público em decorrência da presente pandemia de Covid-19, que determinou que as diversas organizações e instituições, dentre estas a UFPE, se utilizassem dessa modalidade para continuar com as suas atividades. Portanto, trata-se de uma das atividades deste laboratório de estudos que, além desta, dentro do tema Covid-19, também realizou pesquisas, publicou trabalhos e há outros em fase de publicação, que contribuirão no âmbito das ações ao enfrentamento a esta pandemia, num esforço conjunto de auxílio à sociedade promovido pela Universidade Federal de Pernambuco através do Observatório da Covid-19 da UFPE.

O GEC aconteceu de maio a agosto de 2021, com os trabalhos finais sendo apresentados em um evento internacional realizado em dezembro desse mesmo ano. Os encontros do grupo se deram via plataforma eletrônica *Google Meet*, com o link de acesso sendo enviado 15 minutos antes do início de cada encontro, via *e-mail* dos participantes. O seu funcionamento se deu no modelo de grupo reflexivo, voltado à partilha de vivências sobre os processos de morte e morrer humanos, subsidiado pela leitura e explanação dos textos de autores clássicos da História da Psicologia (ver o tópico Referências), que investigaram e dissertaram sobre a temática em questão. Os temas foram trabalhados em apresentações realizadas por grupos formados entre os participantes, com o apoio de tutoria. Esta foi feita por discentes da Pós-Graduação supracitada e sob supervisão e coordenação do Prof. Dr. Alexsandro Medeiros do Nascimento.

O cronograma consistiu de oito encontros quinzenais pertinentes, com três horas de duração cada. Inicialmente, os temas foram explicitados e cada grupo, mediante maior identificação, escolheu um autor clássico para trabalhar, debruçando-se sobre a obra respectiva relacionada à temática da morte e do morrer. As

apresentações, em modelo de seminário, obedeceram a um cronograma previamente estabelecido entre as partes, consistindo de uma síntese breve, que captasse a essência do que estava expresso no texto a ser apresentado, seguida de um debate dialogado livre, mediado pelo supervisor e coordenador do GEC (Prof. Nascimento), juntamente com os tutores e demais orientandos de mestrado e doutorado da PPGPC/UFPE.

A função da tutoria consistiu em dar apoio e auxiliar os grupos de estudo nas leituras, apresentações e trabalhos finais. Além dos tutores, o GEC também contou com o apoio de outros discentes, cujas funções estavam direcionadas à operacionalização do mesmo durante sua ocorrência, consistindo da verificação de *e-mails*, desenvolvimento de planilhas para o controle e verificação das atas de frequências, apoio no evento final, envio de certificados, além de atenção ao grupo do GEC, via plataforma de comunicação WhatsApp (função esta realizada em conjunto com os tutores) e apoio à toda equipe nas demais funções. O material teórico e instruções eram sempre enviados pelo *e-mail* da Secretaria do LACCOS (secretarialaccos@gmail.com), que também poderia ser utilizado para dirimir eventuais dúvidas ou outras necessidades dos participantes.

O trabalho final do GEC foi apresentado em modelo de Pôster Eletrônico, seguindo uma definição prévia padronizada, no evento *online* aberto ao público, realizado pelo LACCOS nos dias 20 e 21 de dezembro de 2021, intitulado Simpósio Internacional LACCOS 2021, que aconteceu simultaneamente ao I Encontro LACCOS “Psicologia & Morte”, em comemoração aos 10 anos de fundação desse laboratório. As sessões de apresentação dos pôsteres eletrônicos, com explanação oral dos conteúdos, ocorreram no dia 21, simultaneamente, em cinco salas virtuais da plataforma *Google Meet*, sob coordenação de um(a) professor(a) convidado(a) e um(a) tutor(a) (ver Quadro 9.7 no Anexo C). Ao final das apresentações em cada sala, deu-se um momento enriquecedor de interação com a plateia, mediado pelo(a) respectivo(a) coordenador(a).

A Emissão de Certificado de participação no GEC foi condicionada a: 80% de frequência; apresentação dos seminários quinzenais,

incluindo o trabalho final de apresentação pública de pôsteres eletrônicos, mediante preparação do mesmo, com base nas leituras e discussões efetuadas no GEC, para o evento internacional anteriormente citado.

Equipe executora e suas funções no GEC e sua programação

A equipe executora do GEC teve como seu coordenador geral o Professor Alexsandro Medeiros do Nascimento, o qual também foi o responsável pela escolha dos textos a serem trabalhados, pela organização dos grupos e da equipe de trabalho, pela mediação durante os debates reflexivos, bem como da organização geral. Os grupos formados pelos participantes do GEC receberam um acompanhamento de tutoria, exercido por discentes da pós-graduação. Esta se deu também extra sala de encontros virtuais, entre um e outro, na forma de parceria e troca de conhecimentos, orientações e esclarecimentos no que fosse necessário para um melhor entendimento dos textos respectivos, elaboração, apresentação e discussão dos mesmos nas datas previamente estabelecidas. Também houve a colaboração de discentes para funções de secretariado e outros apoios necessários para o bom andamento do GEC.

A programação completa desse grupo de estudos deu-se em oito encontros quinzenais entre maio e agosto de 2021, como mostrado no Quadro 9.1 do Anexo A. Com exceção do 8º, que foi trabalhado por um maior período de tempo, extraclasse, conjuntamente com a tutoria. Envolveu um quantitativo maior de grupos (14) com um número menor de participantes em cada um, com o objetivo de desenvolverem pôsteres científicos, com o uso da temática do GEC e mesmo referencial teórico, podendo-se adicionar outras referências que fossem pertinentes, conforme o grupo desejasse. Estes trabalhos foram apresentados no Simpósio Internacional LACCOS 2021, que aconteceu simultaneamente ao I Encontro LACCOS “Psicologia & Morte”, nos dias 20 e 21 de dezembro, em comemoração aos 10 anos de fundação do laboratório supra nomeado, ocorrido na modalidade *online* e aberto ao público. A listagem completa dos trabalhos,

bem como os títulos dos pôsteres apresentados no evento, podem ser vistos nos Quadros 9.2, 9.3, 9.4, 9.5 e 9.6 do Anexo B.

Breve explanação dos encontros do GEC

O primeiro encontro teve início com as apresentações entre cada um dos participantes, bem como do professor coordenador e mediador do grupo de estudos e dos discentes responsáveis pela tutoria e apoio. Também explanou-se acerca do GEC, com a exposição dos assuntos e autores a serem tratados em todo o desenrolar deste. Depois o montante de participantes foi dividido em cinco grupos, respeitando a afinidade de cada um aos temas e autores apresentados, pois cada grupo iria desenvolver e apresentar um trabalho que mostrasse a essência do tema respectivo. Após esse momento, realizou-se um sorteio entre os grupos para definir a ordem das apresentações, uma a cada encontro, que seriam seguidas de debates reflexivos e apresentação de casos que mostrassem afinidades com a temática concernente. Por fim, os materiais digitalizados com as temáticas a serem trabalhadas foram enviados para cada grupo respectivo, via *e-mail*. A partir de então, o grupo sorteado para apresentação no próximo encontro, trabalharia extra classe juntamente com o seu respectivo tutor, que coordenou e revisou os *slides* a serem apresentados em cada encontro, bem como esclareceu as dúvidas que surgiram no decorrer do GEC.

O segundo encontro trouxe a apresentação seguida de debate do Grupo 1, a qual foi baseada nos textos de Elias (2001a/2001b), o primeiro referente à solidão que muitas vezes acompanha pessoas ao final da vida e o segundo referindo-se ao envelhecer humano até a morte. A apresentação despertou uma reflexão mais profunda sobre como vivem as pessoas em situação de adoecimento, sobre a forma como estão sendo tratados os idosos, enfatizando o isolamento, a solidão, sobretudo no então momento doloroso da pandemia de Covid-19, seguido de um debate reflexivo entre todos os participantes e a equipe executora, sempre mediado pelo professor coordenador, repetindo-se esse formato a cada encontro.

O terceiro encontro contou com a apresentação do Grupo 2, que ficou responsável pela leitura e apresentação dos textos de Freud (1976/1996), Luto e melancolia e Sobre a transitoriedade, respectivamente. Após a referida apresentação, deu-se o debate reflexivo entre todos os presentes, com o compartilhamento de experiências de perdas de entes queridos, recentes ou não, acrescido de como se deram os enfrentamentos diante da perda, dos sofrimentos sentidos, da ausência e da falta daqueles que lhe eram próximos.

O quarto encontro trouxe o Grupo 3, tratando dos trabalhos de Carl G. Jung (2000a/2000b), intitulados A alma e a morte e *On Life after Death*, respectivamente, trazendo uma alusão acerca do que vem após a morte humana. Nessa apresentação foi enfatizada a perspectiva desse autor acerca dessa temática, bem como a sua visão da vida humana como sendo uma parábola, semelhante ao trajeto do sol, em que há o início, o ápice e a finitude e que, num determinado momento, o ser humano questiona-se sobre sua existência e trajetória no mundo. Seguido do debate reflexivo entre os presentes.

No quinto encontro o Grupo 4, mudando um pouco o enfoque da temática do GEC, mas sem se distanciar muito, trouxe o autor que escreve sobre o sentido da vida, Viktor E. Frankl (1986), com sua obra *The Doctor and the Soul*, que trata acerca dos valores espirituais e da transcendência humana. Essa apresentação enfatizou a reflexão sobre o significado da vida, da existência, do sofrimento, da finitude, da temporalidade e da possibilidade humana de construir sua caminhada apesar das adversidades encontradas no caminho. Assim, sendo o homem sujeito construtor de sua própria história e trajetória, tem no sentimento do amor, o que permite a este enxergar as possibilidades de um “Ser humano”.

No sexto encontro, o Grupo 5 apresentou um trabalho mostrando uma perspectiva diferenciada do fenômeno morte e também do pós-morte, através da leitura da obra de Pierre Weil de 1995, intitulada A morte da morte: uma abordagem transpessoal. Tal abordagem acerca da “morte” foi entendida e discutida enquanto uma passagem para outra realidade e/ou dimensão, a qual seria acessada através de experiências transpessoais. Essas experiências foram debatidas conjuntamente com os demais participantes, os quais as

compartilharam mediante suas perspectivas científicas, teológicas e/ou filosóficas da finitude.

O sétimo encontro se deu em forma de supervisão do material de leitura, orientação acerca das temáticas a serem trabalhadas para a confecção dos pôsteres apresentados no evento, constando como o trabalho final do GEC. Esse trabalho contou com tutoria extra classe, coordenando, revisando e ajudando no que fosse necessário para o desenvolvimento e a boa qualidade do mesmo.

O oitavo encontro, como já mencionado anteriormente, culminou com a apresentação de pôsteres eletrônicos de 14 grupos de participantes do GEC no Simpósio Internacional LACCOS 2021 e I Encontro LACCOS “Psicologia & Morte”, ocorrido nos dias 20 e 21 do mês de dezembro. As apresentações com explanação oral dos conteúdos presentes nos pôsteres, ocorreram no segundo dia do evento, em cinco sessões simultâneas ocorridas em número igual de salas virtuais da plataforma *Google Meet*, sob coordenação de um(a) professor(a) convidado(a) e um(a) tutor(a) (ver Quadro 9.7, Anexo C). Ao final das apresentações em cada sala, deu-se um momento enriquecedor de interação com a plateia, mediado pelo(a) respectivo(a) coordenador(a).

Vale ressaltar que, durante os debates reflexivos, deu-se conhecimentos com os textos apresentados, que suscitaram falas, lembranças, desabafos, choros..., abrindo-se momentos para escutas e compreensões mútuas, que funcionaram como uma espécie de acolhimento naquele momento, fazendo destes, instantes preciosos numa época árida, de distanciamentos e escassez de afetos, que foi a passagem avassaladora dessa pandemia de Covid-19, que afetou profunda e horizontalmente o sistema psicológico das pessoas no mundo inteiro.

De modo que, acredita-se que as reflexões e vivências experienciadas durante os encontros do Grupo de Estudos Clássicos em Psicologia & Morte, tenham propiciado *insights* e compreensões mais refinadas sobre os aspectos psicológicos da morte e do morrer, além de oportunizar uma introdução ao pensamento psicológico e a um acervo de importantes noções e explicações científicas sobre

esta temática, que é um dos mais importantes aspectos da existência humana – a finitude e o processo final que o cerca.

Aspectos de fundamentação metodológica do grupo

O Grupo de Estudo *Clássicos em Psicologia & Morte* (GEC) se propôs a ser um espaço seguro e confiável, onde as leituras acompanhadas poderiam suscitar debates abertos sobre um tema que muitas vezes é tratado com tanto tabu. Os efeitos ansiogênicos da pandemia são inegáveis; a morte se tornou lugar comum e, ao mesmo tempo, nunca foi tão fácil distanciar-se da mortandade ao assistir os noticiários e se deparar com os altos números, na casa dos milhares de mortos todos os dias, ficando muito fácil àqueles menos empáticos ignorar as vidas ceifadas em tão curto espaço de tempo.

Desta forma, a iniciativa do GEC concordou com os princípios pedagógicos idealizados por Maria Júlia Kovács (2005), precursora da discussão a respeito da morte no Brasil. A autora propõe uma educação preventiva que facilite a preparação para a morte e possa desconstruir estigmas. Para que isto ocorra, deve haver um espaço aberto a todos os públicos para se falar da morte e do morrer nas suas diferentes apresentações. A intenção é oportunizar algo que vai além da educação formal do participante. É importante que o estudo da morte seja norteado por materiais pedagógicos apropriados, e que nos encontros haja liberdade para a fala franca e aberta. O propósito maior deste tipo de iniciativa é construir entre os participantes um clima propício para fomentar o desenvolvimento humano de cada um em sua preparação para a morte. O diálogo sobre a morte é dirigido a todos os que estiverem abertos para crescer com este empreendimento.

Quando o grupo estava sendo arquitetado, a primeira proposta foi que apenas discentes do Curso de Psicologia poderiam participar. A regra foi colocada de lado devido ao caráter introdutório dos clássicos escolhidos – ou seja, que não demandam leituras complementares para compreensão de seus conteúdos. Em retrospectiva, não poderia ter sido de outro jeito. Contrariando nossas expectativas, houve um volume muito grande de pessoas interessadas dos

mais diversos campos de conhecimento. Afinal de contas, o que todos temos em comum é que iremos morrer.

Desse modo, é importante salientar o caráter de espaço seguro que o grupo tomou forma. As leituras, naturalmente, mobilizaram afetos e emoções, e não era incomum ver as pessoas emocionadas durante as sessões. O grupo de estudo se deu com esse caráter de debate aberto, proporcionando um espaço onde o participante pudesse livremente expressar sentidos, afetos, vivências e aprendizados, cotejando suas próprias ideias sobre mortalidade e finitude com pessoas com crenças e posições filosóficas e sociais muito diferentes das suas.

Por tratar de tema que mobiliza tanto e de maneiras tão diferentes, cada participante tinha suas opiniões e situações para relatar; essas descrições de relações sociais e pessoais foram expostas e confrontadas umas com as outras, onde todo o imaginário ao redor da morte saltava através dos arquétipos que a mortandade pode assumir. Posto isso e baseando-se em um referencial teórico de construcionismo social, onde existe uma correlação direta entre a forma como falamos sobre as coisas e nossas ações em relação a elas (BRONZ; BEIRAS, 2016), o GEC tomou ares de um grupo reflexivo, sendo este caracterizado enquanto um espaço de convívio onde o diálogo abre caminho para a valorização da diversidade, promovendo problematização e questionamento que leva à uma produção individual e coletiva de conhecimentos e novos olhares sobre o mundo (BRONZ; BEIRAS, 2016).

Aderindo a este propósito, cada encontro cumpriu objetivos implícitos voltados propriamente à oportunizar a reflexão ativa dos participantes encarregados de montar as apresentações. Foi notória uma consonância com a proposta dos grupos operativos de Pichon-Rivière (1998). A medida em que um grupo responsável articulava a montagem de sua apresentação de teor inicialmente acadêmico, despercebidamente meditações sobre a morte tomavam forma. Os tutores informaram aos grupos acompanhados que, caso se sentissem confortáveis, haveria a possibilidade de cada um incluir nas suas falas aquelas impressões tidas sobre a leitura; disto culminaram apresentações contendo ricos aprofundamentos a respeito dos

textos, livres expressões de sentidos da morte, e em alguns momentos foram feitas exposições de vivências, de ansiedades pessoais e dos enfrentamentos possíveis diante da morte. Após as apresentações, caminhos solidários foram traçados nos diálogos com o grande grupo, não faltando acolhimento e partilhas. Cada participação contribuiu para imprimir um tom muito próprio ao grupo de estudo, e nisto a iniciativa de trabalhar os clássicos sobre a morte se revelou enquanto um acontecimento terapêutico espontâneo, pois os encontros foram reconfortantes, coesos e lúcidos.

Conclui-se que o caráter acadêmico do GEC foi prazerosamente aperfeiçoado pelas noções de grupos operativos e grupos reflexivos, retirando os participantes do falso senso de proteção que sentiam ao evitar tratar da morte e, principalmente, dando esse espaço livre nos debates para que as mais diversas vivências pudessem ser compartilhadas. É nessa diversidade que está o trunfo do grupo voltado à reflexão, onde a mudança de perspectiva trazida pelo outro faz com que o participante possa pensar sobre sua própria identidade e ação, retirando-se o véu e abrindo seus olhos para novas ideias e possibilidades.

Perspectiva dos participantes do GEC, seus pensamentos sobre a morte e suas motivações para participar do grupo

Antes de iniciarem sua trajetória no GEC, os participantes responderam alguns questionamentos sobre suas perspectivas sobre a temática da morte e sobre as motivações e inquietações que o levaram a participar do grupo. As perguntas indutoras foram: “O que é a Morte para você?” e “O que te motivou a se inscrever num Grupo de Estudo sobre Psicologia e Morte?”.

Ao serem questionados sobre o significado da morte para si, os participantes apresentaram a morte como objeto de reflexão havendo, portanto, uma variação em notas de sentido que a caracterizam em sua multidimensionalidade, como fenômeno complexo e multifacetado, sendo essa entendida, tanto como um evento natural biológico, como em seus aspectos metafísicos, filosóficos e existenciais.

Dentre as múltiplas maneiras de significar a Morte esta foi apresentada nesses relatos, muitas vezes como um evento que desperta questionamentos, reflexões, dor e perda, nas respostas dos participantes podemos observar a singularidade em que a temática é observada pelo olhar de cada um, como também o significado contido no conjunto das muitas falas que se apresenta em essência. Ao discorrer sobre a temática, em resposta à pergunta indutora, destaca-se nesses relatos, o entendimento da Morte como um evento natural e biológico inevitável, “Um fenômeno natural pertencente ao estado final de um ciclo vital. A morte é necessária a vida, ao mesmo tempo oposta, tida como um destino final ou novo começo”, “Uma processo inevitável e inerente a nossa vontade podendo ocorrer a qualquer tempo de nossa existência”, porém diante da sua importância e complexidade, difícil de ser explicado em palavras “Não tenho uma certeza. Preciso de tempo para responder, pela profundidade da pergunta. Mais relaciono com perda, dor, luto”, “Um processo tão importante quanto o nascimento.”

A Morte é entendida por estes também, como o fim de uma etapa, de um ciclo, de uma trajetória, uma passagem para outra vida, outro ciclo, outra dimensão e estado, “O fim do ciclo de existência de algo, quando as possibilidades futuras acabam e só restam pedaços do que aquilo foi.” Compreendida como uma perda de entes queridos significativos, como a ausência, tristeza, dor, saudade, como o luto gerado por essas partidas “Configura-se como uma perda, visto que envolve a relação afetiva entre pessoas, refletindo diversos aspectos da existência dentro de uma infinitude.” relatada também como um “*significante do viver*” e como um evento marcante e visto de forma diversa nas diferentes culturas “De forma breve, penso ser possível conceber a morte como elemento imponderável e como marcador situacional e temporal em torno do qual se organiza a vida e as atividades destinadas à sua manutenção”, “Uma concepção entendida de formas diversas por diferentes culturas sobre o esvaecimento do corpo e fim de vida. Pode também ser relacionado de forma simbólica a alguns sentidos/processos humanos”. Destacamos nestes excertos alguns relatos que integram a essência dessas perspectivas.

Ao relatar sobre os motivos que o levaram a buscar o GEC, os participantes destacaram a importância de aprender mais sobre essa temática, a dificuldade encontrada em lidar com o tema em seu cotidiano, o surgimento da pandemia de Covid-19 e a necessidade de acolhimento e aprendizado nesse momento, a busca por possibilidades de enfrentamento da dor, perda, saudade e tristeza nesse momento difícil para toda a humanidade, a necessidade de que se reflita sobre, a busca por aprender e poder passar esse aprendizado adiante na busca por um futuro melhor, na construção de um mundo mais humanizado e acolhedor, e a possibilidade oferecida para aprofundamento da temática e engajamento nas pesquisas nessa área.

Alguns relatos exemplificam esses anseios, refletindo essa necessidade de aprender “Entender o processo de luto e tentar ajudar mais as pessoas que perderam familiares para o COVID”, “Sempre me interessei pelo tema da morte dentro da psicologia, da filosofia e da antropologia, mas recentemente tive um maior contato com ela após perder a minha vó. Ademais, acredito que este seja um ano fúnebre, repleto de mortes por conta da COVID-19, então acho importante investigar sobre este tema.” Os participantes enfatizaram a necessidade de buscar um maior aprofundamento no tema dentro das suas áreas de atuação “Estou estudando muito esse assunto, fiz a disciplina morte e morrer, li muitos livros sobre o assunto e me encantei com o processo do morrer, pretendo trabalhar com cuidados paliativos e sei q será muito útil para minha carreira esse tema”.

Destacam ainda a importância de apoio diante da situação vivenciada incluindo a pandemia “O medo da morte. Tenho muito medo de que meus entes queridos morram, principalmente diante deste cenário de pandemia, em que a morte parece nos rondar, é assustador pensar na finitude da alma, ainda que, talvez, só neste plano e nesta vida tenho muito medo da solidão” e enfatizam a necessidade de entendimento e ressignificação de situações vividas “Tentar ressignificar as experiências de morte que tive na vida e compreender a atual necropolítica brasileira.”

Esses pequenos excertos exemplificam através da fala de alguns participantes tanto as suas maneiras de entender e significar

o fenômeno da morte, como também as suas expectativas, e anseios diante do grupo que estariam prestes a adentrar.

Considerações da Equipe Docente sobre as vivências no GEC

Ao trazer um relato transversal dos significados das vivências dos participantes e executores do GEC, observou-se que a proposta trazida pelo grupo para cada um dos envolvidos nessa experiência, foi muito mais do que uma experiência acadêmica ou uma compilação de conhecimentos sobre a temática abordada, mas, uma construção coletiva de conhecimentos, vivências e desenvolvimento de estratégias de enfrentamentos, ocorrida num momento tão difícil e doloroso para todos de um modo geral. A oportunidade de troca, de ouvir e ser ouvido, de acolher e ser acolhido, de unir suas vozes a outras vozes, suas dores a outras dores, foi relatada como fonte de construção de ressignificação num momento extremamente delicado e difícil. Na fala de cada um, na escrita dos trabalhos, na adesão à proposta, na persistência dos que continuaram, emergiu o sinal e testemunho dos frutos benéficos gerados por esse significativo trabalho conjunto. Na sequência, as vozes de tutores e do coordenador do GEC, acerca das respectivas experiências vivenciadas no transcorrer dos trabalhos do grupo, bem como as impressões deixadas pelos participantes tutorados e o aprendizado conjunto colhido.

Relato primeiro: vivência da tutora 1 (Vanessa B. C. Martins)

“O Grupo de Estudo em Psicologia e Morte foi um período que me permitiu mergulhar na visão de diversos autores que tiveram a morte como tema de sua escrita.

Por muitos anos a temática da morte tornou-se um tabu, algo reservado apenas aos profissionais que lidam diretamente com a mesma, como os profissionais de saúde ou da indústria de serviços funerários, sendo evitada como assunto de conversas e, quando se dá, versa-se geralmente sobre ‘a morte do outro’ e nunca sobre a própria, criando algo nomeado pelos estudiosos de a morte ‘interdita’.

No entanto, a chegada da pandemia de Covid-19, trouxe a morte para dentro das nossas casas, de repente sem nenhuma preparação prévia nos vimos, enquanto cidadãos, profissionais, seres humanos, imersos num contexto onde a morte se fazia presente em todas as suas faces, em todas as suas nuances, sem sequer nos ser permitido um tempo para elaborar uma forma de lidar com ela.

A morte adentrou em nossas casas, em nossas famílias, nos nossos ciclos de amizade, em nosso trabalho sem um pedido de licença. Todos nós de alguma forma perdemos alguém nessa pandemia, perdemos parentes, amigos, companheiros de trabalho, entes queridos, colegas, amigos, amores, por vezes nos perdemos até de nós mesmos. Assim, sem tempo de elaboração de luto, covas foram sendo abertas e imagens de morte surgindo a todo instante nos noticiários, nas mídias sociais, na fala e nos pensamentos de todos.

Desligar a televisão já não era suficiente para evitar sentir sua presença. A morte sentava na nossa mesa do almoço, jantava conosco, tornava-se o assunto da família e voltava às brincadeiras das crianças, mostrando que embora pouco falada, evitada e ‘interditada’ por tanto tempo, permanecia ali intocável mais visível e viva do que nunca.

Diante dessa situação em que, como profissional, ser humano, me encontrava, o convite para tutoria do Grupo de Estudos Clássicos em Psicologia & Morte, realizado pelo professor Dr. Alexsandro Nascimento assumiu para mim diversas dimensões. Foi uma oportunidade de leitura e aprofundamento sobre o assunto abordado, uma possibilidade única de enxergar o fenômeno da morte pela perspectiva de autores célebres, um momento de escuta tão necessário, onde pude ouvir dos colegas e participantes do GEC as suas percepções e considerações sobre a leitura dos mesmos autores, a oportunidade de dividir experiências e vivências foi, indubitavelmente, um dos momentos mais frutíferos, gratificantes, e por que não dizer, reconfortantes, em participar desse ciclo de estudos.

Abundante leitura, estudo, concentração, árduo trabalho, um momento de aprender e trocar conhecimentos e vivências com todos aqueles que ali estavam com o mesmo intuito.

Na minha função de tutora, fiquei responsável pela tutoria dos seguintes livros e seus respectivos autores: Norbert Elias – *A solidão dos moribundos e Envelhecer e Morrer*; Victor Frankl – *The Doctor and The Soul*.

Cada grupo, semanalmente realizava a leitura do texto em questão, elaborando em conjunto uma breve apresentação que seria compartilhada com os demais na sessão quinzenal do GEC.

Como tutora eu ficava encarregada de também debruçar-me sobre a mesma leitura, sanar dúvidas pertinentes ao livro e ao autor abordado, caso elas surgissem dos participantes, revisar e organizar o material de apresentação elaborado pela equipe. Era um trabalho que requer muito cuidado, organização, zelo, uma leitura apurada e olhar crítico, consumia-me algumas horas do dia e dos meus pensamentos.

Finalizado todo o trabalho, a apresentação seguiu no dia marcado e, após cada participante da equipe apresentar sua reflexão, o professor Alexsandro fazer suas ponderações e orientações, seguia-se uma breve pausa onde todos os membros do GEC teciam suas considerações sobre o livro apresentado, faziam suas pontuações, lançavam dúvidas. Esse era um momento rico, um espaço para trocas onde a conversa fluía de forma muito natural e proveitosa, onde cada membro ia expondo um pouco da sua experiência, da sua vivência, ressaltando o que mais o havia tocado. Assim, a discussão seguia, por vezes, ultrapassando o horário a princípio estipulado, sem que sequer nos dêssemos conta do tempo passado.

A discussão sobre os textos dos autores trabalhados no GEC, trouxe a cada membro não apenas uma oportunidade de aprender e ler sobre autores que por vezes desconheciam, mas também a possibilidade de falar, de deixar o lugar de mero leitor/expectador passivo para o de um sujeito agente.

A oportunidade de trazer sua vivência para discussão era um momento de alívio e paz, por vezes de lágrimas trocadas por muitos, de força, apoio e construção de resiliência dentro de um período tão conturbado, doloroso e angustiante pelo qual todos estávamos passando.

Ainda que nós estivéssemos longe um do outro, olhando-nos apenas pela tela de um computador ou celular, podíamos nos sentir

mais próximos uns aos outros como se estivéssemos juntos numa sala, pois assim havíamos nos tornado.

Em alguns momentos, senti que era como se não existisse o tempo, ou espaço, mas estivéssemos todos ali conversando juntos Frankl, Weil, Freud, Elias, Jung, juntos debatendo sobre aquela que é a grande certeza que nos une: A morte!

Enquanto aluna do Mestrado em Psicologia Cognitiva da UFPE, posso dizer que a experiência do GEC foi para mim um período de grande aprendizado não apenas em todos os aspectos cognitivos envolvidos como atenção, percepção, imaginação, autoconsciência. Mas também no que tange aos aspectos emocionais, estes que claramente, tantas e tantas vezes foram meus algozes neste momento de pandemia. O GEC me permitiu gerenciar de uma melhor maneira as emoções e construir estratégias para lidar com as dificuldades de estudar o tema.

O GEC me proporcionou também um maior aprofundamento e conhecimento científico sobre a temática da morte, que trabalharei na minha dissertação de mestrado.

Enquanto profissional de saúde, que trabalha com fisioterapia domiciliar há anos, essa experiência me trouxe um aprendizado mais robusto, mais consistente e profundo sobre a temática e sobre o lidar no dia a dia com ‘ela’ na minha profissão, mas também me trouxe reflexões dolorosas sobre o momento vivido, fazendo-me enxergar a dor do outro na minha.

Como tutora, o GEC foi uma oportunidade entre outras de aprendizado em como organizar, elaborar apresentações, gerenciar tempo, coordenar equipe, num grupo por vezes muito heterogêneo e num contexto adverso.”

Relato segundo: vivência do tutor 2 (Luiz Guilherme O. Leal)

“Tema de muitos debates de cunho metafísico, filosófico, ético e psicológico, a morte perpassa a existência humana como poucos assuntos. Da teoria de gestão do terror à conceitos como ansiedade de morte, passando por finitude e transitoriedade, morrer e seus processos mobilizam fortemente aqueles que ousem pensá-los.

Essa mobilização foi fundamental para nossa experiência tutorando e participando do Grupo de Estudo *Clássicos em Psicologia & Morte*. Mais que um grupo de estudo, a vivência se dava de maneira orgânica, confiante, respeitosa e reflexiva. Pessoas de diferentes esferas, faixas etárias e profissões, se encontravam quinzenalmente para discutir e pensar o sistema mortuário que estamos inseridos; as atitudes e comportamentos sociais para com a morte. Com isso, esses encontros eram de discussão em diferentes áreas deste tão plural tema.

A morte foi por muito tempo relegada aos hospitais, escondida em recônditos funerários e vista enquanto algo a ser evitado. O debate era apropriado, de tom solene porém leve e gracioso, onde a miríade de sentidos e atitudes perante a morte se mostrava em cada fala, cada partilha.

No mais, foi também espaço de muita construção de conhecimento. A cada encontro, os participantes se juntavam em grupos onde deveriam apresentar um seminário e participar de debate posterior com o Professor Alexsandro Nascimento e o restante dos integrantes do GEC.

Primeiro, foram estudados os aspectos bioéticos e afetivos ao redor da morte, estudando a obra 'A Solidão dos Moribundos' de Norbert Elias, que versa sobre a jornada do morrente em um mundo que o isola em momento tão fragilizado, para manter uma proteção artificial da ideia da morte.

Também foram discutidas as ideias de Frankl sobre a morte e a permanente construção de sentido, basilar e quase instintivo como defende o autor, uma potência humana de busca por propósito e organização em um mundo que, muitas vezes, pode se mostrar absurdo e caótico, frente à realização humana da autoconsciência de sua própria morte.

O nome do grupo denuncia o classicismo de seu conteúdo, e Freud não poderia ficar de fora do rol de autores estudados. O pai da Psicanálise tratou dos aspectos psicodinâmicos do luto e da melancolia, debate sobre o qual o grupo de estudos se debruçou de maneira exemplar e passional, gerando debate interessantíssimo a respeito das pulsões de morte e de vida comentadas pelo autor.

Enquanto tutor, fui responsável por orientar o trabalho de dois grupos, baseados em dois autores: Carl Jung, com suas obras ‘On Life After Death’ e ‘A Alma e a Morte’; e Pierre Weil, com a obra ‘A Morte da Morte’. Ambas obras versam aspectos da morte e da finitude – ou, poder-se-ia dizer, da falta dela – assumindo aspectos psicossociais, egrégoras e afetivos.

A obra de Weil nos apresenta as noções da psicologia transpessoal a respeito da morte, entendendo-a enquanto uma passagem para outra realidade à qual poderíamos acessar através de experiências transpessoais resultantes de estados alterados de consciência, sendo possível gerá-los a partir de meditação, ioga, substâncias químicas, entre outros.

Essa noção desafiadora foi debatida em grupo, onde cada um dos participantes dividia suas noções científicas, teológicas e filosóficas para concordar ou discordar da teoria de Weil. O campo da ciência estava sendo arado, e diversas pessoas me procuraram posteriormente para perguntar-me mais sobre o autor, pouco conhecido pelo grande público, porém de obra tão rica.

Também captei um interesse em psicologia transpessoal, abordagem científica pouco difundida e de grandes ensinamentos societais e individuais a respeito da psique humana e de suas potencialidades espirituais e afetivas. Os participantes do GEC mostraram-se pessoas curiosas, com sede de conhecimento, vertendo sua experiência na vivência em grupo e renovando seus interesses em áreas escondidas da psicologia.

Também tutoreei o grupo responsável por apresentar as ideias de Jung sobre a morte, sendo suas ideias mais difundidas que as de Weil, porém igualmente mal interpretadas e pouco estudadas. O grupo pareceu surpreso por fazer sentido da obra do autor, compreendendo-a e derrubando mitos.

Foi nesse clima solene de empatia e entendimento mútuo que o grupo de estudo se deu, onde, após os seminários, o Prof. Alessandro Nascimento tecia suas considerações e suscitava perguntas e dúvidas nos participantes, estimulando o debate posterior entre todos. Mais de uma vez ultrapassamos o tempo enquanto as pessoas discutiam, debatiam e compartilhavam a respeito de morte.

Apesar de ter acontecido na modalidade remota, o GEC mobilizou diversas pessoas em uma partilha e proximidade poucas vezes vistas na Academia. A empatia se juntou à vontade de aprender em encontros científicos, onde todos queriam aprender sobre esse que é tema comum à toda humanidade – a Morte.

Enquanto mestrando do programa de Psicologia Cognitiva da UFPE, sinto que a vivência foi de grande proveito para minha formação. Morte sempre esteve em meu rol de estudos; uma das razões pelas quais me juntei ao LACCOS é justamente seu pioneirismo e ousadia em estudar temas que possam ser tabus, por indissociáveis que sejam da própria espécie humana.

O GEC é a maior prova disso, onde pessoas de vários lugares, idades, graduações, religiões e visões, juntaram-se em uma construção de conhecimento tão plural e diversa quanto suas idiossincrasias e ao redor do único tema que nos une em nossa humanidade. Cada aspecto do sistema mortuário que nos cerca foi analisado, investigado e discutido, tendo sido o GEC um campo fértil para projetar pesquisas. O tema de minha própria dissertação é afim, sendo uma fenomenologia da autoconsciência na experiência interna de pensar a morte de si.

Com esta e outras pesquisas conduzidas pelo laboratório, além do próprio GEC, caminhamos para retirar temas dos recônditos dos estudos em psicologia, colocando-os no holofote enquanto inerentes à condição humana que são. A pandemia de Covid-19, em pleno vigor durante o GEC, denunciava todas as dificuldades que a sociedade tem em lidar com os processos da morte e do morrer, sendo seu fator ansiogênico relevante para tamanha partilha entre os membros.

A construção científica resultante do GEC não se resumiu a isso, houve também uma sessão de pôsteres *online*, na qual os participantes apresentaram trabalhos interessantes que orbitam o tema Morte, além de diversos artigos e estudos em condução sendo projetados à respeito do assunto, mostrando mais uma vez a capacidade transformadora e mobilizadora do fazer científico humanizado e do processo de ensinar e aprender baseado na empatia e curiosidade. No mais, abre a possibilidade para outros Grupos de Estudo

sobre outros temas tão pouco discutidos quanto, sempre com o objetivo de construir uma ciência cada vez mais plural.”

Relato terceiro: vivência do tutor 3 (Henrique Augusto B. de Jesus)

“A minha experiência de estar no GEC foi de grande aprendizado e crescimento, pois foi uma oportunidade para que tanto os organizadores quanto os participantes pudessem entrar em contato com um importante legado teórico e cultural a respeito da morte através das fortes reflexões e vivências partilhadas nos encontros. O grupo ocorreu num momento em que discutir a morte foi muito importante devido ao avanço da pandemia de Covid-19. Quinzenalmente pudemos falar sobre o amplo fenômeno humano da morte nas suas diversas apresentações, como o luto, o suicídio, o morrer, o prospecto de morte, entre várias outras terminologias. Houve espaço nos encontros para os diálogos da existência e a literatura a que os grupos tiveram acesso foi muito enriquecida pelas experiências dos membros. Oportunizar a fala trouxe um grande alívio em um momento que a morte nos atravessava e deixava a sua marca em nossas famílias, em nossos círculos de amizade e de trabalho e um constante lembrete da incerteza do amanhã pairava em nossos pensamentos.

Em minha participação no GEC, além de ter auxiliado nos encontros, fiquei encarregado de prestar a tutoria para o grupo que fez a apresentação do seminário sobre Sigmund Freud, utilizando a obra ‘Luto e Melancolia’, e ‘Sobre a Transitoriedade’. Estes textos tecem ponderações diferentes sobre a morte, o primeiro se destacando pela rica perspectiva psicanalítica, que discute o fenômeno do luto, como ele se instala no indivíduo após a perda e como acontece a distinção nosológica do processo de luto e de melancolia, e o segundo texto teve particular relevância por trazer um teor mais reflexivo envolvendo o pós-guerra e a profundidade existencial que está marcada no diálogo relatado. Os trabalhos foram importantes para os membros do GEC e a equipe, pois pudemos conhecer os primeiros empreendimentos da psicanálise em tornar explícita a forma ocidental de compreender e viver a morte.

Antes de apresentar o seminário sobre Freud, eu estive em contato com o grupo de participantes responsáveis e pude perceber em nossas conversas o impacto do pensamento de Freud para o grupo. Me recordo de dois momentos particularmente importantes de nossos trabalhos em que se criou um sentimento de coesão no grupo do seminário. Um deles, foi quando nos aprofundamos no ponto de vista psicanalítico para entender como acontece a caracterização do luto naqueles indivíduos ao sofrerem a perda e por qual razão tal luto é um fenômeno tão singular na trajetória humana. Neste instante, pusemo-nos a articular as implicações da perda para a vida de cada pessoa, e como isto implica em formas diferentes de sofrer o luto. Imaginávamos como teria sido o fenômeno para o sujeito da psicanálise, e o repercutir deste evento de reestruturação psíquica de cada um.

Também foi uma oportunidade para questionar e repensar como a morte é retratada em nossa sociedade a partir do texto ‘Sobre a Transitoriedade’. De uma participante ouvi que o comum é ver a morte enquanto o fenômeno ‘indesejado apesar de inevitável’ e, as pessoas se resguardam da morte ao evitá-la, ignorá-la, e nisto terminam perdendo aquilo que há de tão fundamental para encontrar os esclarecimentos à própria existência. Esta cegueira parece ser um dos entraves de nossa sociedade. Com o apoio de Freud, concluímos que sempre há em todos nós uma dificuldade em dar valor às coisas importantes e nem sempre tomarmos consciência de que elas não são de forma alguma perenes. Mas um dia virão as reviravoltas, a morte, a perda e a finitude do mundo, e aí inevitavelmente teremos de seguir adiante. Por isso, é essencial aprender a amar aqueles que podem partir e valorizar o que temos no agora. Não devemos esperar a perda para ter estes momentos de reflexão. A leitura de Freud nos ajudou a entender que mesmo enquanto estamos sossegados, é sempre importante termos a abertura para uma atitude de conformidade com a transitoriedade do mundo e nos atermos hoje àquilo que é passageiro.

Nos encontros periódicos do GEC, os participantes tiveram a oportunidade de compartilhar coletivamente suas ponderações acerca do texto a ser trabalhado, com liberdade para contar suas

experiências individuais. Tal momento foi facilitado pelo professor Alexsandro Medeiros do Nascimento, que ajudou na condução das conversas a respeito do autor e permitiu que os membros do grupo de estudo se sentissem à vontade o suficiente para compartilhar voluntariamente suas histórias. Diversos foram os momentos em que os participantes comentaram os textos contando um pouco de suas vivências afetivas com a morte.

O grupo de estudo foi muito heterogêneo, contendo participantes de diversas faixas etárias, níveis educacionais, formações, e por serem encontros virtuais tivemos participantes de várias localidades do país. Em função disto, as histórias compartilhadas eram muito diferentes entre si, e os desfechos eram sempre inesperados. Por mais que na maioria das vezes os relatos compartilhados fossem afetivamente carregados, o grande grupo sempre se dispôs a ouvir atentamente e amparar aqueles que falavam. Havia uma notória postura acolhedora no coletivo, onde os participantes em suas diferenças eram recebidos com solidariedade e dignidade.

Muito se versou nos encontros sobre a experiência de cuidar de entes queridos que esperavam pela morte, com o devido espaço para se falar sobre todo o sofrimento envolvido neste processo até o momento da partida. Os participantes puderam explicar como se deu o seu processo de luto, reconhecendo cada passo do processo, os sentidos que deram à sua dor, os longos rituais da morte e, como ainda hoje vivenciam um luto que não se encerra e transforma os entendimentos sobre a vida. Houve a participação daqueles que entraram em contato com a morte ainda muito recente, e que puderam contar sobre o impacto que ela deixou em suas vidas. Os momentos de diálogo também deram voz aos participantes que já na velhice relataram os vários encontros com a morte ao longo de sua história, e contaram como foram tecendo suas filosofias pessoais com o passar dos anos. Estes participantes compartilharam uma preciosa visão de como a morte os ajudou a construir uma perspectiva mais leve sobre os sentidos da vida, dividindo reflexões muito íntimas sobre como tem sido conviver com o avançar do tempo e o que realmente vale a pena ser vivido.

A Experiência do GEC deu espaço para entrarmos em contato com membros praticantes de diferentes religiões. Os membros se sentiram à vontade para revelar como ainda se ligam aos entes que perderam, seja pelas conversas ao lado das lápides, seja pelos contatos mediúnicos ou mesmo pelas preces feitas para que as almas dos falecidos estejam resguardadas em um lugar melhor. O GEC foi muito feliz em possibilitar as trocas entre pessoas com perspectivas muito diferentes a respeito da vida e da morte, e facilitou enormemente o exercício reflexivo sobre as perdas e o lugar da morte na nossa sociedade.

Posso concluir com segurança que o GEC foi um evento de especial importância para cada um dos seus frequentadores. A pandemia de Covid-19 e suas consequências puderam ser francamente discutidas em nosso círculo. Avalio que o grupo de estudo possibilitou aos participantes um espaço importantíssimo para lhes ajudar a processar as perdas dos dois anos de mortandade da pandemia e acredito que muitos dos participantes saíram desta experiência com suas perspectivas de mundo reformuladas. Os participantes foram muito beneficiados pela iniciativa, desenvolvida em um momento crítico em nosso país.”

Relato quarto: vivência da secretaria e apoio (Marijaine R. L. Freire)

“Inicialmente, fiquei um tanto relutante com o convite feito pelo meu Orientador de Doutorado no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Cognitiva, o Prof. Alexsandro Nascimento, para participar como tutora ou dando apoio ao Grupo de Estudo *Clássicos em Psicologia & Morte* que ele estava formando. Primeiro porque é um tema pelo qual não sinto atração, segundo porque havia perdido recentemente duas pessoas significativas para mim (não foi por Covid) e terceiro porque eu já estava envolvida em um número substancial de atividades e tive receio de acumular mais uma e não dar conta adequadamente. Ou seja, eu tinha motivos justos para declinar do convite.

Mas, como desde que entrei nessa universidade, sempre busquei aproveitar todas as oportunidades de aprendizagem que

surgiram para mim, acabei por aceitar o convite. Mas pedi para não realizar tutorias, devido aos motivos anteriormente explanados. Assim, fiquei mais nos bastidores, secretariando – realizando atas, respondendo mensagens e *e-mails*, criando planilhas de frequência entre outras coisas. E, por fim, ainda realizei tutoria em uma das salas virtuais para a apresentação de pôsteres no evento do LACCOS ocorrido no mesmo ano do GEC, o Simpósio Internacional LACCOS 2021, em conjunto com o I Encontro LACCOS Psicologia & Morte.

No primeiro dia de encontro do GEC tive um impacto gigantesco, quando digo ‘gigantesco’ não é apenas para superlativar o adjetivo, é para demonstrar o tamanho do meu espanto com o quantitativo de pessoas que haviam se inscrito para participar de um grupo de estudo com a temática da morte. Nunca imaginei que esse tema despertasse tanto interesse, sobretudo porque eu já havia participado de outros grupos de estudo, com temas muito mais atraentes, ao meu ver, que não despertaram tanto interesse. Bem, depois o quantitativo enxugou um pouco, mas confesso que foi o grupo de estudo dos quais fiz parte, com o maior número de participantes, dava até gosto de ver.

Nos encontros seguintes, os participantes que se mantiveram, demonstraram um grande interesse nos textos, nos debates, nas trocas de experiências, em produzir e apresentar os resumos dos textos estudados e, por fim, o interesse e a dedicação em confeccionar o trabalho final das atividades do GEC. O qual foi elaborado a partir das leituras e apresentações realizadas durante os encontros, para ser apresentado num momento memorável que foi o Simpósio LACCOS Internacional, o qual contou com a participação de cientistas/estudiosos renomados nacionais e internacionais.

Para esse evento foram confeccionados 24 posters eletrônicos, 14 deles pelos grupos formados pelos participantes do GEC, como também por orientandos do professor Alexsandro Nascimento. Aqueles abordaram os mais diferentes aspectos relacionados à morte, como também os mais variados sentidos atribuídos a esta por diferentes pessoas, de diferentes faixas etárias, matriz religiosa, dentre outros. Os trabalhos foram apresentados em cinco salas virtuais, cada uma coordenada por um(a) docente e um(a) tutor(a),

que recebia, orientava, ordenava e apresentava os posters, enquanto o respectivo grupo realizava a apresentação oral.

De modo que, para mim, foi uma experiência bastante enriquecedora ter participado deste GEC, salientando que vivenciei tudo que foi feito em cada encontro, do começo ao fim, não constando nenhuma falta no meu ‘boletim’. Fui apresentada a leituras que desconhecia, sobretudo de autores que eu já conhecia por outras temáticas e que não sabia que haviam investigado e dissertado também sobre a morte. Fiquei particularmente curiosa acerca dos escritos de Carl G. Jung sobre a vida após a morte, sendo este um assunto muito mais atraente para mim, do que a morte mesma. Certamente, será uma das primeiras leituras que farei assim que houver oportunidade, porque quero saber o que esse autor escreveu acerca desse assunto. Pois trata-se de um estudioso, psiquiatra, psicoterapeuta, criador de teorias e conceitos, cujos materiais de estudos continuam sendo influentes e atuais.

Costumo sempre dizer que nunca entramos e saímos de algo assim, sem trazer alguma coisa nova na bagagem. De modo que sinto-me enriquecida e robustecida com todo o conhecimento adquirido neste grupo de estudo.”

Relato quinto: a vivência do coordenador do GEC
(Prof. Dr. Aleksandro Medeiros do Nascimento)

“No início foi o espanto... estupor, incredulidade, curiosidade... Estávamos na primeira semana do semestre letivo do ano acadêmico de 2020 e as aulas estavam sendo suspensas por tempo indeterminado por haver a epidemia de SARS-CoV-2, da família dos coronavírus humanos (HCoVs), dantes circunscrita ao sítio de Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China, ter sido elevada pela OMS à categoria de pandemia (ou Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional – ESPII) em 30 de janeiro de 2020, agora de abrangência mundial, em referência a uma infecção com alto poder de transmissibilidade, e causadora de enfermidade com grande potencial de letalidade – a Covid-19, pelo que a mesma

exige de cuidados intensivos hospitalares, e equipamentos de suporte a vida, como respiradores e uso de oxigênio.

Como homem de meia idade que sou, tentei fazer sentido dessa experiência lançando mão de conhecimentos prévios e experiências similares do passado. Em vão tal busca: minha geração jamais conheceu algo desta natureza, agressividade e mortalidade. O Brasil é um país historicamente bastante protegido de ocorrências catastróficas. Na nossa história recente não tivemos guerras civis ou com inimigos externos, não tivemos bombardeios nem ataques terroristas em nosso território, e apesar de graves problemas de divisão de rendas, violência urbana e no campo, casos frequentes de corrupção, descrença generalizada e perda de confiança nas instituições da República, pauperização crescente das massas e aparelhos de saúde sucateados e em número insuficiente para atendimento das necessidades da população, todavia não tínhamos vivências anteriores de epidemias e crises sanitárias de maior escopo, nem de crises no sistema cemiterial para sepultamento de nossos mortos, que nos possibilitassem âncoras cognitivas para construção de um sentido que nos aparelhasse para o que estávamos vivenciando na crise da Covid-19.

Tendo vivido minha infância nos anos 80 do século passado (séc. xx), a única experiência que fazia eco a atual crise da Covid-19 foi a do aparecimento das notícias sobre os primeiros casos de HIV no Brasil, desde a primeira referência à nova doença em TV aberta no Programa semanal domingueiro Fantástico da Rede Globo de Televisão, até as aparições na mídia de famosos como Cazuza, Sandra Brea, e Renato Russo, houve um intervalo de tempo considerável até que o HIV e sua doença associada – a AIDS, estivessem próximos do cotidiano da população. Lembro do primeiro caso de pessoa conhecida que tive notícias de ter contraído HIV, a do pai de um coleguinha de infância que teria contraído o vírus após ter sofrido um atropelamento anos atrás quando recebeu bolsas de sangue, que salvaram sua vida na ocasião, mas que por não terem sido ainda testadas para o patógeno, estavam contaminadas com vírus HIV.

Bem diverso desta experiência dos anos 80, desde as primeiras notícias sobre uma epidemia local em Wuhan (China) por suposto

consumo de carne animal infectada, até a eclosão do evento pandêmico no Brasil, e as ondas de infecção que se instalaram rapidamente em todo o território do país, e as terríveis imagens midiáticas nas redes sociais e telejornais de enterros em massa em covas coletivas de óbitos pela Covid-19, a caixões lacrados e mortos enterrados sem despedidas nem honras fúnebres, suspensão do trabalho presencial para parte da população (incluindo os servidores da Universidade Federal de Pernambuco), e instalação da Quarentena e isolamento domiciliar e social, até as primeiras mortes de parentes, amigos, colegas de trabalho, vizinhos e conhecidos, tudo se deu em vertiginosos 4 meses, derrocando nosso senso de segurança ontológica e nos fazendo mergulhar no estupor que segue a evento traumático, do encontro com um Real não (ainda!) Simbolizado...

No passar dos dias, sem que houvesse qualquer sinal de uma volta possível ao cotidiano na Universidade, enquanto comunidade docente iniciamos diálogos internos sobre caminhos de esperança e suporte aos nossos discentes e a comunidade mais ampla, com uma grande interrogação em mente: ‘O que a Psicologia poderia ofertar à sociedade brasileira nesse momento tão contundente de nossa história para apoio ao nosso povo neste evento cataclísmico?’.

Nesse contexto de um esforço da comunidade em, se não retomar por ora ao cotidiano conhecido, mas ao menos reinventar esse cotidiano num “novo normal”, iniciativas foram encaminhadas para retomada de aulas em regime remoto, outras iniciativas se dirigindo a esforços de realização de pesquisas sobre aspectos psicológicos vivenciadas durante a pandemia de Covid-19, no âmbito da força tarefa do Observatório da Covid-19 da UFPE, dentre outras iniciativas. Decidiu-se que naquele momento tão delicado, em atenção às necessidades também dos docentes da universidade, que a oferta de disciplinas remotas não seria obrigatória aos docentes, os quais poderiam deliberar sobre suas condições e bem-estar para se engajarem em lidas docentes naquele momento.

Foi nesse contexto em que enquanto comunidade preocupada com a formação científica e profissional do alunado do Curso de Psicologia da UFPE, mas sobretudo desejosos de abraçar o cuidado com o bem-estar dos discentes, que o Laboratório de Estudos

de Autoconsciência, Consciência, Cognição de Alta Ordem e *Self* (LACCOS/UFPE), por mim coordenado, disponibilizou à comunidade de Psicologia em Recife o Projeto de um Grupo de Estudo LACCOS que foi intitulado de 'Clássicos em Psicologia & Morte' com intuito de constituir um *locus* de partilha de experiências, mas também de Ressignificação do tema da morte oportunizando uma abordagem ao tema alicerçada nas contribuições imorredouras dos veneráveis pais de nossa disciplina, aportes fundamentais para uma compreensão da morte em perspectiva psicológica.

Além dos ganhos esperados de crescimento psicológico e contorno das angústias da pandemia de Covid-19 e da ansiedade de Morte que estavam onipresentes em nossa comunidade universitária naquele momento (como em toda a população já bastante afetada pelo morticínio da Covid-19 e/ou das sequelas deixadas pela enfermidade nos sobreviventes), ainda teríamos o benefício de propiciar um contexto Pedagógico estimulante ao debate intelectual e a leitura de obras completas de autores da Psicologia, funcionando o GE também colateralmente como Clube de Leituras, lugar de valorização do Livro, da cultura literária em Psicologia, e de cultivo de uma formação científica mais sólida, alicerçada em obras de peso, profundas, de valor reconhecido pela Academia e pela História de nosso campo disciplinar, como um incentivo à superação de uma formação acadêmica contemporânea no Brasil ainda muito esfacelada e descontinuada em termos de utilização frequente demais de artigos avulsos ou capítulos de livro de pequeno porte, em detrimento do conhecimento sistemático e metódico dos Clássicos da área.

Os trabalhos e discussões revelaram-se estimulantes e deram um colorido especial à Quarentena, quebraram um pouco a monotonia do estar trabalhando em home office, solitariamente, ainda que as tecnologias de comunicação virtual como WhatsApp, Google Meet, ou mesmo videochamadas celulares nos aproximavam das pessoas amadas e permitiam uma certa retomada das interações com foco no trabalho.

A abertura d'alma à experiência do Grupo de Estudos *Clássicos* aliada à crescente imersão no tema mediada pelos textos escolhidos

e a profundidade alcançada nos diálogos durante as sessões do grupo foram propiciando novos olhares sobre as vivências recentes da pandemia, iniciando com a agudeza das observações de Elias sobre o silêncio, desamparo e olvido dos velhos e doentes em nossa civilização Ocidental contemporânea, solidão essa que àquela ocasião não podia mais ser para nós apenas um conceito: estávamos todos, em maior ou menor latitude, solitários em meio a pandemia de Covid-19, ensimesmados, tentando compreender o que estava se passando, e o que poderia advir do evento pandêmico, o que estava em lance no tocante ao nosso futuro, e destino, e se sobreviveríamos à pandemia.

Sim, o medo estava se instalando de forma insidiosa, crescente, iniludível, inelutável, pois não era mais possível escamotear as informações sobre o número assustador de mortos pela Covid-19 quer na sociedade e território brasileiros, quer em nosso próprio tecido relacional. As mortes em minha própria família já tinham começado, as primeiras de muitas outras ao longo do tempo pandêmico, o que remodelaria a face da minha estrutura familiar, que teria de se reinventar como família após esse tempo sem a presença dos mais velhos e frágeis, vítimas da Covid-19.

Ao entrarmos nas reflexões sobre o luto com o magistral texto freudiano 'Luto e melancolia', era perceptível a mobilização afetiva dos participantes do GEC, os relatos espontâneos de lutos e perdas recentes se intensificaram e a sessão semanal do grupo tornou-se também um termômetro da tragédia humana trazida pela pandemia, com esse excedente de mortos por família, sem o tempo necessário de elaboração psíquica das perdas individuais.

A sessão de reflexão sobre o Luto em Freud abriu nossos olhos para uma quantidade extensa de participantes do GEC que estavam enlutados naquele momento e vivenciando estados mentais dolorosos pelo impedimento do velório, do despedir-se do ente querido, do prestar-lhe as honras fúnebres e celebrar no coletivo em família o legado humano e ético de sua vida. Eu mesmo estava tomado de tristeza pela morte recente de tios idosos pela Covid-19, e pelo impedimento de quebrar a Quarentena para os homenagear de alguma maneira junto aos nossos familiares.

Ocorreu-me uma lembrança de relato de experiência sobre a importância do ritual e do gesto Simbólico para exorcizar os aspectos sombrios da morte, e canalizar a energia psíquica para aspectos construtivos e de fortalecimento do *Self*. Callia (2005) apresenta à luz de recorte junguiano o cuidado de psicólogos analíticos com os participantes do XVIII Moitará da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica que se reuniram em evento científico em Campos do Jordão, São Paulo, em 26 de novembro de 2004, com o tema 'Reflexões sobre a morte no Brasil', à luz do pensamento de Carl Jung. O término da reunião científica foi marcado por um recital fúnebre com o grupo Clube do Choro Pixinguinha, com a performance da carpideira Itha Rocha, após o que os trabalhos foram encerrados com uma ritualização simbólica com a composição de urna funerária decorada por todos os participantes, permitindo assim, que a energia psíquica e arquétipos relacionados à morte recebessem uma justa elaboração. Compreende-se nesta perspectiva que tal ritual vivenciado de forma estruturada, simbólica e no coletivo, permitiu uma expressão psíquica adequada de tais conteúdos, liberando esta comunidade de trabalhadores clínicos para retorno ao cotidiano pós evento, desanuviados, e livres dos artifícios e ciladas inconscientes do arquétipo da Sombra, conforme visão da Psicologia Analítica de Jung (ver Jung, 1994).

Ocorreu-me *insight* a partir da lembrança deste trabalho publicado de que algo de potente e liberador desse afeto estrangulado do luto impedido pelo protocolo sanitário aos mortos pela Covid-19 circulante no grupo de participantes poderia ser realizado em sessão seguinte do GEC, e propus um ritual singelo ao grupo logo no início da nossa sessão na sala virtual: em honra e memória de todos os mortos pela Covid-19 no Mundo, no Brasil, em nossas redes relacionais e especialmente no seio de nossas famílias, eu apagaria a câmera e o áudio de minha tela, e em seguida de forma calma, serena, e ritual, cada um presente na sala também apagaria seus dispositivos de áudio e vídeo; quando todos tivessem apagado suas câmeras e áudios, eu religaria os meus, e cada um da sala os iria religando sequencialmente, numa mensagem de que aqueles que partiram não seriam esquecidos, estariam sempre conosco e em nossas

lembranças, e que seus legados seriam fontes de confiança na Vida e força para nos capacitar a irmos com esperança caminhando na direção do tempo futuro pós pandemia de Covid-19.

Assim o fizemos, e foi um momento de rara beleza e significado psicológico, de Reafirmação da potência da Vida diante da Morte, e da Esperança frente ao Desespero e horror da tragédia da pandemia de Covid-19. Verificou-se após esse belo gesto Simbólico um reconectar do grupo do GEC Clássicos com energias e potências psíquicas de criatividade, *insight*, superação, serenidade e alegria Existencial, que deu contorno epistêmico e emocional às restantes atividades do GEC, e culminou com as apresentações dos trabalhos finais construídos em pequenos grupos tutorados por orientandos da pós graduação em Psicologia Cognitiva e membros do LACCOS.

Este momento citado foi um de muitos outros de grande relevância e propiciadores de intenso crescimento psicológico para todos os envolvidos no GE Clássicos em Psicologia & Morte. O aqui relatado é um recorte pequeno da riqueza que experiências singelas como a de um grupo de estudo ou grupo de crescimento psicológico podem trazer como apoio Pedagógico com profundas ressonâncias terapêuticas em meio a eventos catastróficos como uma pandemia.

Para mim pessoalmente, o Grupo de Estudo *Clássicos em Psicologia & Morte* permanecerá como uma das mais bonitas experiências docentes em que estive envolvido e sinal do que pode a Psicologia ofertar a comunidades humanas fragilizadas em tempos de crises coletivas agudas, evidência cabal do poder da própria Psicologia de se reinventar em novos saberes e fazeres em circunstâncias ásperas e mobilizadoras de agudo confronto humano e Existencial."

Considerações finais

Diante do exposto, observa-se que o GEC chegou ao fim cumprindo o seu objetivo inicial de explicar, discutir e meditar sobre a Morte e o Morrer numa perspectiva psicológica, sendo, portanto, uma ação de fundamental importância no horizonte das ações da UFPE no enfrentamento da pandemia de Covid-19. Vale salientar

sua importância não apenas pelo aspecto científico, acadêmico da experiência, mas sobretudo sua dimensão formativa e terapêutica, visto que, ainda que o GEC não tenha sido um grupo psicoterapêutico estrito sensu, sua dinâmica oportunizou uma escuta que não deixou de ser terapêutica durante a pandemia, dado o número de pessoas enlutadas que ao participar tiveram espaço de fala e puderam ser acolhidas, a partir dessa oportunidade de expressão de suas vivências de luto e ansiedades, estando a pandemia em pleno calor dos acontecimentos.

Ressalta-se a importância dos objetivos alcançados, os resultados conquistados, os aprendizados construídos, e os ensinamentos sobre o potencial de grupos de estudo como (i) auxílio científico na formação em Psicologia, e (ii) dispositivos com potencial terapêutico para dar apoio psicológico a pessoas vivendo situações limite. Observa-se na essência do significado do GEC, o seu legado em um momento tão crítico, assustador e desafiador para essa geração que vivenciou este surto pandêmico. Bem como a importância desse registro escrito na forma de um capítulo de livro ao legar às gerações futuras um testemunho de como operadores institucionais da Psicologia, em âmbito das Universidades Federais, deram uma singela contribuição ao enfrentamento da pandemia a pessoas que estavam assustadas, isoladas, tendo contato apenas remoto com o mundo, e sem oportunidades de partilhar suas ansiedades naquele momento.

O GEC, portanto, abre caminho para que futuras ações possam ser desenvolvidas não apenas nesse núcleo de pesquisa, mas também em outros núcleos, na UFPE ou alhures, deixando uma documentação pioneira dessa vivência pedagógica em tempos Pandêmicos que pode ser utilizada como fonte de informação e orientação sobre como construir um enfrentamento docente ao lidar em situações semelhantes, que possam vir a ocorrer no futuro.

Referências

BEIRAS, Adriano; BRONZ, Alan; DE FIGUEIREDO SCHNEIDER, Pedro. Grupos reflexivos de gênero para homens no ambiente virtual-primeiras adaptações, desafios metodológicos e potencialidades. *Nova Perspectiva Sistêmica*, v. 29, n. 68, p. 61-75, 2020.

- CALLIA, Marcos H. P. Apresentando a morte. In: M. H. Oliveira & M. H. P. Callia (Orgs.), *Reflexões sobre a morte no Brasil*. São Paulo: Paulus, p. 07-16, 2005.
- ELIAS, Norbert. *A solidão dos moribundos*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001a.
- ELIAS, Norbert. *Envelhecer e morrer*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001b.
- FRANKL, Viktor E. *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*. New York: Contagem Books, 1986.
- FREUD, Sigmund. *Luto e melancolia*. In: Strachey J. (Ed.). Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud. (Obra original publicada em 1915). Rio de Janeiro: Imago Editora, 1976.
- FREUD, Sigmund. *Sobre a transitoriedade* (1916 [1915]). Obras Psicológicas completas de Sigmund Freud: Edição Standard Brasileira. Rio de Janeiro: Imago Editora, 1996.
- JUNG, Carl Gustav. *AION: Estudo sobre o Simbolismo do si-mesmo*. vol. xv. 4ª ed. Petrópolis: Vozes, 1994.
- JUNG, Carl Gustav. A alma e a morte. In: *A natureza da Psique* (Trabalho original publicado em 1971). Petrópolis: Vozes, 2000a.
- JUNG, Carl Gustav. On Life after Death. In: J. Yates (Ed.), *Jung on Death and Immortality*. New Jersey: Princeton University Press, p. 137-159, 2000b.
- KOVÁCS, Maria Julia. Educação para a morte. *Psicologia: ciência e profissão*, v. 25, p. 484-497, 2005.
- PICHON-REVIÈRE, E. (1998). *O processo grupal*. São Paulo: Martins Fontes.
- WEIL, Pierre. *A morte da morte: uma abordagem transpessoal* (7a ed.). São Paulo: Editora Gente, 1995.

Anexos

ANEXO A – Quadro contendo a programação completa do GEC

QUADRO 9.1 | Programação completa do GEC 2021.

Encontros	Atividades realizadas
1	Apresentações mútuas; Explanação acerca do GE; mostra de assuntos e autores; formação dos grupos; distribuição de bibliografia via e-mail.
2	Apresentação do Grupo 1 e debate com o tema: “Envelhecer e morrer e A solidão dos moribundos” (ELIAS, 2001a; 2001b).
3	Apresentação do Grupo 2 e debate com o tema: “Luto e melancolia e Sobre a transitoriedade” (FREUD, 1976; 1996)
4	Apresentação do Grupo 3 e debate com o tema: “A alma e a morte e sobre a vida após a morte <i>On Life after Death</i> ” (JUNG, 2000a; 2000b)
5	Apresentação do Grupo 4 e debate com o tema: “ <i>The Doctor and The Soul</i> ” (FRANKL, 1986).
6	Apresentação do Grupo 5 e debate com o tema: “A morte da morte: uma abordagem transpessoal” (WEIL, 1995).
7	Supervisão de relatórios de leitura crítica para a confecção dos pôsteres.
8	Sessão de Encerramento (Apresentação de pôsteres)

FONTE: OS AUTORES

ANEXO B – Relação dos trabalhos finais do GEC apresentados no Simpósio Internacional LACCOS 2021 e I Encontro LACCOS “Psicologia & Morte”.

QUADRO 9.2 | Pôsteres apresentados na sala 1

Títulos	Tutores(as)
1. A Morte e seu propósito: autora de si e dos outros	Henrique de Jesus (Mestrando) e Vanessa Martins (Mestranda)
2. Significando a Morte em tempos pandêmicos: quando o excesso de informação dá sentido ao sofrimento.	Vanessa Martins e Marijaine Freire (Doutoranda)
3. A Quarentena na Pandemia Covid-19: reflexões na Psicologia Cognitiva.	Alexsandro Nascimento (Coordenador GEC)

FONTE: OS AUTORES

QUADRO 9.3 | Pôsteres apresentados na sala 2

Títulos	Tutores(as)
4. A Morte na Perspectiva da Psicologia Jurídica.	Alexsandro Nascimento (Coordenador GEC)
5. Envelhecer e esquecer: A antecipação da morte e do morrer no idoso acometido pelo Alzheimer na sociedade contemporânea no olhar de Norbert Elias 6. Envelhecer e morrer em Elias e Jung. 7. Suicídio e busca de sentido um olhar frankliano: concepção de morte e morrer à luz da logoterapia.	Vanessa Martins

FONTE: OS autores

QUADRO 9.4 | Pôsteres apresentados na sala 3

Títulos	Tutores(as)
8. (Im)possibilidades de investigação científica do pós-morte: contribuições de Pierre Weil e Ian Stevenson.	Luiz Leal (Mestrando)
9. Luto antecipatório na infância em pacientes pediátricos no contexto hospitalar: diálogo entre Freud e Kübler-Ross.	Henrique de Jesus (Mestrando)

FONTE: OS autores

QUADRO 9.5 | Pôsteres apresentados na sala 4

Títulos	Tutores(as)
10. O que era a Morte? Sentidos de morte em estudantes de psicologia na pré-pandemia. 11. As vicissitudes da libido no processo de luto em tempo Pandêmico.	Henrique de Jesus (Mestrando)
12. Compreensão do fenômeno suicídio infantojuvenil na perspectiva da psicologia analítica de C. G. Jung. 13. Abordagem Junguiana à clínica do suicídio em população LGBTQIA+ no contexto de Pandemia do COVID 19.	Luiz Leal (Mestrando)

FONTE: OS autores

QUADRO 9.6 | Pôsteres apresentados na sala 5

Títulos	Tutores(as)
14. As abordagens da Psicologia Transpessoal para lidar com o medo da Morte no contexto da Pandemia COVID 19.	Luiz Leal (Mestrando)

FONTE: OS autores

ANEXO C – Quadro com os respectivos professores convidados para coordenar as salas virtuais de apresentação de pôsteres no evento LACCOS

QUADRO 9.7 | Professores(as) convidados(as) para as respectivas salas, suas titulações e instituições de pertença e tutores responsáveis pelo gerenciamento de cada sala.

Salas	Coordenadores(as)	Tutores e apoio
1	Prof. Dr. Alexsandro Medeiros do Nascimento – Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)	André Oliveira de Assis Nunez (Mestrando)
2	Profª Drª Estefânea Élide da Silva Gusmão – Universidade Federal do Ceará (UFCE).	Marijaine Rodrigues de Lima Freire (Doutoranda)
3	Prof. Dr. Renê Marcelino da Silva Junior – Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU)	Luiz Guilherme de Oliveira Leal (Mestrando)
4	Prof. Dr. José Hugo Gonçalves Magalhães – Universidade de Pernambuco (UPE)	Henrique Augusto Brust de Jesus (Mestrando) e Rodrigo Oliveira Damasceno (Doutorando)
5	Profª Drª Alena Pimentel Mello Cabral Nobre – Universidade de Pernambuco (UPE)	Vanessa Bezerra Cornélio Martins (Mestranda)

FONTE: OS autores

Sobre as autoras e os autores

Alda Batista de Oliveira

aldabat@gmail.com

Graduação em Psicologia pela Universidade Federal de Pernambuco (1982) e mestrado em Antropologia pela Universidade Federal de Pernambuco (2000). Professora universitária e supervisora em psicologia clínica, psicologia social e gestalt-terapia.

Alexsandro Medeiros do Nascimento

alexandro.mnascimento@ufpe.br

Professor Adjunto I da Universidade Federal de Pernambuco, Professor Permanente do Programa de Pós-Graduação em Psicologia Cognitiva da UFPE e Coordenador do Laboratório de Estudos de Autoconsciência, Consciência, Cognição de Alta Ordem e *Self* (LACCOS/UFPE). Doutorado em Psicologia Cognitiva, Universidade Federal de Pernambuco, UFPE. Pós-Doutorado, Universidade Federal de Pernambuco, UFPE.

André Oliveira de Assis Núñez

andre.o.nunez@gmail.com

Exército Brasileiro. Departamento de Psicologia – Universidade Federal de Pernambuco. Doutorando em Psicologia Cognitiva.

Débora Cristina Diógenes Andrade

deboracdiogenes@hotmail.com

Graduação em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Mestrado em Ciências Sociais pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Presidente da Associação Norte Rio Grandense de Psicologia e Psicoterapia Transpessoal. Psicóloga e proprietária da Clínica e Centro de Estudos em Psicologia e Psicoterapia Transpessoal *Espaço Renascer* (Natal/RN). Atua na área da Psicologia Transpessoal ministrando cursos e palestras no Brasil e no Exterior.

Emmanuella Galvão Dubut

emmanuellagd@gmail.com

Psicóloga Clínica, com Especialização em Psicologia Clínica pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Psicanalista em formação IBTV/EBP (Natal/RN). Áreas de interesse – Psicanálise.

Erika Cristiane da Silva

erika.cristiane@ufpe.br

Graduação em Psicologia pela Faculdade Integrada do Recife – FIR (2010) e em Ciências Biológicas pela Universidade de Pernambuco – UPE (2006). Doutoranda em Psicologia Cognitiva e possui Mestrado em Psicologia (2013), ambos pela Universidade Federal de Pernambuco – UFPE. Especialista em Terapia do Esquema pelo Cognitivo e possui formação em Psicologia Positiva. Atua como psicóloga clínica e supervisora clínica (abordagem cognitivo-comportamental). Docente da Cespu Europa.

Henrique Augusto Brust de Jesus

henrique.augustobrust@ufpe.br

Departamento de Psicologia – Universidade Federal de Pernambuco
Mestrando em Psicologia Cognitiva.

Lamartine Joaquim da Silva Filho

lamartine.silva@ufpe.br

Departamento de Psicologia – Universidade Federal de Pernambuco
Graduando em Psicologia

Lorena Bandeira Melo de Sá

psique.lorena@gmail.com

Psicóloga Clínica CRP 13/6207. Mestra em Ciências das Religiões. Doutoranda em Psicologia Cognitiva – UFPE. Professora da Universidade Estadual da Paraíba/Uninassau – Campina Grande. Líder do grupo de pesquisa SOSEIN – Estudos em Logoterapia.

Luís Roberto Ramos Beltrão de Melo

rluis681@gmail.com

Departamento de Psicologia – Universidade Federal de Pernambuco. Graduando em Psicologia

Luiz Guilherme de Oliveira Leal

oliveira.leal@ufpe.br

Departamento de Psicologia – Universidade Federal de Pernambuco. Mestrando em Psicologia Cognitiva

Marijaine Rodrigues de Lima Freire

marijaine.freire@ufpe.br

Departamento de Psicologia – Universidade Federal de Pernambuco. Doutoranda em Psicologia Cognitiva

Marlos Alves Bezerra

marlos.bezerra@ufrn.br

Professor Associado II no Departamento de Psicologia da UFRN. Doutor em Ciências Sociais – UFRN. Pós-Doutorado. Dalhousie University, D.U., Canadá.

Rodrigo Oliveira Damasceno

digaodamasceno@yahoo.com.br

Doutor em Psicologia Cognitiva – UFPE. Professor Faculdade Irecê (BA)

Sarah Camello Vasconcellos

scvasconcellos@gmail.com

Mestre em Psicologia Clínica – Universidade Católica de Pernambuco (UNICAP).

Vanessa Bezerra Cornélio Martins

vanessa.cornelio@ufpe.br

Departamento de Psicologia – Universidade Federal de Pernambuco.
Mestranda em Psicologia Cognitiva.

Walber José da Silva

walber.silva@ufpe.br

Departamento de Psicologia – Universidade Federal de Pernambuco
Graduando em Psicologia.

Título A psicologia na pandemia de Covid-19: ressignificações das práticas psicológicas brasileiras na pesquisa, clínica e ensino

Organização Alexandro Medeiros do Nascimento

Formato E-book (PDF)

Tipografia Tisa Pro (texto), Apparat (títulos)

Desenvolvimento Editora UFPE



Rua Acadêmico Hélio Ramos, 20 | Várzea, Recife-PE
CEP: 50740-530 | Fone: (81) 2126.8397
editora@ufpe.br | editora.ufpe.br



PROGRAD
PRÓ-REITORIA
DE GRADUAÇÃO