



UC/FPCE_2013

Universidade de Coimbra
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para
uma abordagem psicológica na educação para a morte**

Ana Teresa Ribeiro de Meneses Mariano
(ateresarmariano@gmail.com)

Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação, Desenvolvimento
e Aconselhamento sob a orientação da Doutora Maria Jorge Ferro

O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte

Resumo

O presente trabalho pretende abordar as diferentes perspectivas sobre como se encara a própria morte e a do outro, à luz da procura do sentido da existência, com o propósito de desbravar caminho e quebrar tabus, na tentativa de sugerir mais formação acerca do tema, no contexto da Psicologia.

A *Morte* é a única certeza que o ser humano tem, mas a esta certeza somam-se medos e dúvidas infundáveis, que influenciam a *Vida* e o modo como a vivemos, connosco mesmos e com os outros. O ser humano parece viver a vida a fugir da morte. Como se de algo que só acontece aos outros se tratasse. Parece encará-la como a maior desgraça de todas, como sendo *anti natura*.

Este tema surge como fundamental para o despertar das consciências, para que o assunto seja enfrentado e assumido como natural. Pretende-se, com este trabalho, fundamentar a necessidade, cada vez mais nítida, de se criar disciplinas e outros contextos de formação com esta temática, no sentido de fornecer as ferramentas necessárias aos técnicos de saúde, particularmente aos psicólogos, para que estejam aptos para ajudar a lidar com a morte e o morrer, uma vez que este é, definitiva e incontornavelmente, o único desfecho da nossa existência.

Este tema será abordado com indivíduos cuja existência assenta, convictamente, em bases religiosas - freis, padres e missionárias - e com professores de Filosofia, de forma a compreender o seu pensar e viver a *Vida* e a *Morte*, a própria e a dos outros.

O trabalho de campo será fundamentado pela *Grounded Theory* e, na tentativa de dar um enquadramento teórico às questões abordadas, tomaremos como base os princípios fundamentais da perspectiva existencialista, abordando o tema no seu sentido mais natural e real, como acontecimento irreversível que é, com a sensibilidade que a ele também diz respeito.

Palavras-chave: Vida; Morte; Sentido da Existência; Fé e Religião; Filosofia; Morte como Tabu; Modelo Existencialista.

Abstract

This study addresses the different perspectives on how we view our own death and the death of the other in the light of demand the meaning of existence, in order to break taboos and brawl their way in an attempt to suggest more training on the subject, in the context of Psychology.

Death is the only certainty that humans have, but this sure add up endless fears and doubts, which influence life and how we live with ourselves and others. Man lives life to escape death, as something that only happens to others, and death is regarded as the greatest misfortune of all, as being against nature.

This subject emerges as key to the awakening of consciences, so that the matter be addressed and taken as natural. It is intended with this work support the increasingly clear need to create courses and other training contexts about this issue, in order to provide the necessary tools to help health professionals, particularly psychologists, to be capable to help to deal with death and dying, as this being the only outcome of our existence.

This subject will be approached with individuals whose existence relies strongly on religious grounds - friars, priests and missionaries - and teachers of philosophy in order to understand whether there are differences in thinking and living Life and Death, our own and that of others.

This fieldwork will be sustained by the Grounded Theory, and in an attempt of answering to these issues, we will take as basis the fundamental principles of existentialist perspective, approaching the subject in its most natural and real way, with the notion of its irreversibility, with the sensitivity that it also concerns to it.

Key words: Life; Death; Life Meaning; Faith and Religion; Philosophy; Death as a taboo; Existentialist Perspective.

Agradecimentos

Aos meus pais, que tudo fizeram e fazem para que eu possa estar aqui. Obrigada pelos silêncios, tão eficazes quanto as chamadas de atenção. Obrigada pela confiança, pela força e pelo amparo, sempre certos. Obrigada por me ajudarem a ser a pessoa que sou hoje.

À restante família; ao meu irmão Rodolfo, pelas mensagens fora de horas e desabafos nocturnos; à minha madrinha Guida, à minha tia Zé e ao meu tio João, por acreditarem e darem força, ao longo destes anos.

À professora Doutora Maria Jorge Ferro, um gigante e sincero agradecimento por acreditar em mim, pelo acompanhamento e orientação, pela confiança e dedicação, pela motivação e optimismo, mesmo quando as coisas pareciam perder o sentido.

A todos os meus Amigos, pelos desabafos, pelas noitadas, pelas discussões, pelas aprendizagens. Pela amizade, pelo carinho, pelo respeito e confiança que sempre depositaram e depositam em mim!

Em especial:

À Joana Tavares Ferreira e à Joana Santos, duas forças essenciais à minha existência, fundamentais para o meu equilíbrio emocional e crescimento pessoal;

À Lúcia Silva, pela partilha de loucuras tão essenciais à sanidade mental;

À Ana Margarida Caseiro, à Ana Forte, ao Hugo Pinto Vasco e ao Gonçalo Ferrão: muito obrigada! Apesar dos altos e baixos, das distâncias físicas e emocionais, dos afastamentos pontuais e de algumas discussões, vocês fazem parte da minha vida e acompanham-me sempre, da melhor maneira que conseguem, nos momentos mais felizes, mas também nos mais tristes do meu percurso, pessoal e académico;

Ao João Miguel, o meu mais recente Amigo desta vida, companheiro de momentos de diversão e abstracção da realidade quotidiana, mas também fonte de grande inspiração, pelo empenho e dedicação que coloca no próprio trabalho. Certamente sem saber, foi uma força motivacional para, finalmente, concluir este trabalho;

À Sara Felício, colega de faculdade, Amiga para a Vida! Foste uma lufada de ar fresco na minha vida e ficar-te-ei para sempre grata por todo o apoio que me deste, ao longo destes seis anos de percurso académico. A tua presença, física ou não, foi fundamental para o meu reerguer, em muitos momentos de desespero.

Por fim, mas não menos importante, ao João Nuno, pelo amor, pela amizade, pela confiança e dedicação, pelo respeito e admiração, pela cumplicidade, pela força e optimismo, apesar dos limites e obstáculos que surjam. Porque sorrir não custa nada. Por toda a partilha... Pela sua simples e pura existência, enquanto estar nesta Vida lhe foi possível!

A ele dedico este trabalho.

*O mistério de existir e de morrer não fica de modo algum
esclarecido, mas é plenamente vivido.*
(François Mitterrand *in* de Hennezel, 2000, p.9)

When you do not understand life, how can you understand death?
(Confúcio, *cit. in* Edwards, 1999, p. 1)

Índice

Introdução	1
I - Atitudes face à morte, ontem e hoje (contextualização teórica)	5
II - Objectivos	17
III – Metodologia e Procedimentos	18
1. TEORIA ASSENTE NOS DADOS – <i>GROUNDDED THEORY</i>	18
2. AMOSTRA TEÓRICA – <i>THEORETICAL SAMPLE</i>	19
2.1. PARTICIPANTES	19
2.2. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA	19
2.3. MATERIAIS/INSTRUMENTOS	20
IV - Análise e discussão de resultados	22
V – Reflexão a partir dos dados e limitações do estudo	36
Bibliografia	43
Anexos	47

Introdução

A nossa vida, tal como a dos outros, não é ilimitada e o facto é que, um dia, tudo acaba. Esta é a maior certeza do ser humano, mas é também a realidade que ele mais rejeita e silencia. Com este trabalho, pretendemos dar continuidade às perspectivas e estudos já levados a cabo por outros investigadores, nas diversas áreas das Ciências Humanas e da Saúde, acerca da Morte e do Morrer e explicitar como esta realidade influencia o bem-estar e a busca de sentido do ser humano. Não é nosso objectivo falar dos processos de luto, nem das suas fases, postuladas por Kübler-Ross (cf. Kübler-Ross & Kessler, 2005), mas antes, manter vivo o tema da morte e contribuir para a sua evolução e desenvolvimento, na tentativa de quebrar o tabu em torno dele (cf. Barros de Oliveira, 1998).

O ser humano vive diariamente a fugir da morte, silenciando-a, “como se ela fosse vergonhosa e suja” (De Hennezel, 2000, p.11), esquecendo o facto de que ela é o momento derradeiro das nossas vidas e, por isso, a realidade que confere significado à nossa existência. É nosso interesse discutir este tema, no sentido de consciencializar para o facto de que o ser humano não parece estar emocionalmente apto para lidar com a inevitabilidade da morte, logo, o especialista de saúde, seja ele médico, enfermeiro ou psicólogo, também deve ter na sua formação, ferramentas cognitivas e emocionais que lhe permitam prestar um serviço e apoio adequados, àqueles que, de alguma forma, vivem atormentados com esta realidade ou na iminência dela. É necessária uma educação para a Morte, a fim de possibilitar ao indivíduo viver bem a Vida.

As percepções sobre a morte têm sofrido irrefutáveis alterações ao longo da história da humanidade. Ariès (1974) tratou o tema das atitudes face à morte, ao longo da história dos povos ocidentais, descrevendo as transformações das mentalidades das sociedades da Idade Média, que aceitavam a morte como fazendo parte da vida e acolhiam-na nas suas casas, integrando neste acontecimento todos aqueles a quem a pessoa enferma dizia respeito, até à mentalidade característica das sociedades modernas, dos dias de hoje, que afastam a morte e a encerram nos quartos de um qualquer hospital (Oliveira, 2007; cf. Ariès, 1974).

Para Kübler-Ross, a morte foi sempre repudiada, mesmo que a forma de lidar com ela fosse mais pacífica antigamente, comparando com a O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte.

realidade de hoje e, embora o ser humano tenha maior conhecimento científico hoje, para tentar prolongar a vida, o medo pela morte será sempre universal (2005, conforme Oliveira, 2007).

Oliveira (2007) reflecte que a partir do século XX, a sociedade e o modo de vida das pessoas criou uma atitude face à morte como sendo a realidade do outro, onde é permitido falar na morte como condição de outra pessoa. O tabu do sexo é destruído em detrimento de um novo tabu: o tabu da morte (cf. Barros de Oliveira, 1998).

Rodrigues (2006, conforme Oliveira, 2007) caracteriza a sociedade moderna como sendo aquela cuja cultura esconde e silencia a morte, a nega e reinventa, transformando-a numa morte sem sentido, desintegrada da própria cultura.

[...] Sobre que base dar crédito a este tabu, se a morte entra na arrecadação publicitária dos jornais (anúncios de falecimentos, por exemplo), nos noticiários (catástrofes, crimes, acidentes) e assim por diante? [...] São mortes desprovidas de sentido. O morto dos meios de comunicação é um desconhecido, um anónimo, um qualquer, um estranho, um 'ele'. [...] Sobre a morte, então, pode-se falar porque ela está transformada, desprovida de conteúdo, negada. A verborragia que a cerca nos meios de comunicação de massa é a negação da morte, é ocultação dela do mesmo modo que o silêncio imperante em outros domínios. [...] fazem é reverberar o tabu da morte, vendendo para cada um de nós um sentimento reprimido no fundo de cada alma, e por meio dessa falsa enunciação tornar a repressão ainda mais efetiva.

(Rodrigues, 2006, *cit. in* Oliveira, 2007).

O'Gorman (1998) refere que a dificuldade em se falar da morte prejudica gravemente a saúde, uma vez que o medo da morte e lutos mal resolvidos causam estados de ansiedade e depressão graves, prejudicando a saúde do indivíduo. As culturas que encaram a morte de uma forma pacífica e natural, integrando-a como facto pertencente à vida, lidam melhor com as perdas, superam melhor os medos e, portanto, vivem de forma equilibrada e tranquilizada face à inevitabilidade da morte.

A partir de meados do século XX, a comunidade científica começou

a prestar atenção a este assunto, abordando-o e estudando-o cada vez mais, no sentido de mudar as mentalidades da sociedade moderna, que recusa e nega a morte, contribuindo para o desenvolvimento de disciplinas integradas nas formações dos profissionais de saúde, para que estes possam prestar o devido apoio, no tratamento da saúde física e mental (O’Gorman, 1998). Com uma educação para a morte, as pessoas são dotadas de ferramentas para aprenderem a viver positivamente, tendo a consciência de que a morte é irreversível e que a vida tem limites (O’Gorman, 1998).

Falar e aceitar a Morte como realidade integrante do cenário da Vida é fundamental para que o ser humano possa construir-se positivamente e viver uma vida com sentido, sendo o fim da sua existência e daqueles que o rodeiam, o factor promotor da construção e renovação dos valores e da sua busca de sentido. Frankl (2000), Heidegger (1995; 1996) e Yalom (1980; 2008/2009) foram alguns dos principais autores de várias abordagens e estudos acerca do tema da morte e da busca de sentido, seguindo as bases do existencialismo. Para eles, a motivação principal do ser humano é encontrar significado para a sua existência, perspectivando a Morte como o fim desta busca.

De facto, a teoria existencialista é sustentada com base em seis princípios fundamentais: a capacidade de auto-consciência, que postula que o ser humano tem a noção da sua finitude e, assim, tem a capacidade e o poder de escolher como irá conduzir este conhecimento; a liberdade e a responsabilidade como ferramentas essenciais para que a pessoa escolha e decida quem quer ser e o que quer fazer, assumindo as suas escolhas e enfrentando as consequências; a construção de identidade e relação com os outros, porque o ser humano é um ser social, aberto ao mundo e ao outro, mas ao mesmo tempo vulnerável ao exterior, devendo ter o cuidado de se resguardar e proteger; a busca do sentido, pois sem significado a vida é um “vazio existencial”, que pode originar estados de ansiedade e culpa existenciais; a ansiedade como condição de vida, que pode ser encarada como uma resposta apropriada impulsionadora do sucesso no fracasso, fonte de motivação para a mudança, no sentido de alcançar o bem-estar; por último, a consciência da morte, pois tendo noção da finitude da vida, o ser humano pode conferir-lhe significado, valorizando o presente como momento fundamental para a concretização dos seus objectivos (Corey,

2001).

Ao sugerir a temática de uma educação para a morte, é fundamental ter em conta o contexto social e cultural em que cada ser humano está inserido, sendo a Religião um factor importante a reter na abordagem deste tema. Pareceu-nos oportuno, para este trabalho, tentar perceber se há especificidades nas atitudes face à morte, entre pessoas que professam uma determinada fé ou não e na conseqüente demanda pelo significado da vida. Debruçar-nos-emos apenas sobre a religião cristã, sendo a predominante no nosso contexto social e cultural, ressaltando a importância de, em futuros estudos, ser feita uma abordagem a sociedades e religiões e as diferentes perspectivas acerca da morte e do morrer.

Durante décadas, investigadores têm demonstrado interesse em verificar e perceber se existe alguma relação entre a religião e a ansiedade experimentada pelo medo da morte e a busca de sentido, pois é do entendimento de todos que a religião tem um papel determinante no equilíbrio psicológico e emocional do indivíduo, ajudando a fornecer sentido e significado às suas vidas (Jones, 2011).

Posto isto, pretendemos compreender o modo como as pessoas actuam perante a morte e o morrer e de que forma aceitar ou não esta realidade as ajuda ou não a encontrar o sentido para as suas vidas.

Decidimos entrevistar indivíduos que vivem directa e incondicionalmente para a religião – freis, padres e missionárias - e professores de Filosofia, uma vez que o tema do Sentido da Vida é um dos assuntos integrantes do programa desta disciplina, de forma a compreender se existem diferenças no pensar e viver a Vida e a Morte, a própria e a dos outros.

Este trabalho está organizado segundo os princípios da *Grounded Theory*, uma metodologia de investigação qualitativa, que nos permite reflectir e desenvolver a contextualização teórica não apenas numa fase inicial da investigação, mas ao longo de todo o processo de recolha, selecção e análise dos dados. Assim, no primeiro capítulo iniciamos a contextualização teórica que fundamenta o tema proposto; no segundo capítulo são apresentados os objectivos do estudo; no terceiro capítulo estão explicitados a metodologia e os procedimentos de recolha de dados e tratamento da informação; o quarto capítulo integra a análise e discussão dos resultados e, finalmente, o quinto capítulo apresenta a reflexão a partir dos

dados e as limitações do estudo.

A bibliografia encontra-se no final do documento, bem como os anexos necessários, que encerram esta dissertação.

I - Atitudes face à Morte, ontem e hoje (contextualização teórica)

Ao longo da história da Humanidade, as diferentes sociedades e culturas, seguindo as religiões e filosofias específicas de cada uma, sempre tentaram acolher e confortar as pessoas cuja morte é iminente ou aquelas que sofreram a perda de alguém (Edwards, 1999), pois “a morte é um facto da vida” (Yalom, 1980 *cit. in* Henriques, 2010, p.631).

Durante muitas centenas de anos, a morte era encarada como facto natural que é, fazendo parte da própria vida, sendo esse facto o desfecho único da existência (Ariès, 1974). As pessoas preparavam-se para a morte, assim que percebiam que estava iminente e o ritual era preparado por elas mesmas, na presença do padre ou médico (Ariès, 1974, p.11). Era fundamental que a família, os amigos, os vizinhos e até mesmo as crianças – de notar a extrema diferença, do que se passa hoje em dia, na tentativa de esconder a morte das crianças -, estivessem presentes neste momento, com respeito e simplicidade, fazendo desse ritual uma cerimónia, onde não havia lugar a dramas nem demonstrações excessivas de dor e sofrimento (Ariès, 1974, p.12).

“And they departed easily, as if they were just moving into a new house” (Ariès, 1974, p.13). Esta expressão ilustra a naturalidade com que a morte e o processo de morrer eram encarados, contrariamente àquilo que acontece, hoje em dia, uma fuga constante à morte, através de variadas formas: seja no facto de, agora, o mais normal ser morrer nos hospitais, longe dos olhares da família, dos amigos, das pessoas que nos são mais próximas, envoltos num silêncio tenebroso, como se aquele fosse o acontecimento mais bizarro de sempre (Ariès, 1974, p. 87); seja no tratamento que fazem ao corpo, para parecer “menos mal”, no funeral, através de maquilhagem; o luto acaba por quase nem ser feito, pois significa um prolongar do sofrimento e da memória da pessoa que morreu; em suma, são adoptadas diversas formas para evitar a morte, como acontecimento incontornável e irreversível que é (Barros de Oliveira, 1998, p. 8).

“Familiarity with death is a form of acceptance of the order of

O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte.

Ana Teresa Ribeiro de Meneses Mariano (ateresarmariano@gmail.com) 2013

nature [...]” (Ariès, 1974, p.28), mas esta aceitação não é tão visível nem sentida quanto se esperaria, nos seres humanos, hoje em dia. Pelo contrário, evitar o tema da morte e o desconforto que se nota quando se fala sobre o assunto, são mais naturais do que a própria morte. A nossa morte e a dos outros são concebidas na sombra da vida, como um tabu, que poucas pessoas querem quebrar (Barros de Oliveira, 1998, p.16). Somos seres mortais, mas negamos essa mesma mortalidade, encarando a morte como algo que só acontece aos outros, um outro muito distante da nossa realidade (*op. cit.*, p.6). Quando somos levados a enfrentar a morte, a nossa ou a de alguém próximo, sentimos ansiedade e desespero, pois o medo do desconhecido é superior à nossa consciência e ao facto de que a morte pode acontecer, vai acontecer, mais cedo ou mais tarde (Yalom, 2008/2009, p. 13). A ansiedade da morte é sentida pelos indivíduos de maneiras distintas: uns sentem-na por não conseguirem admitir a hipótese de que, depois de mortos, não haverá mais nada e questionam-se sobre onde irão estar quando morrerem; outros sentem-se assustados pela inevitabilidade da morte e com ela, o desaparecimento de tudo o que conhecem (*op. cit.*). Apesar dos diferentes pensamentos que advêm da ansiedade, o foco é o mesmo, o medo da morte, e não pode ser negligenciado ou ignorado, nem ser camuflado por outros medos, como sugeriam Freud e Breuer (1895, referido por Yalom, 2008/2009, p.18).

A ansiedade é uma emoção normal, tal como o medo pela morte é natural (Furer, Walker & Stein, 2007, p.148). Kastenbaum (2000, conforme Furer, Walker & Stein, 2007, p.148) afirma que a ansiedade da morte surge nos primeiros anos de vida e sofre evolução ao longo da infância e da adolescência. O mesmo autor realizou alguns estudos que constataam que as pessoas sentem um nível moderado de ansiedade, no seu quotidiano, mas que pode aumentar drasticamente se o individuo passar por situação de grande *stress* devido à ameaça de problemas graves de saúde ou à morte de alguém próximo (*op. cit.*).

As questões existenciais do tipo *O que faço aqui?*, *Porque é que estou aqui?*, *Qual é o sentido da existência humana/da minha existência?*, *Porque é que as pessoas sofrem?*, existem desde o principio dos tempos e fazem parte da natureza humana, facto que sempre despoletou curiosidade e fascínio (Nelson, 2009, p.3). Estas questões são principalmente levantadas

no contexto da Religião, da Filosofia e da Psicologia, entre as quais sempre houve uma troca de perspectivas, na tentativa de responder a estas questões existenciais (Nelson, 2009).

Assim surge o interesse, neste trabalho, de tentar confrontar e relacionar as perspectivas da filosofia e da religião, acerca da percepção da inevitabilidade da morte, na tentativa de busca de sentido da vida, para compreender como as pessoas se questionam sobre o sentido da existência e a forma como encaram e lidam com a morte. Este tema parece-nos ser útil para o contínuo desenvolvimento e evolução do Aconselhamento, bem como das restantes áreas da Psicologia, pois entendemos que há ainda alguma relutância em falar sobre o tema da morte e há, ainda, muito pouco trabalho desenvolvido, no sentido de preparar os profissionais e futuros profissionais de psicologia para ajudarem a lidar com este facto (sobre si mesmos, primeiramente, e nos outros).

Tudo o que temos e tudo o que somos acabará, certamente, um dia, mas permanece a questão se alguma coisa de nós, em nós sobreviverá (Edwards, 1999). A Religião tem sido uma componente central na vida das pessoas, desde sempre e, tradicionalmente, o conceito referia-se a tudo o que dissesse respeito ao ser humano em relação com o divino ou com o transcendente – aquilo que é superior a nós, “*the source and goal of all human life and value*” (Meissner, 1987, *cit. in* Nelson, 2009, p.3).

De acordo com Dykstra (1986, referido por Nelson, 2009, p.3), actualmente, a religião é concebida como uma forma de estar e viver a vida, segundo “emoções”, “hábitos”, “práticas”, “objectivos”, “desejos”, “paixões” e “compromissos” distintos, bem como de “crenças” e “formas de pensar” diferentes e da forma como vivem em comunhão com os outros.

Para Tillich (1988, *cit. in* O’Connell, 1995, p.231) a religião é “o encontro com o sagrado e o sagrado só pode ser definido como a manifestação última das nossas preocupações, com incondicional seriedade.” Segundo o mesmo autor, a religião faz parte de todos os seres humanos e é parte fundamental na nossa existência, envolvendo os valores que nos orientam e as convicções fulcrais que conduzem as nossas vidas (Tillich 1988, p.152 conforme O’Connell, 1995, p.231). Ele entende a religião como fazendo parte da vida de todas as pessoas – assim como a morte -, uma vez que considera que toda a gente é potencialmente religiosa. Assim, seguindo

a perspectiva de Tillich (*op. cit.*), as questões da morte e do morrer estão, efectivamente, relacionadas com a religião, a partir do momento em que somos confrontados com as questões da nossa existência, seja pela iminência da nossa própria morte, ou pela morte de alguém significativo. A proximidade com a morte leva-nos a olhar para o mais profundo do nosso ser e a questionar o sentido das coisas, da vida e este olhar é profundamente religioso, ainda segundo Tillich (*op. cit.*). Independentemente de crermos ou não nalguma religião, Tillich afirma também que o processo de morrer é, definitivamente, um ritual religioso de passagem (*op. cit.*).

A par com a religião, surge o conceito de espiritualidade, que historicamente tem sido marginalizado dentro do estudo científico da psicologia, tendo sido timidamente abordado, ao longo dos anos, por alguns cientistas, devido à sua natureza, aparentemente, sem limites (Emmons, 2006, p.63). Para que uma disciplina científica seja válida, é necessário que haja convergência no significado e na medição dos constructos subjacentes aos conceitos que se pretendem abordar e definir e a falta de precisão na definição da espiritualidade levantou sérias dificuldades na abordagem deste conceito (*op. cit.*).

Segundo Hill (1999, referido por Emmons, 2006, p.63), tem sido difícil encontrar um consenso no significado de espiritualidade e religião, uma vez que os contornos até aqui conhecidos da religião têm vindo a mudar, devido ao novo destaque que a espiritualidade tem vindo a tomar, distinguindo-se, cada vez mais, das concepções convencionais da religião.

Além disto, estudos experimentais e epidemiológicos têm vindo a incluir a religião e a espiritualidade como variáveis, embora a espiritualidade seja examinada e medida de maneira diferente, de estudo para estudo (*op. cit.*).

Nos últimos anos, muitas investigações e estudos têm sido realizados, nas áreas da Psicologia Clínica e do Aconselhamento, no sentido de definir e correlacionar a religião e a espiritualidade com o bem-estar psicológico, físico e interpessoal do ser humano (Emmons, 2006, p.62).

Investigadores na área da psicologia da religião e conseqüente estudo da espiritualidade sugeriram três níveis de análise relativamente ao estudo científico da espiritualidade: a espiritualidade como um traço geral, reflectindo-se nas diferentes capacidades de cada indivíduo; a espiritualidade

como força motivadora na concretização dos objectivos e intenções dos indivíduos; e a espiritualidade reflectida em emoções e processos emocionais específicos, tais como a gratidão, o medo, a reverência, a dúvida e o perdão, que se esperam após a passagem pelos dois níveis anteriores (Emmons, 2006, p.63). Deste modo, assume-se o carácter multidimensional da espiritualidade, reflectindo-se nas experiências subjectivas das pessoas de formas distintas, embora relacionadas (*op. cit.*).

Para poder tratar e ajudar as pessoas, é fundamental que os profissionais de saúde respeitem e reconheçam uma perspectiva informada acerca da origem e do papel da religião, na vida dessas pessoas, para poderem estabelecer uma relação e comunicação de referência, com significado (O'Connell, 1995, p.235). A religião é a fonte de força e coragem de muitas pessoas, que fornece o consolo e orientação necessários, para que consigam enfrentar a morte e o processo de morrer com maior tranquilidade (*op. cit.*).

Para se considerar um ser existencial saudável, deve haver um equilíbrio entre o corpo, a mente e as emoções, assentes num carácter de autenticidade e autonomia, integrando também, os conceitos de solidão, impermanência, liberdade e morte (Vaughan, 2012, p.4).

Como seres racionais e sociais que somos, temos a capacidade de nos adaptar ao mundo em que vivemos, segundo aquilo que é esperado pela sociedade, mas esta aceitação ou o confronto com ela pode acarretar tendências de alienação, sentimentos de perda do sentido ou não se reconhecer a si próprio, tal como é (Vaughan, 2012, p.4). Assim, aliado à sensação de se sentir verdadeiro, está o compromisso com a autenticidade e liberdade pessoal, que confere ao ser existencial a capacidade de enfrentar a realidade e os medos, através de uma atitude determinada e autêntica (*op. cit.*).

Como a própria Teoria Existencialista assume, somos livres para fazermos as nossas escolhas e, conseqüentemente, temos a responsabilidade de assumir as conseqüências das nossas acções (Corey, 2001, p.143). Isto remete-nos para a ideia de que somos condutores das nossas vidas e devemos conduzi-la activamente, não nos deixando sucumbir às desgraças naturais do decurso da vida (*op. cit.*).

Frankl (2000, p.138) sugere que a característica fundamental do ser

humano é a sua capacidade de auto transcendência, vivendo mais em função de alguma coisa ou alguém do que de si próprio. O ser humano não vive preocupado consigo mesmo, contrariando as teorias de Freud, que assumiam que a principal motivação do ser humano é a satisfação dos seus prazeres, na tentativa de restaurar e manter o seu equilíbrio interior (Frankl, 2000, p.137). Pelo contrário, segundo Frankl (2000, p. 138), o ser humano vive direcionado para o mundo, estando mais interessado em encontrar significados para a sua existência e na relação com o outro. A auto-transcendência é a essência do ser humano, pois ele reconhece a sua evolução, no sentido em que se esquece de si mesmo em função do outro, seja para servir a uma causa maior do que ele mesmo ou amar uma pessoa mais do que a si mesmo (*op. cit.*).

Ao falar de *sentido*, é preciso referir que o conceito diz respeito àquilo que cada situação significa para cada indivíduo, ou seja, cada situação de vida representa para cada indivíduo uma busca diferente na procura de respostas, para as diversas questões levantadas pelas diferentes situações (Frankl, 2000, p.141). Deste modo, é impossível para o psicoterapeuta dizer qual o significado que cada indivíduo deve dar ou em que sentido é que deve conduzir a sua vida, mas deve ajudá-lo a compreender que a vida se encarrega, sempre, de nos mostrar que há sempre um significado, há sempre opção de caminhos, até ao último dia das nossas vidas. De facto, vários estudos científicos revelam que o ser humano é perfeitamente capaz de encontrar o sentido para a sua vida, independentemente do género, da idade, do contexto educacional, da personalidade, do ambiente e, ainda, independentemente se é religioso ou não (*op. cit.*).

Parece-nos urgente a mudança de consciências e o redireccionar das intenções da Psicologia, que, até então, se preocupa mais em remediar os danos psicológicos do que criar ferramentas para promover o aumento das resistências dos indivíduos, tendo como foco a sua felicidade. Assim, é necessário que se continuem a promover as investigações e pesquisas no âmbito das emoções positivas, no sentido de procurar uma “nova ciência da fortaleza e da resiliência” (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000, cit. por Barros de Oliveira, 2010, p.12).

Na era actual, assistimos a uma ruptura dos valores, onde impera o vazio e frustração existenciais, baseados no materialismo e consumismo

profundos (Barros de Oliveira, 2010, p.131). É neste contexto que urge a necessidade de se encontrar significados e valores genuínos, que nos permitam viver com sentido (*op. cit.*, p.132).

A ideia de que encontrar o sentido da existência é essencial para o bem-estar psicológico não é de hoje e muitas investigações e teorias existencialistas surgiram, neste sentido, sendo o foco central das terapias existencialistas a orientação para uma vida com sentido (Melton & Schulenberg, 2008; cf. Schlegel, Hicks, Arndt & King, 2009).

Na tentativa de encontrar o sentido da própria existência, o psiquiatra e sobrevivente dos campos de concentração do Holocausto, Victor Frankl (conforme Barros de Oliveira, 2010; Flanagan, 2008), procurou uma terapia mais adequada para estas questões do sentido da vida, surgindo, assim, a logoterapia, que visava tratar as várias neuroses ansiógenas, dando significado à existência humana. O que se pretendia com esta terapia era proporcionar aos indivíduos a capacidade de encontrar sentido à própria existência, mesmo em contextos trágicos ou em situações-limite.

A logoterapia está focada no sentido da vida, de acordo com a própria natureza humana de se tentar sempre buscar esse sentido, apesar das frustrações, cada vez mais fortes, que os indivíduos sentem, tendo em conta o contexto actual do mundo (Barros de Oliveira, 2010, p.131). A logoterapia tem como princípios básicos a liberdade de escolha, a vontade para encontrar o sentido e o próprio sentido da vida (Melton & Schulenberg, 2008). Devemos encarar a vida tal como ela é, assumindo os seus aspectos positivos e negativos, transformando “o sofrimento em prestação, a culpa em transformação, a morte num incentivo a agir responsabilmente” (Frankl, 1998, p.14, *cit. in* Barros de Oliveira, 2010, p.131).

O conceito de logoterapia significa terapia através do sentido, sendo o tema principal dos trabalhos de Frankl a vontade do ser humano na busca do sentido (Corey, 2001, p.144). Vivemos na era do vazio existencial, onde o individuo tem os meios para viver, mas falta-lhe a razão para estar vivo, afogando-se no tédio e na apatia, impedindo a sua acção e contributo no mundo (Corey 2001, p.144; Frankl, 2000, p.139).

“Is there any meaning in my life that will not be annihilated by the inevitability of death which awaits me?” (Tolstoy, 1882/1987, p. 17, *cit. in* Vess, Routledge, Landau & Arndt, 2009, p.728). De facto, se tivermos

consciência de que não vivemos para sempre e mantivermos presente esta realidade, pensar sobre a vida, sobre a forma como a dirigimos, ter consciência das decisões que tomamos e dos erros que cometemos torna-se mais intenso e impulsiona a mudança que pretendemos para as nossas vidas, na busca do seu sentido e valorização.

“Nothing is so insufferable to man as to be completely at rest, without passions, without business, without diversion, without effort. Then he feels his nothingness, his forlornness, his insufficiency, his weakness, his emptiness” (Pascal, *The Pensees*, 1660/1950, p. 57, *cit. in* Emmons, 2003, p.105). Com efeito, a sociedade industrializada e consumista em que vivemos, gera no indivíduo a falsa sensação de que temos necessidades mais importantes a serem satisfeitas e essa mesma sociedade negligencia o facto de que a nossa maior necessidade é procurar o bem-estar e realizarmo-nos, como seres humanos que estão no mundo (Frankl, 2000, p.140). Segundo o mesmo autor (2000, p.140), fomos desenraizados das nossas origens, com a constante urbanização, própria da sociedade em que vivemos, e os valores passados de geração para geração foram-se perdendo, esbatendo com o tempo e o ataque mais directo e sentido é nas gerações mais novas, que crescem assombradas por este vazio existencial e pela constante busca de significado, num contexto em que os valores estão em constante mudança e destruição. Efectivamente, esta realidade é evidenciada por estudos empíricos, que ilustram os fenómenos tão próprios desta era do vazio, como a toxicodpendência, a violência e a depressão, que caracterizam a sociedade fútil dos nossos dias (*op. cit.*).

Também segundo May (Corey, 2001, p.144), o ser humano é o herói da sua própria vida, assume a coragem para crescer e evoluir em direcção à sua independência e liberdade como indivíduo, mesmo que muitas vezes isso implique sofrimento e luta constantes entre o conforto da dependência e o medo do crescimento pessoal.

“O isolamento existencial é um vale de solidão a que se chega de várias formas. A confrontação com a morte e com a liberdade leva inevitavelmente o indivíduo para esse vale” (Yalom, 1980, p. 356 *cit. in* Henriques, 2010, p.631). O indivíduo é livre nas escolhas que faz, controlando o seu destino, sendo responsável pelas consequências das suas opções (Corey, 2001). Embora não possamos decidir sobre o nosso

nascimento, a partir do momento em que nos tornamos seres autónomos e independentes, devemos assumir o controlo da nossa vida, apesar das adversidades e acontecimentos decorrentes dela, aceitando as falhas resultantes das nossas escolhas (*op. cit.*).

Segundo Sartre, estamos sempre em constante mudança e somos sempre decisores daquilo em que nos tornamos, sendo a nossa existência preenchida por decisões, que apenas acabam com o fim da nossa própria vida (*op. cit.*). Sartre considera mesmo que estamos condenados à liberdade e a culpa existencial diz respeito à falha no compromisso que temos connosco mesmos de decidir, nas nossas vidas, o que leva a uma inautenticidade da nossa existência (*op. cit.*).

Sermos autênticos implica assumirmos a responsabilidade das nossas vidas e não permitirmos que outros controlem o nosso desenvolvimento nem viver de forma passiva face à nossa existência; sermos autênticos significa sermos verdadeiros e consistentes com a nossa evolução, conforme aquilo que acreditamos ser válido para nós mesmos (*op. cit.*).

Também Heidegger assumia a importância de se viver em autenticidade, embora aceitasse o facto de que, na maior parte do tempo, o ser humano vive sendo inautêntico (conforme Henriques, 2010). Martin Heidegger, na sua obra *Ser e Tempo* (1986), descreve o ser representativo do ser humano, o seu *Da-sein*, e assume duas formas de existir: no dia-a-dia, em que *Da-sein* está no mundo, para o mundo, vivendo em função dos outros, negligenciando a reflexão sobre a sua existência – modo de vida inautêntico -, e a forma em que *Da-sein* reflecte sobre si próprio e percebe a sua condição mortal e que tem a liberdade e responsabilidade para tomar as decisões fundamentais para a sua vida (*op. cit.*). O confronto com a inevitabilidade da morte provoca, no indivíduo, ansiedade existencial, uma vez que levanta as dúvidas acerca do seu sentido, do seu significado no mundo. A ansiedade surge como resposta à angústia que o indivíduo sente ao perceber a finitude da sua existência e é através dela que o ser humano é levado a reflectir sobre o sentido da sua vida e o facto de que não dura para sempre, evidenciando a inautenticidade em que vive, ainda segundo o mesmo autor.

A diminuição desta ansiedade depende da consciencialização do indivíduo para a inevitabilidade da morte, associada à tomada de decisões

responsável e assumida, dando, assim, sentido à sua existência, em conformidade com a sua finitude. Este modo de estar e viver proporciona ao indivíduo dirigir e desenvolver as suas potencialidades, ser autêntico e responsável pelo sentido que dá à sua vida. Aceitar a ansiedade existencial, permite ao indivíduo viver em equilíbrio, mesmo quando, na azáfama do quotidiano, não é assaltado pelas questões existenciais e da inevitabilidade da morte (Henriques, 2010).

O ser humano é um ser livre, detendo total controlo sobre a própria existência, decidindo sobre o seu destino, sobre a sua vida e sobre a forma como a conduz (Corey, 2001, p147).

A certeza de que um dia vamos morrer é uma característica exclusiva do ser humano (Tomas-Sabado & Limonero, 2006 referidos por Jones, 2011, p.4), que acarreta níveis altos de ansiedade, uma vez que o fim último daquilo que entendemos como vida e o desconhecido estão de braços dados com a morte. A ansiedade normal, segundo os existencialistas, faz parte e é fundamental para o crescimento humano, constituindo-se como uma resposta apropriada aos acontecimentos da vida e não deve ser reprimida, sendo fonte fundamental de motivação para a mudança (Corey, 2001). Pelo contrário, distinguem desta a ansiedade neurótica, que tende a imobilizar o indivíduo no seu dia-a-dia, impossibilitando-o de enfrentar as adversidades. O bem-estar psicológico do indivíduo implica aceitar a ansiedade normal como fazendo parte da vida, pois a mesma “não pode ser vivida nem a morte ser aceite sem a ansiedade” (May & Yalom, 1995 conforme Corey, 2001, p.151).

Heidegger (1927/1987, conforme Willis, Tapia-V & Martínez, 2011) acreditava que o ser humano é o único animal que morre, porque é o único ser com a plena consciência da sua condição mortal. Contudo, fugimos constantemente da realidade assustadora que é o fim da nossa existência e negamos ou evitamos pensar na nossa morte e na daqueles que nos são próximos (Becker, 1973 conforme Willis, Tapia-V & Martínez, 2011, p.766).

Nesta linha de pensamento, surge a *Terror Management Theory* (TMT), proposta por Greenberg, Solomon e Pyszczynski (1997, conforme Willis, Tapia-V & Martínez, 2011, p.766) que sugeria que quando o indivíduo é confrontado com a ideia da própria morte, de forma a diminuir

as consequências negativas destes pensamentos, ele desenvolvia a crença de que é um ser válido, inserido numa sociedade valorizada (Willis, Tapia-V & Martínez, 2011, p.766). Segundo os mesmos autores, a TMT sugere também que os efeitos provocados pela ideia da própria morte devem-se à ansiedade existencial, responsável por despoletar os mecanismos de defesa essenciais para a sua redução.

Por outro lado, Fritsche, Jonas e Frankhänel (2008, conforme Willis, Tapia-V & Martínez, 2011, p.766), com base nos resultados de estudos sobre a TMT, sugerem que estes efeitos, afinal, devem-se à fraca sensação de controlo sobre o próprio ambiente. Assim, tendo em conta que a motivação principal do ser humano é controlar e prever o contexto em que está inserido (Fiske, 2004; Pittman, 1998; Skinner, 1995 conforme Willis, Tapia-V & Martínez, 2011, p.766) e que a noção da sua própria morte é o principal factor que desregula este controlo (Arndt & Solomon, 2003 conforme Willis, Tapia-V & Martínez, 2011, p.766), Fritsche e colaboradores (2008, conforme Willis, Tapia-V & Martínez, 2011, p.766) propuseram que a tomada de consciência de que a vida do ser humano é efémera, está associada à falta de controlo que o indivíduo sente, quando pensa na sua morte. Para compensarem esta falta de controlo, os indivíduos são levados a adoptar estratégias no sentido de recuperarem o equilíbrio e o controlo das suas vidas (Skinner, 2007 conforme Willis, Tapia-V & Martínez, 2011, p.766).

Estudos científicos acerca da TMT revelaram que pensar sobre a morte, aumenta o acesso e a capacidade de aceder a estruturas psicológicas responsáveis pela busca de sentido para a vida (Vess, Routledge, Landau & Arndt, 2009, p.728).

O estudo de Willis, Tapia-V & Martínez (2011, p.770) revela congruência com a literatura e com estudos anteriores e sugere que os indivíduos que aceitam a própria morte como facto real e inevitável, conseguem ser bem-sucedidos em situações onde, outrora, teriam falhado. Segundo Weiner & Kukla, 1970, conforme Willis, Tapia-V & Martínez, 2011, p.766), o poder de controlo que os indivíduos detêm é um mecanismo psicológico fundamental, que estabelece a firmeza no modo como cada pessoa vive a sua vida.

A reflexão sobre a morte pode colidir na angústia de questionar

acerca do sentido da própria existência, mas nem todos os indivíduos estão sujeitos a este temor, como revelam os estudos de Vess, Routledge, Landau e Arndt (2009, p.742), que sugerem que alguns indivíduos, levados a pensar sobre a finitude das suas vidas, conseguem edificar bons alicerces, que sustentam o sentido das suas vidas; por outro lado, aqueles que não têm esta capacidade, sentem-se angustiados ao pensar na sua existência, mas conseguem superar esses medos, ao serem confrontados com as histórias alheias do mundo e de si mesmos.

Durante décadas, investigadores tentam compreender a relação entre a religião e a ansiedade (Jones, 2011) e, neste sentido, Jackson (1975, conforme Jones, 2011, p.9) fez a distinção entre diversos tipos de ansiedade, sugerindo formas nas quais a religião pode contribuir para o alívio desses estados. Jackson sugere três tipos de ansiedade: *ontological anxiety*, *guilt anxiety* e *development anxiety*. A *ontological anxiety* surge quando não encontramos nenhum sentido para a vida, quando sentimos um vazio ao ter noção da nossa finitude e, assim, estamos desligados de Deus; a *guilt anxiety* é experimentada quando nos desligamos de Deus, uma vez que, como seres humanos, somos diariamente confrontados com as adversidades da vida e nem sempre temos a força para viver segundo os parâmetros de Deus; por fim, a *development anxiety* é sentida logo no nascimento, quando somos separados da mãe e continua a ser experimentada ao longo da vida, sempre que nos deparamos com incertezas e dúvidas.

Apesar dos estudos acerca da relação entre a religião e o medo da morte, não há resultados conclusivos, portanto, professar uma determinada religião não é condição obrigatória para haver uma diminuição do medo face à morte, embora canalize “o medo para os problemas específicos que cada religião propõe” (Lester, de acordo com Kastenbaum & Aisenberg, 1983, p.97 *cit. in* Barros de Oliveira, 1998, p.188).

Percebida a importância de reflectir acerca da existência e reconhecimento do papel (potencial) da religião também nesse domínio – da reflexão acerca da especificidade humana, do sentido da vida e da inevitabilidade da morte – passámos à investigação dirigindo-nos a indivíduos que admitíamos poderem informar-nos sobre estes domínios de modo pessoal e informado pelas suas actividades profissional e/ou religiosa.

II - Objectivos

Sendo a morte inevitável e o sentido da vida algo que só se poderá compreender como uma construção pessoal (ainda que profundamente implicada naquilo que é o meio e a cultura de pertença da cada um), pensámos ser importante trazer um contributo para a abordagem destes temas ao nível da intervenção em psicologia. Para responder a esse objectivo, considerámos importante recorrer a dois grupos de informantes preferenciais: Religiosos e docentes de filosofia.

Os primeiros por poderem, de algum modo, contribuir para uma dimensão mais transcendente da experiência humana e sobre como esse domínio transcendente se faz sentir e se vive;

Quanto à relevância dos docentes de filosofia, pensamos que podem constituir-se, nesta investigação, como “a ponte” entre o transcendente e o experiencial. Ainda, por terem a seu cargo o contacto específico com adolescentes acerca do sentido da existência. Esta tarefa, ainda que determinada pelos programas escolares, é a essência da própria matriz da abordagem filosófica, teríamos, portanto, que tomar em consideração esta disciplina onde toda a população estudantil, naquela idade escolar¹ é chamada a reflectir acerca deste tema, precisamente.

De acordo com Freire (1980, referido em Chickering, Dalton, & Stamm, 2008) poderemos considerar que procuramos saber que qualidades farão de cada indivíduo plenamente humano: alteridade (estar para os outros), espiritualidade, a orientação para a comunidade, humildade (modéstia), capacidade de se surpreender/ de se maravilhar – e como estas características serão abordadas tanto pelos participantes religiosos como pelos docentes de filosofia no ensino secundário.

Assumindo a intenção do estudo vir a implicar a intervenção em psicologia, neste momento o seu objectivo central é “apenas” apreciar os

¹ Correspondente à adolescência, tempo de vida que sabemos com Erikson, por exemplo, que é específica do forte envolvimento para a definição da Identidade e cremos que seremos tão mais autênticos e viveremos tão mais em autenticidade, quanto melhor tivermos estabelecida esta dimensão acerca do sentido da vida. Tal como advogam Chickering, Dalton e Stamm (2005) apesar de, no caso destes autores, o fazerem relativamente aos estudantes de idades mais avançadas.

construtos *morte* e *sentido da vida* de modo a contribuir para a sua melhor compreensão e assim poder aspirar ao desenvolvimento de programas de abordagem da condição humana em situação de crise ou na prevenção desta.

III – Metodologia e Procedimentos

De acordo com diversas leituras (Parker & Myrick, 2011; Bowers & Schatzman, *in* Morse, Stern, Corbin, Bowers, Charmaz, & Clarke, 2009; ou mesmo em Gazzola, de Stefano, Audet, & Theriault, 2011), a investigação em contexto humano envolto em experiências de alguma forma de sofrimento (pessoal, familiar, profissional, social, por exemplo), é tão mais complexa quanto a razão de ser desse sofrimento seja mais premente e, pareceu-nos, aquando da elaboração deste projecto de estudo, pouco abordado no dia-a-dia ou mesmo nos trabalhos de grande envergadura em Psicologia em Portugal (pelo menos). Tratando-se da experiência vital da busca de sentido para a vida e da finitude desta, optámos por nos dirigir aos indivíduos e questioná-los, conversar com eles, sugerir-lhes pontos de partida para uma reflexão, que poderíamos utilizar como fonte preferencial de informação para a elaboração de uma nossa leitura acerca do grande tema em análise – a *vida*, como processo a que se dá sentido e a *morte*, que pode ser tomada como situação limite e garante do sentido procurado.

Elaborámos um guião de entrevista/ de *conversa dirigida*, para recolha de informação junto de dois grupos de indivíduos que, como explicado antes neste documento, tomámos como informantes preferenciais: Religiosos e Docentes de Filosofia.

1. Teoria assente nos dados – *Grounded Theory*

Surgida em 1967, pelo trabalho de colaboração desenvolvido por dois sociólogos (B. Glaser e A. Strauss²), a propósito da experiência terminal

² Glaser tinha perdido o pai havia pouco tempo e Strauss também tinha experimentado a perda da mãe e de alguém amigo poucos anos antes.

de doentes hospitalizados na escola de enfermagem da Universidade da Califórnia – trabalho que os levou a publicar o livro *Awareness of Dying*, em 1965. Anos mais tarde, com as perspectivas denominadas como *Grounded Theory Construtivista*, Kathy Charmaz (1995/ 2005; 2006), aponta alguns aspectos que podem ser consensuais a qualquer trabalho levado a cabo nesta linha de abordagem da realidade ou do humano:

- Recolha e análise de dados simultânea;
- Construção/ criação de códigos de análise e categorias desenvolvidos a partir dos dados e não (apenas) reportados a estudos ou conceptualização anterior;
- Descoberta de processos/ implicações sociais (culturais) nos dados;
- Construção por indução de categorias abstratas;
- Uso de amostra teórica para refinar os dados;
- Redacção de memorandos de análise entre a codificação e a escrita;
- Integração das categorias numa estrutura teórica.

Com base nestes pressupostos, desenvolvemos a investigação.

2. Amostra Teórica – *Theoretical Sample*

2.1. Participantes

Um grupo de Religiosos, constituído por 1 Padre Jesuíta e 2 Frades Franciscanos, mais 4 Missionárias – num total de 7 vozes religiosas;

Um grupo de Docentes de Filosofia no ensino secundário, constituído por 2 professores e 2 professoras – num total de 4 vozes da filosofia.

2.2. Caracterização da Amostra

Religiosos:

Padre Jesuíta, com formação universitária anterior, da área das ciências, abandonou a universidade e ingressou na Companhia de Jesus. Fez

toda a formação da Ordem e encontra-se, actualmente, em funções, em Coimbra.

Frades Franciscanos, italianos de naturalidade, encontram-se há mais de dez anos em exercício em Coimbra.

4 Missionárias, todas com formação universitária concluída e com actividade enquanto missionárias há mais de cinco anos.

Docentes de Filosofia:

2 Homens, com formação da Universidade de Coimbra, professores em diferentes escolas do distrito e com diferentes tempos de serviço (um com tempo de carreira concluído, outro com 10 anos de serviço).

2 Mulheres, com formação da Universidade de Coimbra, uma professora na mesma escola desde o início da sua actividade docente, uma professora em diversos níveis de ensino (secundário e profissional) e em várias escolas da região centro.

Todos os participantes têm histórias pessoais de vivência da morte de familiares próximos, amigos ou companheiros de trabalho.

2.3. Materiais/Instrumentos

a) *Entrevistas –(Narrativas)- Procedimentos de recolha*

As entrevistas tiveram lugar em situação controlada (sempre que possível) em relação à privacidade e condições de captação de som.

Cada encontro de pesquisa demorou entre 90 e 120 minutos. O guião de entrevista foi cumprido em todas as entrevistas e sempre que necessário alargaram-se algumas reflexões, sempre que cada participante, de algum modo, assim o fez acontecer.

Todas as entrevistas foram gravadas em versão áudio e posteriormente transcritas.

Sempre que possível, ao longo das entrevistas, fomos tomando notas escritas em papel de modo a auxiliar a compreensão dos discursos, mais tarde, aquando das transcrições.

b) *Entrevistas –(Narrativas)- Procedimentos de análise*

Depois de transcritas, as entrevistas foram novamente escutadas ao mesmo tempo que se seguia o discurso a partir do texto conseguido. Este O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte.

procedimento ajuda à indicação de alguns momentos de paragem, mudança ou inflexão de sentidos tanto dos discursos quanto dos estados de espírito vividos pelos participantes.

Foram ainda tomados em consideração os apontamentos escritos que se realizaram durante os encontros com os indivíduos.

Os memorandos, criados aquando de cada uma das conversas, foram também utilizados no apoio à definição de categorias e identificação de indicadores e unidades de análise a considerar na análise dos relatos de cada participante.

c) *Questões de rigor no estudo realizado*

Sem procurar referir aqui todos os níveis de entendimento acerca dos construtos de validade, confiabilidade e fidedignidade, parece-nos importante referir alguns aspectos que têm a ver com estes níveis de respeitabilidade do trabalho para aqui desenvolvido.

A propósito da validade do construto, a morte ou o sentido da vida, são imediata e inevitavelmente remetidas para um domínio reflexivo que parece ficar além do acessível numa investigação experimental acerca da construção pessoal e/ou da vivência individual de cada um deles. Neste estudo, de forma a evitar a potencial estranheza sentida pelos entrevistados acerca destas questões, optámos por trabalhar com sujeitos cuja tarefa profissional/pessoal implicasse directamente estas matérias contornando, deste modo, as eventuais dúvidas provocadas pela proposta de reflexão acerca do nosso tema; admitimos que, tanto religiosos quanto professores de filosofia abordariam os construtos da vida e da morte de forma precisa ainda que imersa ou plasmada daquilo que são as concepções assumidas pelas suas profissões e/ou convicções pessoais imbuídas de saber tanto da religião quanto da ciência.

Tratando-se de um estudo exploratório, com um conjunto de participantes tão reduzido (11, apenas), não procurámos elaborar uma teoria acerca do tema em análise, mas as reflexões produzidas pelos participantes e a análise por nós levada a efeito, permitiu-nos tão só encontrar indicadores (acerca das grandes plataformas de compreensão e apropriação pessoal sobre a importância da definição de “um” sentido para a vida e da morte enquanto acontecimento inevitável e passível de se tomar como conferente de

significado para a experiência vital) para podermos continuar a abordar esta questão em futuras investigações e na fruição da nossa própria existência tanto em termos privados/pessoais mas muito profundamente enquanto (futura) profissional. Pensamos ter elaborado uma análise fiável das palavras dos indivíduos e tecido um conjunto de reflexões, a partir delas, que assumimos como o mais de acordo possível com o que tinha sido elaborado por cada participante.

IV - Análise e Discussão de Resultados

Tomando como modelo o trabalho de abordagem às entrevistas de uma investigação anterior (Silva, 2012), mantivemos o último tema – *Processo de morrer* – e apresentamos três grandes questões de abordagem que, na nossa recolha de informação, surgem com forte impacto: o *Silêncio*, a *Emoção* ou os *afectos* envolvidos, o *Momento* ou a inevitabilidade do *confronto* pessoal com a morte.

Seguidamente, apresentamos uma tabela com as categorias e sub-categorias propostas, incluindo as referências aos participantes, de forma a tornar mais imediata a percepção da nossa codificação e categorização dos dados.

Tabela 1 - Temas, Categorias e Sub-Categorias para análise dos dados

Temas	Categorias	Sub-categorias	Referência
Silêncio	No discurso da Ciência	Incapacidade de impedir a morte	R1, R2, R3, R4, R5, P8, P9, P10, P11
		Auxilio à morte	R1, R2, R3, R5, R6, R7, P9, P10
	No discurso Religioso	Sobre os Crentes	R1, R2, R3, R4, R5, R6, R7, P9, P11
		Sobre os Não crentes	R1, R2, R3, R4, P10
Emoção/Afecto	Medo	O desconhecido	R1, R2, P11
		Deixar a vida	R1, R6, P11
	Tristeza	Abandono	R1, R3, R6, R7, P9, P10, P11

O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte.

Ana Teresa Ribeiro de Meneses Mariano (ateresarmariano@gmail.com) 2013

	Serenidade	Atendendo à idade de quem morre	R3, R4, R5, P8, P9, P10, P11
		Para acompanhar os vivos	R3, R4, P8, P11
		Própria, sentimento do dever cumprido	R1, R4, R5, R6, R7, P11
Momento/Confronto	História	De casa para o hospital	R1, R2, R3, R4, R5, R6, R7, P8, P9, P10, P11
	Cultura	Tristeza vs Festejar a vida	R1, R2, R3, R4, P11
	Actualidade	A presença de crianças	R2, R3, P8, P9, P11
		O afastamento das crianças	R2, R3, P9, P11
Processo de Morrer	Medo/Recusa/Incompreensão		R1, R2, R4, R5, R6, R7, P9, P10, P11
	Depressão		R3, R6, R7, P8
	Medo/ Evitamento/Sofrimento		R2, R4, P9, P10
	Aceitação		R1, R2, R3, R4, R5, R6, R7, P9, P10, P11
	Integração		R1, R2, R3, R4, R5, R6, P9, P10, P11
	Reflexão	Pessoal	R2, R3, R4, R5, P8, P9, P10, P11
		Profissional	P8, P9, P10, P11
		Crianças e jovens	R1, R2, P8, P9
		Idade avançada	R1, R2, P9, P11
	Viver com sentido		R1, R2, R3, R4, R5, R6, R7, P8, P9, P10, P11

R – Religiosos; P – Professores

Numa análise imediata dos dados expostos na tabela, é seguro afirmar que todos os participantes, uns mais explicitamente do que outros, abordaram todas as questões que pretendíamos estudar. É de realçar, no

O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte.

Ana Teresa Ribeiro de Meneses Mariano (ateresarmariano@gmail.com) 2013

entanto, que no que diz respeito à sub-categoria *Profissional*, não há referência aos religiosos. Este facto é perfeitamente justificável uma vez que nenhum deles separou a sua condição de Homem, ser humano, com a condição de padre ou missionária, ao reflectirem acerca dos assuntos apresentados, tendo mesmo sido referido por um deles: “*Acho que não é a palavra indicada aí [referindo-se à expressão situação profissional]. Não, porque não é só... a maneira como eu entendo a profissão é algo que, das tantas às tantas horas, eu visto uma bata ou visto, enfim, um disfarce, no melhor sentido que a palavra possa ter, e aí estou, aí estou a exercer isto. Neste caso, pelo menos eu como padre, quer esteja a rezar, a celebrar missas, a conversar, a dormir ou a divertir-me, estou como padre.*” (R3)

Propomo-nos, em seguida, a explicitar com algumas citações dos participantes, a codificação e categorização apresentadas na Tabela 1.

Sobre o Silêncio

No *discurso da ciência* encontramos uma ideia clara e concisa nas palavras de um dos professores de filosofia, parafraseando outros: “*O Homem é um ser para a morte*” (P11) e esta afirmação, enquanto registo do discurso da ciência, diria tudo o que há a assumir quanto a esta inevitabilidade a que somos entregues assim que nascemos. Mas o mesmo participante continuou dizendo: “*pode dizer-se que é uma ferida narcísica...*” Na filosofia, referiram os profissionais, em linhas gerais e P11 afirmou: “*A escatologia é uma disciplina da filosofia onde se estudam ‘os últimos tempos’...*”.

Ainda, a respeito da *incapacidade* do ser humano e da ciência *de impedir a morte*, R1 constatou que “*a fonte da eterna juventude não existe e ainda andamos à procura da fonte da eterna juventude, como se isso resolvesse o problema. E em vez de nos dedicarmos à força, à aceitação da vida, andamos à procura da fonte da eterna juventude. E isto é bastante mais grave do que parece.*” Isto demonstra a frustração que persiste no indivíduo de não poder reverter a morte, ainda que existam mecanismos científicos para a adiarem (*auxílio à morte*): “*E por isso, é só pensar na vida, no brilho da vida e quando as coisas começam a tremelicar, começam a desfazer-se, então nós exigimos a possibilidade de termos uma morte suave, de desligarmos a ficha.*” (R2)

O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte.

Ana Teresa Ribeiro de Meneses Mariano (ateresarmariano@gmail.com) 2013

No *discurso religioso*, talvez mais correctamente fosse apresentar a afirmação de P11 como uma afirmação acerca do discurso religioso mas ao nível da reflexão pessoal e/ou profissional: “há uma dimensão de mistério”, associada à morte e mesmo ao processo de morrer. Essa dimensão, de acordo com este professor, será o que justifica tanto o silêncio em torno da morte como a necessidade de a abordar.

Na discussão entre ser-se *crente* ou *não crente*, P9 assume que “concordo com Kierkegaard sobre a religião: Se lá for, não a posso explicar, é contra a razão. (...) e eu dou o salto à religião... mas nos momentos limite, de dor, da morte...” e R1 afirma que, independentemente de se professar uma determinada religião ou não, “tenho a certeza que a crença ou a fé não pode ser um paliativo que ameniza este drama”.

Por outro lado, todos os religiosos afirmaram que há diferenças na percepção da morte e do morrer, bem como do viver a vida, como refere R1: “Há diferença, claro. Mas uma diferença que está acima da coisa, porque afinal és tu que morres, és tu que comesças, a certo ponto, a ter consciência que está a acabar, a tua maneira de ser, de existir, o que não quer dizer que tu acabes, mas a tua maneira de existir, que te desprendes, que o horizonte vai mudando e tu não sabes como é. (...) O facto é que a morte não pode ser considerada, penso eu, em si só, porque trata-se de considerar não o fenómeno, mas de considerar a pessoa que nasceu, viveu e qual é a perspectiva que tem (...)”. R3 vai mais além e assume mesmo que “(...) ou então a terceira [acercadas perspectivas da morte], que creio que é a pior delas todas que é a da negação, não olho para a morte mas porque não olho para a morte também não aproveito e não consigo viver a vida (...) mesmo os que dizem que a morte é um ponto final conseguem ter algum sentido da vida, um bocadinho pobre, mas conseguem aproveitar algo daquilo que é o viver aqui. Quem nem sequer consegue enfrentar a morte, sinceramente são aqueles que eu podia dizer dos quais... que eu... tenho pena, porque é mesmo para ter pena dessas pessoas.”

Sobre a Emoção ou o Afecto envolvido

O *medo* pelo *desconhecido* é, talvez, o motor desencadeador de todas as emoções e atitudes perante a morte e o processo de morrer. Não se conhecer o que está (se há) algo para além da morte paralisa o indivíduo e

potencia o silêncio tão comum em torno deste tema: *“Quando alguém morre todos têm direito de chorar por quem vai, tem direito de ter medo e estar assustado, porque não sabe como é, como uma criança não sabe como vai ser a vida.”* (R1)

Também o **medo** que circunda o facto de com a morte **deixamos** de estar nesta **vida** e de ser aquilo que conhecemos, deixamos os outros, perdemos aquilo que temos neste mundo, causa desespero no indivíduo: *“Quando eu penso na morte, já me aconteceu, se eu morrer agora, senti-me sufocado, não fisicamente mas interiormente pela dor de não me poder despedir das pessoas e dizer às pessoas que amo”* (R1); *“Ter fé não faz de nós pessoas que não têm medo da morte ou que não têm medo do sofrimento. Não é isso. Eu tenho medo da morte! O sofrimento assusta-me, o meu e o dos outros”* (R6)

De uma maneira geral, todos os participantes falaram na **tristeza** que os assola aquando da perda de alguém. A tristeza por eles, por verem partir quem não voltarão a ver e tristeza por outros que sofrem a mesma perda: *“A partir dos 9 anos, a minha filha deixou de ser criança... com a morte do meu irmão, da minha cunhada e da minha sobrinha...”* (P9) O sentimento de perda e **abandono** é referido por alguns participantes, embora alguns religiosos refiram a forte crença de que não estão sozinhos neste processo: *“Eu acho que é a relação com alguém, que é Deus. Não sei se é uma coisa conceptual, que eu tenho clara na minha cabeça que depois da morte existe outra vida e portanto não tenho medo da morte. Sim acredito que a minha vida está na mão de alguém e que essa vida é eterna, de alguma forma. Não sei o que é que há depois, não faço ideia o que é isso da vida ser eterna, mas acho que há já agora uma experiência de relação com alguém.”* (R6); *“Mas eu não estou sozinho, como na vida, assim na morte”* (R1). Não obstante, *“Embora nem sempre compreenda porque é que a vivência é tão violenta, principalmente quando falta amor, o ser acompanhado, falta sentir aquilo que sempre na vida esteve a teu lado”* (R1)

A **serenidade** é algo que se nota, claramente, no discurso dos religiosos. A sua ligação com Deus permite-lhes sentirem-se em paz com a morte e com tudo de pesado e negativo que ela acarreta. Esta paz motiva-os a **acompanharem** outras pessoas neste processo, seja o da morte própria da

pessoa acompanhada ou da morte de alguém próximo dessa pessoa: “*é sempre uma dificuldade sobretudo quando nos toca estar a acompanhá-los no momento da morte, propriamente dito. Por muito que estejamos habituados, não me parece que cause habito e não é fácil a aceitação que estamos a deixar partir alguém, mesmo tendo fé, mesmo sabendo que a pessoas não desaparece ali, vai para melhor sitio... o sentimento de saudade de pena e de tristeza continuam, mantem-se e até é uma coisa saudável.*” (R3), mas “*experimental a fragilidade ou experimentar que nós não sabemos lidar com essa situação, não é uma barreira intransponível, é algo que se vai pondo pouco a pouco diante de Deus, diante dos irmãos e vai-se fazendo o caminho aí, vai-se deixando entrar o amor. Se uma ferida está escondida, está escondida, mas se a abrimos, podemos curá-la.*” (R4)

A percepção da **própria morte** também se nota tranquilizada, principalmente se houver o **sentimento de dever cumprido** ou mesmo o exemplo de outras mortes pacificadas: “*Mas quando morrer estarei impossibilitado de fazer tudo isso, mas eu sei que haverá outras coisas, porque o amor é aquilo que une. É o amor, a liberdade, a paz, estar no infinito de Deus*” (R1); “*Na morte do meu pai, o que me ajudou profundamente foi encontrar-me com alguém profundamente reconciliado com a vida. E não com uma vida ideal. Conheci uma pessoa que terminou a vida a dizer ‘amei e fui amado’.*” (R4); “*Aquilo em que tu vais acreditando e a que vais verdadeiramente entregando a vida, a Jesus, à capacidade de poder aprender a amar com os outros, de deixar que os outros te ensinem, de deixar amar-te, de tentar ir caminhando, de cair, de levantar, isso tudo vai-te realmente construindo e essa relação é uma relação de confiança muito real, que se calhar não te dá conta dela numa dimensão tao grande de vida e de morte própria, não te dá conta disso, mas quando és posta diante de uma situação da qual existe o risco real da tua própria morte, se calhar compreendes que tudo o que foi construído até aí, dá-te uma capacidade de compreender que esse amor vai para alem de uma vida só física e que esse amor te sustenta profundamente, que esse amor está a ser construído (...)*” (R7)

Sobre o momento ou o possível confronto com a morte

De acordo com os relatos dos participantes, há uma clara noção das

transformações que se deram ao nível das sociedades e da cultura, neste encarar a morte e o processo de morrer. São demarcadas fortes mudanças nas mentalidades e na forma como as pessoas lidavam com o tema da morte própria ou com a morte do Outro.

Assim, ao nível das alterações *históricas* foram realçadas as seguintes: *“Portanto, certos valores antigos, que tínhamos bebido enquanto crianças, os valores da família, do tal ambiente familiar que acompanhava a descoberta da transcendência, a descoberta do mundo, estes caíram (...).”* (R2); *“Basta ver que até ao século XIX era considerada a boa morte e hoje em dia, a pior morte possível. A boa morte hoje em dia é uma pessoa deitar-se e no dia seguinte está morta. Essa é que é a morte santa. Mesmo a nível dos cristão, “ah que morte mais santa”. (...) Isto era a pior morte que podia haver até ao século XIX. A pessoa não teve tempo de se despedir dos amigos, não teve tempo de se aliviar (...).”* (R3); ou ainda *“Um dos sintomas evidentes é exactamente a fuga da morte. As pessoas, hoje em dia, têm medo da morte e dado que têm medo da morte, procuram afastá-la, então, colocam-na nos hospitais ou em casas que escondam a morte.”* (R2)

Também a *cultura* da sociedade dos nossos tempos é outra e bem diferente das demais do mundo. Enquanto há sociedades que celebram a morte como um rito de passagem para uma vida melhor, a nossa sociedade vela o morto num ritual abraçado pela tristeza e sofrimento, ilustrado por choros e demonstrações trágicas de dor pela perda: *“Sinceramente, não me agrada nada os gritos quando há enterros, principalmente aqui. Na Itália, na minha terra há silêncio, mas é constrangedor, assusta, o silêncio. Em vez de berrar, de gritar, de deitar-se em cima, de abraçar o morto.”* (R1); *“E portanto, havia toda uma vivência, uma reflexão e uma vivência da morte, que apontava a morte como uma passagem para uma vida melhor, o paraíso, a vida eterna. E esta passagem, que em geral, passava também pelo sofrimento, era seguida e acompanhada, de maneira que a comunhão das pessoas, a solidariedade das pessoas, ajudasse a pessoa que estava a enfrentar este momento, a vivê-lo com serenidade e com força.”* (R2)

Apesar da tragédia e dos rituais fúnebres comuns da nossa sociedade, R2 afirma *“Eu vou ao cemitério, vou visitar as mortes que me anteciparam por uma razão muito simples, porque eu quero robustecer a minha caminhada (...) ver a fotografia, pôr uma flor de reconhecimento, eu*

O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte.

acho uma coisa bela porque nos mantem em comunhão, uma comunhão que nem a separação física, nem a morte nos pode tirar. Portanto, com serenidade eu digo isto e não fico traumatizado com nenhuma morte.”

E P11 reforça: *“Reconhecer sentido nessa vida que agora acabou...”*

As mudanças de mentalidades são fortes e claramente castradoras de um diálogo que assumimos, neste trabalho, importante e fundamental que exista e seja fomentado, não silenciado. Na **actualidade**, *“a gente está a afastar a morte. A morte é o grande tabu de hoje em dia. (...) A morte é um tabu. Ninguém quer falar da morte. Esconde-se a morte o máximo que se pode.”* (R3) Esconde-se a morte nos hospitais, esconde-se a morte das crianças, *“a maior parte das criancinhas nunca foi treinada para ouvir um não. O abençoado do não é essencial para crescermos.”* (R3) O mesmo participante continua, *“ (...) as crianças são afastadas do quarto do moribundo e contam-lhes umas historiazinhas (...) que vão demorar muito tempo a vir e só para que as crianças não saibam que existe a morte.”*

Ainda, R2 reforça esta ideia: *“As crianças já não podem ver uma pessoa doente, uma pessoa que está a morrer. Não podem ir ao cemitério.”* O mesmo participante reforça, rematando esta ideia, com a seguinte comparação dos tempos: *“ (...) Levavam-me a ver uma pessoa que morria. Porque era todo um ambiente quase místico. Era uma pessoa que depois de ter sofrido, era preparada para o encontro de algo grande, de belo. Portanto, não era uma coisa chocante, era uma coisa muito natural, muito natural. E as crianças eram habituadas, desde pequenas, a entender que a vida vai para além da morte. E havia um mistério, que se bem não estava assim bem elucidado, todavia existia. Isto tirava, de certa forma, um certo medo à morte.”* (R2)

Sobre o processo de morrer

Este tema e respectivas categorias revelou-se muito rico em termos de informação e reflexões dos participantes, uma vez que as questões abordadas exigiram profunda reflexão, alguns silêncios reveladores da fragilidade do tema, mas acima de tudo, ilustrou a plena consciência dos participantes sobre a seriedade do assunto e da necessidade e importância de se dialogar sobre ele.

Posto isto, limitar-nos-emos a dar voz, ainda que escrita, àqueles que contribuíram para que este estudo fosse realizado:

- **Medo/Recusa/Incompreensão**

“Porquê? Quando uma vida acaba aos 20 e qualquer coisa...”
(P11)

“... não falava, a minha filha não falava da prima. Mas quis ficar com a boneca favorita da prima, ficou com algumas peças de roupa que, às vezes, usava... mas não falava.” (P9)

“Não me preocupa a morte, mas sim a dor, o não sentido, porquê?”
(R1)

“Quem foge às perguntas, mesmo as mais incomodativas, significa que tem medo, então fecha estas perguntas num quarto a sete chaves (...).”;
“Este é outro assunto, porque é que acontecem. Este é outro assunto, que está ligado ao mal, que está ligado a toda a problemática do corte, da desgraça, do mal, pronto.” (R2)

“A pergunta não é “porquê eu”, mas “como aprender a viver isto”
(R5)

- **Depressão**

“ (...) a maneira de lidarmos com a dor é diferente, mas o facto de chorar não é a única maneira de lidar com a dor. (...) E por muito que diga que estava habituado a ver [morrer] dois e meio por ano, não é por vermos morrer muita gente que nos vamos habituando à morte.” (R3)

“Há uma altura em que ando mais ... sensível... não tenho poder de encaixe. Não choro. Mas preciso de um bocado... por exemplo, deixarem-me dormir muito!” (P9)

- **Medo/Evitamento/Sufrimento**

“Se não te sabes amado, há algo que te paralisa por dentro.”; “Há mortes que me foram muito mais violentas, o egoísmo, a mesquinhez, que me dói muito mais do que a morte natural e a morte reconciliada. (...) Há mortes que me são mais violentas que outras, que me doem mais, que me ferem mais.” (R4)

“Claro, dói-me ver acidentes, desastres, estas coisas, porque são situações que nos ferem, não estamos feitos para estas coisas.” (R2)

“ (...) evitar olhar para a morte é evitar perceber que isto faz sentido.” (R3)

- **Aceitação**

“Somos uma sociedade pragmática: O que funciona é bom, o que não funciona é mau... não se vai falar da morte ou do morrer, isso pertence à categoria do deixar de funcionar, é mau...” (P11)

“ (...) para nós o centro da nossa fé é a ressurreição de Cristo, é a vitória de Jesus, homem e Deus, sobre a morte. Como é que venceu a morte? Mostrando que há qualquer coisa em nós que é superior à morte, que é o amor. A entrega de nós próprios, mesmo passando pela morte, é o valor maior e é graças a este valor que, no fundo, tem a sua origem no próprio Deus, porque Deus é amor, então Deus ressuscitou Jesus e por isso a morte foi vencida.” (R2)

“Mas quando morrer estarei impossibilitado de fazer tudo isso, mas eu sei que haverá outras coisas, porque o amor é aquilo que une. É o amor, a liberdade, a paz, estar no infinito de Deus” (R1)

“Sinto que vivi esse mês, na relação com Jesus e eu sinto que internamente não estava preparada, embora que todas as informações conduzissem a tal. Então, eu penso que no âmbito dessa relação de confiança que existia se sedimentou nesse momento, até ao ponto de eu poder compreender que a vida do meu tio está nas mãos de alguém.” (R7)

“... neste momento, sinto que resolvi isto muito bem... houve alturas em que percebi que cheguei a pensar: Ele já não está cá, fisicamente, ele já não está cá... Aceitei.” (P8)

- **Integração**

“A morte sempre foi ligada à vida, não é o fim da vida, mas é o momento mais importante e significativo da vida. (...) a capacidade de enfrentar este momento, habilita o homem a viver melhor. A viver

intensamente a vida.”; “ (...) nós também em Cristo podemos vencer a morte. Por isso, eu como cristão, procuro revestir-me deste Cristo, de maneira que eu também tenha a força para vencer a morte e assim entrar na plenitude da vida. Esta é a nossa fé. É uma fé que vem ao encontro de uma reflexão humana profunda. Humanamente, nós não podemos chegar além, mas se houver uma proposta que me ajuda a viver também aqui e me ajuda a crescer na vida aqui, eu aceito.” (R2)

“Eu acho que é a relação com alguém, que é Deus. Não sei se é uma coisa conceptual, que eu tenho clara na minha cabeça que depois da morte existe outra vida e portanto não tenho medo da morte. Sim acredito que a minha vida está na mão de alguém e que essa vida é eterna, de alguma forma. Não sei o que é que há depois, não faço ideia o que é isso da vida ser eterna, mas acho que há já agora uma experiencia de relação com alguém. (...) Essa relação faz-te viver aquela situação de doença de outra forma. É o oposto da solidão.”; “Quando alguém vive com sentido, a morte encaixa aí de outra maneira.” (R6)

“Deitar cá para fora os medos e falar deles. Acho que nos ajudou muito na morte do meu pai e da minha mãe, a mim e à minha irmã, falarmos disso.” (R5)

“Então a vida não me ajuda a não ter medo, ajuda-me a entender qual é o caminho.” (R1)

“Ultrapassamos as situações limite por nos descentrarmos de nós mesmos... quando acontece na nossa família uma perda impensável... assim, de alguém muito jovem, um ‘acidente’... que sentido é que isto tem? Isto que é a vida... Que sentido tem? O que é a vida? É só isto ou há mais? Há! É o resto!” (P8)

- **Reflexão**

Reflexão pessoal

“É muito complicado... (pensar a morte, a própria, então...) ” (P11)

A propósito do desejo de por um fim à vida, por exemplo, após relato de um caso concreto, o participante pensa em voz alta: *“... duas pessoas iam a passar e impediram-na... toda a gente dizia – Foi salva!... Foi salva!...” (P11)*

“Tudo isso não tira a tragédia que é a morte, porque tenho a certeza que somos corpo, somos matéria, tocamos, beijamos, nos abraçamos. Isso é humano, não é cristão, nem muçulmano, nem pagão.” (R1)

“ (...) eu só quero agradecer aquilo que ao longo da vida recebi e que ajudou a estabelecer esta mesma visão da vida, uma visão que nos leva a descobrir a verdade interior e a vencer todos os medos, porque se esta caminhada, se eu descobro que nesta caminhada está o próprio Cristo, que é o principio e o fim da minha fé, da nossa fé, então, eu estou em boa companhia e portanto, não tenho medo.” (R2)

“Esta passagem para a plenitude da vida, isto é, ver pessoas que mesmo no sofrimento e na véspera da morte, mantinham a serenidade dentro de si. Estes são os exemplos mais belos, mas que servem para robustecer a caminhada, portanto eu não recorro as mortes em si, mas recorro a caminhada, porque a coisa mais importante é a meta final, é a vida eterna, é a vida que ilumina tudo o que vem antes.” (R2)

“Mas ao mesmo tempo que assumimos isto tudo, o que nós queremos é tirar-nos daqui, tirar-nos daquilo que nos possa tornar verdadeiramente humanos, que é a fragilidade, o fracasso, a dor, o sofrimento e a morte. O que nos faz humanos não é o sermos felizes, o que nos faz humanos não é andar para aí a quereremos ser maiores do que os outros, o que nos faz humanos é aceitarmos estes cinco elementos da nossa existência. Aceitarmos, não é busca-los, por que às vezes o cristianismo também tenta buscar estes elementos. Não. Não tem nada a ver com isso. É aceitar que fazem parte da nossa vida, que há que passar por eles, fazem parte o processo da vida, estão aí, não há que fugir deles.” (R3)

“Ajudou-me a fazer o caminho com ela, das dúvidas e da aceitação. Aprender a fazer o caminho. Vai-se encontrando sentido passando por tudo isso. Acho que o sentido se encontra na relação com a pessoa e com Deus. Acho que ela morreu em paz, porque foi criando relações com pessoas que também estavam em paz.” (R5)

Reflexão profissional

Sobre o porquê das mortes que não aceitamos *“às vezes ouve-se a resposta comum: O destino!... É o destino... (...) Mas não é O destino, tem de*

ser o sentido que lhe queremos dar, o sentido que queremos dar à vida!”
(P11)

“A experiência da morte, para a maior parte dos adolescentes, é alguma coisa que acontece aos outros...” (P11)

“Quem se suicida não encontra sentido para a vida...” (P11)

Os jovens de hoje “são relativistas, não há verdades absolutas...” (P9)

Relativamente às duas últimas sub-categorias – *crianças/jovens* e *idade avançada* – importa referir que de uma forma implícita ao longo das conversas e explicitamente no contexto de relatos feitos por alguns participantes, sobre casos de pessoas que perderam filhos à nascença, ou sofreram a morte de um ente querido em tenra idade, foi possível perceber a tragédia que é a morte precoce de alguém, isto é, quanto mais novo o indivíduo, mais trágica é a morte, contrastando com a normalidade com que rotulam a morte de alguém em idade avançada (não querendo com isto dizer que não haja sofrimento).

- ***Viver com sentido***

“A experiência que eu tenho da comunidade... de uma vida que se reconstrói, a experiência de amor. Isto é um processo. Essa experiência de descobrir a Deus, de reconstruir a vida que vem para trás, de integrar a vida de cada dia, a relação com os outros, o trabalho, integrar com a fé, é uma busca contínua. Não o poderia fazer sozinha.” (R6)

“É uma relação em construção. Eu sinto que pela vida, pelas feridas, eu sempre vivi como protegendo-me. Em determinado momento eu acho que percebi que Deus vai-te falando de forma muito subtil no dia-a-dia e eu fui compreendendo que Deus, através de pessoas concretas, nomeadamente nesta comunidade, que me ia falando e que muito através da autenticidade dos outros.” (R7)

“A nossa missão é estar em todos os sítios onde está o ser humano. O mais importante para nós são as pessoas.”; “Nós acreditamos profundamente, porque encontramos aí o que é que dá sentido profundo à nossa vida, é uma experiência de encontro com alguém e tens uma vivência. É isso que tentamos oferecer às pessoas, é o sentido da vida. A morte entra

ai.” (R5)

“ (...) não há duvida que a situação mais, eu diria, mais importante, mais chocante, mais espantosa é a morte. Porque nós somos feitos para a vida, nós sentimos dentro de nós que gostamos da vida. Alias, basta ver que nós temos um desejo de realização da nossa vida pessoal, de uma felicidade, de um bem-estar, de uma paz, de uma tranquilidade (...) ” (R2)

“ (...) um dom ao serviço dos irmãos, fazendo uma opção, claro, em vez de seguir por uma vocação, a comunhão com uma mulher, a construir o primeiro núcleo da comunhão, que é a família, mas directamente para outro núcleo de comunhão que é a família alargada, que é a igreja.” (R2)

“ (...) nós fomos feitos para a liberdade, o espirito não deve ser trancado, fechado. (...) Olha, eu acho que cada homem é um dom para o outro, portanto, nós não somos ilhas, nós estamos feitos em comunhão. Eu sou um dom para ti e tu és um dom para mim. Se eu aceitar esta dinâmica, então, eu procurarei dar o melhor de mim a ti e procurarei, também, acolher o melhor de ti, o melhor que eu possa ver em ti e que me pode ajudar a crescer a mim (...). É importante que nesta relação mútua se estabeleça uma verdadeira dádiva, oferta, gratuita. Eu acho que o caminho de algo é o verdadeiro caminho que faz crescer a humanidade, independentemente da fé.” (R2)

“A noção de liberdade está ligada intimamente à morte. Um ser que não seja mortal, não pode ser livre. Um ser mortal não é livre, porque a liberdade implica escolha e ao implicar escolha, implica perda. Há coisas que deixo e vou deixando, que nunca vou realizar. Se eu for imortal, todas estas coisas têm uma duração no tempo, portanto eu nunca tenho esta questão do deixar de parte estas escolhas, porque agora opto por esta, daqui a uns anos vou optar por outra que não optei agora, porque não posso realizar duas coisas ao mesmo tempo, portanto um ser mortal nunca é livre.” (R3)

[sobre dar a vida pelo outro] “Eu faço-o porque a minha vida faz sentido e o sentido que eu neste momento encontro, a maior plenitude é eu substituir aquele.” (R3)

“Este prazer de ir construindo as coisas, independentemente do objectivo final, é o que acaba por ajudar a perceber o mistério do sentido da vida. O sentido da vida, em última instância é um mistério. Não é algo que

eu sei para onde é que vou. Eu não sei para onde vou.” (R3)

“Viver em função dos outros, isso entusiasmou-me muito.” (R4)

“Nós só somos em relação com os outros.” (P8)

“O Sentido? Bom, isso vamos encontrando... entregamo-nos a certas causas, como tenho feito, olha, por exemplo... aspectos de luta política, de participação cívica...” (P11)

“Não sei exactamente, é diferente para todas as pessoas mas encontra-se nas escolhas... às vezes parece que se perde de todo, talvez quando se perde alguém, quando se quebra uma ligação... mas com a idade percebemos que resolvemos essas coisas, a própria passagem do tempo pode ser garante de sentido.” (P10)

“São as situações limite que obrigam a encontrar um sentido. Nas situações limite...” (P9)

“Eu julgo que são os outros, aqueles que nos fazem perceber que, por eles, temos de continuar... foi a minha mãe... o meu neto...” (P8)

V – Reflexão a Partir dos Dados e Limitações do Estudo

Com base nos resultados obtidos nesta investigação, é possível perceber que os indivíduos religiosos têm uma atitude aparentemente mais pacificada em relação à morte e assumem nitidamente o papel da percepção da finitude da vida como garante do significado da existência. Esta perspectiva serena entende a morte como a passagem para uma outra forma de vida, apelando, assim, para que o ser humano viva em conformidade com os seus valores e personalidade, de forma positiva, com total respeito e dedicação pelo outro. Com efeito, estudos sugerem que a fé numa religião contribui positivamente para o bem-estar psicológico, uma vez que ajuda o indivíduo a interpretar e compreender os eventos da vida, promovendo o sentido e significado existencial, tendo em conta a imprevisibilidade do mundo (Lim & Putman, 2010, p.917).

Na apresentação dos dados, na tabela anterior, adentro da categoria “Processo de Morrer”, incluímos a sub categoria “Viver com Sentido” por termos assumido a ideia de estarmos a caminho de morrer a partir do instante em que nascemos, ou somos um ser para a morte, como em O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte.

Heidegger ou de acordo com Epicuro, não há que temer a morte, pois *enquanto somos a morte não é*. Além destes pontos de partida teóricos, ao escutarmos os professores, estas reflexões da filosofia surgem nos seus discursos.

Assim, os docentes de Filosofia (ouvidos neste estudo), embora tenham tido educação católica, admitem a sua desconexão com as práticas religiosas que ela subentende, mas assumem uma atitude objectiva e consciente em relação à morte, como fazendo parte do curso normal da vida, constituindo o encerrar do ciclo da existência humana. Assim, para este grupo, a religião, não tem qualquer influência nas suas perspectivas acerca da morte e do sentido da vida, mas partilham com os religiosos o pressuposto de que a morte é condição garante de significado da vida e que aceitando a efemeridade da existência humana, o indivíduo é capaz de conduzir a sua vida, sendo o único responsável pelas suas decisões e opções, no sentido de conferir o significado desejado à sua existência. O ponto de ruptura entre os dois grupos está no facto de uns (religiosos) acreditarem que depois da morte há uma continuação da vida, ainda que noutra estado, digamos, num estado mais espiritual, enquanto os outros (docentes de filosofia) encaram a morte como o fim último/absoluto da existência humana, do corpo (e da alma), sendo a única coisa que se mantém viva a memória dos mortos nos vivos (Ainda a referir que no discurso de um dos religiosos – R3 – há plasmado um modo de juízo de valor acerca do Humano não crente, quando afirma “ter pena dessas pessoas”).

Na verdade, alguns autores humanistas referem que a religião é, para muitos indivíduos, um porto seguro, onde encontram as respostas para as suas dúvidas e o conforto da promessa da vida eterna, depois da morte (Fromm, 2013; Yalom, 2008/2009).

Verificamos o consenso entre os dois grupos acerca da morte e do papel fundamental que desempenha na busca de significado e razão da existência para o indivíduo, afirmando, contudo, a dificuldade e o temor que há, na sociedade em geral, em falar sobre o assunto. Todos os participantes neste estudo concordam que a morte é o novo tabu dos tempos que correm, corroborando os ditos de autores como Glaser & Strauss (2005, p.3) – “*death as such has been described as a taboo topic for us, and we engage in very little abstract or philosophical discussion of death*” - ou Barros de Oliveira

(1998, p.8) - “ Não obstante, o tabu resiste, e há muitos sintomas ou sinais mais ou menos camuflados disso”.

Segundo os religiosos, a busca pelo sentido da vida deve ser feita na relação com os outros, partilhando e retribuindo aquilo que é oferecido, pois só assim o indivíduo vive conciliado com a vida, logo, não tem pelo que temer a morte. Ao reflectir e aceitar a morte como facto natural e inevitável a pessoa está a abraçar a vida, com a força e dedicação necessárias para que seja capaz de alcançar os seus objectivos, de acordo com os seus valores, assumindo a liberdade e responsabilidade pelas escolhas e decisões que toma, consciente de que vive em comunidade e comunhão com os outros. Na verdade, todos os religiosos que participaram no presente estudo, afirmam como sendo o seu objectivo ou missão desta vida o viver para os outros, já que assim estão mais perto de Deus.

Este modo de estar na vida não é exclusivo das pessoas que professam uma determinada fé, já que também no grupo dos docentes de Filosofia se verificou esta ideia do *estar para o outro*. A essência desta atitude está na ideia de que, e servindo-nos das palavras de Yalom (2008/2009, p.135), “*I have taken some part of you into me. It has changed and enriched me, and I shall pass it on to others*”. A diferença que se nota é que os religiosos são motivados por uma força maior, um *amor transcendente*, a ligação que sentem a Deus, enquanto os docentes de Filosofia, assumem esta atitude de *estar para os outros*, motivados pelas ligações pessoais com a família e amigos, principalmente, sem invocarem nenhuma entidade ou força superior como condutoras desta atitude.

Outro ponto a salientar das conversas analisadas é o comum reconhecimento, por parte dos dois grupos de informantes, das transformações de atitudes e comportamentos face à morte e ao morrer, nomeadamente no que diz respeito aos rituais religiosos, como os funerais; à forma como agora se esconde a morte nos hospitais, contrariando a tradição do morrer em casa de antigamente; ou à construção e transformação dos valores. Todos os participantes afirmaram que se assiste a uma crise de valores, ameaçados pelas crises sociais e económicas que tomaram de assalto o mundo e, particularmente, o país. Também por consequência do sistema capitalista, as pessoas dão mais valor àquilo que podem tocar e possuir, ao material, do que propriamente às relações humanas, ao estar com

e para o outro, e acima de tudo, estar por e para si. Com a pressa do dia-a-dia, as pessoas esqueceram-se de perguntar o que realmente é importante, qual o sentido e razão da existência e como garantir esse significado.

Assumimos como limitação do estudo, a necessidade de desenvolver este tema, de forma mais minuciosa, estendendo a investigação a outros grupos de informantes, como pessoas leigas, outros religiosos, professores de outras áreas, como por exemplo da Física (pela sua especificidade acerca da origem do mundo pois sabemos de vários trabalhos de astro-físicos, como Lawrence Krauss³, que têm abordado esta questão, ou Richard Dawkins⁴, ou outros) no sentido de reunir mais informação acerca das questões aqui levemente abordadas. Assim, poder-se-ia satisfazer a intenção de comparação e discussão de resultados entre diferentes fontes e diversas alternativas de abordagem da essência do tema.

Consideramos também importante para valorizar o estudo, estabelecer pontes entre diferentes culturas e religiões, de forma a salientar as diferenças entre sociedades distintas e destacar as características que poderão beneficiar novos estudos e teorias.

Outra limitação a destacar foi a restrição do tempo, tendo em conta o tipo de abordagem e principalmente a delicadeza do tema escolhido.

Este é um estudo exploratório que pretendemos que complemente os trabalhos já levados a cabo até aqui e continue a desbravar o terreno arduo que é falar da morte e integrá-la conscientemente no cenário da vida do ser humano. Consideramos fundamental que se aprofunde este assunto, no sentido de melhorar e inovar a educação dos profissionais de saúde, neste tema, para que eles próprios se sintam aptos para prestarem o devido apoio àqueles que não conseguem lidar com a morte própria ou do outro.

Concretamente na Psicologia, consideramos urgente a mudança de mentalidades e a inclusão nos programas educativos do curso, temáticas assumidamente de Educação para a Morte, pois é facilmente notória a dificuldade e os constrangimentos que os alunos e recém psicólogos sentem ao lidar com uma situação de morte e do processo de morrer, ao prestar apoio psicológico a alguém nesta situação. Porque abordar a questão do sentido, da inevitabilidade da morte, de modo a equacionar uma abordagem

³ Krauss, L. (2012). *A Universe from nothing*. New York: Free Press. (entre outros).

⁴ Dawkins, R. (2012). *The magic of reality*. London: Black Swan. (entre outros).

O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte.

psicológica desta dimensão Humana ou, daquilo que é radicalmente a Condição Humana, implica-nos muito pessoalmente.

Equacionar o sentido da vida é perguntar qual o seu significado, que direcção dar a cada história que é a própria. Perguntar qual o valor da vida humana, perguntar a cada um qual a razão de ser da sua (nossa) existência, se assumirmos que, em certo modo, este questionar é essencial ao pleno desenvolvimento do indivíduo, talvez devêssemos ter planeado um trabalho de investigação junto de adolescentes e jovens adultos, populações habituais dos estudos em Psicologia mas para que assim possamos vir a fazer, pareceu-nos essencial começar por um princípio mais acessível configurado por religiosos e docentes de filosofia (por julgarmos, como temos vindo a afirmar, tratarem-se de sujeitos com pensamento acerca das questões). Desta primeira abordagem, pensamos ter alcançado algumas notas a recordar:

Pensar o sentido da vida e muito especialmente referir a morte é tema difícil, evitado, ou mesmo tabu;

Encontrar sentido(s) para a vida pode acontecer de acordo com os princípios fundamentais de uma educação religiosa;

Encontrar sentido(s) para a vida implica perceber dois níveis de acesso a essa concepção/experiência – em termos pragmáticos e num patamar incondicional de reflexão e modo de estar;

A morte, que pode ser negada, receada, evitada, incompreendida, é uma inevitabilidade, a única absoluta inevitabilidade de estar vivo;

As grandes razões (ou causas) que podem conferir sentido a cada indivíduo podem ser transcendentais (como é o caso dos religiosos e/ou de todos aqueles que assumam uma dada pertença de fé) como Deus ou tão relacionais/vivenciais como a própria humanidade ou O(s) Outro(s), como alguns dos discursos que recolhemos afirmam.

Revisitando a literatura, verificamos que muitos estudos e esforços têm sido concretizados, desde meados da década de oitenta, para compreender até que ponto os objectivos de vida contribuem para os níveis de bem-estar dos indivíduos e, assim, dotar a sua existência de sentido. Segundo Emmons (2003, p.105), os propósitos que cada indivíduo desenha para promover o seu bem-estar psicológico e emocional são os componentes essenciais para a construção de uma vida com sentido e válida para o próprio indivíduo. O mesmo autor reforça esta ideia, afirmando que a construção de

significado, não tem ela própria sentido algum se não for entendida no domínio dos intuitos e intentos dos indivíduos, isto é, aquilo que cada pessoa faz, na sua vida, no sentido de lhe conferir significado (p.107). Emmons (2003, p.108), ainda, sugere quatro grandes categorias de domínios que promovem a busca do sentido da vida, surgindo o domínio das *relações/intimidade*, que implica a confiança e a boa relação com os outros, bem como uma atitude altruísta e de ajuda nas relações que as pessoas estabelecem. Destaca ainda o domínio da *religião/espiritualidade*, implicando a relação do indivíduo com Deus, acreditando numa vida além da morte e contribuindo para uma comunidade de fé. Por fim, realça ainda o domínio da *transcendência/geratividade*, no sentido de contribuir para a sociedade, transcendendo os interesses do próprio indivíduo.

Assumimos a importância de uma educação para a morte, para que, ao nível da intervenção psicológica, os psicólogos tenham uma preparação profissional e humana adequada no apoio e orientação dos indivíduos com dificuldades em integrar e aceitar a morte no seu processo de vida. Consideramos fundamental que esta integração seja feita não só no sentido de promover uma vida com significado, mas também na tentativa de fazer emergir no indivíduo a capacidade de aceitar a morte do(s) Outro(s), para que na iminência deste acontecimento, o indivíduo possa acompanhar, de forma mais pacificada, o processo de morte. Servindo-nos das palavras de Hennezel (2000, p.13/14)

Morrer não é, como tão frequentemente supomos, um tempo absurdo, desprovido de sentido. (...) o tempo que precede a morte pode ser simultaneamente o de uma realização da pessoa e da transformação do que a rodeia. (...) Os últimos instantes da vida de um ser amado podem constituir a ocasião de ir o mais longe possível com essa pessoa. (...) Em lugar de olhar de frente a real proximidade da morte, fazemos de conta que ela não vai chegar. Mentimos aos outros, mentimos a nós próprios e, em vez de dizer o essencial, em vez de trocarmos palavras de amor, de gratidão, de perdão, em vez de nos apoiarmos uns aos outros para atravessar esse momento incomparável que é o da morte de um ser amado (...), esse momento único, essencial da vida, é rodeado de silêncio e

solidão.

Apesar dos passos que se vão dando no sentido de uma educação para a morte, é necessário um novo conjunto de ideias e um tipo de abordagem em psicologia diferente, que integre uma relação terapêutica fundamentada nos factos existenciais da vida, pois todos nós estamos destinados a experienciar tanto a alegria da vida como o medo da mortalidade (Yalom, 2008/2009, p.273).

Os conhecimentos reunidos acerca do sentido da vida e dos objectivos que o norteiam e da sua inegável importância para o ser humano devem ser garante de uma boa prática psicológica, promotores de uma boa prevenção, diagnóstico e intervenção, a fim de dar também sentido à psicologia positiva (Emmons, 2003, p123).

Podemos tentar concluir remetendo ainda para duas afirmações constantes dos nossos dados, onde os jovens de hoje, nas palavras de um dos participantes (P9), são vistos como “*relativistas*” ou ainda, nas palavras de outro participante (P11), “*somos pragmáticos, o que funciona é bom, o que não funciona é mau*”, cremos que o que importará, num programa visando a educação para a morte ou para o sentido da vida, será apontar para as palavras de Gergen, no final da sua obra já referida: Do relativismo à responsabilidade social, não fosse a essência da existência humana, à luz do existencialismo, *ser-se consciente e responsável* (cf. Frankl, 2000).

Terminando com as palavras de Barros de Oliveira (1998, p.183), concluímos, assim, este trabalho e as presentes reflexões finais:

Fazendo a morte parte da vida, não podem os psicólogos deixar o seu estudo unicamente aos filósofos, literatos e artistas, e particularmente aos teólogos e estudiosos da religião, senão que lhes compete interpretar o fenómeno do ponto de vista psicológico, a nível da Psicologia da Personalidade, da Psicologia Social e ainda a nível da Psicologia da Educação, pois é necessário não apenas aprender a bem viver e a bem comportar-se, que também a bem morrer, podendo falar-se de uma pedagogia tanatológica.

Bibliografia

- Antunes, N. L. (2012). *Sinto muito*. Lisboa: Verso de Kapa.
- Ariès, P. (1974). *Western Attitudes toward Death: From the Middle Ages to the Present*. USA: The Johns Hopkins University Press.
- Barros de Oliveira, J. H. (1998). *Viver a Morte – Abordagem Antropológica e Psicológica*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Barros de Oliveira, J.H. (2010). *Psicologia Positiva – Uma Nova Psicologia*. Porto: Livpsic.
- Bowers, B. & Schatzman, L. (2009). Dimensional Analysis. In J.N. Morse, P.M. Stern, J. Corbin, B. Bowers, K. Charmaz, & A.E. Clarke (Eds.). *Developing Grounded Theory. The second generation* (pp. 86-126). Walnut Creek, CA: Left Coast Press.
- Brimhall-Vargas, M. & Clark, C. (2008). Diversity initiatives in Higher Education: Implications of Spirituality in Multicultural Curricular, Pedagogical, and Research Paradigms. *Multicultural Education*, 15 (3), 54-59.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing Grounded Theory – A practical guide through qualitative analysis*. London: Sage.
- Charmaz, K. (1995/2005). The body, identity and self: Adapting to impairment. *The Sociological Quarterly*, 36 (4), 657-680. In DOI: 10.1111/j.1533-8525.1995.tb00459.x
- Chickering, A.W., Dalton, J.C., & Stamm, L. (2005). *Encouraging authenticity and spirituality in higher education*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Coreth, E. (1988). *O que é o Homem?*. Lisboa: Verbo.
- Corey, G. (2001). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. (6ª Ed.). Wadsworth: Brooks/ Cole Thomson Learning.
- De Hennezel, M. (2000). *Diálogo com a Morte*. (4ª Ed.). Lisboa: Editorial Notícias.
- Edwards, D. L. (1999). *After Death? Past beliefs and real possibilities*. London: Cassell.
- Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C. L. M. Keyes, & J. Haidt (Eds.).
- O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte: Para uma abordagem psicológica na educação para a morte.
Ana Teresa Ribeiro de Meneses Mariano (ateresarmariano@gmail.com) 2013

Flourishing: Positive psychology and the life well-lived, (pp. 105-128). Washington, DC, US: American Psychological Association, xx, 335. (Disponível em: http://www.psychology.hku.hk/ftbcstudies/refbase/docs/emmons/2003/53_Emons2003.pdf)

Emmons, R. A. (2006). Spirituality: Recent Progress. In M. Csikszentmihalyi, & I.S. Csikszentmihalyi (Eds.). *A life worth living: contributions to positive psychology* (pp. 62-81). New York: Oxford University Press.

Ferreira, V. (1992). *Pensar*. Lisboa: Bertrand.

Flanagan, O. (2008). As estruturas de histórias de vida plenas de sentido. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 1 (2), 92-101. (Disponível em <http://www.waporbh.ufmg.br/gerais/index.php/gerais/article/viewArticle/21>)

Frankl, V. E. (2000). *Man's Search for Ultimate Meaning*. New York: Basic Books.

Fromm, E. (2013). *Psychoanalysis and Religion*. New York: Open Road Media. (Originally published 1950)

Furer, P., Walker, J. R. & Stein, M. B. (2007) *Treating Health Anxiety and Fear of Death – A Practitioner's Guide*. New York: Springer.

Gazzola, N., de Stefano, J., Audet, C. & Theriault, A. (2011). Professional identity among counselling psychology doctoral students: A qualitative investigation. *Counselling Psychology Quarterly*, 24 (4), 257-275.

Gergen, K.J. (2009). *Relational Being. Beyond self and community*. Oxford: Oxford University Press.

Glaser, B. G. & Strauss, A. L. (2005). *Awareness of Dying*. New Jersey: Aldine Transaction. (Originally published 1965)

Heidegger, M. (1995). *Ser e Tempo*. Parte I. (5ª Ed.). Petrópolis: Vozes.

Heidegger, M. (1996). *Ser e Tempo*. Parte II. (4ª Ed.). Petrópolis: Vozes.

Henriques, G. (2010). O isolamento existencial e a psicopatologia. *Análise Psicológica*, 4 (XXVIII), 631-642. (Disponível em <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/aps/v28n4/v28n4a06.pdf>)

Jones, J. (2011). *Religious orientation and responses to anxiety: the*

mediating role of trust. Presented to the Faculty of the Graduate School of the University of Texas at Arlington in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy.

Kübler-Ross, E. & Kessler, D. A. (2005). *On Grief and Grieving: Finding the meaning of grief through the five stages of loss*. New York: Scribner.

Lim, C. & Putnam, R. D. (2010). Religion, Social Networks, and Life Satisfaction. *American Sociological Review*, 75 (6), 914-933. (Disponível em <http://www.asanet.org/images/journals/docs/asr/Dec10ASRFature.pdf>)

Melton, A. M. A. & Schulenberg, S. E. (2008). On the measurement of Meaning: Logotherapy's empirical contributions to Humanistic Psychology. *The Humanistic Psychology*, 36, 31-44.

Morse, J. M.; Stern, P. N.; Corbin, J.; Bowers, B.; Charmaz, K.; & Clarke, A. E. (2009). *Developing grounded theory: the second generations*. Walnut Creek, CA: Left Coast Press.

Nelson, J. M. (2009). *Psychology, Religion and Spirituality*. New York: Springer. (Disponível em http://www.google.pt/books?hl=pt-PT&lr=lang_en&id=4LNpzTDI5FEC&oi=fnd&pg=PA2&dq=Psychology,+religion+and+spirituality&ots=wmdF2edm7J&sig=4nmMtJcC_BGsyTBCCea9QgnuK3Y&redir_esc=y#v=onepage&q=Psychology%2C%20religion%20and%20spirituality&f=false)

O'Connell, L. J. (1995). Religious Dimensions of Dying and Death. *Western Journal of Medicine*, 163, 231-235. (Disponível em <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1303044/>)

O'Gorman, S. T. (1998). Death and Dying in contemporary society: an evaluation of current attitudes and the rituals associated with death and dying and their relevance to recent understandings of health and healing. *Journal of Advanced Nursing*, 27, 1127-1135.

Oliveira, J. R. (2007). *Bioética e atenção ao paciente sem perspectiva terapêutica convencional: estudo sobre o morrer com dignidade*. Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Clínica Médica da Faculdade de Medicina da UFMG como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Medicina. Belo Horizonte. (Disponível em <http://www.bibliotecadigital.ufmg.br/dspace/bitstream/handle/1843/>

ECJS- 7FVJM9/jos__ricardo_de_oliveira.pdf?sequence=1)

Parker, B. & Myrick, F. (2011). The grounded theory method: Deconstruction and reconstruction in a Human Patient Simulation Context. *International Journal of Qualitative Methods*, 10 (1), 73-85.

Schlegel, R. J., Hicks, J. A., Arndt, J. & King, L. A. (2009). Thine own self: True self-concept accessibility and meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96 (2), 473-490.

Silva, A. C. (2012). *A “Última Transição”: Para uma abordagem psicológica da morte e do morrer*. Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento sob a orientação da Doutora Maria Jorge Ferro. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra.

Sousa, D. (2006). Investigação em Psicoterapia: Contexto, questões e controvérsias – Possíveis contributos da perspectiva fenomenológico existencial. *Análise Psicológica*, 3 (XXIV), 373-382. (Disponível em http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312006000300011&lng=pt&nrm=iso)

Vaughan, F. (2010). Identity, maturity and freedom: transpersonal and existential perspectives. *Journal of Transpersonal Research*, 2 (1), 2-9. (Disponível em <http://www.transpersonaljournal.com/pdf/vol2-issue1/Complete%20JTR,%202010,%20Vol.%202%20%281%29.pdf>)

Vess, M., Routledge, C., Landau, M. J. & Arndt, J. (2009). The Dynamics of Death and Meaning: The effects of Death-Relevant Cognitions and Personal Need for Structure on perceptions of Meaning in Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(4), 728-744.

Willis, G. B., Tapia-V, A. & Martínez, R. (2011). I Control therefore I am: Effects of Mortality Salience on Control Attributions. *The Spanish Journal of Psychology*, 14 (2), 765-772. (Disponível em <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17220620024>)

Yalom, I. D. (2008/2009). *Staring at the Sun – Overcoming the Terror of Death*. San Francisco: Jossey-Bass.

Anexos

Termo de aceitação

CONSENTIMENTO INFORMADO

Exmo.(a) Senhor/a:

Enquanto finalista do Mestrado Integrado em Psicologia da Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Ana Teresa Ribeiro de Meneses Mariano, encontra-se a realizar um trabalho de investigação integrado na Dissertação de Mestrado, sob a orientação da Doutora Maria Jorge Ferro, com o qual pretende conhecer e compreender o modo como reflectem acerca do transcurso da Vida e da inevitabilidade da Morte (de Outros Significativos e/ou mesmo a sua), Religiosos e Docentes de Filosofia para, partindo daí, poder elaborar melhor conhecimento para a intervenção em Psicologia.

Por este meio, solicita-se a sua colaboração para responder ao seguinte protocolo de investigação:

- Dados Pessoais/Profissionais gerais;
- Entrevista semi-estruturada acerca d'O Sentido da Vida e a Inevitabilidade da Morte.

Garantimos o anonimato na utilização dos dados e informações recolhidas.

Após a leitura atenta do presente Consentimento Informado, declaro que li e autorizo a utilização dos dados constantes da minha participação nesta investigação (Coloque, por favor, um visto no quadrado que a seguir se apresenta e assine este documento).

Coimbra, 2013

Li e aceito participar na investigação acima descrita

Dados pessoais

Identificação de grupoReligioso Docente de Filosofia **Identificação pessoal**

Ano de nascimento

País/ Região de nascimento

Tempo de vida em Coimbra

Idade em que escolheu a vida religiosa/ a sua carreira

Tempo de preparação para a vida religiosa/ a profissão

Onde e em que instituição aconteceu essa preparação

Tempo de dedicação a esta escolha/ anos de serviço

Tipo de contacto com a morte

Alguém familiar

Alguém próximo

Alguém do trabalho

Alguém conhecido

Outros

Outros dados que julgue importantes

Guião da Entrevista Semi Estruturada

APRESENTAÇÃO DO ESTUDO

GUIÃO DE ABORDAGEM AO TEMA

(Entrevista semi-estruturada)

Distintos momentos de encontro em cada entrevista:

A. Informação detalhada sobre o estudo

B. Recolha de alguns dados sobre quem é a/o participante
(Identificação do número de entrevista, indicação codificada da/o participante, data e local)

C. Entrevista (propriamente dita)

1. Como explicámos, propomo-nos elaborar uma reflexão sobre o sentido da vida e o “poder” que a consciência da morte lhe pode garantir, pode dizer-nos, por exemplo, se este é um assunto que aborde no seu dia a dia enquanto profissional/ religioso e como?
 - a. Os indivíduos que a si se dirigem ou com quem leva a cabo a sua vida (profissional/religiosa) falam-lhe directamente sobre estas questões? Como?
 - b. Há algum momento da vida daqueles com quem mais lida, que lhe pareça ser o tempo certo ou a altura própria para falar sobre o sentido da vida ou a morte e o processo de morrer?
2. Em termos de tempos da vida, pensa que a emoção associada à reflexão acerca do sentido da vida e do morrer, é percebida e experimentada em absoluto por todos que se confrontam com esta reflexão ou o acontecimento da morte (ou sua iminência) de alguém próximo?
3. No nosso plano de preparação para abordar estas questões, percebemos que as diferenças ao longo da história da humanidade e até das diferentes culturas deve ser tida em atenção. Tem alguma coisa a dizer sobre estes aspectos ?
4. Muito especificamente, sobre o processo de morrer, o que lhe parece essencial reter?

5. O medo, por exemplo, alguma vez foi abordado sobre essa possibilidade de medo em relação à morte ou em relação à vida?
6. A resignação ou a forma de vida que muitas vezes se diz ser (estar a ser cada vez mais) desprovida de verdadeiros valores, pensa significar o quê?
7. Será que, só quando ou só se um indivíduo for confrontado com a morte de alguém muito próximo é que vai pensar a sua vida e a sua própria finitude?
8. O “viver com sentido” é qualquer coisa que implica muito pessoalmente cada indivíduo, de que modo contribui para que aqueles com quem se encontra alcancem essa plenitude de sentido?
9. Na sua actividade, tem encontrado resistências à reflexão sobre o valor da vida? Sobre o sentido da vida? Sobre a inevitabilidade e irreversibilidade da morte?
10. De que modo a fé é/pode ser percebida como garante de sentido? Essa mesma fé, será que pode, por si mesma, permitir experimentar a proximidade da morte sem medo, ansiedade, angústia?
11. Pessoalmente, e enquanto profissional, julga ser relevante para o desenvolvimento humano, haver formação escolar/académica alargada sobre esta temática? Que considerações pensa ainda ser relevante partilhar connosco?

Muito grata pela sua colaboração!

Bem haja!