

AJUSTAMENTOS CRIATIVOS NO PROCESSO DO ENVELHECIMENTO NA CONTEMPORANEIDADE

2017

Nivia Moura dos Santos

Finalista do curso de Psicologia da faculdade Unijorge em Salvador - BA (Brasil)
nmoura14@gmail.com

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo descrever e discutir, na perspectiva fenomenológica-existencial e humanista da Gestalt-terapia, os ajustamentos criativos realizados no processo de envelhecer. Através desse artigo, buscamos compreender como ocorre esse processo na contemporaneidade através de revisão bibliográfica. O ajustamento criativo, conceito da Gestalt-Terapia, é um dos temas principais desse artigo. Refletir sobre sua relação com o envelhecimento deu suporte a possibilidade de entender o envelhecer como continuação do processo do desenvolvimento, e não o fim do mesmo. Neste contexto, foi dada ênfase à importância da singularidade de cada idoso no processo de atualização de seus ajustamentos criativos. Os resultados encontrados mostram que os ajustamentos criativos realizados por essas pessoas são constantes e diários, a relação do idoso com seu meio são fatores preponderantes para um equilíbrio saudável. Embora a sociedade ainda não esteja preparada para recebê-los, a terceira idade, na contemporaneidade, paulatinamente, vem abrindo espaço e se impondo nas mudanças socioculturais e econômicas. Porém, há muito que se falar sobre essa fase do desenvolvimento humano, sobretudo nas questões da sexualidade, da finitude e da morte, assuntos pouco estudados no meio acadêmico. Compreender o envelhecimento nos âmbitos biopsicossocial, os valores, as crenças e a singularidades dos idosos, é pertinente para uma visão integral deste processo.

Palavras-chave: Envelhecimento, ajustamentos criativos, relações interpessoais.

Copyright © 2017.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License 4.0.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



INTRODUÇÃO

O crescimento mundial dos idosos é superior ao crescimento populacional das crianças no Brasil. A Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG, 2014), aponta que, segundo o senso de 2010 do IBGE, existe cerca de 20,5 milhões de pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, o que representa, aproximadamente, 10,8% do total da população brasileira. E, em 20 anos, a estimativa é que o Brasil triplique esse número. A quantidade de pessoas com 60 anos ou mais, ultrapassará o de crianças de 0 a 14 anos de idade, alcançando a sexta colocação no ranking mundial de países mais longevos.

Diante dessa realidade, é importante que possamos entender o envelhecimento com qualidade de vida na contemporaneidade. Como o idoso é percebido pelo seu meio social? Como sua singularidade se mostra diante do outro? Faz-se necessário analisar esses questionamentos sem esquecermo-nos de colocar em pauta que qualidade de vida é multidimensional, singular, subjetiva. Diante disso, não há uma padronização.

Sendo assim, a percepção que a pessoa idosa tem de si nesse processo do desenvolvimento do ciclo vital, é significativo para compreensão do fenômeno envelhecimento. De forma geral, quando o indivíduo enfrenta dificuldades no processo de autorregulação, podem ocorrer ajustamentos criativos disfuncionais diante das demandas inerentes ao envelhecer, possibilitando sofrimento. Ajustamento criativo é o termo que designa, “a capacidade de pessoalizar, subjetivar e se apropriar das experiências que acontecem no encontro com a alteridade, processo contínuo no campo organismo/meio”. (CORDELLA 2014, p.114).

O estatuto do Idoso – Lei no 10.741, de 1º de outubro de 2003, dispõe sobre o papel da família, da comunidade, da sociedade e do poder público, mas a realidade é que esses direitos não são plenamente atendidos. Podemos perceber, a partir de então, quão delicado e importante é essa etapa da vida. Surgem demandas relacionadas ao bem-estar físico e psicológico, alterações no nível de independência, resignificações nas relações sociais e, ambiente de trabalho, busca por lazer, equilíbrio emocional através da fé, da religiosidade, entre outros, tudo isso qualificado de forma singular.

Chamar a atenção da população para a vertente dos direitos dos idosos é tentar garantir o presente e o futuro desses idosos e, conseqüentemente, o futuro da população jovem que também envelhecerá. Portanto, é nesse contexto do ciclo vital inerente à existência humana, que tentarei responder ao seguinte problema: De que forma a perspectiva fenomenológica-existencial e humanista da Gestalt-terapia pode contribuir para compreensão do processo de atualização dos ajustamentos criativos diante do envelhecimento na contemporaneidade?

No contexto deste artigo, vamos considerar a complexidade do termo contemporaneidade. De acordo com Galle (2013, p. 3) “parece que os períodos mais abrangentes consideram contemporâneo o século XIX (Início da revolução Francesa, 1789d.C.), até o momento atual do século XXI, os moderados colocam a marca no final da 2ª Guerra e aqueles que defendem um período mais curto elegem um momento na história mais recente, muitas vezes coincidente com o final da Guerra fria (1990).” Com base nesses marcos históricos, a conceituação de contemporaneidade torna-se relevante. Focalizaremos o termo a partir da perspectiva de Da Poin (2001) que elucida:

Uma sociedade sem herança, de indivíduos órfãos de ideais e de verdades simbólicas que correm atrás da sedução das imagens que lhe são impostas de inúmeros modos. Na falta de identificações, tentam arrumar uma identidade que lhes permita viver os instantes, identidade adotadas sem firmeza alguma, pois o mundo de hoje exige volatilidade, mudança, trocas, descartabilidade (p.12).

Um período marcado por grandes transformações mundiais, nas questões sociais, econômicas, geopolítica, sem esquecermos das transformações tecnológicas, sendo essas de grande impacto positivo, inclusive no campo da saúde. Implicações consideráveis aconteceram no modo de ser dos indivíduos. Porém, de acordo o autor supracitado, entramos em uma era sem herança, de caos, e de enfermidades as quais muitas vezes são comumente associadas ao vazio existencial. Transitoriedades que tem gerado questionamentos nos âmbitos das ciências, em especial nas áreas de humanas e sociais. Diante dessa realidade, faz-se necessário compreendermos o que leva os idosos a buscarem autonomia e ressignificações enquanto ser-no-mundo, e como elaboram seus ajustamentos criativos, uma vez inseridos no bojo da contemporaneidade. Consideramos as informações a partir do início do século 21 até os dias atuais.

O objetivo principal desse artigo é descrever e discutir, na perspectiva fenomenológica-existencial e humanista da Gestalt-terapia, os ajustamentos criativos realizados no processo de envelhecer, pois, acredito que essa abordagem tem uma visão ampla na compreensão do homem, a partir da totalidade da existência singular de cada sujeito, promovendo suas potencialidades. De acordo com Cardoso (2013, p. 60) “Só existindo o ser humano poderá ser. Portanto, o homem é um ser de gerúndio, que designa ação, movimento, e não de participio, que indica uma ação já finalizada: ele nunca é, mas sempre “está sendo””. Para tanto, precisamos descrever o envelhecimento como continuação do processo do desenvolvimento, e não o fim do mesmo, analisando a possibilidade de um envelhecimento com qualidade na contemporaneidade - dando ênfase à importância da singularidade de cada idoso no processo de atualização de seus

ajustamentos criativos. Pretende-se também discutir a família, a sociedade e o idoso na coparticipação da construção do seu campo existencial.

A motivação para desenvolver este trabalho está relacionada ao desejo de aprofundar conhecimentos em relação à terceira idade, dos mitos, conceitos e pré-conceitos que circundam essa fase da vida, por vezes estereotipada pela sociedade e pelo próprio idoso. Entender o processo da atualização dos ajustamentos criativos no envelhecimento nos permite ampliar nosso olhar para esse fenômeno, diante da realidade *sociocultural* que nos circunda. Como integrar-se a essa nova realidade inerente ao ciclo vital sem sentir que está perdendo parte de si? Sem gerar angústia, medo, insegurança? Ou esses sentimentos fazem parte desse processo? O aumento da expectativa de vida do idoso no Brasil se deu a partir dos avanços tecnológicos ocorridos na área da saúde (vacinas, alimentações, atividades físicas) e declínio na fecundidade (IBGE, 2002).

Diante dessa premissa, o aumento populacional da pessoa idosa, contribui para a provocação dos questionamentos sobre esse processo nos aspectos biopsicossocial e espiritual, mostrando que sabemos tão pouco sobre a pessoa idosa. A dimensão espiritual foi acrescentada visando um olhar holístico do ser humano. Fischer (1999) citado por Gouveia, Marques e Ribeiro (2009, p. 286) conceitua o espiritual como uns dos domínios da existência humana. Sendo este transcendental, “refere-se à relação do homem com algo ou alguma coisa para além do que é humano, nomeadamente uma força cósmica, uma realidade transcendente, ou Deus, e expressa-se através do culto e adoração relativamente à fonte de mistério do universo.”

Este artigo, fruto da pesquisa realizada sobre o tema, abre leques de indagações no campo científico, fazendo-nos repensar sobre alguns conceitos, mitos e paradigmas a respeito do envelhecimento, que ao longo do seu desenvolvimento, pretendo esclarecer. Buscarei dados tanto para fundamentar este trabalho, como para levantar questões no meio científico sobre a necessidade de aprofundamento de estudos sobre essa fase que vem se redescobrimo ao passar do tempo. Produzir inquietações sobre como alguns idosos conseguem ter no seu envelhecimento reconhecimento e integração das suas polaridades no campo organismo/meio, ou seja, dos conflitos que são inerentes à existência, e outros idosos não conseguem. Analisando os fatores determinantes da saúde e da doença.

Neste contexto, cada vez mais, a inserção do psicólogo é relevante no processo da prevenção, promoção e reabilitação da saúde do idoso, focando nas mudanças e possibilidades, afetivas e sociais, nas motivações, interesses, atitudes e valores, caracterizando as diferentes formas de existir, posto que, é singular e subjetiva a história de vida de cada pessoa.

Para o desenvolvimento desse artigo foi utilizado estudo qualitativo de cunho bibliográfico, para que se pudesse investigar o envelhecimento e os ajustamentos criativos na contemporaneidade. Contemplando o período de 2001 a 2015, e obras clássicas de 1997 e 1999.

Foram utilizados instrumentos como: livros, leis do estatuto do idoso, revistas científicas, e busca de artigos científicos encontrados sites de pesquisa tendo como base de dados do SCIELO, PEPSIC, Revista eletrônica de psicologia e Google Acadêmico, a partir dos seguintes descritores: Envelhecimento; Gestalt-terapia; Ajustamentos Criativos; Autorregulação Organísmica; Fenomenologia-existencial-humanista, Sentido da vida e Envelhecimento; Envelhecimento Ativo. Idoso na sociedade e na família, idoso enfrentamento com a finitude e com a morte, o envelhecimento corpóreo e a sexualidade.

Este artigo estrutura-se em quatro seções. Na primeira seção farei um breve registro da história do fenômeno do envelhecimento, descrevendo a compreensão de homem na perspectiva fenomenológica-existencial e humanista da Gestalt-terapia. Destacando a necessidade de esclarecimento a respeito do paradigma do envelhecimento como não continuação do desenvolvimento humano.

Na segunda seção, analisaremos o conceito de autorregulação orgânica e ajustamentos criativos na perspectiva da Gestalt-terapia, aplicados ao processo de envelhecimento. Promovendo reflexões sobre as vivências singulares dos idosos enquanto sujeitos no campo organismo-meio, no que tange a relação Corpo e Sexualidade, e a relação com a morte e com a finitude no processo de envelhecer.

Na terceira seção, discutiremos a relação intergeracionais do lugar social do idoso, circunscrito no âmbito familiar e no trabalho. Proponho uma reflexão aos idosos e familiares para a possibilidade de um envelhecimento com qualidade, dando ênfase à importância da singularidade deste idoso.

Por fim, a quarta seção contém as considerações finais.

1. BREVE OLHAR NA HISTÓRIA DO ENVELHECIMENTO E A CONCEPÇÃO DE SER HUMANO PARA A GESTALT-TERAPIA

O envelhecimento populacional no Brasil, segundo Peretti e Sturba (2014):

É um fenômeno mundial que iniciou primeiro nos países desenvolvidos em razão da diminuição da mortalidade, dos avanços na área da medicina, dos serviços municipais na área de prevenção e saúde, da melhoria da qualidade de vida e do avanço da tecnologia(p. 346).

Nasri (2008) afirma que no Brasil, entre os anos de 1940 e 1960, houve um aumento de fecundidade, baixo índice de mortalidade, gerando assim uma população jovem. Porém, foi em 1960, com o advento do uso da pílula que houve a redução da fecundidade em regiões mais privilegiadas, ocorrendo assim à transição na estrutura etária. As características para essa transição devem-se às condições rápidas de urbanização (aumento da higiene pessoal, alimentação saudável, condições sanitárias em geral), aumento das expectativas médias de vida dos brasileiros, decorrente dos avanços tecnológicos na área da saúde (acesso aos tratamentos das doenças, drogas potentes, exames laboratoriais, vacinas), nível sócio econômico (melhores condições de trabalho, aumento da renda), entre outros, favorecendo para a longevidade no país. Contudo, Paulino (2006) diz:

É importante observar que ao nos referirmos à velhice, não estamos falando de uma realidade bem definida, ao contrário, trata-se de um fenômeno extremamente complexo cujo conceito se deve à interdependência estreita de vários aspectos. Trata-se de uma experiência vivenciada de forma não homogênea, diversificada também em função das conjunturas sociais, econômicas, históricas e culturais, além dos fatores individuais / existenciais / subjetivos (p. 3).

Diante dessa complexidade histórico-cultural, social e econômica, o pesquisador ou observador, para compreender como ocorre o processo do envelhecimento precisa levar em consideração o significado de mundo social singular de cada idoso, evitando colocá-lo dentro de um questionário padrão qualitativo e quantitativo na certeza de obter informações uniformizadas que servirão como parâmetros norteadores no entendimento das demandas do envelhecimento.

Segundo Frazão e Fukumitsu (2013, p. 36-37) “a Fenomenologia é método, epistemologia e filosofia. [...] Fenomenologia significa o estudo do conhecimento da maneira como conhecemos e pressupõe o retorno às coisas mesmas, à intuição originária ou voltar-se a um ato intencional”. É a partir dessa definição que considero a Gestalt-terapia, que é existencial-fenomenológica, fundamental para compreensão do fenômeno do envelhecimento. Uma vez que, entende o lugar que esse idoso ocupa socialmente, a forma como ele constrói sua existência no mundo, diante das possibilidades apresentadas em seu campo, de suas relações e de suas experiências com o outro, e o modo como ele significa sua vivência. Perls (2012) esclarece:

A abordagem gestáltica, considera o indivíduo uma função do campo organismo/meio e que considera seu comportamento como um reflexo de sua ligação dentro deste campo, dá coerência à concepção do homem tanto como indivíduo quanto como ser social (p. 39).

Compreendemos a partir desses levantamentos conceituais que o campo existencial do idoso não é estático, pois está sempre em transformação, sendo assim, o envelhecimento inerente à condição humana, vem ao longo da sua história influenciando e sendo constituído pelas conjunturas biopsicossocial e espiritual, culturais-econômicas. Desta maneira, problematizamos a importância de não analisarmos o fenômeno de forma segmentada, uma vez que o mesmo encontra-se em constantes mudanças, indicando que nada é definitivo.

Vale salientar que o idoso, enquanto ser existencial, busca por meio dos ajustamentos criativos, entrar em contato com suas necessidades genuínas, satisfazendo-as. Contudo, quando ele não consegue lidar com suas demandas existenciais, bem como a sua realidade não é suportada, o mesmo tende a fugir, ou seja, retira-se do campo de perigo, no intuito de manter a autorregulação. Dito isto, é importante ressaltar que “o contato por si só, não é bom nem mau, a mesma coisa se aplica a fuga, em si só não é boa nem má, é apenas um modo de enfrentar o perigo” (PERLS, 2012, p. 35). O que pode gerar ajustamentos criativos funcionais e/ou disfuncionais

Sendo assim, no processo do envelhecimento, o contato e a fuga são entendidos na aceitação ou não do seu envelhecer. O contato representa a aproximação desse idoso, e das suas questões existenciais de modo a integrá-las a sua vivência, e a fuga, a dificuldade nessa integração das experiências vivenciais, ambas circunscritas pelos ajustamentos criativos, formadores da autorregulação. Vale salientar que os ajustamentos criativos são formas singulares que cada indivíduo encontra para se autorregular de modo funcional, como também disfuncional.

No que tange ao Contato, podemos perceber que a contemporaneidade vem promovendo mudanças na percepção do idoso diante do seu envelhecimento. Exemplo disso são os *pleasure growers*, que são idosos (homens e mulheres) acima de 60 anos, que segundo Morace (2009), citando Stacheski (2012, p. 210), “não aceitam os comportamentos típicos da terceira idade de décadas atrás e que redescobrem os valores de seus sonhos juvenis, embasados pela experiência e pela maturidade alcançada.” A nova terceira idade busca diferentes prazeres sensoriais por meio de experiências inteligentes. Ao contrário do exposto, a fuga é percebida quando o idoso não consegue se ajustar a essa fase, e tendo dificuldade para ressignificar genuinamente sua vivência, poderá buscar métodos artificiais que prestigiem o novo e reneguem o velho, como: plásticas, consumo desenfreado e etc., no intuito de driblar o envelhecimento e amenizar suas angústias.

Hoje, principalmente nos países em desenvolvimento, mesmo diante do aumento da expectativa de vida da população idosa, a velhice ainda carrega resquícios culturalmente negativos no olhar social. Brunnet e outros (2013) corroboram:

A velhice ainda é caracterizada socialmente por uma etapa da vida marcada por decadência física, perda de papéis sociais e com a associação de outras imagens

contraproducentes, como o comprometimento cognitivo, o deterioramento emocional e o empobrecimento econômico (p. 101).

Essas representações que permeiam a população idosa fomentam uma ideia falsa de disfuncionalidade, passividade diante da vida, e sinônimo de morte, embora para morrer só baste estar vivo. É preciso romper esse paradigma entre a velhice sendo fim do desenvolvimento, uma vez que sabemos que nos tempos atuais está mais que provado a funcionalidade e continuidade dessa etapa no ciclo vital do ser humano.

Ainda que possa ocorrer à senilidade – surgimento de doenças inerentes da idade cronológica, essas alterações não são mais fatores preponderantes para o decaimento do envelhecimento, onde também temos que nos ater ao contexto onde o indivíduo está inserido - as relações biológicas, cronológicas, psicológicas e sociais.

Importante destacarmos que cada idoso percebe de forma singular o seu envelhecimento, é a forma como essas modificações ocorrem no campo organismo/meio, que pode desencadear, ou não preocupações de como envelhecer pode ser sofrido ou satisfatório. Miranda (2012) descreve que, a velhice faz parte do desenvolvimento humano. Ele cita que o esquema de desenvolvimento de Erik Erickson(1972), o qual dividiu em oito estágios psicossociais, a velhice encontra-se no oitavo estágio que corresponde a Integralidade x Desesperança.

Nesse estágio é feita uma reflexão sobre sua vida, sua história, o que fez e o que deixou de fazer. Entretanto, esse movimento retrospectivo pode ser vivenciado de diferentes formas. O indivíduo pode entrar em um período de desespero por acreditar que sua vida chega ao fim e não há mais tempo para realizações e desejos, ou ainda, pode sentir a sensação de dever cumprido e de integridade, repassando com sabedoria o conhecimento adquirido ao longo da vida (MIRANDA, 2012).

Sendo assim, confirma então que é a qualidade vivencial de cada idoso, que lhe permite ou não, perceber-se diante das suas potencialidades, indica também que ele se encontra em pleno processo existencial, em constata interação com o seu campo vital.

Os fundamentos da gestalt-terapia acredita que o homem é dotado de potencialidades, capaz de criar, e de mudar seu campo. Consideram que no processo do envelhecimento o idoso poderá ter dificuldades em aceitar essa etapa inerente do desenvolvimento humano, dificuldades que podem influenciar na fluidez do processo, cristalizar as potencialidades, dificultar as integrações na sua condição vivencial. Porém, essas demandas experienciais não são postas de lado quando discutimos a autossatisfação das necessidades genuínas do idoso, pelo contrário, pois a totalidade

do ser humano é também constituída pelas agruras, pelo medo e receios, pelas inseguranças e enfermidades, pela dor e desesperança. Sentimentos, emoções, sensações e percepções que poderá movê-lo em direção a ação.

Dito isso, a fase do envelhecimento na contemporaneidade vem se ressignificando não a partir das conjecturas, mas a partir das conjunturas sociais, porquanto sendo o idoso o próprio processo em andamento, ou seja, não estático, possui a liberdade de escolha em buscar formas para satisfazer suas necessidades, utilizando dos recursos postos no seu campo, ou criando possibilidades para a manutenção do seu equilíbrio dinâmico.

2. AUTORREGULAÇÃO ORGANÍSMICA E AJUSTAMENTO CRIATIVO NO PROCESSO DO ENVELHECIMENTO

Para falarmos de ajustamentos criativos, devemos a priori, mesmo que brevemente, explicar a definição de contato e *awareness*, pois sem ambos não existem as experiências, fruto da interação do indivíduo com o meio ambiente.

Perls, Hefferline e Goodman, (1997, p.33) concedem que a “*Awareness* se caracteriza pelo sentir (sensação/percepção) pelo excitamento e pela formação de gestalten”. Os autores enfatizam que para existir a *awareness*, é necessário que exista o contato. “É por meio do contato que uma figura pode emergir do fundo, e o contato sintetizar a necessidade de união e separação” (Frazão e Fukumitsu, 2014, p.9). Sem o contato, não poderá ocorrer às mudanças pessoais e experienciais no campo, teremos dificuldades na autorregulação organísmica e na compreensão de significado. É válido salientar que o contato ocorre na fronteira, eu-outro, conhecido-desconhecido.

“Quando dizemos “fronteira” pensamos em uma “fronteira entre”; mas a fronteira de contato, onde a experiência tem lugar, não separa o organismo e seu ambiente; em vez disso limita o organismo, o contém e protege, ao mesmo tempo que contata o ambiente” (PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN, 1997, p.43).

Cada contato é um ajustamento criativo do organismo e do meio procurando forma de sobrevivência. Ajustamentos criativos: “ajustamento” por ser ativo, dinâmico, mover-se em direção a algo ou alguma coisa e criativo no sentido da busca pelo equilíbrio dinâmico e da autorregulação. Dito isso, os ajustamentos criativos inclui o processo da autorregulação organísmica, sendo esta, segundo Lima (2014).

É, na realidade, uma grande forma de interação e negociação entre aquele ser que busca o fechamento e a resolução de uma situação de desequilíbrio – uma situação inacabada – por meio de uma ação no ambiente do qual o organismo é parte (p.90).

Posto estas conceituações, um idoso diferentemente do outro, busca no seu meio, as habilidades que melhor satisfaça suas necessidades genuínas de forma a encontrar o equilíbrio. Nenhum idoso terá as mesmas percepções, sensações do envelhecer, e sendo estas singulares, é um grande desafio mensurá-las.

2.1 Corpo e Sexualidade

As transformações físicas contidas no processo do envelhecimento, e suas interferências na sexualidade, apontam para a importância de discutir de que forma o corpo vira figura no curso do envelhecimento. O corpo sofre modificações biológicas, conceituais e filosóficas desde o nascimento. Alvim (2011) com base na perspectiva fenomenológica de Merleau-Ponty esclarece que:

O corpo não é mais compreendido como máquina, não é compreendido como receptáculo do eu, partes que se juntam submetidas à consciência; ou a um agente exterior que desencadeia nele mecanismos pré-estabelecidos. O corpo a que ele se refere não é Körper – corpo físico, mas Leib – corpo vivo (p. 230).

Isso nos mostra que há diferença entre o corpo físico compreendido como objeto passivo as contingências estímulo-resposta, e o corpo vivo que percebe o mundo e por ele é percebido, ambos interligados numa comunicação dialógica de sentidos que abrangem a totalidade do sujeito. As experiências que ocorrem no campo organismo-meio são evidenciadas pela corporeidade consciente, que é o modo de ser-no-mundo, a partir de onde se inicia a formação do contato.

O mundo é o campo que está em constante transformação, um mundo vivido que se correlaciona com o ser-no-mundo, gerando conhecimento. O corpo – campo de experiência é dotado de ações intencionais que produzem ações espontâneas, dinâmica e livre, que sente e é sentido ao mesmo tempo.

Merleau-Ponty (2011, p. 122) explica que, “[o] corpo é o veículo do ser no mundo, e ter um corpo é, para um ser vivo, juntar-se a um meio definido, confundir-se com certos projetos e empenhar-se continuamente neles.” Portanto, na integração das experiências do campo existencial, o idoso não se desvincula da sua corporeidade, ficando só na cognição, para perceber-se no seu

processo do envelhecimento, pois a consciência é corpórea, sendo assim, o idoso é também o corpo consciente que está em constante atualização através dos ajustamentos criativos.

As transformações que surgem naturalmente no corpo físico, provocam alterações morfológicas e patológicas que repercutem na existência do idoso. A conjuntura social e a cultura têm grandes influências na corporeidade do idoso, impondo direta ou indiretamente suas regras de beleza, bem-estar, cultuando a inclusão que paradoxalmente exclui, tecendo na percepção do sujeito, uma ideologia alienante, desafiando-o a busca do corpo idealizado.

Contudo, a cada busca por essa perfeição o indivíduo se afasta mais de si, podendo gerar a ajustamento criativo disfuncional, uma vez que a necessidade genuína não pode ser identificada. A esse respeito, Blessmann (2004) coloca:

No que diz respeito ao corpo, hoje é liberado através do movimento de negação dos tabus repressivos. Imagens do corpo são fartamente disseminadas em jornais, revistas, televisão e anúncios, mas são imagens da juventude, saúde e beleza dos corpos, que se apresentam como ideal a ser alcançado, muito distante da realidade do corpo envelhecido (p. 22).

Podemos perceber a partir de então, os desafios que alguns idosos se deparam para elaborar ajustamentos criativos funcionais na busca de um equilíbrio dinâmico. Desafios que também poderá repercutir na sexualidade, considerando que as mudanças fisiológicas que ocorrem nessa fase da vida, muitas vezes desconhecidas pelo próprio idoso, podem gerar autoestima baixa e evitação das relações sexuais com receios de frustração.

Culturalmente, o sexo no envelhecimento é cercado por tabus, incapacidade funcional, algo próprio da juventude saudável e atraente. Porém a sexualidade é uma função vital ao ser humano, e que acompanha a vivência do idoso, pois o prazer continua existindo mesmo com o avanço da idade. Rouco, Gonzáles, Carvalho & Sanches (2009) citado por Vieira (2012), afirmam:

As pessoas idosas definem e expressam sua sexualidade de forma singular, diferentemente das demais fases do desenvolvimento. À medida que envelhece, o ser humano apresenta mudanças em suas vivências sexuais. A velhice é uma etapa em que a sexualidade gira mais em torno da intimidade, da companhia, da masturbação, das conversas eróticas e do consumo de material cinematográfico ou visual erótico (p. 27).

É necessário procurar entender o significado que tem a corporeidade e a sexualidade para o idoso. Em uma pesquisa feita pelo autor supracitado, encontramos como alguns idosos na contemporaneidade descrevem a correlação da qualidade de vida.

Os achados desta pesquisa mostram que a vida sexual na velhice é possível e promotora de prazer e bem-estar aos idosos, assim como na juventude. É necessário que a sociedade perceba as qualidades e potencialidades dessa etapa da vida, na qual é possível viver com qualidade, sendo as vivências sexuais promotoras dessa qualidade. Os dados obtidos também contribuem para o aumento do conhecimento acerca da sexualidade do idoso, tendo em vista a atual escassez de estudos relacionados a esta temática. Uma parcela significativa das pesquisas acerca deste constructo abordam apenas os aspectos negativos decorrentes do processo de envelhecimento, ressaltando as mudanças e perdas decorrentes do passar dos anos (VIEIRA, 2012, p. 197-198).

Diante disso, compreendemos que alguns idosos conseguem dar novo significado as questões da sexualidade, e manter uma vida sexual ativa. Foi elaborada por Blessmann (2004, p. 29 a 36), uma pesquisa interdisciplinar realizada com o grupo de idosos do Projeto de Extensão da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), vinculado à Escola de Educação Física, intitulado Centro de Esportes, Lazer e Recreação do Idoso – CELARI que abordam relatos de entrevistas realizadas com idosos sobre a questão do seu corpo, analisando pelas dimensões Biológicas, Psicológicas, e Sociais, porém aqui nos detivermos nas duas primeiras dimensões como vemos a seguir:

“A gente achava que não ia chegar na velhice, mas eu vejo pelo espelho” (sra. I.). “Envelhecendo eu não estou, pode meu corpo estar” (sra. A.). “Eu acho que uma pessoa que não se movimenta, um órgão que não funciona pára” (sra. H.).

As descrições citadas ilustram uma compreensão do corpo pela aparência, funcionalidade biológica, destacando uma visão mecanicista na relação com o próprio corpo.

“Mudança que eu senti com o envelhecimento foi as pernas um pouco mais flácidas e tudo o mais, isso aí é o que eu senti.” (sra. C.). / “Eu sou uma idosa feliz da vida, de bem com a vida, e Deus está me dando esta graça de eu ter saúde até esta idade.” (sra. B.). / “Eu com 66 anos ainda não vi a velhice chegar, em nada, nem no trabalho, nem no corpo, eu não vejo, não é. Também, se eu vejo um cabelo branco já corro para o espelho, agora eu vou fazer tudo de novo, plástica no rosto.” (sra. F.)

A partir da percepção da funcionalidade corpórea, os depoimentos representam a compreensão da velhice como doença, aparecendo a não aceitação do processo do envelhecimento

e a tendência a adiá-lo a partir de intervenções estéticas. O corpo envelhecido como um corpo que não pode ser visto, pois deve ser concertado.

“O corpo tem que ser saudável, e uma mente sã para poder carregar o corpo. É a tua cabeça que vai levar o teu corpo.” (sra. B.). / “Seria a minha cabeça, o meu espírito, que eu não me acho velha, não me sinto velha, eu não me vejo assim.” (sra. A.). / “Acho que a gente deve pensar mais na parte de dentro da gente, o que a gente tem na cabeça.” (sra. E.). / “Eu precisava de alguém que levantasse a minha auto estima que estava lá em baixo, eu não me sentia mais útil para nada devido às perdas que eu tive.” (sra. A.).

Importante às descrições dos relatos para compreendermos a complexidade dinâmica no processo do envelhecimento nos âmbitos biológico e psicológico, segundo a singularidade e a forma como cada idoso percebe e entende a sua corporeidade. Nessas descrições, nota-se a falta de integração do biológico com o psicológico, pois se referem ao corpo como uma posse, e não de viver o corpo. Não conseguiram formular uma ideia do corpo vivido, embora tenham relatado suas experienciais da velhice vivida no corpo.

2.2 Finitude e Morte

O envelhecimento geralmente é compreendido pela sociedade de forma negativa por causa da aproximação da morte. A vivência da finitude levanta questionamentos sobre sua existência. Na sociedade contemporânea, geralmente os sinais do envelhecimento remetem a morte, e na tentativa de dribla-la, alguns idosos buscam recursos na medicina para adiá-la o quanto puderem. Segundo Martins e Lima (2014):

A morte ocupa um lugar de exclusão na sociedade ocidental contemporânea, não se fala sobre o assunto ou então, ao citá-lo, usam-se termos para encobrir o real sentido como: passagem e descanso. O sigilo que é atribuído a essa parte de nossas vidas revela o despreparo que possuímos ao lidar com situações que revelam o que há de mais frágil e particular em cada um de nós. [...] Uma vida plena e real reconhece a presença da morte como seu constituinte, entrar em contato com essa verdade abre a possibilidade de um autoconhecimento (p. 11 e 13).

A tomada de consciência da morte pode ser apavorante e doloroso para o indivíduo, pois, estamos lhe dando com o desconhecido que suscita sentimento de perda do controle da nossa vida,

e que muitas das vezes nos direciona a busca por laços fortes pautados na fé religiosa ou fé na ciência, no intuito de amenizar a angústia.

Cada indivíduo poderá elaborar a finitude e a morte de forma saudável ou disfuncional, processo que vai desde a negação até a aceitação. No processo saudável há uma figura delineada e um fundo que a sustenta, dando os suportes necessários para fechá-la. No processo disfuncional, o indivíduo se fixa em uma das fases da sua vivência, cristalizado na situação inacabada, tenderá a provocar o sofrimento.

Por tanto, se tratando de um processo natural, o fechamento é imprescindível para o processo funcional do organismo. Fecha-se um ciclo para que um novo possa existir. Porém esse processo só é assim percebido quando o indivíduo consegue ter a autoconsciência e a criatividade, por meio de uma vida autêntica.

O desespero marca o morrer, principalmente, quando se percebe que já não há mais tempo para escolher viver outra vida. Escolhas autênticas conformam e consolam a pessoa na medida em que esta se percebe tendo escolhido se envolver, se comprometer com a vida de forma íntegra, inteira, tentando fazer o melhor que lhe era possível no momento (SILVA, 2017, p. 58-59).

Dito isso, o indivíduo em contato com finitude e a morte, poderá perceber a sua totalidade, e sua existência autêntica ganhará novos significados. Porém quando o idoso não consegue separar o que é seu do que pertence ao meio social, submetendo a sua existência a atender as necessidades do meio, desconsiderando as suas por não saber identificá-las como dominantes. Ele, de forma coercitiva faz a introjeção, pois incorpora passivamente introjetos do meio social considerando como seu, por falta de assimilação; permissividade que dificulta o desenvolvimento da sua personalidade, gerando conflitos internos.

Sobre a Introjeção, que é um mecanismo de defesa, um rompimento no ciclo do contato, Perls (2012, p.46) diz que “o que realmente assimilamos do meio se torna nosso, para fazermos o que desejamos. Podemos retê-lo ou devolvê-lo com sua nova forma, destilada através de nós”. Sendo assim quando não aceitamos a finitude e a morte, assuntos tidos como tabus, em algumas culturas, e negada pela sociedade, tendemos a aboli-la como se ao falar sobre, estaríamos trazendo-a para mais próximo de nós. E na busca de prolongar a existência, somos inclinados a repeli à morte remetendo-a a uma situação pavorosa e má. Birck (2010) faz a seguinte afirmação:

Elaborar a morte de alguém ou mesmo as perdas que vamos tendo ao longo da vida é extremamente necessário. Naturalmente, nosso sistema funciona em equilíbrio, ou seja,

quando situações difíceis nos aparecem sabemos como lidar com elas. Porém, a sociedade “neurótica” nos ensina a impedir que emoções apareçam, então, progressivamente, a consciência sensorial do ser humano torna-se limitada, e a dor só aumenta. (p.22)

Nesse sentido, o corpo e a sexualidade, a finitude e a morte, são percebidas segundo o contexto, a cultura e crenças de cada idoso. A forma como ocorrem às integrações dessas experiências no campo organismo/meio, potencializa o sentido da sua existência, a *awareness* é ampliada e a autossatisfação alcançada. Mas quando esse processo não ocorre, há uma cristalização no campo organismo/meio, e o idoso poderá ter dificuldade para conseguir fazer o contato. E sem esse contato, uma nova necessidade (figura) não surgirá.

Dessa forma, os mecanismos de defesas (fuga) são usados para protegê-lo das agruras não suportadas, conseqüentemente deixando as gestalten abertas, e poderá se tornar uma questão preocupante se esta configuração perdurar por muito tempo. Diante disso, a perspectiva fenomenológica-existencial e humanista da Gestalt-terapia, convida o idoso a se aproximar da fronteira de contato, e gradualmente experienciar essas agruras no aqui-agora da sua existência, promovendo as suas potencialidades até então ocultas.

3. O LUGAR SOCIAL DO IDOSO CIRCUNSCRITO NO ÂMBITO DA FAMÍLIA E DOTRABALHO

A coletividade permite a existência da relação do idoso com a sociedade. O corpo social através da cultura e do trabalho fornece a essa relação, parâmetros de identificações. Identidade que se apresenta segundo a forma que o idoso elabora seus ajustamentos criativos, e como funcionam suas fronteiras de contato diante das modificações do seu papel social, como ele enfrenta a crise de identidade, o significado que ele dá ao seu ritmo de vida, e as suas demandas econômicas, sem esquecermos das mudanças físicas do próprio corpo, e como é percebido e percebe-se na relação de poder dentro da família, entre outros fatores. Segundo Moreira (2012, p. 94), “são os ambientes sociais que estabelecem quais são as representações sociais desempenhadas pelos indivíduos, definindo o tipo de pessoa que se enquadra em cada papel”.

Sendo assim, é no processo da interação recíproca que ocorre na fronteira de contato, entre idoso e o seu meio social, que as transformações geradas, poderão impactar na existência do mesmo. Geralmente a sociedade espera que idoso comporte-se segundo o papel descrito para o envelhecimento, como incapacitado, necessitado de cuidados, onde o meio social tem o dever de dirigir e ditar as regras da sua vida. Excluído do meio ativo, e inserido em ambientes e situações de passividade e obediência. Porém a autora citada pontua:

A questão do pertencimento está diretamente ligada à identidade do idoso, a qual ainda é indefinida. Para o Estado, o idoso é aquele que tem certos direitos assistenciais, mas a dimensão do envelhecimento é bem maior, em especial, quando a definição de identidade parte do ponto de vista do próprio idoso. (MOREIRA, 2012, p. 96)

Essa questão nos chama a atenção para discutir como o idoso consegue definir sua identidade, uma vez que ele está inserido em um contexto social mutável, dinâmico e contemporâneo. E como ele (re) configura a sua percepção em ter que encarar as novas experiências e confrontas, ou (re) significa as antigas? O idoso contemporâneo geralmente se posiciona ativamente contra as imposições coercitivas postas pela cultura, o que pode gerar conflitos geracionais sobre tudo no âmbito do trabalho e na família.

O trabalho geralmente é visto como preditor da vitalidade do ser humano, “no domínio individual, o trabalho é central para a formação da identidade e para a saúde mental” (DEJOURS, 2009, p.49). Sendo assim, quem não trabalha, segundo nossa sociedade, é preguiçoso, ou tem alguma inutilidade quer seja por questões de doença ou qualquer outro tipo incapacidade, e nesse parâmetro, o envelhecimento está incluso. Porém Vanzella, Neto e Silva (2011) salientam:

O trabalho para os idosos além de constituir uma fonte de renda, muitas vezes, como complemento essencial à aposentadoria, é também uma forma de se manter útil, de se ocupar, uma questão de dignidade. E, portanto, se deve compreender que o envelhecimento não significa improdutividade e dependência (p.100).

Com o crescimento da população idosa, novas reconfigurações foram feitas no papel do idoso e na sociedade. Pois com o aumento da longevidade, há idosos que buscam continuar a fazer parte da sociedade ativa e produtiva, contribuindo com seus conhecimentos adquiridos – capital intelectual, importantes para o avanço do mercado econômico.

A imagem do idoso vem sendo modificado ao longo do tempo, hoje na contemporaneidade, a partir das suas experiências e o modo de perceber a vida, novas figuras estão emergindo e se destacando. Entre elas: voltar a estudar, fazer cursos que lhe apeteçam, praticar atividade física, cuidar da saúde física e mental e etc. Pesquisas mostram que os idosos estão se cuidando mais, elaborando ajustamentos criativos funcionais. Os programas para a terceira idade fomentam essas afirmações, ao propiciar experiências por meio das vivências e das construções de relações. Assim, com ocupação do tempo, há redução do isolamento social, e novas identidades sociais construídas. Para que essas necessidades sejam satisfeitas, ou seja, para que uma gestalt feche e novas surjam

no fluir da existência, nessa fase do desenvolvimento humano é preciso reforçar e criar políticas públicas concretas que garantam a autonomia desses idosos. Rizzolli e Surdi (2010) comentam:

Atualmente, múltiplas são as alternativas que buscam inserir esses indivíduos em diferentes espaços sociais, visando a uma melhor qualidade de vida e seu reconhecimento como cidadão. O crescimento do número de idosos vem trazendo enorme visibilidade perante a sociedade, porém a mesma precisa reformular sua concepção sobre velhice, para ampliar os recursos e oferecer aos idosos serviços que atendam a suas necessidades específicas (p. 226).

As mudanças socioculturais provocaram mudanças transacionais relacionados ao olhar do envelhecimento de décadas atrás, para uma realidade diferente, pós-aposentadoria e novas ocupações. Comumente a essas transformações, a estrutura da família vem sofrendo modificações ao longo da história, e hoje não se pode falar em um modelo único de família. Porém, mesmo nos novos arranjos, a família continua sendo a sede de construção dos valores morais, éticos e práticas socioculturais, onde as crenças, tabus e tradições são passadas, através relações entre gerações. “É na família, lugar por excelência das emoções, da privacidade e da intimidade, que os dramas individuais ocorrem fundamentalmente.” (BERNARDO, 2009, p.11).

O percurso e as transformações que aconteceram na estrutura familiar, os convocam a discutir e criar novas possibilidades relacionais, que vão desde as questões econômicas, visto que, a aposentadoria por vezes é integrada na renda familiar, isso quando não é a único recurso que sustenta a família. Até as questões de criações dos netos, sendo esse último uns dos papéis bastante executados pelos avós na contemporaneidade, contudo, não como subserviência de outrora, função que era imposta pela família ao idoso no sentido de troca de suporte para com o mesmo – Não que essa realidade ainda não exista, porém, são os novos avós que buscam participar ativamente na construção da educação de seus netos.

Segundo Marangoni e Oliveira (2015, p.40): “Contrariando concepções que tendem a caracterizar a velhice como uma fase de perdas e declínios, os novos avós assumem ativamente, responsabilidade perante a família, o que possibilita a construção de experiências de envelhecimento inovadoras”. Entretanto, não podemos desconsiderar os possíveis conflitos relacionais que ocorrem nas fronteiras de contatos quando não bem delimitada entre avós-neto e avós-filhos. Pode ocorrer por parte dos avós, que tentam criar seus netos com uma base educacional circunscrita nos seus costumes e tradições, e por outro lado os pais e netos, que por vezes tem dificuldades, ou não aceitam essas informações, o que pode gerar conflitos geracionais.

É importante que gradualmente idosos no seu processo de desenvolvimento, atualizem suas potencialidades. O seu crescimento ocorrerá a partir das integrações das suas polaridades do que ele aceita e nega, atuando de forma criativa no perceber do mundo e fazer novas escolhas.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo do artigo surgiram novos questionamentos que não foram desenvolvidos, nesse sentido, não tenho a intenção de fechar a gestalt, mas sugerir que o tema continue a ser pesquisado e discutido no âmbito acadêmico científico. Dito isso, as etapas que foram desenvolvidas no decorrer desse artigo, nos proporcionou a ampliação da awareness, pois, nos mobilizou energicamente na direção da busca do raciocínio crítico. Partindo dessa colocação, para fundamenta-lo, foram utilizadas compreensões dos fundamentos da Gestalt-terapia, que é existencial-fenomenológica, e por tem uma visão ampla na compreensão do homem, a partir da totalidade da sua existência singular. A pergunta problema que norteia o artigo, em partes foi respondida, e em partes ampliou mais o questionamento, pois, o tema idoso no processo do envelhecimento humano é complexo e pouco estudado, sobretudo, na contemporaneidade. Contudo, estudar sobre os ajustamentos criativos, assunto chave da Gestal-terapia, no proporcionou habilidades criativas para compreender e descrever a proposta do artigo. Falar da forma que a perspectiva fenomenológica-existencial e humanista da Gestalt-terapia pode contribuir para compreensão do processo de atualização dos ajustamentos criativos diante do envelhecimento na contemporaneidade, é colocar o ser humano como autor da sua historia existencial. Propor a ele conhecer e desbravar suas potencialidades ocultas, sem desconsiderar suas limitações e suas agruras, inerentes a sua condição existencial.

A nossa sociedade capitalista e volátil, ainda comunga de desaprovações socioculturais, a respeito do envelhecimento. Há os que acreditam ser a fase do declínio, da disfuncionalidade, embora, muito já tem provado que o contrário também é verdadeiro, uma vez que, o processo do envelhecimento faz parte do desenvolvimento humano. O idoso está em constate transformação. Ativo e participativo nas esferas sociais, econômicas, laborais, entre outras, que contribuem para a atualização deste fenômeno e criação de novos sentidos existenciais.

Nas questões da corporeidade e da sexualidade, percebemos que o idoso consegue elaborar ajustamentos criativos funcionais, com novas vivências, respeitando suas limitações e redescobrimdo novas formas de prazer, mesmo que inseridos em uma época que se prega o novo e rejeita o velho. A finitude e morte, embora pouco discutido no nosso meio social, por dificuldades de aceitação ao se tratar do desconhecido - o que pode dificultar na ampliação da awareness do

individuo, são conhecimentos que precisam ser discutidos e integrados na vivência do idoso, por se tratarem de temas existenciais inerentes à condição de ser humano.

Idosos que escolheram continuar inserido no mercado de trabalho, ressignificando sua identidade social, e participando ativamente no âmbito familiar. Atitude de redescobrir-se, na busca do crescimento e desenvolvimento de seu potencial mesmo diante das agruras da sua existência. Diante das leituras, percebemos que muito se fala sobre o idoso, porém tem poucos estudos científicos sobre esta população. Dito isso, entendo que o idoso no seu processo do envelhecimento ainda precisa ser considerado integrante do desenvolvimento sociocultural e econômico. Mais pesquisas precisam acontecer no intuito de tentar preparar o Brasil para ser o sexto país mais longevo, porquanto, ainda encontra-se com recursos insuficientes para manter e cuidar dos seus idosos. O psicólogo deve estar inserido e atuante nesse processo de transformações e mudanças, a saber, uma nova geração de pessoas idosas que poderá trazer em suas vivências, dificuldades experienciais para em integrar as transformações, por vezes imediatistas, da contemporaneidade. Promovendo ajustamento criativo funcional.

REFERÊNCIAS

ALVIM, Mônica Botelho. **O lugar do corpo em Gestalt-Terapia:** dialogando com MerleauPonty. Revista IGT na Rede, V.8, Nº 15, 2011, Página 227 de 237. Disponível em: <http://132.248.9.34/hevila/IGTnarede/2011/vol8/no15/5.pdf>. Acesso em 10 de abr. 2017.

BERNARDO, Kátia Jane chaves. **Família, velhice e Violência.** Disponível em:<http://revistas.unijorge.edu.br/intersubjetividades/pdf/2009_Artigo3.pdf.> Acesso em 23 de out. 2016.

BIRCK, Michele Daiane. **Perdas necessárias sob o olhar da Gestalt-terapia.** 2010. Disponível em: <http://www.comunidadegestaltica.com.br/monografias/perdas-necessarias-sob-o-olhar-da-gestalt-terapia>. Acesso em 04 de maio de 2017.

BLESSMANN, Eliane Jost. **Corporeidade e Envelhecimento:** o significado do corpo na velhice. Estud. interdiscip. envelhec., Porto Alegre, v. 6, p. 21-39, 2004.. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/viewFile/4737/2661>>. Acesso em 10 de abr. 2017. p. 22.

_____ **Corporeidade e Envelhecimento:** o significado do corpo na velhice. Estud. interdiscip. envelhec., Porto Alegre, v. 6, p. 21-39, 2004.. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/viewFile/4737/2661>>. Acesso em 10 de abr. 2017. p. 29 a 36.

BRUNET, Alice Einloft e outros. **Práticas Sociais e Significados do Envelhecimento para Mulheres Idosas.** 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/penf/v17n1/v17n1a10.pdf>. Acesso em 15 de março 2017.

CARDOSO, Claudia Lins. A face existencial da gestalt-terapia In: FRAZÃO, L. M. e FUKUMITSU, K. O. (Org.) **Gestalt-terapia. Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas**. São Paulo: Summus Editorial, 2013. p. 60.

CORDELLA, Beatriz Helena Paranhos. Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades In: FRAZÃO, L. M. e FUKUMITSU, K. O. (Org.) **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus Editorial, 2014. p. 114.

DA POIN, C. (org.) **As formas do Vazio: desafios ao sujeito contemporâneo**. Rio de Janeiro: Via Lettera, 2008.

DEJOURS, Christophe. **Entre o desespero e a esperança: como reencantar o trabalho**. Revista Cult, v. 139, p. 49-53, 2009. Disponível em: <http://revistacult.uol.com.br/home/2010/03/reencantar-o-trabalho/>. Acesso em 04 de maio de 2017.

FRAZÃO, L. M. e FUKUMITSU, K.O. (Org.) O Método fenomenológico em pesquisa gestaltica In: **gestalt-terapia. Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas**. São Paulo: Summus Editorial, 2013. p. 36-37.

_____ **Gestalt-terapia. Conceitos Fundamentais** São Paulo: Summus Editorial, 2014. p. 9.

GALLE, Helmut. **Contemporaneidade – reflexões sobre um conceito da crítica e teoria literária**. Anais do SILEL. Volume 3, Número 1. Uberlândia: EDUFU, 2013. Disponível em: http://www.ileel.ufu.br/anaisdosilel/wp-content/uploads/2014/04/silel2013_3085.pdf. Acesso em 11 de abr. 2017.

GOUVEIA, Maria J.; MARQUES Marta & RIBEIRO, Jose L. Pais. **Versão portuguesa do questionário de bem-estar espiritual (SWBQ): análise confirmatória da sua estrutura factorial**.

Psicologia, Saúde & Doenças, 2009, 10 (2), 285-293. Disponível em:
<http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v10n2/v10n2a11.pdf>. Acesso em 09 de abr. 2017.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Perfil dos idosos responsáveis pelos domicílios no Brasil: 2000. Rio de Janeiro, 2002. Disponível em <http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/25072002pidoso.shtm>. Acesso em 13 de mar. 2017.

LIMA, Patrícia Valle de Albuquerque. Autorregulação organísmica e homeostase In: In: FRAZÃO, L. M. e FUKUMITSU, K. O. (Org.) **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus Editorial, 2014. p. 90.

MARANGONI, Jacqueline e OLIEIRA, Maria Cláudia Santos Lopes de. Relacionamentos Intergeracionais: Avós e netos na família contemporaneidade In: FALCÃO, DEUSIVANIA VIEIRA DA SILVA (Org). **A família e o idoso na contemporaneidade**. Campinas, SP: Papyrus, 2015, p. 40.

MARTINS, Marize e LIMA, Patrícia Valle de Albuquerque. **Contribuição da Gestalt-Terapia para os enfrentamentos das perdas e da morte**. 2014. Disponível em: <https://www.igt.psc.br/ojs/include/getdoc.php?id=2566&article=483&mode=pdf> Acesso em 01 de maio de 2017.

MIRANDA, Alex Barbosa Sobreira. **O Desenvolvimento Humano na Perspectiva de Erick Erickson**. 2012. Disponível em: < <https://psicologado.com/psicologia-geral/desenvolvimento-humano/o-desenvolvimento-humano-na-perspectiva-de-erick-erikson> >. Acesso em 17 de out. 2016.

MOREIRA, Aline Hack. **A identidade social do idoso e as relações de trabalho: a realidade por trás das salvaguardas legais**. 2012. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/download/13108/9637>. Acesso em 04 de maio de 2017. p. 94.

_____ **A identidade social do idoso e as relações de trabalho: a realidade por trás das salvaguardas legais.** 2012. Disponível em:
<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/download/13108/9637>. Acesso em 04 de maio de 2017. p. 96.

NASRI, Fabio. **Demografia e epidemiologia do envelhecimento.** O envelhecimento populacional no Brasil The aging population in Brazil. 2008. Disponível em:
http://www.prattein.com.br/home/images/stories/Envelhecimento/envelhecimento_popu.pdf. Acesso em 13 de mar. 2017

PAULINO, Luciana Fernandes. **O fenômeno de envelhecimento populacional no Brasil e a participação do serviço social.** 2006. Disponível em <https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/13799/13799.PDFXXvmi=AqBOMe5mDVO3D5PbRMA9wERtEkNjSPlshXiECn2fjQjXVaaOXKZupRZ5cNo5DKzUJRAIlgDCBtWzq8Jg6ufBV7B1koqp3c0ZVSzi9cUKHSj913p7zGJuOkw9KXAOaAN7snpCBkmieHsfLTmkA7Ppsnzdl93wKQEdf5QQpeaFVDUIxi39pTzSh87Eiab32QhhV88mmj2jWX3ug6FH1eBjnIXGTaKW12eXbnkzHnSFIVbC3Qk55VosEnazzUvBXLz99>. Acesso em 13 de março 2017.

PERETTI, Clélia e STURBA, Rosangela. **A compreensão da realidade social dos idosos à luz da fenomenologia Social de alfred schutz.** 2014. Disponível em:
<http://seer.ucg.br/index.php/caminhos/article/viewFile/3544/2054>. Acesso e, 13 de março. 2017.

PERLS, Frederick S. **A abordagem gestaltica e testemunha ocular da terapia.** 2 ed. Rio de Janeiro: LTC, 2012. p. 39.

_____ **A abordagem gestaltica e testemunha ocular da terapia.** 2 ed. Rio de Janeiro: LTC, 2012. p.35.

_____ **A abordagem gestaltica e testemunha ocular da terapia.** 2 ed. Rio de Janeiro: LTC, 2012. p.46 .

PERLS, Frederick; HEFFERTILNE, Ralph e. GOODMAN, Paul. **Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus,1997.

_____ **Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus,1997. p. 43.

PONTY, Maurice Merleau. **Fenomenologia da Percepção**. 2ª ed. São Paulo. Martins Fontes,1999. p. 122.

PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos.
Disponível em:<http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.741.htm.> Acesso em 06 de out. 2016.

RIZZOLLI, Darlan; SURDI, Agnaldo César. **Percepção do idoso sobre grupos de terceira idade**. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v13n2/a07v13n2.pdf>. Acesso em 04 de maio de 2017.

SILVA, Cristina Sotelo Da. **Contribuições da psicologia existencial no enfrentamento das perdas e da morte**. 2007. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Cristiane%20Soletto%20da%20Silva.pdf>. Acesso em 04 de maio de 2017.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA. 2014.
Disponível em:< <http://sbgg.org.br/envelhecimento-no-brasil-e-saude-do-idoso-sbgg-divulga-carta-aberta-a-populacao-2/>> Acesso em 08 de mar. 2017.

STACHESK, Denise Regina. **Pleasure Growers: Experiências e Produção de Sentido do Envelhecimento numa Rede Social Digital**. 2012. Stacheski, D.R. (2012, set.). Pleasure Growers: Experiências e Produção de Sentido do Envelhecimento numa Rede Social Digital. Revista Kairós Gerontologia, 15(5), 209-223. Online ISSN 2176-901X. Print ISSN 1516-2567. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/viewFile/13509/11438>. Acesso em 12 de abr. 2017.

VENZELLA, Elidio; NETO, Eufrásio de Andrade Lima; SILVA, César Cavalcanti da. **A terceira idade e o mercado de trabalho**. 2010. Disponível em:
<http://periodicos.ufpb.br/index.php/rbcs/article/view/7199>. Acesso em 04 de maio de 2017.
p.100.

VIEIRA, Kay Francis Leal. **Sexualidade e qualidade de vida do idoso: desafios contemporâneos e repercussões psicossociais**. 2012. Disponível em:
<http://tede.biblioteca.ufpb.br/bitstream/tede/6908/1/arquivototal.pdf>. Acesso em 26 de abr. 2017.