

**UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ**

**Pedro Carlos de Oliveira Lima**

**A RESILIÊNCIA E SUA RELAÇÃO COM OS  
PROCESSOS DE REDEFINIÇÃO DE IDENTIDADE NA  
TRANSIÇÃO PARA A APOSENTADORIA**

**Taubaté – SP**

**2020**

**Pedro Carlos de Oliveira Lima**

**A RESILIÊNCIA E SUA RELAÇÃO COM OS  
PROCESSOS DE REDEFINIÇÃO DE IDENTIDADE NA  
TRANSIÇÃO PARA A APOSENTADORIA**

Trabalho de Graduação apresentado como  
requisito para conclusão do curso de  
Psicologia na Universidade de Taubaté.

Orientadora: Prof. Ma. Monique Marques  
da Costa Godoy

**Taubaté – SP**

**2020**

**Grupo Especial de Tratamento da Informação - GETI  
Sistema Integrado de Bibliotecas - SIBi  
Universidade de Taubaté - UNITAU**

L732r Lima, Pedro Carlos de Oliveira  
A resiliência e sua relação com os processos de redefinição de  
identidade na transição para a aposentadoria / Pedro Carlos de  
Oliveira Lima. -- 2020.  
137 f.

Monografia (graduação) - Universidade de Taubaté,  
Departamento de Psicologia, 2020.

Orientação: Profa. Ma. Monique Marques da Costa Godoy,  
Departamento de Psicologia.

1. Aposentadoria. 2. Identidade. 3. Resiliência. 4. Trabalho. I.  
Universidade de Taubaté. Departamento de Psicologia. Curso de  
Psicologia. II. Título.

CDD – 155.9

**Pedro Carlos de Oliveira Lima**

**A RESILIÊNCIA E SUA RELAÇÃO COM OS PROCESSOS DE  
REDEFINIÇÃO DE IDENTIDADE NA TRANSIÇÃO PARA A  
APOSENTADORIA**

Trabalho de Graduação apresentado como  
requisito para conclusão do curso de  
Psicologia na Universidade de Taubaté.

Orientadora: Prof. Ma. Monique Marques  
da Costa Godoy

Data: \_\_\_\_\_

Resultado: \_\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

Profa. Ma. Monique Marques da Costa Godoy

Universidade de Taubaté

Assinatura: \_\_\_\_\_

Profa. Dra. Adriana Leônidas de Oliveira

Universidade de Taubaté

Assinatura: \_\_\_\_\_

Profa. Ma. Andreza Cristina Both Casagrande Koga

Universidade de Taubaté

Assinatura \_\_\_\_\_

A meu pai e minha mãe, por todo amor, carinho, apoio, educação e incentivo em tudo aquilo que me proponho a fazer.

## **AGRADECIMENTOS**

Aos meus pais, por todo apoio, incentivo e comprometimento com a minha formação acadêmica.

A Professora Mestra Monique Marques da Costa Godoy, pelo incentivo, ajuda, paciência, disponibilidade e por despertar em mim a curiosidade e interesse pela área científica.

A Professora Doutora Adriana Leônidas de Oliveira e a Professora Mestra Andreza Cristina Both Casagrande Koga, por terem aceitado participar da minha banca e por terem, durante este meu ciclo acadêmico, contribuído tanto para a conclusão desta etapa.

Aos professores do Departamento de Psicologia da Universidade de Taubaté, por me apresentarem tão grandiosamente seus conhecimentos sobre as áreas da Psicologia e por contribuírem com a minha formação profissional e pessoal.

A minha amiga Gabriela Prezotto, com quem eu pude contar em todos os momentos durante a composição deste Trabalho de Graduação e compartilhar todos os sentimentos que permearam a elaboração deste trabalho.

Aos meus colegas de classe, por todas as conversas, dicas e momentos que vivemos juntos durante este e todos os outros anos que compuseram este meu ciclo acadêmico.

“Para ser grande, sê inteiro: nada  
Teu exagera ou exclui  
Sê todo em cada coisa. Põe quanto és  
No mínimo que fazes.  
Assim em cada lago a lua toda  
Brilha, porque alta vive.”

Ricardo Reis (heterônimo de Fernando Pessoa)

## RESUMO

O período de aposentadoria pode colocar os indivíduos em uma posição que requer habilidades para o enfrentamento dessa nova fase, uma vez que tem a potencialidade de gerar tanto sentimentos de prazer e autoconfiança quanto desconforto e perdas no campo da identidade pessoal e profissional. Considera-se a presença de aspectos da resiliência para uma melhor vivência do período de aposentadoria, dado que a desvinculação da função desempenhada por um indivíduo durante boa parte de sua vida pode gerar tanto sentimentos prazerosos quanto adversos e que requerem estratégias de enfrentamento. A partir disso, esta pesquisa teve como objetivo investigar como o processo de resiliência influencia a relação dos participantes com a aposentadoria e a redefinição de suas identidades. Para isso, este estudo adotou uma abordagem qualitativa com delineamento de pesquisa de campo e contou com a colaboração de 10 participantes aposentados do setor industrial dentro de um período de 10 anos. A coleta de dados foi realizada através de dois instrumentos com aplicação através de formulário *online*: um Questionário Sociodemográfico e a Escala de Resiliência de Wagnild e Young. A partir da análise dos resultados, observou-se que a aposentadoria é uma fase acompanhada por muitas nuances. Os participantes demonstraram que contam com estratégias de enfrentamento e com a presença de fatores de proteção que auxiliam em seus enfrentamentos desse período, como a percepção em um sentido da vida, que representa uma habilidade interna, e o apoio de amigos e familiares, que representa um recurso externo. Por outro lado, observou-se que os entendimentos dos participantes acerca do que consideram como fatores de risco e de proteção podem variar. Ademais, foi possível perceber que o período de aposentadoria envolve não somente aspectos que permeiam essa fase, mas também toda a constituição do indivíduo, como seus aspectos emocionais, o que evidenciou que é preciso analisar amplamente a dinâmica dos indivíduos para que seja possível fazer uma boa análise do enfrentamento deles frente ao período de aposentadoria, visto que foi possível identificar que os aspectos mais subjetivos dos participantes podem impactar na forma com a qual eles vivenciam a fase da aposentadoria. Por fim, conclui-se que estudar a aposentadoria e a presença de aspectos de resiliência dos participantes foi de grande importância para que se possa



compreender suas relações com essa fase e para se torne possível pensar formas de aprimorar as vivências tanto de indivíduos já aposentados como aqueles que um dia irão chegar à esse período de suas vidas.

**Palavras-chave:** Aposentadoria. Identidade. Resiliência. Trabalho.

## **ABSTRACT**

### **RESILIENCE AND ITS RELATIONSHIP WITH IDENTITY REDEFINITION PROCESSES IN THE TRANSITION TO RETIREMENT**

The retirement period can put the individuals in a position that requires skills to face this new phase, since it can be potentially accompanied by both feelings of pleasure and self-confidence as well as discomfort and losses in the personal and professional identity. The presence of aspects of resilience can be considered as an important aspect for a better experience of the retirement period, given that the disconnection of the role performed by an individual during a good part of his life can generate both pleasurable and adverse feelings, which require coping strategies. From this, this research aimed to investigate how the resilience process influences the participants' relationship with retirement and the redefinition of their identities. For this, this study adopted a qualitative approach with a field research design, and counted on the collaboration of 10 retired participants from the industrial sector within a period of 10 years. Data collection was performed using two instruments that were applied through an online form: a Sociodemographic Questionnaire and the Wagnild and Young Resilience Scale. From the analysis of the results, it was found that retirement is a phase accompanied by many nuances. The participants demonstrated that they count on coping strategies and the presence of protective factors that help them to cope during this period, such as the perception in a sense of life, which represents an internal skill, and the support of friends and family, which represents an external resource. On the other hand, it was found that the comprehension of the participants on what can be consider as a risk factor and a protective factor may vary. Furthermore, that the retirement period involves not only aspects that are directly related to this phase, but also the entire constitution of the individuals, such as their emotional aspects, which showed that it is necessary to thoroughly analyze the dynamics of individuals so that it is possible to do a good analysis of their coping to face the retirement period, since it was possible to identify that the most subjective aspects of the participants can impact the way in which they experience the retirement phase. Finally, it is concluded that studying retirement and the presence of aspects of resilience of the participants was of great importance in order to understand their relationship with this phase and to think

about ways to improve the experiences of both individuals already retired and those who will one day reach that period of their lives.

**Keywords:** Retirement. Identity. Resilience. Work.

## LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Caracterização da amostra.....	46
Quadro 2: Classificação por escore dos fatores.....	63
Quadro 3: Classificações dos participantes no fator “Autossuficiência”....	79
Quadro 4: Classificações dos participantes no fator “Sentido da Vida”.....	81
Quadro 5: Classificações dos participantes no fator “Equanimidade”.....	83
Quadro 6: Classificações dos participantes no fator “Perseverança”.....	85
Quadro 7: Classificações dos participantes no fator “Singularidade Existencial”.....	87
Quadro 8: Classificações obtidas pelo participante 1 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.....	88
Quadro 9: Classificações obtidas pelo participante 2 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra. ....	89
Quadro 10: Classificações obtidas pelo participante 3 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra. ....	90
Quadro 11: Classificações obtidas pelo participante 4 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra. ....	91
Quadro 12: Classificações obtidas pelo participante 5 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra. ....	92
Quadro 13: Classificações obtidas pelo participante 6 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra. ....	93
Quadro 14: Classificações obtidas pelo participante 7 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra. ....	94
Quadro 15: Classificações obtidas pelo participante 8 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra. ....	95
Quadro 16: Classificações obtidas pelo participante 9 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra. ....	96
Quadro 17: Classificações obtidas pelo participante 10 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra. ....	97

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Valores referentes ao fator “Autossuficiência” .....	78
Tabela 2: Valores referentes ao fator “Sentido da Vida” .....	80
Tabela 3: Valores referentes ao fator “Equanimidade” .....	82
Tabela 4: Valores referentes ao fator “Perseverança” .....	84
Tabela 5: Valores referentes ao fator “Singularidade Existencial” .....	86

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	11
1.1	PROBLEMA.....	13
1.2	OBJETIVOS.....	13
<b>1.2.1</b>	<b>Objetivo Geral</b> .....	13
<b>1.2.2</b>	<b>Objetivos específicos</b> .....	13
1.3	DELIMITAÇÃO DO ESTUDO.....	13
1.4	RELEVÂNCIA DO ESTUDO.....	14
1.5	ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO DE GRADUAÇÃO.....	14
<b>2</b>	<b>REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	16
2.1	TRABALHO E IDENTIDADE.....	16
2.2	RESILIÊNCIA.....	22
2.3	APOSENTADORIA.....	30
2.4	IDENTIDADE E RESILIÊNCIA NA APOSENTADORIA.....	35
<b>3</b>	<b>MÉTODO</b> .....	41
3.1	TIPO DE PESQUISA.....	41
3.2	LOCAL DA PESQUISA.....	41
3.3	POPULAÇÃO E AMOSTRA.....	41
3.4	INSTRUMENTOS .....	42
<b>3.4.1</b>	<b>Questionário Sociodemográfico</b> .....	42
<b>3.4.2</b>	<b>Escala de Resiliência de Wagnild e Young</b> .....	43
3.5	PROCEDIMENTO PARA COLETA DE DADOS.....	44
3.6	PROCEDIMENTO PARA ANÁLISE DOS DADOS.....	44
<b>4</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	46
4.1	CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA.....	46
4.2	ANÁLISE DOS QUESTIONÁRIOS SOCIODEMOGRÁFICOS.....	48
4.3	ANÁLISE DAS ESCALAS DE RESILIÊNCIA DE WAGNILD E YOUNG.....	61
<b>4.3.1</b>	<b>Descrição das respostas e resultados individuais</b> .....	63
<b>4.3.2</b>	<b>Análise dos fatores</b> .....	76
<b>4.3.3</b>	<b>Análise das classificações individuais</b> .....	87
4.4	TRIANGULAÇÃO DOS DADOS.....	99
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	112
	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	117
	<b>APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO</b> .....	123
	<b>ANEXO A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO</b> .....	128
	<b>ANEXO B – ESCALA DE RESILIÊNCIA DE WAGNILD E YOUNG</b> .....	130
	<b>ANEXO C – PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA DA UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ</b> .....	132

## 1 INTRODUÇÃO

O conceito de trabalho, seja por meio de sua compreensão teórica seja por meio da transformação de suas atividades, percorreu diversos caminhos os quais possibilitam análises satisfatórias no que diz respeito às noções acerca de tal concepção. Gorz (1982 apud BORGES; YAMAMOTO, 2014) apontou o fenômeno do incentivo ao consumo como uma das mudanças relacionadas ao trabalho. Além disso, ressalta que houve, a partir da evolução deste conceito, um distanciamento entre o indivíduo trabalhador e aquilo que este produz. Dessa forma, houve a necessidade de as organizações e os modelos de gestão se adaptarem às transformações deste cenário. Dentre estas, aponta-se o ganho de espaço de novas tecnologias (ALVIM, 2006).

A partir dessa evolução, percebeu-se necessária a exploração de aspectos referentes ao contexto do trabalho. Alvim (2006) afirma que o trabalho é constituinte do sujeito e que essa relação pode ocorrer de forma mais positiva quando o indivíduo toma consciência de si e de suas necessidades.

Para Codo (2010), o trabalho contemporâneo demanda a criação de vínculos com os trabalhadores, o que dependerá da promoção de uma saúde mental no ambiente laboral. Além disso, o contexto cultural e o modo de se relacionar ligam-se ao entendimento de um sentido e significado do trabalho (FELIX; SILVA; ANDRADE, 2018; SACHUK; ARAÚJO, 2007 apud NEVES; NASCIMENTO, 2018).

Com isso, ao se desligarem de suas funções devido à aposentadoria, é possível que os indivíduos experienciem questões adversas, uma vez que precisam se adaptar à essa nova fase em suas vidas. Logo, abre-se a discussão de como o enfrentamento desse período pode se tornar possível de forma positiva. A partir disso, Cardoso e Martins (2013) expõem que o conceito de Psicologia Positiva começou a despertar o interesse científico para compreender como se dava a prosperidade de grupos e indivíduos, dando início a construção de um construto sobre resiliência.

Vale dizer que a resiliência pode ser compreendida como uma flexibilidade existente para que indivíduos possam lidar com adversidades, e caso vivenciem uma situação problema, não serão atingidos de forma tão intensa por serem resilientes (CARDOSO, 2013).

Para Oliveira e Nakano (2011), a resiliência é uma grande contribuidora do potencial humano, representando relevância para o enfrentamento de diversas situações. Por conseguinte, pode-se citar a aposentadoria como uma delas, uma vez que pode ser interpretada como uma fase de perdas na vida de um indivíduo, como a perda da identidade profissional, perdas emocionais e financeiras (ALVARENGA; KIYAN; BITENCOURT; WANDERLEY, 2009; BORGES; MARTINS, 2017).

Esse período pode ser experienciado de diferentes formas pelos indivíduos inseridos nele. Assim, a forma de vivenciá-lo dependerá de aspectos pessoais, familiares, econômicos, sociopolíticos e ambientais. Com isso, a forma como o indivíduo se constitui e constrói sua relação com o trabalho influenciará nessa fase. Vale mencionar também que o planejamento, tanto financeiro como em aspectos gerais, fará com que o enfrentamento dessa fase ocorra de forma mais positiva (ALVARENGA; KIYAN; BITENCOURT; WANDERLEY, 2009; FRANÇA; SOARES, 2009)

Logo, é possível dizer que a forma de se relacionar consigo, com o ambiente externo e o contexto de aposentadoria será particular a cada indivíduo, portando-se, assim, de forma mais ou menos vulnerável. Por conseguinte, percebe-se a necessidade de levar questões referentes à “resiliência psicológica” para compreender a relação entre indivíduo e o enfrentamento de adversidades no processo de aposentadoria, visto que o esforço de adaptação, isto é, o potencial de resiliência de uma pessoa, é demandado em uma sociedade em que as mudanças são cada vez mais rápidas (LEÃO; CAMPOS, 2018; PINHEIRO, 2004).



## 1.1 PROBLEMA

Sabe-se que a população idosa vem aumentando nos últimos anos. Com isso, cresce também o número de pessoas aposentadas. É preciso que essa população busque vivenciar mais positivamente essa fase, visto que estão, muitas vezes, desligados da função que desempenharam durante muitos anos de suas vidas. Ademais, a aposentadoria pode apresentar desafios a serem enfrentados, o que demanda uma capacidade interna de adaptação. A partir disso é possível refletir sobre o entendimento de como essa população procura redefinir suas funções, buscar aquilo que mais se aproxime de suas identidades e adotar uma postura de superação frente a possíveis situações adversas.

Diante disso questiona-se: Como se dá a relação entre o período de aposentadoria, a redefinição da identidade profissional e as estratégias de enfrentamento e resiliência?

## 1.2 OBJETIVOS

### 1.2.1 Objetivo Geral

Investigar como o processo de resiliência influencia a relação dos participantes com a aposentadoria e a redefinição de suas identidades.

### 1.2.2 Objetivos Específicos

- Analisar a relação entre identidade e trabalho para os participantes;
- Analisar os aspectos da aposentadoria e como eles influenciam as vivências de indivíduos, elencando os fatores de risco, fatores de proteção e estratégias de enfrentamento envolvidos;
- Avaliar o nível de resiliência dos participantes;
- Compreender a relação entre os processos de redefinição da identidade na transição para a aposentadoria e a resiliência;

### 1.3 DELIMITAÇÃO DO ESTUDO

A pesquisa se delimita a investigar como o período de aposentadoria pode ser enfrentado e sua relação com aspectos de resiliência. Para isso, contou com a colaboração de 10 participantes aposentados, residentes das cidades de Taubaté, Caçapava e São José dos Campos, interior do Estado de São Paulo, para compreender suas relações com a aposentadoria e o enfrentamento dessa fase.

Adotou-se uma abordagem qualitativa com delineamento de pesquisa de campo. Os participantes são indivíduos aposentados do setor industrial dentro de um período de no máximo 10 anos e têm idades entre 52 e 64 anos.

### 1.4 RELEVÂNCIA DO ESTUDO

Levando-se em conta as mudanças no cenário do trabalho, é visto que muitos estudos sobre essa área começaram a surgir. Com isso, esta pesquisa foca naqueles que abordam questões referentes à identidade e a como a construção e constituição de uma identidade pessoal e profissional se relacionam tanto com a trajetória laboral de um indivíduo quanto ao seu desligamento dessa trajetória, isto é, a aposentadoria.

A partir disso, sabe-se que essa nova fase pode apresentar desafios e novas vivências às pessoas, demandando delas uma capacidade e habilidade de adaptação ao novo período. Logo, a resiliência pode se apresentar como um fator que tem muito a contribuir para o enfrentamento dessa fase, evidenciando, assim, a relevância de se investigar e compreender a relação entre esses fatores para uma maior promoção de bem-estar ao indivíduo aposentado.

### 1.5 ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO DE GRADUAÇÃO

Esta pesquisa está estruturada em oito seções: Introdução, Revisão da Literatura, Método, Resultados e Discussão, Considerações Finais, Referências, Apêndices e Anexos. Na Introdução, estão expostos o problema norteador do estudo, os objetivos, a delimitação do estudo e sua relevância.

Na Revisão da Literatura, estão expostos os principais temas estudados: Trabalho e Identidade, Resiliência, Aposentadoria e Identidade e Resiliência na Aposentadoria. São apresentadas contribuições de diversos autores para o tema, bem como a construção de uma linha de raciocínio que permite a compreensão dos assuntos.

No Método, terceira seção, são evidenciados o tipo de pesquisa realizada, o local de realização, a população e amostra, os instrumentos, e os procedimentos de coleta e análise de dados. Ademais, na subseção referente ao instrumento, são expostos aqueles que foram utilizados nesta pesquisa: um Questionário Sociodemográfico e a Escala de Resiliência de Wagnild e Young.

Nos Resultados e Discussão, quarta seção, estão as análises dos dados obtidos através da aplicação dos instrumentos, bem como uma triangulação dos dados. Inicialmente, encontra-se a caracterização da amostra, as análises dos Questionários Sociodemográficos e as análises da Escala de Resiliência de Wagnild e Young. Para a análise da Escala de Resiliência, encontram-se três subseções: Descrição das respostas e resultados individuais, Análise dos fatores e Análise das classificações individuais. Por fim, há a triangulação dos dados, na qual são comparadas as respostas fornecidas pelos participantes e aquilo que pôde ser encontrado na revisão da literatura.

Nas Considerações Finais, quinta seção, estão as considerações que puderam ser tomadas após a realização deste estudo. Encontram-se considerações tanto referentes ao tema da pesquisa e àquilo que pôde ser observado referente à aposentadoria, bem como sugestões frente ao que se acredita que o estudo não conseguiu atingir devido à algumas limitações.

As referências, sexta seção, apresentam os autores que auxiliaram o caminho de composição desta pesquisa. Por fim, têm-se os apêndices, que contém o questionário sociodemográfico (APÊNDICE A), e os anexos, que contém o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (ANEXO A) e a Escala de Resiliência de Wagnild e Young (ANEXO B).

## 2 REVISÃO DA LITERATURA

Esta seção tem como objetivo traçar uma linha teórica capaz de expor a forma com a qual o trabalho se apresenta como um dos constituintes de uma formação e expressão da identidade do indivíduo, abrangendo desde a atividade desse sujeito em dada função laboral até a chegada da fase de aposentadoria. Por conseguinte, serão levantadas as possíveis consequências que um indivíduo pode vivenciar nesse período e como os aspectos ligados à resiliência se relacionam ao fenômeno da aposentadoria e podem auxiliar o sujeito a enfrentá-lo de forma mais positiva.

### 2.1 TRABALHO E IDENTIDADE

É possível identificar, de acordo com Borges (1999), as principais concepções formais do trabalho. Ao longo dos próximos parágrafos, serão especificadas as concepções clássica, capitalista tradicional, marxista e gerencialista explicados pela autora.

A concepção clássica, com origem na Grécia Antiga, atribuía ao trabalho baixa centralidade na vida dos indivíduos e características de degradação, inferioridade e desgaste. O ócio era valorizado e questões de poder eram vistas, como a detenção de direitos da vida do escravo pelo seu senhor. Vale ressaltar que atividades intelectuais e políticas não eram reconhecidas como trabalho. A partir da influência da Igreja Católica durante a Idade Média, houve um momento de transição visando a superação da concepção clássica. Com isso, via-se uma oscilação entre exaltar o trabalho e tomá-lo como punição. Por conseguinte, quando o livre contrato se tornou realidade, bem como o surgimento de um regime de trabalho assalariado, houve a necessidade de exaltação do trabalho, ou seja, era preciso que o empregado fosse persuadido pelo patrão a trabalhar, o que marcou o modelo capitalista tradicional.

Este modelo entende que o trabalho possui como valor central sua instrumentalidade para o sucesso econômico. Ademais, que ele deve ser realizado de forma disciplinada, sistemática, padronizada e parcelada, separando a organização da concepção. É visto, também, um exercício de poder

que pode ser percebido no controle das recompensas e coerções e no domínio do saber.

Posteriormente, Borges (1999) apresenta a concepção marxista, que emerge e representa uma antítese da concepção do capitalismo tradicional quanto ao valor do trabalho; contudo, compartilha de uma visão que glorifica o trabalho, atribuindo elevada centralidade ao trabalho na vida das pessoas. Essa concepção defende que o trabalho deve ser produtor da própria condição humana, porém o descreve em um contexto social capitalista como alienante, explorador e humilhante.

Por outro lado, outra concepção emerge na etapa oligopolista do capitalismo: a concepção gerencialista. Com a tentativa de reagir às críticas da concepção marxista e de outros movimentos como o anarquismo, essa concepção busca conter as insatisfações populares. Assim, é possível definir o gerencialismo como o movimento que tenta, pela estabilidade no emprego e programas assistenciais, amenizar as consequências indesejáveis do capitalismo tradicional (BORGES, 1999).

Dentre os modelos citados acima, Borges e Yamamoto (2014) explicitam que a ética do trabalho e o marxismo exaltam o trabalho. Contudo, ambas têm fundamento em valores sociais distintos. Pode-se citar, por exemplo, o ato de dignificar um indivíduo que trabalha sem se interessar pela subjetividade de seu trabalho, ou seja, visando apenas o processo de seu trabalho e focando no produto, desvalorizando a identificação do trabalhador. Para os autores, o trabalho é tanto estruturante para a sociedade quanto para o indivíduo.

Para Gorz (1982 apud BORGES; YAMAMOTO, 2014), a partir do momento em que é percebido um distanciamento entre o indivíduo frente ao que faz e ao resultado disso, pode-se notar um impedimento por parte dele em se reconhecer como membro de um coletivo. Ademais, é possível somar esse impedimento a determinados aspectos sociais contemporâneos, como o incentivo ao consumo, que tendem a ressaltar esse processo.

Por conseguinte, pode-se dizer que o mundo do trabalho e das organizações sofreu mudanças significativas ao longo dos tempos. De acordo com Alvim (2006, p. 124), “o modelo de gestão trabalhista e das organizações vem sofrendo mudanças, assim como os modelos sociais e econômicos”. Além disso, a autora ressalta que é visto um avanço do capitalismo para um modelo liberal, o que preconiza a abertura de mercado e conseqüentemente há um aumento da competitividade.

Em meio a tais mudanças, Borges e Yamamoto (2014) evidenciam que a aplicação das novas tecnologias e o surgimento de novos modos de gestão aniquilam as oportunidades do trabalhador em se reapropriar do saber. Os autores atentam para o fato de que as reformas nos modos de organização do trabalho se dão de maneira autoritária e implica na diminuição dos contingentes de trabalhadores em ocupações que se apresentavam organizadas, fato que resulta na ampliação da exclusão social e no aumento de espaço para uma classe que não trabalha, uma vez que tais mudanças partem do capitalista e não do trabalhador.

A partir dos anos 1980, o comprometimento organizacional adquire importância nos estudos de psicologia organizacional meio ao movimento de globalização e liberação da economia. Inicia-se a abordagem das atitudes em relação ao trabalho, ou seja, surgem estudos no âmbito do comportamento humano e em tecnologias gerenciais para lidar com tal comportamento dentro das organizações (ALVIM, 2006).

Por conseguinte, as organizações se direcionam para a busca de novas formas de maximizar o envolvimento de seus trabalhadores. Nesse contexto, Alvim (2006) destaca que, dentre os tipos de comprometimento e envolvimento, é possível expor a questão do comprometimento afetivo, que é compreendido como uma força que permite com que a pessoa se identifique e se envolva com os objetivos e valores de uma organização.

Além disso, vale dizer que os valores desempenham papel de definir não somente as metas, mas também a identidade organizacional. Para fundamentar seus valores, as empresas se baseiam em valores sociais e em valores de seus

membros. Dessa forma, os valores determinam comportamentos com o objetivo de alcançar uma meta, de acordo com demanda vigente. Logo, é possível afirmar que a importância dada pela organização a determinados valores pode determinar o esforço investido por seus membros, moldando seus comportamentos (TAMAYO, 2008).

Alvim (2006) afirma que o trabalho é constituinte do sujeito. Ao tomar consciência de si e de suas necessidades, o sujeito pode trilhar um encontro mais verdadeiro e prazeroso com o trabalho, atribuindo a este um sentido e um significado. “Trabalhar é impor à natureza nossa face. O mundo fica mais parecido conosco e, portando nossa subjetividade ali, fora de nós, nos representando” (CODÓ; SAMPAIO; HITOMI, 1992, p.190 apud ALVIM, 2006, p. 128).

Para Ricoeur e Karam (2010 apud AUGUSTO; NETO, 2010) a palavra “trabalho” conquista uma posição central frente aos processos de intersubjetividade. Para os autores houve transformações quanto à compreensão do trabalho, passando de um “mundo muscular” e de “comportamentos pragmáticos” para um “mundo verbal” e de “comportamentos compreensivos”.

De acordo com Alvarenga, Kiyam, Bitencourt e Wanderley (2009), os valores intrínsecos de um sujeito estão inter-relacionados à sua história de vida e à suas relações com a sociedade, incluindo seu papel profissional.

Para exemplificar o quanto a relação entre as atividades exercidas no contexto do trabalho, bem como o trabalho em si, e os valores e significados atribuídos a elas, desempenham grande importância na cultura desde tempos antigos, vale apresentar o Mito de Sísifo.

Camus (2010 apud RODRIGUES; BARRICHELO; BENDASSOLLI; OLTRAMARI, 2018) apresenta o trabalho originalmente chamado “*The Myth of Sisyphus*”, que contribui para reflexões tanto sobre a existência do ser quanto sobre o significado do trabalho. Sísifo se caracteriza como um personagem da mitologia Grega que foi amaldiçoado pelos deuses com a punição de carregar

constantemente pedras gigantes morro acima. Tal maldição consistia no fato de que ao chegar ao topo do morro, as pedras rolariam abaixo. Com isso, juntamente com a necessidade de se realizar toda a tarefa novamente, visto que as pedras rolaram ao chão, a tarefa a ser desempenhada por Sísifo seria considerada inútil. Contudo, Sísifo atribui àquela tarefa um significado: uma vingança dele contra os deuses que lhe amaldiçoaram. Por fim, vale dizer que a expressão “Trabalho de Sísifo” se torna sinônimo de um trabalho burocrático, cansativo e tedioso, derivando-se e tal mito grego (OLIVEIRA, 2009 apud BARREIRA, 2019).

A partir disso, é possível dizer que o trabalho pode ser visto com grande relevância na relação do homem com a natureza uma vez que o homem, e o próprio Sísifo, ao atribuir um sentido à sua tarefa, modifica própria natureza ao atuar sobre a natureza externa (NAVARRO; PADILHA, 2007).

Por conseguinte, ao se considerar tal modificação da própria natureza e da natureza externa, pode-se também se atentar à lógica capitalista, na qual é possível haver uma negação de suas relações por sua imensurabilidade, dando espaço para o surgimento de trabalhos imateriais que pode se expressar, por exemplo, no setor de serviços. Com isso, há a possibilidade de se ampliar um seguimento de não trabalhadores, o que resulta em um trabalho com potencial para perder sua importância na construção de identidades das pessoas e levando o proletariado a perder seu lugar como classe revolucionária (BORGES; YAMAMOTO, 2014).

Além disso, Borges e Yamamoto (2014) exploram o fato de que o aumento na diversidade de atividades dificulta que o trabalhador se identifique com um coletivo, gerando, nomeado por Castells (1997 apud BORGES; YAMAMOTO, 2014), um processo de individualismo em massa.

A valorização das atividades sob a ótica o capitalismo ocorre através do seu valor de troca, não pelo seu conteúdo (AMORIM, 2011 apud BORGES; YAMAMOTO, 2014). Ademais, levando-se em conta flutuações do mercado de trabalho e do cenário econômico, é possível que haja uma precarização das



relações de trabalho ao invés de melhorá-las ao se preparar mais pessoas para trabalhos imateriais.

Além de existirem formas diferentes de se olhar e interpretar a realidade contemporânea no contexto do trabalho, existem também aquelas que se referem à pensar em tendências futuras que poderão melhorar tal contexto. Questões como a ressignificação do trabalho entram em pauta, bem como uma redescoberta democrática deste, a reinvenção do movimento sindical e o reconhecimento do que é compartilhado pelos trabalhadores em meio aos laços sociais presentes no contexto laboral (BORGES; YAMAMOTO, 2014).

Dentre vários de seus escritos, Wanderley Codo (2010) explora, inicialmente, como o trabalhador é visto meio a uma lógica e a um entendimento rígido do trabalho. O autor explicita que ao se falar em saúde mental no trabalho, esbarra-se no fato de que essa área atende tanto aos interesses do trabalhador e à melhora na sua qualidade de vida no trabalho quanto aos interesses do capital. Para ele, “o trabalho contemporâneo é um trabalho de serviços, um trabalho que exige maior decisão, maior envolvimento afetivo” (CODO, 2010, p. 83).

O trabalho contemporâneo exige de seus trabalhadores, de acordo com Codo (2010), um vínculo entre ambas as partes, isto é, trabalhador e trabalho, bem como uma capacidade de decisão. No entanto, tais exigências dependem diretamente de uma saúde mental do trabalho.

Além disso, ao se falar em sentido e significado do trabalho, é possível considerar que ambos são consonantes com o contexto cultural e com o modo se se relacionar que cada sujeito ou grupo faz parte (SACHUK; ARAÚJO, 2007 apud NEVES; NASCIMENTO; FELIX; SILVA; ANDRADE, 2018).

Vale dizer que *sentido* e *significado* podem ser traduzidos como sinônimos, contudo, Tolfo e Piccinini (2007 p. 40 apud NEVES et al., 2018, p.321) definem *sentido* como o valor pessoal atribuído pelo indivíduo à seu trabalho, bem como sua satisfação e autorrealização; e *significado* como uma “representação social que a tarefa executada tem para o trabalhador”,

envolvendo o sentimento de pertencimento a grupos e a importância de determinado trabalho para a sociedade.

Bendassoli e Gondim (2014) apresentam que na perspectiva da psicologia sócio histórica, entende-se que sentidos e significados possuem uma singularidade e distinção, contudo fazem parte de uma mesma totalidade e assim devem ser tratados, uma vez que se relacionam dialeticamente entre si (BOCK, GONÇALVES; FURTADO, 2009 apud BENDASSOLLI; GONDIM, 2014).

Neves et al. (2018) cita Antunes (2000) para explicitar o sentido do trabalho com o sentido na vida. Para isso, o autor afirma que para haver uma vida com sentido, é preciso haver também um encontro com a realização na esfera do trabalho. Ademais, “a busca de uma vida dotada de sentido a partir do trabalho permite explorar as conexões decisivas existentes entre trabalho e liberdade” (ANTUNES, 2000 apud NEVES et al., 2018, p. 321).

Frente ao que foi discutido anteriormente, é possível entender o trabalho como uma atividade orientada para o sujeito, para os outros e para o objeto da atividade; por fim, pode-se concluir que existe uma transformação de si, dos outros e do mundo nesse contexto (BENDASSOLLI; GONDIM, 2014).

Sendo assim, a partir do entendimento de que o trabalho se orienta para várias direções e conta com transformações e atribuições de sentido, é possível pensar em como a resiliência pode ser aplicada e vivenciada nesse contexto. Visto que o contexto laboral pode apresentar questões adversas para o indivíduo tanto em relação à função desempenhada quanto em como o trabalhador interpreta e atribui sentido ao que faz, é possível levantar a hipótese de que a resiliência pode ser uma aliada. Sendo assim, o próximo tópico apresenta e discorre sobre a resiliência e os aspectos que se ligam a ela.

## 2.2 RESILIÊNCIA

Inicialmente, ao se falar em resiliência, é possível apresentar e explorar uma mudança de paradigma quanto ao entendimento frente ao modelo e conceito de saúde. Sabe-se que no ano de 1948, e a partir daquele mesmo ano,

emergiu o modelo de que saúde representava “um estado completo de bem-estar físico, mental e social, e não somente a ausência de enfermidade” (*World Health Organization*, 1948, p.1 apud CARDOSO; MARTINS, 2013, p. 11). Tal declaração corroborou com pensamentos acerca da criação de modelos de saúde que compreendessem os aspectos positivos do ser humano.

Com isso, houve um enfoque em questões acerca das qualidades que dispunham pessoas a enfrentarem adversidades, bem como em suas potencialidades. O conceito de Psicologia Positiva cresceu e deu lugar ao interesse científico em entender como pessoas, comunidades e sociedades prosperavam, dando início ao movimento de se construir um construto acerca da resiliência.

Vale ressaltar que Cardoso e Martins (2013) apontam que o termo resiliência parte da Engenharia e da Física. A partir disso, é possível explicitar que de acordo com Yunes (2003), a descoberta de tal construto ocorreu através da aplicação de pressão a um fio que visava determinar sua deformação elástica.

Silva et al. (2005 apud CARDOSO, 2013) afirmam que o termo *resiliência* vem crescendo desde meados da década de 1970, logo, é possível dizer que existe grande envolvimento com o tema por parte de várias disciplinas, tornando-o transdisciplinar.

No campo das Ciências Humanas, o conceito de *resiliência* representa a capacidade de um indivíduo ou grupo de apresentar flexibilidade, isto é, se construir ou se reconstruir, mesmo em condições não favoráveis, ao se depararem com adversidades (BARLACH, 2005 apud BARLACH; LIMONGI-FRANÇA; MALVEZZI, 2008).

Por conseguinte, é possível fazer uma analogia ao termo aplicado nas áreas da Engenharia e da Física pois, nestas, quando a pressão aplicada no fio cessava, ele voltava à sua condição original. (YUNES, 2003)

Contudo, de acordo com Brandão, Mahfoud e Gianordoli-Nascimento (2011) nem tudo que resiste a determinada pressão apresenta resiliência. Os autores afirmam que existem materiais que por não se deformarem sob pressão,

são considerados resistentes, mas não possuem elasticidade e flexibilidades, uma vez que não absorvem a energia do impacto.

Sendo assim, é preciso lembrar que a resiliência é um processo dinâmico, isto é, a reciprocidade da relação ambiente-indivíduo fará com que este último identifique e adote a melhor atitude a ser tomada em dado contexto Angst (2009). Logo, é possível dizer que a resiliência é um estado, ou seja, pode-se ESTAR resiliente, possibilitando afirmar também que ela não pode ser considerada com rigidez, como um escudo protetor que impeça que o indivíduo seja atingido por adversidades (PINHEIRO, 2004; ASSIS, PESCE & AVANCI, 2006 apud ANGST, 2009).

Barlach, Limongi-França e Malvezzi (2008, p. 101) citam Lao Tsé para explicitar a flexibilidade existente na resiliência: “Quando nasce, o homem é fraco e flexível. Quando morre, é forte e rígido. A firmeza e a resistência são sinais de morte. A fraqueza e a flexibilidade, manifestações de vida.”

Além disso, vale ressaltar que os conceitos de resiliência e invulnerabilidade, mesmo que passíveis de serem confundidos, possuem diferenças entre si. O primeiro termo refere-se à flexibilidade de indivíduos a lidarem com adversidades, o que significa que mesmo que tais indivíduos sejam afetados por dada situação, não irão vivenciar tal fato de forma tão intensa por serem resilientes. Já o segundo termo refere-se à uma espécie de “blindagem”, isto é, o indivíduo não se permite expor a adversidade, não se deixando atingir por ela (CARDOSO, 2013).

A partir disso, vale dizer que ao estudar o conceito de resiliência, deve-se atentar para as diferentes concepções que o permeiam. Segundo Brandão, Mahfoud e Gianordoli-Nascimento (2011, p. 269), essas diferentes concepções trazem “consequências importantes para os projetos de intervenção social que utilizam o conceito”.

Para exemplificar tais diferenças, são apresentadas abordagens de autores brasileiros e anglo-saxões acerca do tema. Brandão, Mahfoud e Gianordoli-Nascimento (2011) explicitam que tanto para pesquisadores brasileiros quanto para alguns outros de língua latina, os estudos realizados

dentro do tema da resiliência se ligam tanto aos fenômenos de resistência ao estresse como aos de recuperação e de superação. Por outro lado, sabe-se que a maioria dos pesquisadores anglo-saxões adotam, em seus trabalhos, a resiliência com um enfoque na resistência ao estresse; para isso, focam em sujeitos que tendem a não se abalar em questões adversas para demonstrar, assim, certa competência. Com isso, é possível perceber que é possível estudar fenômenos diferentes sob a mesma nomenclatura (BRANDÃO; MAHFOUD; GIANORDOLI-NASCIMENTO, 2011).

Os projetos advindos da concepção de resistência ao estresse objetivam proporcionar essa resistência ao máximo de pessoas possível e, para isso, potencializam os fatores de proteção e tentam minorar a ação dos fatores de risco. Esses projetos visam a conseguir um máximo de pessoas competentes e bem adaptadas que não se abalem diante das adversidades. Seus objetivos não estão voltados para os que já sucumbiram tentando recuperá-los. Por outro lado, projetos de resiliência baseados em concepções de recuperação e superação já se voltam aos que se mostram mais fragilizados diante de adversidades, com objetivos de fortalecê-los, recuperá-los e torná-los mais fortes. Por tudo isso, consideramos fundamental que aqueles que estudam a resiliência entendam sobre a construção do conceito, considerando que essa se relaciona estreitamente com a concepção adotada (BRANDÃO; MAHFOUD; GIANORDOLI-NASCIMENTO, 2011).

Ainda sobre as diferentes concepções que permeiam o conceito de resiliência, Cardoso (2013) cita alguns estudiosos para evidenciar que é preciso haver uma adaptação externa do indivíduo ao meio para que se possa caracterizar o fenômeno da resiliência. (LUTHAR; CICCHETTI; BECKER, 2000; MASTEN, 2001 apud CARDOSO, 2013). A partir disso, entende-se que o indivíduo, nesse contexto, deverá cumprir as expectativas sociais no meio social em que está inserido. Assim, alguns autores acreditam que uma vez adaptado ao meio, o indivíduo pode ser considerado saudável; porém, existem divergências quanto a tal afirmação.

Por outro lado, Silveira e Mahfoud (2008 apud CARDOSO, 2013) abordam a resiliência a partir de entendimentos de Viktor Frankl e da logoterapia. Nesse contexto, compreende-se a resiliência citando a existência a partir do sentido; assim para que se encontre no caminho da resiliência, é preciso que o indivíduo se autoconheça, trace um sentido para sua vida e use o humor como forma de enxergar a vida de forma otimista.

A busca de um sentido de vida é considerada um dos mais importantes fatores de proteção diante do risco à saúde mental, em situações extremas de pressão (VANISTENDAEL; LECOMTE, 2004 apud BARLACH; LIMONGI-FRANÇA; MALVEZZI, 2008).

Frente a tais situações extremas e aos fatores de proteção, é possível evidenciar que as diferentes percepções de indivíduos podem alterar o que pode ou não ser considerado como um evento de risco, levando em consideração que o que para um pode ser visto como risco, por outro pode ser identificado como um fator de proteção (GODOY; OLIVEIRA, 2015).

De acordo com os estudos de Godoy e Oliveira (2015), os fatores de risco se configuram como aqueles que produzem prejuízo à saúde, à ordem psicossocial, ambiental ou cultural. Desta forma, se apresentam como dificultadores para a superação de uma adversidade, e, por consequência, diminuem a probabilidade de que um indivíduo supere determinado problema.

Por outro lado, os fatores de proteção se referem àqueles que contribuirão para que ocorra a superação da adversidade, se caracterizando como ferramentas que serão utilizadas para auxiliar na superação de adversidades, logo, é possível dizer que são estratégias para o manejo de situações de estresse. Ademais, tais fatores podem ser tanto habilidades internas do indivíduo como recursos externos que o auxiliem na superação de adversidades, podendo expor a estabilidade emocional, o otimismo e o senso de humor como exemplos de recursos internos e as redes de apoio, condições familiares positivas e ambientes que oferecem aceitação como exemplo de recursos externos ao indivíduo (PINHEIRO, 2004 apud GODOY; OLIVEIRA, 2015; FERGUS; ZIMMERMAN, 2005 apud GODOY; OLIVEIRA, 2015).

De acordo com Antoniazzi, Dell'Aglio e Bandeira (1998), outra estratégia que pode ser vista é o *coping*, que é utilizado como um conjunto de estratégias visando a adaptação a situações diversas. Logo, o *coping* pode ser entendido como um conjunto de esforços realizados e utilizados por um indivíduo para que ele possa lidar com situações tanto internas quanto externas, visando diminuir demandas estressoras e que sobrecarreguem seus recursos pessoais

(LAZARUS; FOLKMAN, 1984 apud ANTONIAZZI; DELL'AGLIO; BANDEIRA, 1998).

Além disso, pode-se citar o investimento em relacionamentos próximos como uma das estratégias de *coping* que pode ser adotada; de acordo com Godoy e Oliveira (2015), ao buscar esse investimento, como uma aproximação a família e amigos, foca-se em um alívio do estresse. Melo, Carlotto, Rodriguez e Diehl (2016) acrescentam que

O *coping* focalizado no problema constitui-se no esforço despendido pelo sujeito para atuar na situação que deu origem ao estresse, tentando mudá-la. A função dessa estratégia é alterar o problema existente na relação entre a pessoa e o ambiente que está causando a tensão. O *coping* focalizado na emoção é compreendido como um esforço para regular o estado emocional que é associado ao estresse e reduzir a sensação física desagradável que é gerada (MELO, CARLOTTO, RODRIGUEZ; DIEHL, 2016, p. 127).

Taboada, Legal e Machado (2006) apontam que tanto a resiliência quanto o *coping* são processos relacionados a situações de estresse. Para os autores, enquanto a resiliência se liga ao resultado de estratégias, o *coping* se refere justamente a elas. Ademais, em indivíduos resilientes é possível observar com maior incidência a presença de estratégias de *coping* voltadas para o enfrentamento direto dos problemas ou para a elaboração de dificuldades, caracterizando-se como um fator de proteção (SILVA, 2001 apud PESCE; ASSIS; SANTOS; OLIVEIRA, 2004).

Além disso, sabe-se que existem divergências na literatura quanto à relação entre os fatores de proteção e a resiliência. Trombeta e Guzzo (2002 apud PESCE; ASSIS; SANTOS; OLIVEIRA, 2004) consideram que os fatores de risco não são preditivos de resiliência, apenas os fatores de proteção.

Contudo, os fatores de risco podem se caracterizar também como situações passíveis de o indivíduo apresentar dificuldades e vivenciar momentos de estresse, relacionando-se, assim, ao foco de muitos estudos sobre resiliência. Logo, a partir do entendimento de que a resiliência é a capacidade do indivíduo ressignificar contextos em que se vê meio a demandas estressoras, a pessoa, ao ser exposta a fatores de risco, experenciará uma proteção psicológica. Ademais, estará mais capacitado para lidar de maneira satisfatória frente a

futuras situações adversas e estressoras (GRUNSPUN, 2002; TABOADA; LEGAL; MACHADO, 2006).

Guzzo e Trombeta (2002 apud TABOADA; LEGAL; MACHADO, 2006) expõem que há uma grande contribuição para que a resiliência se desenvolva quando é visto um equilíbrio entre fatores de risco e fatores de proteção.

Quanto aos diversos instrumentos válidos desenvolvidos para identificar aspectos da resiliência em pessoas e grupos, é possível citar a Escala de Resiliência de Wagnild e Young. Esse instrumento tem como objetivo medir os níveis de adaptação psicossocial positiva frente à eventos importantes da vida do sujeito através de uma análise da competência social, aceitação de si mesmo e da vida e competências pessoais (PESCE et al., 2005 apud OLIVEIRA; GODOY, 2015).

Além disso, segundo Perim et al. (2015), cinco fatores podem ser considerados para a análise dos resultados da escala: Autossuficiência, que consiste na crença do sujeito em si mesmo; Sentido da vida, que envolve a percepção do sujeito em um sentido e propósito da vida; Equanimidade, que se relaciona com a flexibilidade do sujeito em face a eventos de sua vida; Perseverança, que envolve sua capacidade de perseverar e não se sentir desmotivado; e Singularidade existencial, que envolve a crença do sujeito em ser único e entender que todos precisam enfrentar as adversidades da vida e forma singular.

Ainda referente aos fatores apresentados por Perim et al. (2015), vale dizer que todos foram originalmente expostos por Wagnild e Young (1993) e são utilizados no contexto brasileiro por se adequarem aos padrões desse contexto segundo o estudo realizado pelos autores.

Além disso, todos os fatores se ligam a determinados itens presentes no instrumento, isto é, a escala é composta por 25 itens e, dentre eles, cada 5 itens avaliam e se relacionam a um fator mencionado em parágrafos acima. Para considerar se um sujeito é mais ou menos resiliente, deve-se, segundo Wagnild,



2009 apud PERIM et al., 2015), obter os escores, que podem variar entre 25 e 175 e que indicam, respectivamente, um menor e um maior nível de resiliência.

Sabe-se que a resiliência se aproxima dos conceitos de fatores de risco e de fatores de proteção. Além disso, quanto aos fatores de proteção, explicitou-se que são ferramentas que contribuem para superação de adversidades e para o manejo de situações de estresse. Logo, assim como os Pilares de Resiliência, os fatores de proteção são percebidos como recursos que auxiliam o indivíduo em tais questões (CARDOSO; MARTINS, 2013; PINHEIRO, 2004; FERGUS; ZIMMERMAN, 2005 apud GODOY; OLIVEIRA, 2015).

Contudo, enquanto os fatores de proteção caracterizam recursos internos e externos à pessoa, isto é, podem ser características construídas e presentes em seu mundo interno e características externas ambientais que possam contribuir para que exista um melhor enfrentamento de uma possível realidade adversa, os Pilares de Resiliência são características apresentadas pelo sujeito e que se referem tanto a forma como lida com seu mundo interno quanto a forma com que irá encarar as adversidades, não se levantando as questões ambientais externas que podem agir sobre ele.

Assim como explicitaram Oliveira e Nakano (2011), a resiliência tem se mostrado como uma grande contribuidora para o potencial humano, isto demonstra sua oferta de suporte e enriquecimento para a promoção de saúde mental. Ademais, percebe-se que ao vivenciar determinadas situações, muitos indivíduos experenciam situações adversas, como o desenvolvimento de enfermidades e quadros psicopatológicos. (DÍAZ; BUITRAGO; GIRALDO, 2006 apud OLIVEIRA; NAKANO, 2011).

Por fim, dentre as diversas situações nas quais o indivíduo experencia e encara adversidades, é possível citar o processo de aposentadoria e a transição de um contexto de trabalho para um reconhecimento de si como aposentado, evidenciando a importância de abordar esse contexto no tópico seguinte.

### 2.3 APOSENTADORIA

Sabe-se que a aposentadoria traz consigo a potencialidade de representar, do ponto de vista emocional, a perda de uma identidade profissional. Para alguns, essa nova etapa da vida é assimilada de forma positiva, levando-os a uma reorganização da vida; contudo, para outros é consideravelmente danoso, podendo afetar sua estrutura psíquica (ALVARENGA; KIYAN; BITENCOURT; WANDERLEY, 2009).

De acordo com Alvarenga, Kiyam, Bitencourt e Wanderley (2009), ao existirem outras fontes de satisfação além do trabalho, o enfrentamento dessa fase torna-se mais fácil para o indivíduo, proporcionando uma reestruturação de sua identidade como aposentado.

Vale dizer que a aposentadoria, frente as novas formas de trabalho e as modificações estruturais da sociedade, é um fenômeno que se apresenta a partir de um contexto social industrializado do mundo moderno. Ademais, é possível expor que inicialmente a aposentadoria foi interpretada como um tipo de esmola do Estado; contudo, passou a ser reconhecida como direito social (FONTOURA; DOLL; OLIVEIRA, 2015).

A partir de seu entendimento como um direito social, é possível entender que o período da aposentadoria será o resultado da maneira que um indivíduo organizou sua vida, isto é, seu maior ou menor investimento na vida profissional, bem como a importância dada ao âmbito do trabalho. Além disso, vivencia-se um momento de reestruturação da identidade. Vale lembrar que por ser reconhecida como um direito, e aposentadoria deve ser vista como uma livre escolha dos indivíduos; contudo, é preciso haver planejamento para que o aposentado se adapte à nova fase de sua vida (BORGES; MARTINS, 2017; FRANÇA; SOARES, 2009).

Para Fontoura, Doll e Oliveira (2015), deixar o mundo do trabalho envolve questões de reorganização da vida de um indivíduo, bem como questionamentos, aprendizagens e a capacidade de se adaptar a essa nova fase, logo, sabe-se que tem alta relevância para os indivíduos, agindo sobre a autoimagem e relações sociais.

Como exemplo de reorganização, é possível citar as questões financeiras envolvidas no processo de aposentadoria. Borges e Martins (2017) evidenciam que a perda de benefícios nessa fase pode ocasionar uma postura de revolta.

É possível que existam dificuldades quanto ao suprimento de necessidades frente à diminuição do poder aquisitivo. Com isso, vale dizer que no contexto brasileiro, a aposentadoria é encarada como uma situação de condição econômica inadequada e que ocasiona o rebaixamento da qualidade de vida do indivíduo (MAGALHÃES; KRIEGER; VIVIAN; STRALIOTTO; POETA, 2004 apud ALVARENGA; KIYAN; BITENCOURT; WANDERLEY, 2009).

Com isso, a forma com a qual o indivíduo constrói sua relação com o trabalho irá influenciar nesse período no que se refere aos vínculos e a importância dada ao planejamento, tanto financeiro quanto em outros níveis. Ademais, as autoras evidenciam que ao se entrar em contato com grupos ou pares que propiciem uma manutenção da saúde do indivíduo em contexto de aposentadoria, o enfrentamento dessas questões pode ocorrer de forma positiva.

Fonseca (2011 apud BORGES; MARTINS, 2017) explicita que a reestruturação da identidade pode trazer consigo alguns aspectos e vivências novas, como sentimentos de inutilidade e baixa autoestima; porém, se houver um engajamento em relação a própria vida, é possível que o indivíduo aposentado modifique esse cenário desfavorável. Outro fator de grande importância que pode contribuir para sentimentos desfavoráveis é a cultura capitalista, uma vez que desvalida e reprova os indivíduos que não exercem uma função que contribua para a manutenção do sistema. É possível mencionar também a saída dos filhos de sua casa de origem, isto é, da casa de seus progenitores, fato que pode ocorrer simultaneamente com o processo de aposentadoria e gerar sentimentos adversos tanto para os pais quanto para os filhos.

É visto que existe uma divisão frente à decisão dos indivíduos ao se depararem com a aposentadoria. Logo, sabe-se que muitos indivíduos relacionam diretamente sua identidade com o trabalho que exercem e, assim,

podem optar por dar continuidade em seu trabalho mesmo que formalmente aposentado. Por outro lado, existem indivíduos que optam por mudar seu estilo de vida após o processo de aposentadoria, ligando-se a atividades novas e à um novo estilo de vida. A partir disso, aponta-se a importância da área de gestão de pessoas para prestar auxílio aos indivíduos que apresentam dificuldade para se desvincular de seus antigos trabalhos e funções (FRANÇA; SOARES, 2009).

França e Soares (2009) evidenciam que se um indivíduo possui saúde e desejo de continuar no mercado de trabalho mesmo que sejam candidatos à aposentadoria, ele pode e deve continuar, uma vez que a transição também pode desempenhar novas oportunidades profissionais. Contudo, apontam que esse possível novo trabalho deve priorizar o bem-estar do indivíduo, possibilitando que ele disponha de tempo para seu lazer, projetos pessoais e relacionamentos interpessoais.

O trabalho pode desempenhar importantes papéis na vida de um indivíduo, assim, quando há uma visão de trabalho como contribuidor para o desenvolvimento de potencialidades, mantenedor de um reconhecimento social, há uma dificuldade em se abrir mão da função e a transição para aposentadoria, uma vez que o alto comprometimento do indivíduo com seu trabalho e com tudo que o envolve dificultará esse processo (CUDE; JABLIN 1992 apud BORGES; MARTINS, 2017).

Por outro lado, Both (2004 apud BORGES; MARTINS, 2017) apresenta que é possível que o trabalhador vislumbre mais facilmente a aposentadoria como uma fase que contém novas possibilidades caso veja seu trabalho como apenas um meio de prover subsistência.

Com isso, percebe-se que a aposentadoria e a adaptação para a nova condição do indivíduo é um processo complexo e que envolve aspectos heterogêneos e particulares aos indivíduos, como pessoais, sociais e culturais, incorporando diversos fatores e entendimentos. Assim, pode-se dizer que não existe um consenso sobre a forma de encarar a aposentadoria, podendo transitar desde a criação de uma nova abertura para novas vivências até a presença de

aspectos identitários negativos (BORGES; MARTINS, 2017; FONTOURA; DOLL; OLIVEIRA, 2015).

Além das discussões sobre a fase pós aposentadoria e as mudanças a serem encaradas, é possível abordar também o período anterior ao desligamento do trabalho. Segundo Stucchi (1998 apud DUARTE; MELO-SILVA, 2009), essa fase demanda um planejamento dessa nova etapa e contém grandes expectativas, sejam elas boas ou ruins, do indivíduo que irá enfrentá-la.

Esse período de pré-aposentadoria é vivido tanto no âmbito individual quanto social. Duarte e Melo-Silva (2009) apresentam que o aspecto individual diz respeito a decisão do indivíduo em ser aposentado, já o social se refere a um momento no qual existe, segundo as autoras, uma suspensão social, na qual não existe a autodefinição do indivíduo como pré-aposentado, mas há uma delimitação da forma (ainda desconhecida) do processo do “aposentar-se”. Além disso, considera-se questões sociais, subjetivas e econômicas que irão nortear e delimitar a expectativa do indivíduo nesse período (WAGNER, 1979 apud DUARTE; MELO-SILVA, 2009).

França e Soares (2009) apresentaram em seus estudos que existe uma busca pelas organizações para oferecer um sistema que assegure bem-estar para os trabalhadores que estão prestes a se aposentar e que, simultaneamente, incentive e garanta a manutenção de suas motivações e produtividade. Ademais, atentam-se às escolhas individuais desses trabalhadores, isto é, se realmente querem se aposentar de forma definitiva, se gostariam de ser realocados dentro da organização, entre outras possíveis escolhas e anseios.

As autoras expõem o conceito de *lifelong learning*. A partir da exploração de diversos estudos, elas demonstram que existe uma grande relevância em uma educação tanto para a escolha de continuidade no mercado de trabalho quanto para a saída, isto é, a aposentadoria definitiva. Tal educação defende sua extensão desde a infância até a aposentadoria e aborda a necessidade de aprendizados no nível do trabalho em escolas, instituições de treinamento, universidades, treinamento no trabalho, família e comunidade. Dentre seus objetivos, pode-se citar a quebra de preconceitos referentes à idade dos

trabalhados, o uso de artifícios digitais e a integração entre trabalhadores de diferentes idades.

No âmbito da aposentadoria e do processo de transição para essa nova fase na vida de um trabalhador, Borges e Martins (2017) apontam que a troca de experiências e o fortalecimento de vínculos é capaz de diminuir a ansiedade de trabalhadores que estão vivenciando esse processo, uma vez que promove reflexões e autoavaliações.

Ao se levar em consideração o ponto de vista psicossocial, é possível expor que a adaptação a aposentadoria deve observar as atitudes dos trabalhadores frente a tudo que acompanha essa transição, ou seja, suas perdas e ganhos, diminuindo o impacto das perdas através do planejamento e aumentando a proporção dos ganhos (FRANÇA; SOARES, 2009).

As autoras concluíram a partir de seus estudos que existem cinco dimensões dos ganhos na aposentadoria: liberdade no trabalho, mais tempo para os relacionamentos, novo começo, ter mais tempo para atividades culturais e de lazer e ter mais tempo para os investimentos. Por outro lado, também apontaram quatro dimensões referentes às perdas: aspectos emocionais do trabalho, aspectos tangíveis ao trabalho, relacionamentos do trabalho e salário e benefícios;

Por conseguinte, a forma como um indivíduo encara os ganhos e perdas decorrentes da aposentadoria dependem de alguns aspectos referentes à sua perspectiva individual, social, familiar, econômica, sociopolítica e ambiental, levando sempre em consideração o contexto em que vivem.

Frente às dificuldades que podem ser vivenciadas, França e Soares (2009) apresentam os PPA (Programas de Preparação para a Aposentadoria). Neles, há uma ênfase nos aspectos positivos dessa transição, permitindo que seus participantes reflitam sobre as questões negativas, (re)construindo seus projetos de vida e promovendo o bem-estar.

No contexto brasileiro, França (2008 apud FRANÇA; SOARES, 2009) encontrou dados de que apenas 18% de 320 organizações adotavam os PPA;

além disso, mesmo as que estão inseridas nessa porcentagem possuem pouca adesão de colaboradores em cursos, por exemplo, sobre envelhecimento e percepções sobre a aposentadoria.

A partir disso, é possível dizer que existem recursos que podem proporcionar ao profissional uma melhor relação com o enfrentamento das questões presentes tanto no período de pré-aposentadoria, quanto no processo e no pós-aposentadoria. Ademais, percebe-se que a reflexão acerca de estratégias e o planejamento a longo prazo são de grande importância.

Logo, é possível relacionar o que foi dito neste tópico com o que foi discutido anteriormente sobre o conceito de resiliência. O conhecimento de que a aposentadoria pode ser enfrentada de diversas formas e que isso está relacionado tanto com as vivências entre o indivíduo e seu trabalho, quanto com o apoio de grupos, familiares e programas (como os PPA), permite dizer que é possível construir uma relação entre o contexto da aposentadoria e a resiliência, uma vez que é possível perceber a presença de fatores de risco e fatores de proteção. Além disso, pode-se criar hipóteses sobre a incidência dos pilares de resiliência apresentados anteriormente com um enfrentamento positivo ou negativo dessa fase.

Sendo assim, o próximo tópico explorará questões da identidade e sua relação com a resiliência na aposentadoria.

## 2.4 IDENTIDADE E RESILIÊNCIA NA APOSENTADORIA

Silva, Caraballo, Jucá e Machado (2015) apresentam que ao se analisar a etimologia da palavra aposentadoria, encontra-se o significado de recolher-se ao espaço de não trabalho e retirar-se do aposento. Com isso, sabe-se que, assim como dito no tópico sobre trabalho e identidade, o trabalho pode ser visto como aquilo que fornece um papel ao indivíduo, tornando-o um ser social ativo.

Andrulis e Migoto (2020) expõem que independente do significado atribuído por um indivíduo frente ao seu trabalho, o desligamento das funções e

a transição para aposentadoria poderão gerar medos e ansiedade, uma vez que aparecerão sentimentos ambivalentes de satisfação e insatisfação na nova condição.

Ademais, Silva, Caraballo, Jucá e Machado (2015) evidenciam através dos resultados de sua pesquisa que existe uma expectativa em torno dessa nova fase da vida, ou seja, é possível notar casos em que o indivíduo idealiza sua aposentadoria, criando hipóteses das ações e atividades que irá realizar. Contudo, é possível que não se possa realizá-las, podendo gerar angústia, vazio existencial e outros sentimentos negativos.

León (2000 apud ANDRULIS; MIGOTO, 2020) acrescenta que o envelhecimento pode vir acompanhado de um comprometimento na saúde do indivíduo e gera mudanças na aparência física, o que pode reforçar alguns preconceitos quanto à essa fase.

Andrulis e Migoto (2020) indicam que é possível que o aposentado tenha deixado suas realizações pessoais para um período pós aposentadoria; contudo, se houver uma falta de planejamento, o indivíduo pode apresentar dificuldade para manejar tais planos. Outro fator de grande importância é um possível vazio por não possuir mais um compromisso com o trabalho, o que pode levar à um prejuízo na saúde mental do sujeito aposentado.

Logo, é preciso que sejam tomadas ações que foquem na promoção do bem-estar nessa fase. Silva, Caraballo, Jucá e Machado (2015) citam a necessidade da existência de políticas públicas mais assertivas e de estudos que explorem essa área.

Alvarenga, Kiyon, Bitencourt e Wanderley (2009) evidenciam que existem diversas atividades que o indivíduo aposentado pode adotar para que haja um melhor enfrentamento dessa fase. As autoras apresentam, por exemplo, o envolvimento com serviços voluntários, o que contribui para o aumento do bem-estar do aposentado por se perceber em um papel de inserção social e por agir em uma troca, ou seja, gerando bem-estar à terceiros e vivenciando o seu próprio.



A OMS (2005) expõe que a percepção de um bem estar físico, social e mental ao longo da vida liga-se à um envelhecimento ativo. Ademais, apresenta alguns determinantes para o envelhecimento ativo, como fatores individuais, envolvendo fatores psicológicos e influências biológicas; fatores econômicos, como oportunidade de trabalho e poupança; fatores sociais, como vínculos familiares e apoio social; fatores do ambiente físico, como moradia segura; fatores comportamentais, como estilo de vida saudável e fatores de serviços sociais e saúde, como acesso equitativo a cuidados primários, saúde física e mental.

A partir disso, é possível dizer que o estilo de vida individual, seja antes, depois ou durante o processo de aposentadoria, apresentará impacto sobre a saúde do indivíduo. Além disso, a manutenção de sua saúde levará em conta o conjunto de suas crenças, valores e atitudes (TAVARES, 2007)

Por outro lado, as relações sociais também desempenham forte ligação com o contexto em questão. Andrade e Vaitsman (2002 apud TAVARES, 2007) apontam que tais relações contribuem para a atribuição de sentido à vida, uma vez que a constituição e organização da identidade de um indivíduo, considerando também crenças, valores e atitudes, liga-se a forma como o outro o vê.

Com isso, é possível dizer que cada indivíduo irá construir, a sua maneira, a forma com a qual se relaciona consigo e com o ambiente externo. Logo, ao atingirem o contexto da aposentadoria, poderão de portar de forma mais ou menos vulnerável. A partir disso, é possível pensar no conceito de “resiliência psicológica”, que dentre diversas definições, pode ser compreendido como a capacidade de um indivíduo ou grupo para enfrentar e superar adversidades (PINHEIRO, 2004).

Leão e Campos (2018) apresentam que devido as rápidas mudanças na sociedade atual, é preciso que haja um esforço de adaptação que pode ser traduzido por um potencial de resiliência do indivíduo. De acordo com Campos (2017):

Há duas condições básicas subjacentes ao conceito geral de resiliência como um padrão de funcionamento adaptativo no contexto de risco ou adversidade: a exposição a um risco significativo; e a evidência de adaptação positiva às ameaças ao desenvolvimento (CAMPOS, 2017, p. 60).

Consequentemente, levanta-se a questão das adversidades presentes na fase da aposentadoria. Logo, a resiliência se apresenta como um fator de grande importância para que o indivíduo aposentado possa ressignificar aquilo que atribui a tais dificuldades, podendo reduzir cognitivamente a representação que os eventos estressores têm. Ademais, ao passo que há uma postura resiliente nessa fase, é possível perceber a manutenção da autoestima, da autoeficácia e o enfrentamento dos eventos adversos e estressores (CAMPOS, 2017).

Fontes e Neri (2015) expõem que se houver a contribuição de recursos de resiliência, o aposentado não será submetido a fatores de risco, como psicossociais e socioeconômicos. Tais recursos permitirão que haja uma redução dos efeitos negativos presentes no período de adaptação à essa nova fase na vida do indivíduo, resultando em uma flexibilidade e plasticidade que tendem a diminuir no decorrer do envelhecimento.

Um indivíduo que conta com recursos individuais e sociais de enfrentamento será capaz de atribuir significados positivos à nova experiência de vida, buscando uma manutenção de papéis sociais positivos e a adoção de estratégias de enfrentamento. Fontes e Neri (2015) acrescentam que embora os estudos acerca do envelhecimento saudável nem sempre foquem nos aspectos de resiliência, levam em consideração que o bem-estar psicológico é um importante indicador frente ao enfrentamento de adversidades; ademais, adicionam que a Psicologia Positiva age como um fator de proteção frente a dificuldades passíveis de serem vivenciadas nesse período.

Nalin e França (2015) agregam que o bem-estar na aposentadoria se relaciona tanto a competências pessoais, que envolvem aspectos da resiliência, como as estratégias de enfrentamento, quanto a satisfação socioeconômica do indivíduo, embora, de acordo com um estudo realizado pelas autoras, o planejamento dessa fase não seja feito por grande parte das pessoas.

Embora o planejamento financeiro e a satisfação econômica sejam encarados com grande relevância para o bem estar na fase de aposentadoria, Andrulis e Migoto (2020) apresentam que é possível pensar que além da satisfação financeira, a capacidade de administrar o tempo que ainda resta ao indivíduo se apresenta como um fator importante para a satisfação com a vida após a aposentadoria.

A partir disso, é possível o questionamento de como os indivíduos que não se planejaram podem vivenciar essa fase de forma a não gerar prejuízos à saúde mental e perda de aspectos identitários. Sendo assim, as autoras indicam que é preciso que o indivíduo aposentado reveja se seus projetos de vida estão alinhados com aquilo que ele pode experienciar no momento, ou seja, podendo modificá-los para uma melhor adaptação dessa fase. As autoras ainda acrescentam que a insatisfação poderá impulsionar e direcionar a sujeito aposentado para novos caminhos.

Outro fator que pode influenciar a forma com a qual um indivíduo vivencia a fase de aposentadoria se refere às diferentes formas de desligamento de um emprego, isto é, de qual forma se deu a aposentadoria do sujeito. Nesse contexto, o processo de aposentadoria pode ter sido uma vontade do indivíduo, mas também uma aposentadoria antecipada, involuntária, abrupta ou aderência à um plano de demissão voluntária (ANDRULIS; MIGOTO, 2020).

Frente aos Programas de Preparação para a Aposentadoria (PPA) mencionados no tópico anterior, é possível levantar a necessidade de uma abrangência para o acompanhamento que ocorra durante e posteriormente a transição para a aposentadoria e que auxiliem o indivíduo para um melhor enfrentamento dessa fase. Sendo assim Lopes (2010 apud ANDRULIS; MIGOTO, 2020) indica que acompanhar o desligamento de um indivíduo pode auxiliá-lo a encontrar a melhor vivencia durante essa transição, visando minimizar as dificuldades de adaptação.

Por fim, França et al. (2019) consideram que a aposentadoria é um tema complexo e que vai além do simples desligamento das funções desempenhadas.

Sendo assim, a abordagem desse tema deve envolver diversas questões da vida de um indivíduo, necessitando ser multidimensional.

Os autores perceberam, através de uma pesquisa realizada em instituições públicas brasileiras, que os conteúdos mais abordados nos PPA se referiam à aqueles ligados à sobrevivência, como previdência social, finanças e projetos de vida; por outro lado, eram pouco abordados aqueles que se referiam à outros aspectos da vida do indivíduo, como identidade, qualidade de vida, relações afetivas e espiritualidade.

A partir disso, afirma-se que o interesse frente à expansão dos PPA deve fazer parte de discussões, pesquisas e formulações de políticas de incentivo a esse tipo de programa, uma vez que, assim como exemplificado anteriormente, é cada vez mais crescente a abordagem de questões referentes a aposentadoria e de como um melhor enfrentamento dessa fase pode ser vivenciado pelos indivíduos aposentados.

### 3 MÉTODO

#### 3.1 TIPO DE PESQUISA

Esta pesquisa se caracteriza como uma Pesquisa de Campo e foi realizada seguindo os preceitos da abordagem qualitativa.

De acordo com Gil (2008), uma Pesquisa de Campo leva em consideração a opinião dos participantes acerca de um fenômeno de uma forma aprofundada. Quanto à definição de pesquisa qualitativa, Oliveira (2007) apresenta que esta considera tanto a subjetividade do pesquisando quanto a do pesquisador.

#### 3.2 LOCAL DA PESQUISA

A pesquisa foi realizada na cidade de Taubaté, Caçapava e São José dos Campos, interior do Estado de São Paulo e a aplicação dos instrumentos foi feita através de plataformas virtuais, por meio de formulário *online* confeccionado no *GoogleForms*.

A Organização Mundial da Saúde (OMS), no dia 11 de março de 2020, caracterizou a COVID-19 como uma pandemia. Sendo assim, foram exigidas posturas de distanciamento social, o que justifica a escolha de realizar a coleta de dados desta pesquisa de forma inteiramente virtual.

#### 3.3 POPULAÇÃO E AMOSTRA

Os participantes da amostra foram 10 indivíduos aposentados de ambos os gêneros e que se aposentaram dentro de um período de até 10 anos. Todos os participantes são aposentados do setor industrial e foram selecionados independentemente de cargos e funções.

Adotou-se como critérios de inclusão aposentados no setor industrial por no máximo 10 anos independentemente de cargos e funções. Já como critério de exclusão, optou-se por desconsiderar aposentados do setor de serviços e comércio e indivíduos aposentados há mais de 10 anos.

Todos os dados referentes à caracterização dos participantes se referem ao momento em que foram aplicados os instrumentos. Os participantes têm idades entre 52 e 64 anos, oito são do gênero masculino e duas são do gênero feminino. Ademais, as duas participantes do gênero feminino indicaram que estão divorciadas e os oito participantes do gênero masculino indicaram que estão casados ou estão em união estável.

Nenhum dos participantes indicou ter desempenhado uma mesma função, ou seja, todas as funções apresentadas por eles são diferentes e três deles indicaram que permaneciam trabalhando no momento da aplicação dos instrumentos, embora estivessem formalmente aposentados.

Por fim, é possível ressaltar que três participantes apontaram que estão aposentados há menos de cinco anos e sete participantes indicaram que estão aposentados dentro de um período entre 5 e 10 anos.

Vale dizer que o número de participantes foi delimitado através da leitura do material de pesquisa de Guest, Bunce e Johnson (2006), que evidencia que para estudos que objetivam descrever percepções e crenças de grupos relativamente homogêneos, um total de até 12 participantes pode ser suficiente.

### 3.4 INSTRUMENTOS

#### 3.4.1 Questionário Sociodemográfico

O questionário foi desenvolvido pelo pesquisador e abrange 23 questões referentes a como o indivíduo vê o trabalho e que lugar o trabalho ocupa em sua vida, o que pensa sobre aposentadoria, como encara sua mudança de funções e quais estratégias utiliza para o enfrentamento de adversidades nessa fase.

De acordo com Gil (2008), um questionário se define como uma técnica de investigação composta por questões e que buscam obter informações sobre crenças, sentimentos, valores, entre outros. Além disso, costumam ser propostos aos participantes de forma escrita e auto aplicada.

### 3.4.2 Escala de Resiliência de Wagnild e Young

A Escala de Resiliência de Wagnild e Young (1993) analisa a competência social, a aceitação de si mesmo e da vida e competências pessoais com a finalidade de medir os níveis de adaptação psicossocial positiva em fase de eventos de vida importantes (PESCE et al., 2005 apud OLIVEIRA; GODOY, 2015).

A escala é composta por 25 itens que devem ser respondidos em formato de escala *likert*, sendo 1 (discordo totalmente) e 7 (concordo totalmente); além disso, os escores variam entre 25 (nível mais baixo de resiliência) e 175 (nível mais alto de resiliência). Logo, quanto mais alto o escore obtido, maior o nível de resiliência do indivíduo (PESCE et al., 2004 apud OLIVEIRA; GODOY, 2015; PESCE et al., 2005 apud OLIVEIRA; GODOY, 2015).

Sobre sua mensuração, Perim et al. (2015) expõe que:

A Escala de Resiliência (ER) foi inicialmente composta por 50 itens, tendo sido reduzida da versão original uma medida de 25 itens, avaliados por escalas do tipo *Likert* de sete pontos (discordo fortemente a concordo fortemente). Os escores desta escala reduzida variam entre 25 e 175, significando um maior ou menor grau de resiliência se o sujeito atinge um maior ou menor escore, sendo que escores até 125 representam uma baixa resiliência, entre 125 e 145 uma resiliência média e acima de 145 uma alta resiliência (WAGNILD, 2009 apud PERIM et al., 2015, p. 375)

Ademais, cinco fatores foram adotados para a análise da Escala de Resiliência segundo Wagnild e Young (1993 apud PERIM et al., 2015):

- Autossuficiência: consiste na crença que o sujeito possui em si mesmo, envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais. Este fator envolve os itens 02, 09, 13, 18 e 23 da escala;
- Sentido da Vida: envolve a percepção do sujeito em um sentido e propósito da vida, envolve a crença de que existe um bom motivo para viver. Este fator envolve os itens 04, 06, 11, 15 e 21;

- Equanimidade: relaciona-se com a capacidade do sujeito em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder. As pessoas que possuem esse fator elevado podem ser descritas como bem-humoradas. Envolve os itens 07, 12, 16, 19 e 22 da escala;
- Perseverança: envolve a capacidade do indivíduo de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação. Este fator envolve os itens 01, 10, 14, 20 e 24.
- Singularidade Existencial: envolve a crença em um sentimento de que se é único e que por esse motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de ser único. Este fator envolve os itens 03, 05, 08, 17 e 25.

### 3.5 PROCEDIMENTO PARA COLETA DE DADOS

Esta pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa e seguiu para a aplicação após ser aprovada. A coleta de dados foi realizada através do esquema bola de neve, não havendo necessidade de um termo de autorização institucional.

Os participantes foram selecionados por conveniência e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes da aplicação dos instrumentos. A partir disso, os instrumentos foram aplicados nos 10 participantes

### 3.6 PROCEDIMENTO PARA ANÁLISE DE DADOS

A escala de resiliência foi analisada conforme instruções do instrumento. Assim, foi calculada a média de cada um dos fatores propostos na escala e calculada uma média geral. Quanto maior a média alcançada, maior o nível de resiliência apresentado pelo indivíduo.



O método de análise de dados requer uma validação da análise realizada. Uma das formas em que isso pode ser feito é através da triangulação de teorias, que foi adotado nesta pesquisa e que, segundo Campos (2004, p. 614), é um método no qual “se analisa os dados tomando por base várias teorias e tenta-se encontrar validade intrínseca pelo embasamento de cada uma delas”.

Ressalta-se que foram adotados, para a análise dos dados referentes à Escala de Resiliência de Wagnild e Young, os preceitos de Perim et al. (2015), considerando-se os 5 fatores apresentados pelos autores, a saber: Autossuficiência, Sentido da Vida, Equanimidade, Perseverança e Singularidade Existencial.

Por fim, a escolha de se adotar os fatores levantados por Perim et al. (2015) se deve ao fato de que, segundo os autores, e de acordo com os resultados obtidos através de sua pesquisa envolvendo a Escala de Resiliência, há a superioridade da adoção do modelo original de cinco fatores na amostra brasileira participante do estudo realizado pelos autores.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Esta seção está organizada de forma a ser possível apresentar a caracterização da amostra (seção 4.1), bem como os resultados individuais de cada instrumento, a saber: os resultados, respectivamente, dos Questionários Sociodemográficos (seção 4.2) e da Escala de Resiliência de Wagnild e Young (seção 4.3). Após a apresentação dos resultados individuais de cada instrumento, será apresentada uma triangulação dos dados que tem como objetivo analisar os dados e embasá-los através do que foi encontrado na revisão da literatura (seção 4.4).

### 4.1 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

Resumidamente a amostra se caracteriza conforme apresentação no Quadro 1.

Quadro 1: Caracterização da amostra.

Características	Quantidade
Idade	Participante mais novo: 52 anos; Participante mais velho: 64 anos; A média de idade dos participantes é de aproximadamente 59 anos.
Gênero	Gênero masculino: 8 participantes; Gênero feminino: 2 participantes.
Estado Civil	Casados ou em união estável: 8 participantes; Divorciadas: 2 participantes.
Pessoas com quem vivem	Companheiro(a) e filhos: 8 participantes; Com filhos: 2 participantes.

Continua...

Continuação...

Escolaridade	Ensino Superior completo: 5 participantes; Ensino Superior incompleto: 2 participantes; Ensino Médio completo: 2 participantes; Ensino Fundamental completo: 1 participante.
Cargo(s) que já ocuparam na indústria	Funileiro, Técnico Logístico, Montador, Supervisor de Custos, Gerente Operacional, Preparador de Carroceria, Inspetor de Qualidade, Montador, Auxiliar Administrativo, trabalhador na área da Produção. Coordenador de TI e trabalhador na área da Diretoria
Trabalham atualmente	Não trabalham atualmente: 7 participantes; Trabalham atualmente: 3 participantes.
Tempo de aposentadoria	Aposentados em um período entre 5 e 10 anos: 7 participantes; Aposentados em um período menor do que 5 anos: 3 participantes.

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

Quanto às idades dos participantes: variam entre 52 e 64 anos; um participante tem 52 anos, um participante tem 53 anos, um participante tem 57 anos, três participantes têm 59 anos, um participante tem 62 anos, dois participantes têm 63 anos e um participante tem 64 anos. Quanto ao gênero, oito participantes são do gênero masculino e duas participantes são gênero feminino.

Notou-se que oito participantes são casados ou estão em união estável e duas participantes são divorciadas. Ademais, oito participantes indicaram que vivem com companheiro(a) e filhos e dois participantes indicaram que vivem apenas com filhos.

Quanto à escolaridade, cinco participantes possuem Ensino Superior completo, dois possuem Ensino Superior Incompleto, dois possuem Ensino Médio completo e um possui Ensino Fundamental completo.

Cada participante indicou que exerceu um cargo na indústria, não havendo participantes que ocuparam uma mesma função. A saber, os cargos expostos foram: Funileiro, Técnico Logístico, Montador, Supervisor de Custos, Gerente Operacional, Preparador de Carroceria, Inspetor de Qualidade, Montador, Auxiliar Administrativo, trabalhador na área da Produção, Coordenador de TI e trabalhador na área da Diretoria. Vale dizer que alguns dos participantes indicaram que ocuparam mais de um cargo, enquanto outros indicaram que ocuparam apenas um cargo durante a atividade na indústria.

Ao serem questionados sobre o tempo de aposentadoria, sete participantes apontaram que estão aposentados dentro de um período entre cinco e dez anos e três participantes apontaram que estão aposentados há menos de cinco anos. Além disso, sete participantes indicaram que não trabalham atualmente e três participantes indicaram que trabalham atualmente, mesmo que estejam formalmente aposentados.

#### 4.2 ANÁLISE DOS QUESTIONÁRIOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Nesta seção estão expostos os dados obtidos através dos Questionários Sociodemográficos. Estão evidenciados os dados individuais de cada participante através de uma descrição de suas respostas. Ao final, há um breve fechamento que contém o que pôde ser identificado frente às respostas de todos os participantes.

##### ***Participante 1***

O participante número 1 tem 59 anos e é do gênero masculino. Indicou ser casado ou estar em união estável, reside com companheiro(a) e filhos, possui Ensino Superior completo e apontou que ocupou os cargos de Funileiro e Técnico Logístico durante sua atividade laboral. Indicou que não trabalha atualmente e que está aposentado dentro de um período entre 5 e 10 anos.

Ao ser questionado quanto às sensações decorrentes da fase de aposentadoria, o participante número 1 apresentou que se sente Confortável, Determinado, Confiante, Feliz, Otimista e Autoconfiante. Vale dizer que todas as

opções marcadas pelo participante denotam sensações positivas frente à aposentadoria; ademais, não foram marcadas por ele as características negativas que constavam dentre as opções apresentadas.

Este participante evidenciou que acredita que a aposentadoria traz mais ganhos, e atribuiu a ela os seguintes aspectos: Autonomia, Desafios, Novas oportunidades, Mudanças de hábitos pessoais, Conquistas, Maior tempo para lazer, Aproximação da família e amigos e Descanso. Na pergunta em questão, o participante teve a opção de selecionar aspectos que podem ser considerados como negativos; contudo, indicou aqueles que podem ser percebidos como positivos.

O participante número 1 apontou que acredita que o apoio de familiares ou amigos pode ser positivo para o enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria. Indicou que não vivenciou problemas familiares e nem problemas financeiros após a aposentadoria.

Também manifestou que se planejou durante a vida para a chegada da fase de aposentadoria e que acredita que o planejamento pode levar a um maior bem estar frente a essa fase.

Elegeu que os efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal foram: Benefícios na autoestima, Melhora no convívio familiar, Melhora na saúde física, Melhora na saúde mental, Disposição para novos projetos e Satisfação pessoal. Ademais, o participante não selecionou nenhum aspecto negativo ao responder esse questionamento.

Apontou que acredita que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa e que acredita que parte de sua identidade se deve à sua relação com as funções que desempenhou no trabalho. Demonstrou também que as funções que desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição de sua personalidade atual e que se considera um sujeito resiliente, evidenciando que acredita ter facilidade para superar problemas.

## ***Participante 2***

O participante número 2 tem 59 anos e é do gênero masculino. Apontou ser casado ou estar em união estável e que reside com companheiro(a) e filhos. Possui Ensino Fundamental completo e indicou que ocupou o cargo de Montador enquanto exercia atividade na indústria. Indicou que não trabalha atualmente e que está aposentado dentro de um período entre 5 e 10 anos.

Ao ser questionado quanto às sensações decorrentes da fase de aposentadoria, o participante número 2 indicou que se sente Confortável. Vale dizer que existiam outras opções passíveis de serem marcadas pelo participante e referentes tanto a sensações interpretadas como positivas quanto negativas.

Este participante evidenciou que acredita que a aposentadoria traz mais ganhos, e atribuiu a ela os seguintes aspectos: Maior tempo para lazer e Descanso. Na pergunta em questão, o participante teve a opção de selecionar aspectos que podem ser considerados. Sendo assim, é possível inferir que este participante relaciona seu período de aposentadoria à um período no qual desfruta de mais tempo para descanso e tempo livre, sentindo-se, desta forma, confiante com sua posição atual.

Apontou que acredita que o apoio de familiares ou amigos é neutro frente ao enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria e que não vivenciou problemas familiares após a aposentadoria. Contudo, expôs que enfrentou problemas financeiros após a transição para essa fase.

O participante número 2 apontou que se planejou durante a vida para a chegada da fase de aposentadoria e que acredita que o planejamento pode levar a um maior bem estar frente a essa fase.

Ademais, revelou que os efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal foram: Melhora no convívio familiar e melhora na saúde mental. O participante não selecionou nenhum aspecto negativo ao responder esse questionamento.

Revelou que acredita que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa e que acredita que parte de sua identidade se deve à sua relação com as funções que desempenhou no trabalho. Indicou

que as funções que desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição de sua personalidade atual e que se considera um sujeito resiliente, exibindo que acredita ter facilidade para superar problemas.

### ***Participante 3***

O participante número 3 tem 59 anos e é do gênero masculino. Expôs ser casado ou estar em união estável e residir com companheiro(a) e filhos, possui Ensino Superior completo e exibiu ter ocupado o cargo de Supervisor de Custos durante sua atividade laboral. Indicou que trabalha atualmente e que está formalmente aposentado há menos de 5 anos.

Ao ser questionado quanto às sensações decorrentes da fase de aposentadoria, o terceiro participante apontou que se sente Confortável, Determinado, Confiante e Otimista. Vale ressaltar que todas as opções marcadas pelo participante denotam sensações positivas frente à fase de aposentadoria.

Além disso, atribuiu a aposentadoria os seguintes aspectos: Autonomia, Novas oportunidades e Conquistas. Embora tenha selecionado tanto sensações positivas quanto aspectos positivos frente a fase de aposentadoria, este participante evidenciou que acredita que a aposentadoria traz mais perdas do que ganhos.

O participante número 3 demonstrou que acredita que o apoio de familiares ou amigos pode ser positivo para o enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria e que não vivenciou problemas familiares e nem problemas financeiros após a aposentadoria. Contudo, apesar de não ter vivenciado problemas financeiros, o participante expôs que não se planejou durante sua vida para a chegada da fase de aposentadoria, mas acredita que o planejamento pode levar a um maior bem estar frente a essa fase.

Quanto aos efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal, o participante indicou: Melhora na saúde mental, Disposição para novos projetos e Satisfação pessoal.

Apontou que acredita que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa e que acredita que parte de sua identidade se deve à sua relação com as funções que desempenhou no trabalho, além de acreditar que as funções que desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição de sua personalidade atual. Apresentou que se considera um sujeito resiliente e que acredita ter facilidade para superar problemas.

Portanto, é possível inferir que no caso deste participante, o planejamento não desempenhou função central para uma melhor vivência do período de aposentadoria. É possível levantar a hipótese de que isso se deva ao fato de que o participante indicou que trabalha atualmente, o que pode proporcionar a ele uma maior segurança financeira. Ademais, mesmo indicando que considera que a aposentadoria traz mais perdas do que ganhos, este participante exibiu que atribui e vivencia aspectos e sensações positivas em relação a ela.

#### ***Participante 4***

O quarto participante tem 63 anos e é do gênero masculino. Apontou ser casado ou estar em união estável e residir com companheiro(a) e filhos. Indicou possuir Ensino Superior completo e manifestou ter ocupado o cargo de Gerente Operacional durante sua atividade laboral. Indicou que não trabalha atualmente e que está aposentado dentro de um período entre 5 e 10 anos.

Ao ser questionado quanto às sensações decorrentes da fase de aposentadoria, o participante número 4 apresentou que se sente Confortável, Determinado, Confiante, Feliz e Otimista. Todas as opções marcadas pelo participante se referem a sensações positivas frente à aposentadoria.

Este participante evidenciou que acredita que a aposentadoria traz mais ganhos e atribuiu a ela os seguintes aspectos: Autonomia, Desafios, Novas oportunidades, Mudanças de hábitos pessoais, Conquistas, Maior tempo para lazer, Aproximação da família e amigos e Descanso, demonstrando que, mesmo tendo tido a opção de marcar características negativas, optou por selecionar aquelas que se referem aos aspectos positivos da aposentadoria.



O participante número 4 apontou que acredita que o apoio de familiares ou amigos pode ser positivo para o enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria. Denotou que não vivenciou problemas familiares e nem problemas financeiros após a aposentadoria.

Também evidenciou que se planejou durante a vida para a chegada da fase de aposentadoria e que acredita que o planejamento pode levar a um maior bem estar frente a essa fase.

Exibiu que os efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal foram: Benefícios na autoestima, Melhora na saúde física, Melhora na saúde mental e Satisfação pessoal. Vale dizer que o participante não selecionou nenhum aspecto negativo ao responder à essa pergunta.

Apontou que acredita que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa e que acredita que parte de sua identidade se deve à sua relação com as funções que desempenhou no trabalho. Demonstrou também que as funções que desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição de sua personalidade atual e que se considera um sujeito resiliente, evidenciando que acredita ter facilidade para superar problemas.

### ***Participante 5***

O participante número 5 tem 63 anos e é do gênero masculino. Manifestou ser casado ou estar em união estável. Reside com companheiro(a) e filhos, possui Ensino Superior incompleto e apontou que ocupou o cargo de Preparador de carroceria durante sua atividade em indústria. Apontou não estar trabalhando atualmente e estar aposentado dentro de um período entre 5 e 10 anos.

Quando questionado sobre as sensações decorrentes da fase de aposentadoria, apresentou que se sente Confortável, Determinado, Confiante, Feliz, Otimista e Autoconfiante, demonstrando apenas sensações compreendidas como positivas.

O participante evidenciou que acredita que a aposentadoria traz mais ganhos e atribuiu a ela os aspectos de Autonomia, Novas oportunidades, Mudanças de hábitos pessoais, Conquistas, Maior tempo para lazer, Aproximação da família e amigos e Descanso. Na pergunta em questão, o participante teve a opção de selecionar aspectos que podem ser considerados como negativos; contudo, indicou aqueles que podem ser percebidos como positivos. Ademais, acrescentou livremente um aspecto: Poder fazer cursos que gosto.

O participante número 5 apontou que acredita que o apoio de familiares ou amigos pode ser positivo para o enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria e indicou que não vivenciou problemas familiares.

Apontou que vivenciou problemas financeiros após a aposentadoria e que não se planejou durante a vida para a chegada dessa nova fase. Por outro lado, acredita que o planejamento pode levar a um maior bem estar frente a essa fase. É possível levantar a hipótese de que o participante tenha vivenciado problemas financeiros devido à falta de planejamento para a chegada da aposentadoria; contudo, vale ressaltar que no que se refere às sensações e aspectos que atribui a aposentadoria, denotou aqueles que são considerados como positivos.

Elegeu que os efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal foram: Benefícios na autoestima, Melhora no convívio familiar, Melhora na saúde física, Melhora na saúde mental, Disposição para novos projetos e Satisfação pessoal, não tendo selecionado nenhum aspecto negativo ao responder esse questionamento.

Indicou que acredita que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa e que acredita que parte de sua identidade se deve à sua relação com as funções que desempenhou no trabalho. Demonstrou também que as funções que desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição de sua personalidade atual e que se considera um sujeito resiliente, evidenciando que acredita ter facilidade para superar problemas.

### ***Participante 6***

O participante número 6 tem 52 anos, é do gênero masculino, é casado ou está em união estável e reside com companheiro(a) e filhos. Apontou que possui Ensino Médio completo e que ocupou os cargos de Inspetor de Qualidade e Montador durante sua atividade laboral. Indicou que não trabalha atualmente e que está aposentado há menos de 5 anos.

Ao ser questionado quanto às sensações decorrentes da fase de aposentadoria, o participante indicou que se sente Desconfortável. Ademais, demonstrou que acredita que a aposentadoria traz mais perdas, atribuindo a ela os seguintes aspectos: Desafios, Mudança de hábitos pessoais, Perda de prestígio social, Perda de autoestima, Aproximação da família e amigos, Descanso e Tensão. Conseqüentemente, é possível dizer que este participante possui considerações ambivalentes quanto aos aspectos que atribui à aposentadoria.

O participante número 6 apontou que acredita que o apoio de familiares ou amigos pode ser positivo para o enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria e indicou que vivenciou tanto problemas familiares quanto problemas financeiros após a aposentadoria. Ademais, apontou que não se planejou para a chegada dessa fase, embora considere que o planejamento pode levar a um maior bem estar nesse contexto.

Denotou que os efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal foram: Ansiedade, Insegurança e Queda da autoestima. Logo, percebe-se que este participante não selecionou efeitos positivos da aposentadoria em sua vida pessoal;

Apontou que acredita que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa e que acredita que parte de sua identidade se deve à sua relação com as funções que desempenhou no trabalho. Demonstrou também que as funções que desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição de sua personalidade atual e que se considera um sujeito resiliente, evidenciando que acredita ter facilidade para superar problemas.

Ainda que se considere resiliente e que tenha facilidade para superar problemas, o participante número 6 demonstrou que atribui aspectos negativos a fase de aposentadoria.

### ***Participante 7***

A participante número 7 tem 64 anos e é do gênero feminino. Expôs ser divorciada e residir com filhos. Ademais, possui Ensino Superior incompleto e apontou que ocupou o cargo de Auxiliar Administrativa durante sua atividade em indústria. Indicou que não trabalha atualmente e que está aposentada dentro de um período entre 5 e 10 anos.

Ao ser questionada quanto às sensações decorrentes da fase de aposentadoria, denotou que se sente Confortável, Determinada e Feliz. Vale dizer que todas as opções marcadas pelo participante denotam sensações positivas.

A participante evidenciou que acredita que a aposentadoria traz mais ganhos, atribuindo a ela os aspectos a seguir: Desafios, Mudanças de hábitos pessoais, Maior tempo para lazer e Aproximação da família e amigos.

Apontou que acredita que o apoio de familiares ou amigos pode ser positivo para o enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria. Indicou que não vivenciou problemas familiares e nem problemas financeiros após a aposentadoria.

Manifestou que não se planejou durante a vida para a chegada da fase de aposentadoria, mas indicou que acredita que o planejamento pode levar a um maior bem estar frente a essa fase.

Ao ser questionada sobre os efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal, a participante elegeu os seguintes aspectos: Melhora no convívio familiar, Melhora na saúde física, Melhora na saúde mental e Satisfação pessoal. Sendo assim, é possível dizer que relatou apenas efeitos positivos gerados pela aposentadoria.

Apontou que acredita que o trabalho não desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa. Por outro lado, indicou que acredita que parte de sua identidade se deve à sua relação com as funções que desempenhou no trabalho.

Demonstrou também que as funções que desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição de sua personalidade atual e que se considera um sujeito resiliente. No entanto, mesmo se considerando resiliente, a participante apontou que acredita não possuir facilidade para superar problemas.

### ***Participante 8***

O oitavo participante tem 57 anos e é do gênero masculino. Expôs ser casado ou estar em união estável e residir com companheiro(a) e filhos. Possui Ensino Médio completo e indicou que ocupou o cargo na área de Produção enquanto exercia atividade na indústria. Indicou que trabalha atualmente e que está formalmente aposentado dentro de um período entre 5 e 10 anos.

Ao ser questionado quanto às sensações decorrentes da fase de aposentadoria, o participante número 8 indicou que se sente Confortável, Determinado, Confiante, Feliz e Otimista. Mesmo que pudesse ter selecionado outras opções, inclusive aquelas que indicavam aspectos negativos, o participante optou por selecionar as supracitadas.

Este participante evidenciou que acredita que a aposentadoria traz mais ganhos, e atribuiu a ela os seguintes aspectos: Desafios, Mudança de hábitos pessoais, Conquistas, Maior tempo para lazer, Aproximação da família e amigos e Descanso.

Indicou que acredita que o apoio de familiares ou amigos é positivo frente ao enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria e que não vivenciou problemas familiares ou financeiros após a transição para essa fase.

O participante número 8 apontou que se planejou durante a vida para a chegada da fase de aposentadoria e que acredita que o planejamento pode levar a um maior bem estar frente a essa fase.

Ademais, revelou que os efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal foram: Benefícios na autoestima, Melhora no convívio familiar, Melhora na saúde física, Melhora na saúde mental, Disposição para novos projetos e Satisfação pessoal. Além disso, o participante não selecionou nenhum aspecto negativo.

Revelou que acredita que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa e que acredita que parte de sua identidade se deve à sua relação com as funções que desempenhou no trabalho. Indicou que as funções que desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição de sua personalidade atual e que se considera um sujeito resiliente, exibindo que acredita ter facilidade para superar problemas.

### ***Participante 9***

A participante número 9 tem 53 anos e é do gênero feminino. Manifestou ser divorciada e residir com filhos, possui Ensino Superior completo e apontou que ocupou o cargo de Coordenadora de TI durante sua atividade em indústria. Apontou não estar trabalhando atualmente e estar aposentada há menos de 5 anos.

Quando questionada sobre as sensações decorrentes da fase de aposentadoria, apresentou que se sente Determinada e Otimista. A participante evidenciou que acredita que a aposentadoria traz mais ganhos e atribuiu a ela os aspectos de Maior tempo para lazer e Aproximação da família e amigos.

Esta participante apontou que acredita que o apoio de familiares ou amigos pode ser positivo para o enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria. Indicou que não vivenciou problemas familiares, mas que teve problemas financeiros após a aposentadoria. No entanto, indicou que se planejou para a chegada dessa fase e que acredita que o planejamento pode levar a um maior bem estar frente a transição para a aposentadoria

Indicou que os efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal foram: Melhora na saúde física e Disposição para novos projetos. Além disso, a participante apontou que não acredita que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa, mas que acredita que parte de sua identidade se deve à sua relação com as funções que desempenhou no trabalho. Demonstrou também que as funções que desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição de sua personalidade atual e que se considera uma pessoa resiliente, evidenciando que acredita ter facilidade para superar problemas.

### ***Participante 10***

A participante número 10 tem 62 anos e é do gênero masculino. Manifestou ser casado ou estar em união estável e residir com companheiro(a) e filhos, possui Ensino Superior completo e apontou que ocupou cargo na área de Diretoria durante sua atividade em indústria. Apontou estar trabalhando atualmente e estar aposentado em um período entre 5 e 10 anos.

Quando questionado sobre as sensações decorrentes da fase de aposentadoria, indicou que se sente Desconfortável. O participante apontou que acredita que a aposentadoria traz mais ganhos e atribuiu a ela os aspectos de Novas oportunidades.

O participante apresentou que acredita que o apoio de familiares ou amigos pode ser positivo para o enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria. Demonstrou que não vivenciou problemas familiares e nem financeiros após a aposentadoria. Ademais, indicou que se planejou para a chegada dessa fase e que acredita que o planejamento pode levar a um maior bem estar frente a transição para a aposentadoria

Indicou que os efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal foram: Melhora o convívio familiar, Melhora na saúde física, Melhora na saúde mental e Disposição para novos projetos. Além disso, o participante apontou que acredita que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa e que acredita que parte de sua identidade se deve à sua relação

com as funções que desempenhou no trabalho. Por fim, demonstrou que as funções que desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição de sua personalidade atual e que se considera uma pessoa resiliente, evidenciando que acredita ter facilidade para superar problemas.

### ***Fechamento***

A partir das respostas dadas pelos participantes nos Questionários Sociodemográficos, foi possível notar que o enfrentamento deles frente ao período de aposentadoria envolve tanto aspectos ligados à esfera do trabalho quanto aspectos mais subjetivos dos participantes.

Identificou-se que apenas dois participantes indicaram que se sentem desconfortáveis com a aposentadoria. Ademais, que três participantes apontaram que a aposentadoria traz mais perdas do que ganhos.

Apenas um dos participantes apontou que o apoio de familiares e amigos é neutro, o que pode indicar que ele não considera esse recurso externo como um fator de proteção; por outro lado, por apontarem que consideram esse apoio como positivo, os outros participantes podem ter o considerado como um fator de proteção.

Além disso, é possível apontar que alguns participantes indicaram que vivenciaram problemas ou familiares ou financeiros após a aposentadoria, o que permite afirmar que os aspectos emocionais e relacionais interferem e agem sobre o enfrentamento dessa fase. Outro fator que foi percebido como ativo na relação dos participantes com a aposentadoria é o entendimento de que esse fenômeno se liga com aspectos identitários, da personalidade e da autoimagem.

Por fim, é possível ressaltar que embora todos os participantes tenham indicado que se consideram resilientes e que nove participantes tenham apontado que têm facilidade para superar problemas, notou-se não foram todos que indicaram não ter problemas nesse período. Por conseguinte, é possível afirmar que a resiliência pode auxiliá-los em um melhor manejo quanto ao enfrentamento das adversidades, porém, assim como afirma a literatura, não



torna a vida dos participantes isenta de questões emocionais negativas e de problemas que exigem uma capacidade e estratégias de enfrentamento.

#### 4.3 ANÁLISE DA ESCALA DE RESILIÊNCIA DE WAGNILD E YOUNG

Nesta seção, estão expostos os dados obtidos através da Escala de Resiliência de Wagnild e Young. Inicialmente, na seção 4.3.1 estão descritas as respostas fornecidas por cada participante juntamente com os respectivos resultados, isto é, seus escores gerais, que podem variar entre 25 a 175, e escores referentes a cada fator, que podem variar entre 5 a 35.

Foram considerados que os escores gerais de até 125 representam uma baixa resiliência, os escores entre 125 e 145 representam resiliência média e escores acima de 145 representam uma alta resiliência (WAGNILD, 2009 apud PERIM et al., 2015).

Além disso, para a obtenção dos escores, foram somadas as pontuações obtidas através de cada resposta fornecida pelos participantes. As respostas para essa escala são contabilizadas em escala *Likert*, variando entre 1 (discordo totalmente) e 7 (concordo totalmente). Sendo assim, ao serem somadas todas as pontuações referentes aos 25 questionamentos presentes na escala, é possível obter um escore de no máximo 175 pontos e ao serem somadas as pontuações das questões referentes a cada fator, é possível obter um escore de no máximo 35 pontos (PESCE et al., 2004 apud OLIVEIRA; GODOY, 2015; PESCE et al., 2005 apud OLIVEIRA; GODOY, 2015).

Ao final, na seção 4.3.2, localizam-se análises quanto a maior ou menor incidência de cada fator nos participantes. Localizam-se também tabelas referentes aos fatores apresentados por Wagnild e Young (1993 apud PERIM et al., 2015), nas quais constam a pontuação de cada participante tanto nos questionamentos individuais quanto seus escores totais dentro de cada um dos cinco fatores, a saber: Autossuficiência, Sentido da Vida, Equanimidade, Perseverança e Singularidade Existencial.

Além disso, constam ainda, na seção 4.3.3, quadros que expõem as classificações de cada participante em todos os fatores para que seja possível uma visão sobre quais características cada participante apresenta em maior ou menor nível em relação à amostra.

Uma vez que Perim et al. (2015) não apresentam como analisar e mensurar a maior ou menor incidência de cada fator, o pesquisador do presente Trabalho de Graduação decidiu por calcular as médias das pontuações obtidas em cada um deles.

Por conseguinte, ao serem calculadas as médias grupais em cada fator e o desvio padrão, foi possível adotar diferentes classificações para cada participante em comparação com a amostra. Optou-se por considerar as classificações Baixa, Média e Alta, de acordo com o que está no Quadro 2.

Por fim, ainda na seção 4.3.3, há um fechamento frente ao que pôde ser identificado nas respostas de todos os participantes.

Quadro 2: Classificação por escore dos fatores.

<b>Fator</b>	<b>Baixa</b>	<b>Média</b>	<b>Alta</b>	<b>Desvio Padrão</b>
<b>Escore de Autossuficiência</b>	0 – 29,4	29,4 – 34,4	34,4 – 35,0	2,51
<b>Escore de Sentido da Vida</b>	0 – 27,9	27,9 – 32,7	32,7 – 35,0	2,41
<b>Escore de Equanimidade</b>	0 – 24,2	24,2 – 32,4	32,4 – 35,0	4,10
<b>Escore de Perseverança</b>	0 – 28,0	28,0 – 32,7	32,7 – 35,0	2,37
<b>Escore de Singularidade Existencial</b>	0 – 27,2	27,2 – 34,6	34,6 – 35,0	3,70

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

A partir disso, foi possível analisar se os participantes possuem, em maior ou menor nível, as características que cada fator avalia.

#### **4.3.1 Descrição das respostas e resultados individuais**

##### ***Participante 1***

O participante número 1 demonstrou que possui uma alta resiliência, seu escore total foi de 169, indicando ser o participante com mais alto nível de resiliência. A respeito dos escores obtidos em cada fator, o participante obteve a somatória de 35 pontos no fator “Autossuficiência”, 35 no fator “Sentido da Vida”, 35 no fator “Equanimidade”, 29 no fator “Perseverança” e 35 no fator “Singularidade Existencial”.

Quanto ao fator “Autossuficiência”, correspondente aos itens 2, 9, 13, 18 e 23, o participante demonstrou que concorda totalmente que costuma lidar com os problemas de uma forma ou de outra, que sente que pode lidar com várias coisas ao mesmo tempo, que pode enfrentar tempos difíceis porque já experimentou dificuldades, que é um sujeito no qual as pessoas podem confiar

em situações de emergência e que quando está em uma situação difícil, normalmente encontra uma saída.

No que se refere ao fator “Sentido da Vida”, correspondente aos itens 4, 6, 11, 15 e 21, o participante assinalou “Concordou totalmente” em todos os itens que avaliam esse fator. Sendo assim, o participante indicou que concorda totalmente que manter interesse nas coisas é importante para ele, que sente orgulho de ter realizado coisas em sua vida, que raramente pensa sobre o objetivo das coisas, que mantém interesse nas coisas e que sua vida tem sentido.

A respeito do fator “Equanimidade”, que envolve os itens 7, 12, 16, 19 e 22, o participante denotou que concorda totalmente que costuma aceitar as coisas sem muita preocupação, que faz as coisas um dia de cada vez, que raramente pode achar um motivo para rir, que pode geralmente olhar uma situação de diversas maneiras e que não insiste em coisas as quais não pode fazer nada.

Em relação ao fator “Perseverança”, que corresponde aos itens 1, 10, 14, 20 e 24, o participante apontou que discorda totalmente que às vezes se obriga a fazer coisas querendo ou não. Por outro lado, nos outros itens referentes a este fator, o participante indicou que concorda totalmente que quando faz planos, leva-os até o fim, que é determinado e disciplinado e que tem energia suficiente para fazer o que tem que fazer.

Quanto ao fator “Singularidade Existencial”, que envolve os itens 3, 5, 8, 17 e 25, pode-se afirmar que o participante concorda totalmente que é capaz de depender de si mais do que qualquer pessoa, que pode estar por sua conta se precisar, que é amigo de si mesmo, que sua crença em si o leva a atravessar tempos difíceis e que está tudo bem se existem pessoas que não gostam dele.

### ***Participante 2***

O participante número 2 indicou que possui uma alta resiliência, seu escore total foi de 148. Quanto aos escores obtidos em cada fator, o participante obteve a somatória de 32 pontos no fator “Autossuficiência”, 29 no fator “Sentido

da Vida”, 23 no fator “Equanimidade”, 35 no fator “Perseverança” e 29 no fator “Singularidade Existencial”.

Quanto ao fator “Autossuficiência”, correspondente aos itens 2, 9, 13, 18 e 23, o participante assinalou que não concorda nem discorda com o item 9, que o questionou sobre seu sentimento de poder lidar com várias coisas ao mesmo tempo. Este participante indicou que concorda totalmente que costuma lidar com os problemas de uma forma ou de outra, que pode enfrentar tempos difíceis porque já experimentou dificuldades, que é um indivíduo no qual as pessoas podem contar em situações e emergência e que quando se encontra em uma situação difícil, normalmente acha uma saída.

No que se refere ao fator “Sentido da Vida”, correspondente aos itens 4, 6, 11, 15 e 21, o participante assinalou que discorda totalmente que raramente pensa sobre o objetivo das coisas. Por outro lado, foi possível perceber que este participante concorda totalmente que manter interesse nas coisas é importante para ele, que sente orgulho de ter realizado coisas em sua vida, que mantém o interesse nas coisas e que sua vida tem sentido.

A respeito do fator “Equanimidade”, que envolve os itens 7, 12, 16, 19 e 22., notou-se que o participante discorda totalmente que costuma aceitar as coisas sem muita preocupação. Além disso, ele indicou que nem concorda nem discorda que faz as coisas um dia de cada vez e que pode geralmente olhar os uma situação de diversas maneiras. Por outro lado, apontou que concorda totalmente que normalmente pode achar um motivo para rir e que não insiste em coisas as quais não pode fazer nada.

Em relação ao fator “Perseverança”, que corresponde ao itens 1, 10, 14, 20 e 24, é possível ressaltar que o participante concorda totalmente que quando faz planos, leva-os até o fim, que é determinado e disciplinado, que às vezes se obriga a fazer coisas querendo ou não e que tem energia suficiente para fazer o que tem que fazer.

Quanto ao fator “Singularidade Existencial”, que envolve os itens 3, 5, 8, 17 e 25, é possível dizer que o participante discorda totalmente que sua crença em si mesmo o leva a atravessar tempos difíceis. Além disso, vale dizer que o

participante concorda totalmente que é capaz de depender de si mais do que qualquer pessoa, que pode estar por sua conta se precisar, que é amigo de si mesmo e que está tudo bem se existem pessoas que não gostam dele.

### ***Participante 3***

O participante número 3 indicou que possui uma alta resiliência, seu escore total foi de 157. A respeito dos escores obtidos em cada fator, o participante obteve a somatória de 33 pontos no fator “Autossuficiência”, 33 no fator “Sentido da Vida”, 29 no fator “Equanimidade”, 29 no fator “Perseverança” e 33 no fator “Singularidade Existencial”.

Quanto ao fator “Autossuficiência”, correspondente aos itens 2, 9, 13, 18 e 23, o participante respondeu que concorda pouco que sente que pode lidar com várias coisas ao mesmo tempo. Notou-se que o participante concorda totalmente que costuma lidar com os problemas de uma forma ou de outra, que pode enfrentar tempos difíceis pois já experimentou dificuldades, que é uma pessoa na qual os outros indivíduos podem contar em emergências e que normalmente acha uma saída quando está em uma situação difícil.

A respeito do fator “Sentido da vida”, que corresponde os itens 4, 6, 11, 15 e 21, o participante apontou que concorda muito que raramente pensa sobre os objetivos das coisas e que mantém interesse nas coisas. O participante apontou também que concorda totalmente que manter interesse nas coisas é importante para ele, que sente orgulho de ter realizado coisas em sua vida e que sua vida tem sentido.

A respeito do fator “Equanimidade”, que envolve os itens 7, 12, 16, 19 e 22, o participante indicou que concorda pouco que costuma aceitar as coisas sem muita preocupação e que não insiste em coisas nas quais não pode fazer nada. Além disso, indicou que concorda muito que normalmente pode achar um motivo para rir e que pode geralmente olhar uma situação de diversas maneiras. Ademais, é possível dizer ainda que o participante concorda totalmente que faz as coisas um dia de cada vez.

Em relação ao fator “Perseverança”, que corresponde aos itens 01, 10, 14, 20 e 24, o participante indicou que concorda que às vezes se obriga a fazer coisas querendo ou não e que concorda muito que é determinado. Apontou também que concorda pouco que tem energia suficiente para fazer o que tem que fazer e que quando tem planos, leva-os até o fim. Além disso, indicou que concorda totalmente que é disciplinado.

Quanto ao fator “Singularidade Existencial”, que envolve os itens 3, 5, 8, 17 e 25, este participante apontou que concorda muito que é capaz de depender de si mais do que qualquer outra pessoa e que é amigo de si mesmo. Indicou ainda que concorda totalmente que pode estar por sua conta se precisar, que sua crença em si o leva a atravessar tempos difíceis e que está tudo bem se há pessoas que não gostam dele.

#### ***Participante 4***

O participante número 4 demonstrou que possui uma resiliência média, seu escore total foi de 141. A respeito dos escores obtidos em cada fator, o participante obteve a somatória de 28 pontos no fator “Autossuficiência”, 29 no fator “Sentido da Vida”, 28 no fator “Equanimidade”, 31 no fator “Perseverança” e 25 no fator “Singularidade Existencial”.

Quanto ao fator “Autossuficiência”, correspondente aos itens 02, 09, 13, 18 e 23, o participante 4 respondeu que nem concorda nem discorda que sente que pode lidar com várias coisas ao mesmo tempo. Além disso, indicou que concorda pouco que pode enfrentar tempos difíceis porque já experimentou dificuldades. Apontou ainda que concorda muito que, em uma emergência, é alguém que as outras pessoas podem contar e que quando está em uma situação difícil, normalmente acha uma saída. Por fim, apontou também que concorda totalmente que costuma lidar com os problemas de uma forma ou de outra.

No que se refere ao fator “Sentido da Vida”, correspondente aos itens 4, 6, 11, 15 e 21, o participante indicou que discorda totalmente que raramente pensa sobre o objetivo das coisas. Contudo, apontou que concorda totalmente

que manter interesse nas coisas é importante para ele, que sente orgulho de ter realizado coisas em sua vida, que mantém interesse nas coisas e que sua vida tem sentido.

A respeito do fator “Equanimidade”, que envolve os itens 7, 12, 16, 19 e 22, o participante apontou que nem concorda nem discorda que costuma aceitar as coisas sem muita preocupação e que não insiste em fazer coisas as quais não pode fazer nada. Além do mais, indicou que concorda muito que normalmente pode achar um motivo para rir e que concorda totalmente que faz as coisas um dia de cada vez e que pode geralmente olhar uma situação de diversas maneiras.

Em relação ao fator “Perseverança”, que corresponde ao itens 1, 10, 14, 20 e 24, o participante apresentou que não concorda nem discorda que quando faz planos, leva-os até o fim. Expressou que concorda muito que tem energia suficiente para fazer o que tem que fazer e que concorda totalmente que é determinado, disciplinado e que às vezes se obriga a fazer coisas querendo ou não.

Quanto ao fator “Singularidade Existencial”, que envolve os itens 3, 5, 08, 17 e 25, o participante atestou que discorda muito que sua crença em si mesmo o leva a atravessar tempos difíceis. Certificou ainda que nem concorda nem discorda que é capaz de depender de si mais do que qualquer pessoa e que concorda muito que pode estar por sua conta caso precise. Além disso, apresentou que concorda totalmente que é amigo de si mesmo e que está tudo bem se há pessoas que não gostam dele.

### ***Participante 5***

O participante número 5 indicou que possui uma alta resiliência, seu escore total foi de 167. A respeito dos escores obtidos em cada fator, o participante obteve a somatória de 35 pontos no fator “Autossuficiência”, 33 no fator “Sentido da Vida”, 35 no fator “Equanimidade”, 29 no fator “Perseverança” e 35 no fator “Singularidade Existencial”.



Quanto ao fator “Autossuficiência”, correspondente aos itens 2, 9, 13, 18 e 23, o participante apontou que concorda totalmente com todas as afirmações presentes nesse fator. Logo, é possível fazer que ele concorda totalmente que costuma lidar com os problemas de uma forma ou de outra, que sente que pode lidar com várias coisas ao mesmo tempo, que pode enfrentar tempos difíceis porque já experimentou dificuldades, que é um indivíduo em quem as pessoas podem contar em emergências e que normalmente encontra uma saída quando está em situações difíceis.

No que se refere ao fator “Sentido da Vida”, correspondente aos itens 4, 6, 11, 15 e 21, o participante apontou que concorda pouco que raramente pensa sobre o objetivo das coisas. Ademais, apresentou que concorda totalmente que manter o interesse nas coisas é importante para ele, que sente orgulho de ter realizado coisas em sua vida, que mantém o interesse nas coisas e que sua vida tem sentido.

A respeito do fator “Equanimidade”, que envolve os itens 7, 12, 16, 19 e 22, o participante atestou que concorda totalmente que costuma aceitar as sem muita preocupação, que faz as coisas um dia de cada vez, que normalmente pode achar um motivo para rir, que pode geralmente olhar uma situação de diversas maneiras e que não insiste em coisas nas quais não pode fazer nada.

Em relação ao fator “Perseverança”, que corresponde aos itens 1, 10, 14, 20 e 24, o participante demonstrou que discorda totalmente que às vezes se obriga a fazer coisas querendo ou não. Por outro lado, apontou que concorda totalmente que quando faz planos, leva-os até o fim, que é determinado e disciplinado e que tem energia suficiente para fazer o que tem que fazer.

Quanto ao fator “Singularidade Existencial”, que envolve os itens 3, 5, 08, 17 e 25, o participante apresentou que concorda totalmente que é capaz de depender de si mais do que qualquer pessoa, que pode estar por sua conta se precisar, que é amigo de si mesmo, que sua crença em si o leva a atravessar tempos difíceis e que está tudo bem se há pessoas que não gostam dele.

### ***Participante 6***

O participante número 6 indicou que possui uma resiliência média, seu escore total foi de 144. A respeito dos escores obtidos em cada fator, o participante obteve a somatória de 28 pontos no fator “Autossuficiência”, 30 no fator “Sentido da Vida”, 30 no fator “Equanimidade”, 30 no fator “Perseverança” e 26 no fator “Singularidade Existencial”.

Quanto ao fator “Autossuficiência”, correspondente aos itens 2, 9, 13, 18 e 23, o participante indicou que discorda pouco que sente que pode lidar com várias coisas ao mesmo tempo, referente ao item 9. Ademais, apresentou que concorda pouco que quando está em uma situação difícil, normalmente acha uma saída. Adicionou ainda que concorda muito que costuma lidar com os problemas de uma forma ou de outra e que concorda totalmente que pode enfrentar tempos difíceis pois já experimentou dificuldades e que em uma emergência, é uma pessoa na qual as outras podem contar.

No que se refere ao fator “Sentido da Vida”, correspondente aos itens 4, 6, 11, 15 e 21, o participante atestou que discorda pouco que raramente pensa sobre o objetivo das coisas. Indicou ainda que concorda pouco mantém interesse nas coisas e que concorda totalmente que manter interesse nas coisas é importante para ele e que sente orgulho de ter realizado coisas em sua vida.

A respeito do fator “Equanimidade”, que envolve os itens 7, 12, 16, 19 e 22, o participante 6 indicou que concorda pouco que costuma aceitar as coisas sem muita preocupação e que não insiste em coisas as quais não pode fazer nada. Afirmou que concorda muito que pode geralmente olhar uma situação de diversas maneiras e que concorda totalmente que faz as coisas um dia de cada vez e que normalmente pode achar um motivo para rir.

Em relação ao fator “Perseverança”, que corresponde ao itens 1, 10, 14, 20 e 24, este participante indicou que concorda pouco que é determinado, também indicou que concorda muito que quanto tem planos, os leva até o fim, que é disciplinado e que às vezes se obriga a fazer coisas querendo ou não.

Ademais, expôs que concorda totalmente que tem energia suficiente para fazer o que tem que fazer.

Quanto ao fator “Singularidade Existencial”, que envolve os itens 3, 5, 08, 17 e 25, o participante desenvolveu a menor pontuação dentre os outros fatores avaliados. Apresentou que nem concorda nem discorda que pode estar por sua conta se precisar e que é amigo dele mesmo. Além disso, indicou que concorda pouco que sua crença em si mesmo o leva a atravessar tempos difíceis, que concorda muito que é capaz de depender de si mais do que qualquer outra pessoa e que concorda totalmente que está tudo bem se há pessoas que não gostam dele.

### ***Participante 7***

A participante número 7 demonstrou que possui uma resiliência média, seu escore total foi de 132. A respeito dos escores obtidos em cada fator, o participante obteve a somatória de 29 pontos no fator “Autossuficiência”, 28 no fator “Sentido da Vida”, 22 no fator “Equanimidade”, 26 no fator “Perseverança” e 27 no fator “Singularidade Existencial”.

Quanto ao fator “Autossuficiência”, correspondente aos itens 2, 9, 13, 18 e 23, a participante indicou que concorda pouco que sente que pode lidar com várias coisas ao mesmo tempo. Ademais, demonstrou que concorda muito que costuma lidar com os problemas de uma forma ou de outra, que pode enfrentar tempos difíceis porque já experimentou dificuldades, que é uma pessoa na qual as outras podem contar em situações de emergência e que quando está em uma situação difícil, normalmente acha uma saída.

No que se refere ao fator “Sentido da Vida”, correspondente aos itens 4, 6, 11, 15 e 21, esta participante indicou que concorda pouco que raramente pensa sobre o objetivo das coisas e que mantém interesse nas coisas. Além disso, demonstrou ainda que concorda muito que manter interesse nas coisas é importante para ela, que sente orgulho em ter realizado coisas em sua vida e que sua vida tem sentido.

A respeito do fator “Equanimidade”, que envolve os itens 7, 12, 16, 19 e 22, é possível ressaltar que foi fator no qual a participante obteve a menor pontuação dentre os outros fatores avaliados. Sendo assim, pode-se evidenciar que a participante 7 atestou que discorda pouco que costuma aceitar as coisas sem preocupação, que nem concorda nem discorda que normalmente pode achar um motivo para rir e que geralmente pode olhar uma situação de diversas maneiras. Ademais, indicou que concorda pouco que faz as coisas um dia de cada vez e que concorda muito que não insiste em coisas as quais não pode fazer nada.

Em relação ao fator “Perseverança”, que corresponde ao itens 1, 10, 14, 20 e 24, a participante 7 apresentou que discorda pouco que quando faz planos, leva-os até o fim. Acrescentou que concorda pouco que é determinada, bem como que concorda muito que é disciplinada, que às vezes obriga a fazer coisas querendo ou não e que tem energia suficiente para fazer o que tem que fazer.

Quanto ao fator “Singularidade Existencial”, que envolve os itens 3, 5, 08, 17 e 25, a participante demonstrou que nem concorda nem discorda que é capaz de depender de si mesma mais do que qualquer outra pessoa. Indicou que concorda pouco que sua crença em si a leva a atravessar tempos difíceis e que concorda muito que pode estar por sua conta se precisar, que é amiga de si mesma e que está tudo bem se há pessoas que não gostam dela.

### ***Participante 8***

O participante número 8 apresentou que possui uma alta resiliência, seu escore total foi de 158. A respeito dos escores obtidos em cada fator, o participante obteve a somatória de 33 pontos no fator “Autossuficiência”, 30 no fator “Sentido da Vida”, 27 no fator “Equanimidade”, 33 no fator “Perseverança” e 35 no fator “Singularidade Existencial”.

Quanto ao fator “Autossuficiência”, correspondente aos itens 2, 9, 13, 18 e 23, o participante atestou que concorda muito que sente que pode lidar com várias coisas ao mesmo tempo e que normalmente acha uma saída

quando está em uma situação difícil. Além disso, apresentou que concorda totalmente que costuma lidar com os problemas de uma forma ou de outra, que pode enfrentar tempos difíceis porque já experimentou dificuldades e que é um indivíduo no qual as pessoas podem contar em situações de emergência.

No que se refere ao fator “Sentido da Vida”, correspondente aos itens 4, 6, 11, 15 e 21, o participante apresentou que discorda muito que raramente pensa sobre o objetivo das coisas. Por outro lado, evidenciou que concorda totalmente que manter interesse nas coisas é importante para ele, que sente orgulho de ter realizado coisas em sua vida, que mantém interesse nas coisas e que sua vida tem sentido.

A respeito do fator “Equanimidade”, que envolve os itens 7, 12, 16, 19 e 22, o participante indicou que discorda pouco que costuma aceitar as coisas sem muita preocupação. Apresentou que nem concorda nem discorda que faz as coisas um dia de cada vez e que concorda muito que não insiste em coisas as quais não pode fazer nada. Ademais, demonstrou que concorda totalmente que normalmente pode achar um motivo para rir e que pode geralmente olhar uma situação de diversas maneiras.

Em relação ao fator “Perseverança”, que corresponde aos itens 1, 10, 14, 20 e 24, o participante demonstrou que concorda pouco que às vezes se obriga a fazer coisas querendo ou não. Atestou ainda que concorda totalmente que quando faz planos, leva-os até o fim, que é determinado e disciplinado e que tem energia suficiente para fazer o que tem que fazer.

Quanto ao fator “Singularidade Existencial”, que envolve os itens 3, 5, 08, 17 e 25, o participante apontou que concorda totalmente com todos os itens que avaliam esse fator. Sendo assim, indicou que concorda totalmente que é capaz de depender de si mais do que qualquer outra pessoa, que pode estar por sua conta se precisar, que é amigo de si mesmo, que sua crença em si o leva a atravessar tempos difíceis e que está tudo bem se existem pessoas que não gostam dele.

### ***Participante 9***

A participante número 9 demonstrou que possui uma alta resiliência, seu escore total foi de 149. A respeito dos escores obtidos em cada fator, o participante obteve a somatória de 33 pontos no fator “Autossuficiência”, 27 no fator “Sentido da Vida”, 28 no fator “Equanimidade”, 30 no fator “Perseverança” e 31 no fator “Singularidade Existencial”.

Quanto ao fator “Autossuficiência”, correspondente aos itens 2, 9, 13, 18 e 23, a participante indicou que concorda muito que sente que pode lidar com várias coisas ao mesmo tempo e que quando está em uma situação difícil, normalmente encontra uma saída. Expôs que concorda totalmente que costuma lidar com os problemas de uma forma ou de outra, que pode enfrentar tempos difíceis porque já experimentou dificuldades e que é uma pessoa em quem outras podem contar em situações de emergência.

No que se refere ao fator “Sentido da Vida”, correspondente aos itens 4, 6, 11, 15 e 21, a participante 9 indicou que discorda muito que raramente pensa sobre o objetivo das coisas. Além disso, apontou que concorda pouco que mantem interesse nas coisas, que concorda muito que manter interesse nas coisas é importante para ela e que concorda totalmente que sente orgulho de ter realizado coisas em sua vida e que raramente pensa sobre o objetivo das coisas.

A respeito do fator “Equanimidade”, que envolve os itens 7, 12, 16, 19 e 22, esta participante apresentou que nem concorda nem discorda que não insiste em fazer coisas as quais não pode fazer nada. Ademais, demonstrou que concorda pouco que costuma aceitar as coisas sem muita preocupação, que concorda muito que faz as coisas um dia de cada vez e que pode geralmente olhar para uma situação de diversas maneiras e que concorda totalmente que normalmente pode achar um bom motivo para rir.

Em relação ao fator “Perseverança”, que corresponde aos itens 1, 10, 14, 20 e 24, a participante expôs que concorda pouco que às vezes se obriga a fazer coisas querendo ou não. Expôs ainda que concorda muito que quando faz

planos, leva-os até o fim e que é determinada e disciplinada. Por fim, indicou que concorda totalmente que tem energia suficiente para fazer o que tem que fazer.

Quanto ao fator “Singularidade Existencial”, que envolve os itens 3, 5, 08, 17 e 25, a participante apontou que concorda pouco que está tudo bem se existem pessoas que não gostam dela. Além disso, apresentou que concorda muito que pode estar por sua conta se precisar e que sua crença em si mesma a leva a atravessar tempos difíceis. Concorda totalmente que é capaz de depender de si mais do que qualquer outra pessoa e que é amiga de si mesma.

### ***Participante 10***

O participante número 10 indicou que possui uma alta resiliência, seu escore total foi de 153. Quanto aos escores obtidos em cada fator, o participante obteve a somatória de 33 pontos no fator “Autossuficiência”, 29 no fator “Sentido da Vida”, 26 no fator “Equanimidade”, 32 no fator “Perseverança” e 33 no fator “Singularidade Existencial”.

Quanto ao fator “Autossuficiência”, correspondente aos itens 2, 9, 13, 18 e 23, o participante assinalou que concorda muito com os itens 9 e 23; com isso, é possível dizer que ele apontou que concorda muito que sente que pode lidar com várias coisas ao mesmo tempo e que quando está em uma situação difícil, normalmente encontra uma saída. Indicou também que concorda totalmente que costuma lidar com os problemas de uma forma ou de outra, que pode enfrentar tempos difíceis porque já experimentou dificuldades e que é um indivíduo no qual as outras pessoas podem contar quando há uma emergência.

No que se refere ao fator “Sentido da Vida”, correspondente aos itens 4, 6, 11, 15 e 21, este participante demonstrou que discorda totalmente que raramente pensa sobre o objetivo das coisas. Além disso, indicou que concorda totalmente que manter interesse nas coisas é importante para ele, que sente orgulho de ter realizado coisas em sua vida, que mantém interesse nas coisas e que sua vida tem sentido.

A respeito do fator “Equanimidade”, que envolve os itens 7, 12, 16, 19 e 22, o participante afirmou que discorda totalmente que faz as coisas um dia de cada vez. Ademais, acrescentou que concorda pouco que costuma aceitar as coisas sem muita preocupação e que concorda muito que não insiste em coisas as quais não pode fazer nada. Por fim, apontou que concorda totalmente que normalmente por achar um motivo para rir e que geralmente pode olhar uma situação de diversas maneiras.

Em relação ao fator “Perseverança”, que corresponde ao itens 1, 10, 14, 20 e 24, o participante apontou que concorda pouco que é disciplinado. Além disso, indicou que concorda muito que quando faz planos, leva-os até o fim e que concorda totalmente que é determinado, que às vezes se obriga a fazer as coisas querendo ou não e que tem energia suficiente para fazer o que tem que fazer.

Quanto ao fator “Singularidade Existencial”, que envolve os itens 3, 5, 08, 17 e 25, o participante demonstrou que concorda muito que é amigo de si mesmo e que sua crença em si o leva a atravessar tempos difíceis. Indicou que concorda totalmente que é capaz de depender dele mesmo mais do que qualquer outra pessoa, que pode estar por sua conta se precisar e que está tudo bem se existem pessoas que não gostam dele.

#### **4.3.2 Análise dos fatores**

Como já exposto anteriormente, esta seção se propõe a analisar a manifestação, em maior ou menor incidência, dos cinco fatores apresentados por Perim et al. (2015) nos participantes desta pesquisa. Para isso, optou-se por descrever separadamente cada fator e explicitar, juntamente às descrições qualitativas, as médias grupais em cada um deles, o desvio padrão e as classificações Baixa, Média e Alta em relação à amostra.

Vale dizer que após a explicação do que cada fator avalia, encontram-se tabelas que proporcionam uma visão geral das respostas. Nelas, estão



expostas as pontuações de cada participante nas perguntas que são ligadas a cada fator e os escores gerais para cada um deles.

Ressalta-se que onde há P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P9 e P10, compreende-se participante 1, participante 2 e assim por diante. Além disso, que nas respostas individuais de cada questão, tem-se que o número 1 representa “Discordo totalmente”, o número 2 “Discordo muito”, o número 3 “Discordo pouco”, o número 4 “Nem concordo nem discordo”, o número 5 “Concordo pouco”, o número 6 “Concordo muito” e o número 7 “Concordo totalmente”.

### ***Autossuficiência***

Consiste na crença que o sujeito possui em si mesmo, envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais (WAGNILD; YOUNG, 1993 apud PERIM et al., 2015).

Na Tabela a seguir constam as respostas dos 10 participantes desta pesquisa para cada questionamento que o fator “Autossuficiência” envolve.

Tabela 1: Valores referentes ao fator “Autossuficiência”.

<b>AUTOSSUFICIÊNCIA</b>	<b>P1</b>	<b>P2</b>	<b>P3</b>	<b>P4</b>	<b>P5</b>	<b>P6</b>	<b>P7</b>	<b>P8</b>	<b>P9</b>	<b>P10</b>
2. Eu costumo lidar com os problemas de uma forma ou de outra.	7	7	7	7	7	6	6	7	7	7
9. Eu sinto que posso lidar com várias coisas ao mesmo tempo.	7	4	5	4	7	3	5	6	6	6
13. Eu posso enfrentar tempos difíceis porque já experimentei dificuldades.	7	7	7	5	7	7	6	7	7	7
18. Em uma emergência, eu sou uma pessoa em quem as pessoas podem contar.	7	7	7	6	7	7	6	7	7	7
23. Quando eu estou numa situação difícil, eu normalmente acho uma saída	7	7	7	6	7	5	6	6	6	6
<b>ESCORE TOTAL DESSE FATOR</b>	<b>35</b>	<b>32</b>	<b>33</b>	<b>28</b>	<b>35</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>33</b>	<b>33</b>	<b>33</b>

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

A média para esse fator foi de 31,9 e o desvio padrão foi de 2,51. Quanto às classificações, tem-se:

Baixa: 0 – 29,4

Média: 29,4 – 34,4

Alta: 34,4 – 35,0

A partir do cálculo da média e do desvio padrão para este fator, percebeu-se que os participantes apresentaram as seguintes classificações de acordo com suas pontuações e em comparação com a amostra.

Quadro 3: Classificações dos participantes no fator “Autossuficiência”.

Participante	Pontuação	Classificação
P1	35	Alta
P2	32	Média
P3	33	Média
P4	28	Baixa
P5	35	Alta
P6	28	Baixa
P7	29	Baixa
P8	33	Média
P9	33	Média
P10	33	Média

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

Neste fator, 2 participantes tiveram classificação Alta, 5 participantes tiveram classificação Média e 3 participantes tiveram classificação baixa.

### ***Sentido da Vida***

Envolve a percepção do sujeito em um sentido e propósito da vida, envolve a crença de que existe um bom motivo para viver (WAGNILD; YOUNG, 1993 apud PERIM et al., 2015).

Na Tabela a seguir constam as respostas dos 10 participantes desta pesquisa para cada questionamento que o fator “Sentido da Vida” envolve.

Tabela 2: Valores referentes ao fator “Sentido da Vida”.

<b>SENTIDO DA VIDA</b>	<b>P1</b>	<b>P2</b>	<b>P3</b>	<b>P4</b>	<b>P5</b>	<b>P6</b>	<b>P7</b>	<b>P8</b>	<b>P9</b>	<b>P10</b>
4. Manter interesse nas coisas é importante para mim.	7	7	7	7	7	7	6	7	6	7
6. Eu sinto orgulho de ter realizado coisas em minha vida.	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7
11. Eu raramente penso sobre o objetivo das coisas.	7	1	6	1	5	3	5	2	2	1
15. Eu mantenho interesse nas coisas.	7	7	6	7	7	6	5	7	5	7
21. Minha vida tem sentido.	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7
<b>ESCORE TOTAL DESSE FATOR</b>	<b>35</b>	<b>29</b>	<b>33</b>	<b>29</b>	<b>33</b>	<b>30</b>	<b>28</b>	<b>30</b>	<b>27</b>	<b>29</b>

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

A média para esse fator foi de 30,3 e o desvio padrão foi de 2,41. Quanto às classificações, tem-se:

Baixa: 0 – 27,9

Média: 27,9 – 32,7

Alta: 32,7 – 35,0

A partir do cálculo da média e do desvio padrão para este fator, percebeu-se que os participantes apresentaram as seguintes classificações de acordo com suas pontuações e em comparação com a amostra.

Quadro 4: Classificações dos participantes no fator “Sentido da Vida”.

Participante	Pontuação	Classificação
P1	35	Alta
P2	29	Média
P3	33	Alta
P4	29	Média
P5	33	Alta
P6	30	Média
P7	28	Média
P8	30	Média
P9	27	Baixa
P10	29	Média

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

Neste fator, 3 participantes tiveram classificação Alta, 6 participantes tiveram classificação Média e 1 participante teve classificação baixa.

### ***Equanimidade***

Relaciona-se com a capacidade do sujeito em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder. As pessoas que possuem esse fator elevado podem ser descritas como bem-humoradas (WAGNILD; YOUNG, 1993 apud PERIM et al., 2015).

Na Tabela a seguir constam as respostas dos 10 participantes desta pesquisa para cada questionamento que o fator “Equanimidade” envolve.

Tabela 3: Valores referentes ao fator “Equanimidade”.

<b>EQUANIMIDADE</b>	<b>P1</b>	<b>P2</b>	<b>P3</b>	<b>P4</b>	<b>P5</b>	<b>P6</b>	<b>P7</b>	<b>P8</b>	<b>P9</b>	<b>P10</b>
7. Eu costumo aceitar as coisas sem muita preocupação.	7	1	5	4	7	5	3	3	5	5
12. Eu faço as coisas um dia de cada vez.	7	4	7	7	7	7	5	4	6	1
16. Eu normalmente posso achar um motivo para rir.	7	7	6	6	7	7	4	7	7	7
19. Eu posso geralmente olhar uma situação de diversas maneiras.	7	4	6	7	7	6	4	7	6	7
22. Eu não insisto em coisas as quais eu não posso fazer nada.	7	7	5	4	7	5	6	6	4	6
<b>ESCORE TOTAL DESSE FATOR</b>	<b>35</b>	<b>23</b>	<b>29</b>	<b>28</b>	<b>35</b>	<b>30</b>	<b>22</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>26</b>

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

A média para esse fator foi de 28,3 e o desvio padrão foi de 4,10. Quanto às classificações, tem-se que:

Baixa: 0 – 24,2

Média: 24,2 – 32,4

Alta: 32,4 – 35,0

A partir do cálculo da média e do desvio padrão para este fator, percebeu-se que os participantes apresentaram as seguintes classificações de acordo com suas pontuações e em comparação com a amostra.

Quadro 5: Classificações dos participantes no fator “Equanimidade”.

Participante	Pontuação	Classificação
P1	35	Alta
P2	23	Baixa
P3	29	Média
P4	28	Média
P5	35	Alta
P6	30	Média
P7	22	Baixa
P8	27	Média
P9	28	Média
P10	26	Média

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

Neste fator, 2 participantes tiveram classificação Alta, 6 participantes tiveram classificação Média e 2 participantes tiveram classificação baixa.

### ***Perseverança***

Envolve a capacidade do indivíduo de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação (WAGNILD; YOUNG, 1993 apud PERIM et al., 2015).

Na Tabela a seguir constam as respostas dos 10 participantes desta pesquisa para cada questionamento que o fator “Perseverança” envolve.

Tabela 4: Valores referentes ao fator “Perseverança”.

<b>PERSEVERANÇA</b>	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10
1. Quando eu faço planos, eu levo eles até o fim.	7	7	5	4	7	6	3	7	6	6
10. Eu sou determinado.	7	7	6	7	7	5	5	7	6	7
14. Eu sou disciplinado.	7	7	7	7	7	6	6	7	6	5
20. Às vezes eu me obrigo a fazer coisas querendo ou não.	1	7	6	7	1	6	6	5	5	7
24. Eu tenho energia suficiente para fazer o que tenho que fazer.	7	7	5	6	7	7	6	7	7	7
<b>ESCORE TOTAL DESSE FATOR</b>	<b>29</b>	<b>35</b>	<b>29</b>	<b>31</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>26</b>	<b>33</b>	<b>30</b>	<b>32</b>

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

A média para esse fator foi de 30,4 e o desvio padrão foi 2,37. Quanto às classificações, tem-se:

Baixa: 0 – 28,3

Média: 28,3 – 32,7

Alta: 32,7 – 35,0

A partir do cálculo da média e do desvio padrão para este fator, percebeu-se que os participantes apresentaram as seguintes classificações de acordo com suas pontuações e em comparação com a amostra.



Quadro 6: Classificações dos participantes no fator “Perseverança”.

Participante	Pontuação	Classificação
P1	29	Média
P2	35	Alta
P3	29	Média
P4	31	Média
P5	29	Média
P6	30	Média
P7	26	Baixa
P8	33	Alta
P9	30	Média
P10	22	Média

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

Neste fator, 2 participantes tiveram classificação Alta, 7 participantes tiveram classificação Média e 1 participante teve classificação baixa.

### ***Singularidade Existencial***

Envolve a crença em um sentimento de que se é único e que por esse motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de ser único (WAGNILD; YOUNG, 1993 apud PERIM et al., 2015).

Na Tabela a seguir constam as respostas dos 10 participantes desta pesquisa para cada questionamento que o fator “Singularidade Existencial” envolve.

Tabela 5: Valores referentes ao fator “Singularidade Existencial”.

<b>SINGULARIDADE EXISTENCIAL</b>	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10
3. Eu sou capaz de depender de mim mais do que qualquer outra pessoa.	7	7	6	4	7	6	4	7	7	7
5. Eu posso estar por minha conta se eu precisar.	7	7	7	5	7	4	6	7	6	7
8. Eu sou amigo de mim mesmo.	7	7	6	7	7	4	6	7	7	6
17. Minha crença em mim mesmo me leva a atravessar tempos difíceis.	7	1	7	2	7	5	5	7	6	6
25. Tudo bem se há pessoas que não gostam de mim.	7	7	7	7	7	7	6	7	5	7
<b>ESCORE TOTAL DESSE FATOR</b>	<b>35</b>	<b>29</b>	<b>33</b>	<b>25</b>	<b>35</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>35</b>	<b>31</b>	<b>33</b>

Fonte: dados obtidos na pesquisa.

A média para esse fator foi de 30,4 e o desvio padrão foi 2,37. Quanto às classificações, tem-se:

Baixa: 0 – 27,2

Média: 27,2 – 34,6

Alta: 34,6 – 35,0

A partir do cálculo da média e do desvio padrão para este fator, percebeu-se que os participantes apresentaram as seguintes classificações de acordo com suas pontuações e em comparação com a amostra.

Quadro 7: Classificações dos participantes no fator “Singularidade Existencial”.

Participante	Pontuação	Classificação
P1	35	Alta
P2	29	Média
P3	33	Média
P4	25	Baixa
P5	35	Alta
P6	26	Baixa
P7	27	Baixa
P8	35	Alta
P9	31	Média
P10	33	Média

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

Neste fator, 3 participantes tiveram classificação Alta, 4 participantes tiveram classificação Média e 3 participantes tiveram classificação baixa.

#### **4.3.3 Análise das classificações individuais**

Nesta seção estão as classificações individuais obtidas por cada participante, em comparação com a amostra, nos cinco fatores que a Escala de Resiliência de Wagnild e Young se propõe a avaliar. Ao fim, há um breve fechamento a partir do que pôde ser identificado frente às respostas de todos os participantes.

##### ***Participante 1***

O participante está acima da média em quatro fatores em relação a amostra (Autossuficiência, Sentido da Vida, Equanimidade e Singularidade Existencial) e dentro da média no fator “Perseverança”.

Quadro 8: Classificações obtidas pelo participante 1 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.

<b>Fator</b>	<b>Classificação em relação à amostra</b>
Autossuficiência	Alta
Sentido da Vida	Alta
Equanimidade	Alta
Perseverança	Média
Singularidade Existencial	Alta

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

O participante 1 demonstrou que possui as seguintes características acima da média quando comparado com os outros participantes da amostra: crença em si mesmo, que envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais; percepção em um sentido e propósito da vida, que envolve a crença de que existe um bom motivo para viver; capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder; e, por fim, crença em um sentimento de que se é único e que por esse motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de singularidade.

Além disso, apresentou que possui a seguinte características dentro da média quando comparado com os outros participantes da amostra: capacidade de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação.

### **Participante 2**

O participante está acima da média em um fator em relação a amostra (Perseverança), dentro da média nos fatores “Autossuficiência”, “Sentido da Vida” e “Singularidade existencial” e abaixo da média no fator “Equanimidade”.

Quadro 9: Classificações obtidas pelo participante 2 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.

<b>Fator</b>	<b>Classificação em relação à amostra</b>
Autossuficiência	Média
Sentido da Vida	Média
Equanimidade	Baixa
Perseverança	Alta
Singularidade Existencial	Média

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

O participante 2 demonstrou que possui a seguinte característica acima da média quando comparado com os outros participantes da amostra: capacidade de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação.

Além disso, apresentou que possui as seguintes características dentro da média quando comparado com os outros participantes da amostra: crença em si mesmo, que envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais; percepção em um sentido e propósito da vida, que envolve a crença de que existe um bom motivo para viver; e crença em um sentimento de que se é único e que por esse motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de singularidade.

Por outro lado, indicou que possui a seguinte característica abaixo da média quando comparado com os outros participantes da amostra: capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida,

aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder.

### ***Participante 3***

O participante está acima da média no fator “Sentido da Vida” em relação a amostra e dentro da média nos outros quatro fatores (Autossuficiência, Equanimidade, Perseverança e Singularidade Existencial).

Quadro 10: Classificações obtidas pelo participante 3 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.

<b>Fator</b>	<b>Classificação em relação à amostra</b>
Autossuficiência	Média
Sentido da Vida	Alta
Equanimidade	Média
Perseverança	Média
Singularidade Existencial	Média

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

O participante 3 demonstrou que possui a seguinte característica acima da média quando comparado com os outros participantes da amostra: percepção em um sentido e propósito da vida, que envolve a crença de que existe um bom motivo para viver.

Além disso, apresentou que possui as seguintes características dentro da média quando comparado com os outros participantes da amostra: crença em si mesmo, que envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais; capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder; capacidade de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação; e crença em um sentimento de que se é único e que por esse

motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de singularidade.

#### ***Participante 4***

O participante está dentro da média em três fatores em relação a amostra (Sentido da Vida, Equanimidade e Perseverança) e abaixo da média nos fatores “Autossuficiência” e “Singularidade Existencial”.

Quadro 11: Classificações obtidas pelo participante 4 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.

<b>Fator</b>	<b>Classificação em relação à amostra</b>
Autossuficiência	Baixa
Sentido da Vida	Média
Equanimidade	Média
Perseverança	Média
Singularidade Existencial	Baixa

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

O participante 4 demonstrou que possui as seguintes características dentro média quando comparado com os outros participantes da amostra: percepção em um sentido e propósito da vida, que envolve a crença de que existe um bom motivo para viver; capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder; e capacidade de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação.

Por outro lado, indicou que possui as seguintes características abaixo da média quando comparado com os outros participantes da amostra: crença em si mesmo, que envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais; crença em um sentimento de que se é

único e que por esse motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de singularidade.

### ***Participante 5***

O participante está acima da média em quatro fatores em relação a amostra (Autossuficiência, Sentido da Vida, Equanimidade e Singularidade Existencial) e dentro da média no fator “Perseverança”.

Quadro 12: Classificações obtidas pelo participante 5 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.

<b>Fator</b>	<b>Classificação em relação à amostra</b>
Autossuficiência	Alta
Sentido da Vida	Alta
Equanimidade	Alta
Perseverança	Média
Singularidade Existencial	Alta

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

O participante 5 demonstrou que possui as seguintes características acima da média quando comparado com os outros participantes da amostra: crença em si mesmo, que envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais; percepção em um sentido e propósito da vida, que envolve a crença de que existe um bom motivo para viver; capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder; e crença em um sentimento de que se é único e que por esse motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de singularidade.

Além disso, apresentou que possui a seguinte característica dentro da média quando comparado com os outros participantes da amostra: capacidade



de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação.

### ***Participante 6***

O participante está dentro da média em três fatores em relação a amostra (Sentido da Vida, Equanimidade e Perseverança) e abaixo da média nos fatores “Autossuficiência” e “Singularidade Existencial”.

Quadro 13: Classificações obtidas pelo participante 6 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.

<b>Fator</b>	<b>Classificação em relação à amostra</b>
Autossuficiência	Baixa
Sentido da Vida	Média
Equanimidade	Média
Perseverança	Média
Singularidade Existencial	Baixa

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

O participante 6 demonstrou que possui as seguintes características dentro média quando comparado com os outros participantes da amostra: percepção em um sentido e propósito da vida, que envolve a crença de que existe um bom motivo para viver; capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder; e capacidade de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação.

Por outro lado, indicou que possui as seguintes características abaixo da média quando comparado com os outros participantes da amostra: crença em si mesmo, que envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais; crença em um sentimento de que se é

único e que por esse motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de singularidade.

### ***Participante 7***

O participante está dentro da média em um fator em relação a amostra (Sentido da Vida) e abaixo da média nos fatores “Autossuficiência”, “Equanimidade”, “Perseverança” e Singularidade Existencial”.

Quadro 14: Classificações obtidas pelo participante 7 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.

<b>Fator</b>	<b>Classificação em relação à amostra</b>
Autossuficiência	Baixa
Sentido da Vida	Média
Equanimidade	Baixa
Perseverança	Baixa
Singularidade Existencial	Baixa

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

A participante 7 demonstrou que possui a seguinte característica dentro da média quando comparado com os outros participantes da amostra: percepção em um sentido e propósito da vida, que envolve a crença de que existe um bom motivo para viver.

Além disso, apresentou que possui as seguintes características abaixo da média quando comparado com os outros participantes da amostra: crença em si mesmo, que envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais; capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder; capacidade de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação; e crença em um sentimento de que se é único e que por esse

motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de singularidade.

### ***Participante 8***

O participante está dentro da média em três fatores em relação a amostra (Autossuficiência Sentido da Vida e Equanimidade) e acima da média nos fatores “Perseverança” e “Singularidade Existencial”.

Quadro 15: Classificações obtidas pelo participante 8 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.

<b>Fator</b>	<b>Classificação em relação à amostra</b>
Autossuficiência	Média
Sentido da Vida	Média
Equanimidade	Média
Perseverança	Alta
Singularidade Existencial	Alta

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

O participante 8 demonstrou que possui as seguintes características acima da média quando comparado com os outros participantes da amostra: capacidade de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação; e crença em um sentimento de que se é único e que por esse motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de singularidade.

Além disso, apresentou que possui as seguintes características dentro da média quando comparado com os outros participantes da amostra: crença em si mesmo, que envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais; percepção em um sentido e propósito da vida, que envolve a crença de que existe um bom motivo para viver; e capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua

vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder.

### ***Participante 9***

O participante está dentro da média em quatro fatores em relação a amostra (Sentido da Vida, Equanimidade e Perseverança e Singularidade Existencial) e abaixo da média no fator “Equanimidade”.

Quadro 16: Classificações obtidas pelo participante 9 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.

<b>Fator</b>	<b>Classificação em relação à amostra</b>
Autossuficiência	Média
Sentido da Vida	Baixa
Equanimidade	Média
Perseverança	Média
Singularidade Existencial	Média

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

A participante 9 demonstrou que possui as seguintes características dentro da média quando comparado com os outros participantes da amostra: crença em si mesmo, que envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais; capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder; capacidade de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação; e crença em um sentimento de que se é único e que por esse motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de singularidade.

Por outro lado, indicou que possui a seguinte característica abaixo da média quando comparado com os outros participantes da amostra: percepção

em um sentido e propósito da vida, que envolve a crença de que existe um bom motivo para viver.

### ***Participante 10***

O participante está dentro da média em todos os fatores em relação a amostra (Autossuficiência, Sentido da Vida, Equanimidade, Perseverança e Singularidade Existencial).

Quadro 17: Classificações obtidas pelo participante 10 na Escala de Resiliência de Wagnild e Young em relação à amostra.

<b>Fator</b>	<b>Classificação em relação à amostra</b>
Autossuficiência	Média
Sentido da Vida	Média
Equanimidade	Média
Perseverança	Média
Singularidade Existencial	Média

Fonte: Dados obtidos na pesquisa.

O participante 1 demonstrou que possui as seguintes características dentro da média quando comparado com os outros participantes da amostra: crença em si mesmo, que envolve o autoconhecimento de seus limites e sua confiança em suas forças e potencialidades pessoais; percepção em um sentido e propósito da vida, que envolve a crença de que existe um bom motivo para viver; capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos de sua vida, aceitando-os como um processo que deve passar de maneira mais positiva que puder; capacidade de seguir em frente e não se sentir desencorajado pelas adversidades ou cair na falta de motivação; e crença em um sentimento de que se é único e que por esse motivo as experiências devem ser encaradas por cada um, favorecendo o sentimento de liberdade e de singularidade.

### ***Fechamento***

Inicialmente, vale dizer que nenhum dos participantes indicou que possui uma baixa resiliência. Ao serem analisadas as respostas dos participantes no que se refere às características que cada fator da Escala se propõe a avaliar, notou-se que foi possível analisar de forma mais detalhada o nível de resiliência dos participantes.

Além disso, foi possível, a partir da observação das afirmações presentes na escala, identificar as habilidades internas que os participantes contam para que possam enfrentar os eventos da vida de forma mais positiva.

Frente aos entendimentos acerca dos fatores de risco e de proteção, pôde-se relacionar as afirmações com as percepções dos participantes quanto aos fatores. Para isso, foram analisadas as respostas dos participantes quanto às divergências e convergências em determinadas afirmações.

Foi possível identificar que nove participantes apontaram que concordam totalmente e que uma participante apontou que concorda muito com a afirmação “Minha vida tem sentido”, o que permitiu concluir que todos os participantes contam com esse fator de proteção.

Por outro lado, identificou-se que na afirmação “Eu raramente penso sobre o objetivo das coisas”, alguns participantes indicaram que concordavam totalmente, outros que discordavam totalmente, outros que concordavam muito, outros que discordavam muito, entre outras respostas; isto permitiu afirmar que alguns dos participantes podem considerar que pensar raramente sobre o objetivo das coisas é um fator de risco, contudo, outros participantes podem ter considerado tal afirmação como um fator de proteção. Logo, é possível afirmar que dentre os participantes da amostra, os entendimentos quanto à o que é um fator de risco e o que é um fator de proteção pode variar, assim como afirma a literatura.

#### 4.4 TRIANGULAÇÃO DOS DADOS

A partir dos dados coletados através dos Questionários Sociodemográficos e da Escala de Resiliência de Wagnild e Young, foi possível investigar como o processo de resiliência influencia a relação dos participantes com a aposentadoria e a redefinição de suas identidades.

Foi possível notar que nenhum participante apresentou baixa resiliência. Sete participantes apresentaram alta resiliência (Participantes 1, 2, 3, 5, 8, 9 e 10) e três participantes apresentaram resiliência média (Participantes 4, 6, e 7). Além disso, todos os participantes indicaram que são resilientes frente à definição de Pinheiro (2004), que entende o termo "resiliência" como a capacidade de um indivíduo ou grupo para enfrentar e superar adversidades. *A priori*, é preciso analisar a relação dos participantes com o trabalho para que seja possível entender a relação entre a resiliência, a aposentadoria e a redefinição de suas identidades.

Inicialmente, é possível dizer que a partir dos diferentes entendimentos do conceito de trabalho, chegou-se à compreensão de que o envolvimento e o comprometimento com o trabalho são de grande importância. A partir disso, é possível citar o comprometimento afetivo, que é compreendido como uma força que permite com que a pessoa se identifique e se envolva com os objetivos e valores de uma organização (ALVIM, 2006).

Alvim (2006) compreende que o trabalho é constituinte do sujeito e que ao tomar consciência de si e de suas necessidades, o sujeito pode trilhar um encontro mais verdadeiro e prazeroso com o trabalho, atribuindo um sentido e um significado a ele. Ao analisar as respostas dadas pelos participantes, foi possível responder ao primeiro objetivo específico deste trabalho: Analisar a relação entre identidade e trabalho para os participantes.

Notou-se que tal definição de que o trabalho é constituinte do sujeito se mostra verdadeira, uma vez que ao serem questionados se acreditam que suas identidades se devem à relação que estabeleceram com o trabalho, todos os participantes apontaram que sim. Além disso, todos indicaram que acreditam

que as funções que desempenharam no trabalho contribuíram para a constituição de suas personalidades atuais.

Por outro lado, as duas participantes do sexo feminino (Participantes 7 e 9), diferentemente dos outros participantes, discordaram que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa. Segundo Fontoura, Doll e Oliveira (2015), os prejuízos na autoimagem são um dos aspectos que podem se ligar à aposentadoria, uma vez que deixar o mundo do trabalho envolve questões de reorganização da vida de um indivíduo, bem como questionamentos, aprendizagens e a capacidade de se adaptar a essa nova fase.

Ao não considerarem que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa, tornou-se possível dizer que as participantes 7 e 9, conseqüentemente, podem compreender que, visto que discordam que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem do indivíduo, os prejuízos para a autoimagem não são um aspecto ligado à aposentadoria, havendo, assim, uma não correspondência ao que foi apresentado por Fontoura, Doll e Oliveira (2015), indicando que o que os autores afirmaram não se aplicou em todos os casos dos participantes dessa amostra. Por outro lado, mesmo tendo indicado que discordam que o trabalho é essencial para a autoimagem, as participantes 7 e 9 pontuaram que a aposentadoria teve apenas aspectos positivos em suas vidas e que vivenciaram apenas sentimentos positivos decorrentes dela. Vale dizer que a participante 7 apresentou resiliência média e a participante 9 apresentou alta resiliência.

Além disso, notou-se que a aposentadoria traz mais ganhos para sete participantes (Participantes 1, 4, 5, 7, 8, 9 e 10). Para três deles a aposentadoria traz mais perdas (Participantes 2, 3 e 6). A partir das respostas frente a esse aspecto, foi possível responder ao segundo objetivo específico deste trabalho: Analisar os aspectos da aposentadoria e como eles influenciam as vivências de indivíduos, elencando fatores de risco, fatores de proteção e estratégias de enfrentamento.



Ao analisar as respostas dos três participantes que afirmaram que acreditam que a aposentadoria traz mais perdas do que ganhos (Participantes 2, 3 e 6), é possível notar que o participante 6 atribuiu que se sente desconfortável na fase da aposentadoria. Os outros dois apresentaram apenas sensações positivas, embora tenham assinalado que acreditam que essa fase traz mais perdas. Por outro lado, mesmo tendo apresentado que acredita que a aposentadoria traz mais ganhos, o participante 10 também indicou que se sente desconfortável a fase da aposentadoria.

Além disso, o participante 6 apontou que atribui à aposentadoria tanto aspectos positivos, como aproximação da família e amigos, quanto negativos, como tensão, perda de autoestima e perda de prestígio social. Diferentemente dele, tanto os participantes 2 e 3 quanto o participante 10 apontaram apenas aspectos positivos.

Os participantes 2, 3 e 10 obtiveram escores que indicaram que eles possuem uma alta resiliência, enquanto o participante 6 obteve um escore que apontou que ele possui resiliência média. Dessa maneira, tornou-se possível relacionar suas respostas com seus respectivos níveis de resiliência.

O participante 6, ao indicar que a aposentadoria traz mais perdas, que se sente desconfortável nessa fase e que atribui a ela tanto aspectos positivos quanto negativos, diferentemente dos outros nove participantes, que apontaram apenas aspectos positivos, tornou possível relacionar suas respostas com o fato de ele ter apresentado uma resiliência média. É possível dizer ainda que ele indicou estar abaixo da média quando comparado a amostra quanto a sua crença em si mesmo e quanto a crença em um sentimento de singularidade, o que pode contribuir com sua forma de vivenciar a fase de aposentadoria.

Os outros dois participantes que apontaram que a aposentadoria traz mais perdas (Participantes 2 e 3), apresentaram alta resiliência. O participante 2 demonstrou que está abaixo da média em relação à amostra quanto a sua capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos em sua vida, o que pode contribuir para sua crença de que a aposentadoria traz mais

perdas, uma vez que tal crença pode ocorrer devido a falta de flexibilidade em encará-la.

O participante 3, por sua vez, não apresentou nenhum dos fatores abaixo da média quando comparado com os outros participantes; contudo, notou-se que tanto ele quanto o participante 6 estão aposentados em um período menor do que cinco anos, o que permite supor que para esses participantes o tempo de aposentadoria interfere na percepção deles sobre suas vivências nessa nova fase. Vale dizer que a participante 9 também indicou estar aposentada em um período menor do que 5 anos, mas não indicou que atribui aspectos negativos a aposentadoria, indicando apenas que vivenciou apenas problemas financeiros.

Além disso, o participante 10, embora tenha exposto que acredita que a aposentadoria traz mais ganhos e que atribui a ela o aspecto de novas oportunidades, apresentou que se sente desconfortável ao vivenciar essa fase. Seu escore na Escala de Resiliência indicou que ele possui alta resiliência e suas classificações quanto aos fatores apontaram que ele está dentro da média em todos quando comparado aos outros participantes. No caso do participante 10, é possível dizer que seu apontamento de que se sente desconfortável não pode ser analisado através de seu nível de resiliência. Dessa forma, seria necessária uma maior investigação de aspectos emocionais deste participante, bem como de suas compreensões individuais do que entende como fatores de risco e de proteção e quais estratégias utiliza para enfrentar a aposentadoria.

De acordo com Fontoura, Doll e Oliveira (2015), a aposentadoria é um direito social e que tal período será o resultado da maneira que um indivíduo organizou sua vida, envolvendo seu investimento na vida profissional e a importância dada ao âmbito do trabalho. Além disso, por ser um direito, a aposentadoria deve ser vista como uma livre escolha dos indivíduos e, por isso, é preciso haver planejamento para que o aposentado se adapte à nova fase (BORGES; MARTINS, 2017; FRANÇA; SOARES, 2009).

Todos os participantes (Participantes 2, 3 e 6) que indicaram que a aposentadoria traz mais perdas do que ganhos apontaram que vivenciaram algum tipo de problema após a aposentadoria, sejam eles financeiros ou

familiares. Dois deles ainda indicaram que não se planejaram para a chegada dessa fase (Participantes 3 e 6).

Dessa forma, é possível evidenciar que há uma relação direta com a literatura, uma vez que se sabe que é possível que existam dificuldades quanto ao suprimento de necessidades frente à diminuição do poder aquisitivo. Ademais, o contexto brasileiro encara a aposentadoria como uma situação de condição econômica inadequada e que ocasiona o rebaixamento da qualidade de vida do indivíduo (MAGALHÃES; KRIEGER; VIVIAN; STRALIOTTO; POETA, 2004 apud ALVARENGA; KIYAN; BITENCOURT; WANDERLEY, 2009).

Outro fator importante a ser discutido e que foi notado nas respostas é a perda da autoestima, que envolve aspectos além da esfera econômica, englobando aspectos emocionais. Percebeu-se, como já evidenciado, que um dos participantes indicou que a aposentadoria traz mais perdas do que ganhos, tendo apontado que atribui aspectos tanto positivos quanto negativos a aposentadoria (Participante 6). Quanto aos negativos, o participante 6 apontou a perda de prestígio social, perda de autoestima e tensão. Além disso, o participante indicou ainda que os efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal foram ansiedade, insegurança e queda na autoestima.

Embora tenha apresentado tais aspectos negativos, o participante 6 indicou que acredita que as funções que desempenhou contribuíram para a formação de sua identidade, que acredita que o trabalho apresenta função essencial para a autoimagem de uma pessoa e que acredita que suas funções contribuíram para a formação de sua personalidade atual, evidenciando que é possível que o participante tenha atribuído um significado a seu trabalho e às funções que desempenhava.

Contudo, Andrulis e Migoto (2020) expõem que independente do significado atribuído por um indivíduo frente ao seu trabalho, o desligamento das funções e a transição para aposentadoria poderão gerar medos e ansiedade, uma vez que aparecerão sentimentos ambivalentes de satisfação e insatisfação na nova condição. Tal informação corrobora com as respostas fornecidas pelo participante acerca dos efeitos da aposentadoria em sua vida pessoal.

Vale lembrar que o participante 6 obteve um escore que permitiu dizer que ele possui resiliência média. De acordo com Campos (2017), ao passo que há uma postura resiliente nessa fase, é possível perceber a manutenção da autoestima e um melhor enfrentamento dos eventos estressores. Contudo, o participante 6, mesmo que tenha apresentado resiliência média em relação aos outros participantes, não apresentou que vivencia a aposentadoria de forma positiva e, conseqüentemente, é possível perceber que pode ter dificuldades para enfrentar os eventos estressores.

Logo, pode-se dizer que as dificuldades levantadas pelo participante 6 podem se relacionar às características nas quais ele e está abaixo da média em relação ao grupo, a saber: sua crença em si mesmo e a crença em um sentimento de singularidade.

Por conseguinte, é possível analisar a presença dos fatores de risco, de proteção e as estratégias de enfrentamento adotadas pelos participantes.

Com exceção somente da participante 7, que teve um nível médio de resiliência e foi classificada abaixo da média quanto a sua crença em si mesma, capacidade em ser flexível quanto a forma que encara os acontecimentos da vida, capacidade de seguir em frente e não se sentir desencorajada pelas adversidades e quanto a crença de singularidade, todos os outros nove participantes apontaram que acreditam ter facilidade para superar problemas. Com isso, é possível supor que a maioria dos participantes adotem estratégias de enfrentamento e contem com a presença de fatores de proteção para atenuar as adversidades.

Fontes e Neri (2015) explicitam que um indivíduo que conta com recursos individuais e sociais de enfrentamento será capaz de atribuir significados positivos à nova experiência de vida, buscando uma manutenção de papéis sociais positivos e a adoção de estratégias de enfrentamento. Fala-se dos fatores de proteção como aqueles que contribuirão para que ocorra a superação de uma adversidade, caracterizando-se como ferramentas que serão utilizadas para auxiliar na superação de adversidades, ou seja, estratégias para o manejo de situações de estresse. Ademais, eles podem ser tanto habilidades

internas como recursos externos ao indivíduo (PINHEIRO, 2004 apud GODOY; OLIVEIRA, 2015; FERGUS; ZIMMERMAN, 2005 apud GODOY; OLIVEIRA, 2015).

Como exemplos de habilidades internas, é possível citar a estabilidade emocional, o otimismo e o senso de humor (PINHEIRO, 2004 apud GODOY; OLIVEIRA, 2015; FERGUS; ZIMMERMAN, 2005 apud GODOY; OLIVEIRA, 2015). Além disso, segundo Vanistendael e Lecomte (2004 apud BARLACH; LIMONGI-FRANÇA; MALVEZZI, 2008) a busca de um sentido de vida é considerada um dos mais importantes fatores de proteção diante do risco à saúde mental.

Os participantes, ao responderem a Escala de Resiliência de Wagnild e Young, depararam-se com a afirmação “Minha vida tem sentido”. Nove participantes indicaram que concordavam totalmente com a afirmação e uma participante indicou que concorda muito (Participante 7). Dessa maneira, é possível dizer que todos entendem que suas vidas têm sentido, contando, assim, com esse fator de proteção.

Godoy e Oliveira (2015) atentam para o fato de que o que para uma pessoa pode ser visto como risco, por outra pode ser identificado como um fator de proteção. As autoras expõem que os fatores de risco se configuram como aqueles que produzem prejuízo à saúde, à ordem psicossocial, ambiental ou cultural e são dificultadores para a superação de uma adversidade.

Em uma das afirmações presentes na Escala de Resiliência, há a seguinte frase: “Eu raramente penso sobre o objetivo das coisas”. A partir dessa frase, é possível evidenciar o que Godoy e Oliveira (2015) expuseram no parágrafo acima. Notou-se que ao responderem a essa afirmação, os participantes apresentaram diferentes posicionamentos. A única opção não utilizada por eles foi “Nem concordo nem discordo”. Um participante apresentou que concorda totalmente (Participante 1), um participante indicou que concorda muito (Participante 3), dois participantes apontaram que concordam pouco (Participantes 5 e 7), um participante apresentou que discorda pouco (Participante 6), dois participantes indicaram que discordam muito (Participantes

8 e 9) e três participantes indicaram que discordam totalmente (Participantes 2, 4 e 10).

É possível dizer que na afirmação supracitada, alguns dos participantes podem tê-la considerado como um fator de proteção ou uma estratégia de enfrentamento, outros podem tê-la interpretado como um fator de risco, corroborando com o que foi exposto por Godoy e Oliveira (2015).

Guzzo e Trombeta (2002 apud TABOADA; LEGAL; MACHADO, 2006) expõem que há uma grande contribuição para que a resiliência se desenvolva quando é visto um equilíbrio entre fatores de risco e fatores de proteção. Frente a isso, vale dizer que ao responderem à Escala de Resiliência de Wagnild e Young, os participantes se depararam com outras afirmações, podendo tê-las interpretado tanto como fatores de risco quanto como fatores de proteção.

As afirmações presentes na Escala de Resiliência envolvem a presença, em maior ou menor intensidade habilidades internas dos participantes e suas respectivas concordâncias com o que lhes foi apresentado. Por outro lado, pode-se analisar ainda se os participantes contam com recursos externos que podem auxiliá-los no enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria. Alguns exemplos de recursos externos que podem ser identificados como fatores de proteção são as redes de apoio, condições familiares positivas e ambientes que oferecem aceitação (FERGUS; ZIMMERMAN, 2005 apud GODOY; OLIVEIRA, 2015).

Dentre as respostas dos participantes nos Questionários Sociodemográficos, notou-se que nove consideram o apoio de família e amigos importante para o enfrentamento de possíveis adversidades na fase da aposentadoria, o que permite afirmar que a maioria dos participantes adota tal apoio como uma estratégia de enfrentamento e contam com ele como um fator de proteção. Por outro lado, um participante (Participante 2) indicou que considera o apoio de amigos e familiares como neutro, o que permite afirmar que, enquanto os outros podem considerar tal apoio como um fator de proteção, esse participante pode não compreender dessa forma.

Outra questão abordada com os participantes nos Questionários Sociodemográficos foi a dos problemas financeiros, familiares e a falta de planejamento, como já comentado anteriormente. Tais situações podem potencialmente ser interpretadas como fatores de risco, que, segundo Grunspun (2002) e Taboada, Legal e Machado (2009) caracterizam-se como as situações passíveis de o indivíduo apresentar dificuldades e vivenciar momentos de estresse.

Sete participantes (Participantes 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9) indicaram que vivenciaram alguma das situações citadas anteriormente, isto é, ou não se planejaram para a aposentadoria, ou vivenciaram problemas familiares e financeiros, ou não se planejaram para a chegada dessa fase.

Dois participantes (Participantes 4 e 6) vivenciaram problemas familiares, cinco participantes (Participantes 2, 4, 5, 6 e 9) vivenciaram problemas financeiros e quatro participantes (Participantes 3, 5, 6 e 7) não se planejaram para a chegada da fase da aposentadoria. Notou-se que o participante 6 apresentou que vivenciou todas essas questões. O participante 5 apontou que vivenciou tanto problemas financeiros quanto uma falta de planejamento e que o participante 4 vivenciou problemas familiares e financeiros.

Dentre os participantes que apontaram as vivências ligadas aos problemas financeiros e a falta de planejamento, os participantes 4 e 6 apresentaram resiliência média. Ambos estão abaixo da média quanto à crença em si mesmo e quanto à crença em um sentimento de singularidade, o que pode colaborar para um enfrentamento de tais vivências de forma negativa. Com relação ao participante 5, é possível dizer que a sua experiência com problemas financeiros pode se relacionar diretamente a falta de planejamento, uma vez que apresentou uma alta resiliência e que na maioria dos fatores, com exceção do fator “Perseverança”, demonstrou estar acima da média em relação aos outros participantes.

Os autores Trombeta e Guzzo (2002 apud PESCE; ASSIS; SANTOS; OLIVEIRA, 2004) consideram que os fatores de risco não são preditivos de resiliência, apenas os fatores de proteção. Sendo assim, foi possível relacionar

isto com aquilo que pôde ser obtido através das respostas dos participantes. Mesmo aqueles que apresentaram alta resiliência indicaram que vivenciaram alguns problemas e sentimentos negativos após a fase de aposentadoria. Entende-se, assim, que não é possível dizer que os fatores de risco, como problemas financeiros e familiares, foram capazes de prever se os participantes possuíam ou não alta resiliência, uma vez que alguns daqueles que apresentaram alta resiliência apresentaram problemas em alguns desses contextos.

Por outro lado, mesmo que alguns participantes tenham apresentado que experienciaram tais problemas, a maioria indicou que atribui à aposentadoria características positivas, considerações de que o apoio de familiares e amigos é positivo para um melhor enfrentamento e outros aspectos positivos que podem ser considerados como fatores de proteção. Vale dizer ainda que todos os participantes que apresentaram que se planejaram para a aposentadoria demonstraram que possuem uma alta resiliência, denotando que tal fator de proteção foi capaz de prever suas altas resiliências. Dessa maneira, é possível dizer que na amostra desta pesquisa os fatores de proteção foram preditivos de resiliência, o que corroborou, assim, com a teoria apresentada por Trombeta e Guzzo (2002 apud PESCE; ASSIS; SANTOS; OLIVEIRA, 2004).

Frente a relação entre o que pôde ser obtido nos Questionários Sociodemográficos e na Escala de Resiliência de Wagnild e Young e aquilo que foi encontrado na literatura, foi possível expor a ligação entre os aspectos discutidos e a presença, em maior ou menor nível, dos aspectos de resiliência nos participantes, evidenciando o atingimento do terceiro objetivo específico desta pesquisa: Avaliar o processo de resiliência dos participantes.

Por fim, será respondido o quarto objetivo específico deste trabalho: Compreender a relação entre os processos de redefinição da identidade na transição para a aposentadoria e a resiliência.

Sabe-se que a aposentadoria envolve a potencialidade de representar, do ponto de vista emocional, a perda de uma identidade profissional (ALVARENGA; KIYAN; BITENCOURT; WANDERLEY, 2009). Além disso, ao



existirem outras fontes de satisfação além do trabalho, o enfrentamento dessa fase torna-se mais fácil para o indivíduo, proporcionando uma reestruturação de sua identidade como aposentado.

É possível ainda, segundo Silva, Caraballo, Jucá e Machado (2015) que o indivíduo idealize sua aposentadoria, criando hipóteses das ações e atividades que irá realizar. Contudo, é possível que, caso ele não consiga realizá-las, surjam sentimentos de angústia, vazio existencial e outros sentimentos negativos.

Notou-se que a maioria dos participantes desta pesquisa, com exceção das participantes 7 e 9, considerou que o trabalho desempenha função central para a autoimagem de uma pessoa, que todos apontaram que acreditam que suas identidades se devem às funções que desempenharam no trabalho e que tais funções contribuíram para a constituição de suas personalidades atuais. Com isso, é possível afirmar que os participantes indicaram que construíram e apresentaram, durante todos os anos nos quais não estavam aposentados, uma identidade e personalidade que se ligavam às funções que desempenhavam. Contudo, ao terem se aposentado e se desligado das funções laborais, não contam mais com aquele contexto que contribuiu para a formação de quem são.

Três dos participantes que participaram desta pesquisa (Participantes 3, 8 e 10), embora estejam formalmente aposentados, continuam exercendo atividades na área industrial. Os três apresentaram alta resiliência. Nenhum deles vivenciou problemas familiares ou financeiros após a aposentadoria e todos acreditam que o trabalho contribuiu para a autoimagem, identidade e personalidade. Vale dizer que, como já exposto anteriormente, o participante 10 indicou que se sente desconfortável na fase de aposentadoria e que o participante 3 atribuiu que acredita que a aposentadoria traz mais perdas do que ganhos.

Andrulis e Migoto (2020) indicam que é possível que exista um vazio após a aposentadoria pelo fato de o indivíduo não possuir mais um compromisso com o trabalho, o que pode levar a um prejuízo na saúde mental do sujeito aposentado. Notou-se que não existem grandes diferenças, em termos gerais,

daqueles indivíduos que aposentaram e continuam exercendo suas atividades para aqueles que aposentaram e não mais trabalham. Por outro lado, percebeu-se que os participantes 3, 8 e 10, que continuam a exercer atividades laborais, apresentam uma alta resiliência, o que permite dizer que a continuidade no trabalho pode se relacionar com a presença de aspectos que apontam uma alta resiliência.

Além disso, de acordo com Pinheiro (2004), ao atingirem o contexto da aposentadoria, os indivíduos poderão se portar de forma mais ou menos vulnerável. Percebeu-se que todos os participantes que continuaram exercendo atividades profissionais, embora formalmente aposentados, vivenciam a aposentadoria de forma menos vulnerável por terem apresentado altas resiliências, o que indica que o trabalho pode ser uma fonte que representa um fator de proteção.

O desligamento das funções pode representar uma grande mudança na forma que encaram os acontecimentos da vida, o que pôde ser notado pelo fato de os participantes que se mantiveram ativos na vida profissional terem manifestado um bom enfrentamento da vida. Como já evidenciado e percebido nas respostas de alguns participantes, muitos podem vivenciar problemas financeiros ou familiares, podendo ou não dever-se à falta de planejamento, dentre outros fatores estressores, como os também já descritos, como queda na autoestima e perda de prestígio social.

Sendo assim, evidencia-se que a resiliência possui grande importância para um melhor enfrentamento desta fase. Por outro lado, foi possível notar que além dos aspectos de resiliência, é preciso se atentar à singularidade de cada um, assim como foi percebido com os participantes desta pesquisa. Deve-se considerar a forma como cada um vivenciou a esfera do trabalho, a presença dos fatores de risco e proteção, que podem não ser interpretados por todos da mesma maneira, as estratégias de enfrentamento adotadas, as questões emocionais, que não necessariamente estão ligadas apenas ao ambiente do trabalho, mas familiares, ligados ao planejamento e à questões financeiras, ao prestígio social, entre outros.

Por fim, ressalta-se a importância dos PPA, que, de acordo com França e Soares (2009), são programas que consideram as possíveis dificuldades que podem ser vivenciadas no período de aposentadoria. Foi possível perceber, através dos resultados desta pesquisa, que existem muitas nuances envolvidas no período da aposentadoria e também na relação dos participantes com suas funções de trabalho; sendo assim, os Programas de Preparação para a Aposentadoria auxiliariam na ênfase nos aspectos positivos dessa transição, permitindo que seus participantes reflitam sobre as questões negativas e reconstruam seus projetos de vida, possibilitando a promoção bem-estar.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É possível concluir que este trabalho foi capaz de responder aos seus objetivos geral e específicos.

Para responder ao objetivo específico de analisar a relação entre identidade e trabalho para os participantes, questionou-se a relação deles com o trabalho e como eles entendem a ligação entre o fenômeno do trabalho, a constituição da identidade e sua contribuição para a personalidade e a constituição pessoal. A partir de tais questionamentos, comparou-se o que pôde ser encontrado nas respostas dos participantes com o que foi identificado na revisão da literatura.

Foi percebido que os participantes da amostra apontaram que parte de suas identidades se relaciona com as funções que desempenharam no trabalho. Todos indicaram que acreditam que suas funções contribuíram para a constituição de suas personalidades e oito dos dez participantes apontaram que acreditam que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa.

Para responder ao objetivo específico de analisar os aspectos da aposentadoria e como eles influenciam as vivências de indivíduos, elencando os fatores de risco, fatores de proteção e estratégias de enfrentamento envolvidos, questionou-se os participantes quanto à presença de aspectos que podem ser compreendidos como fatores de risco e proteção, bem como quanto aos aspectos que vivenciam em seus respectivos contextos de aposentadoria. Ademais, foram identificados, a partir da revisão da literatura, exposições acerca dos fatores e das estratégias de enfrentamento que podem estar presentes na vida de um indivíduo e contribuições referentes aos diferentes aspectos que podem, potencialmente, ser vivenciados no período de aposentadoria. Dessa maneira, frente ao que pôde ser identificado tanto com os questionamentos feitos aos participantes nos Questionários Sociodemográficos quanto com as afirmações presentes na Escala de Resiliência e as respostas fornecidas pelos participantes, foram relacionados os dados obtidos através dos instrumentos com os conceitos que permeiam o tema deste trabalho.

Identificou-se que todos os participantes contam com um dos mais importantes fatores de proteção de acordo com a literatura encontrada, que é a percepção em um sentido da vida. Além disso, que raramente pensar no objetivo das coisas pôde ser entendido como um fator de risco para alguns participante e como um fator de proteção para outros. Ademais, que a partir das característica que cada um dos cinco fatores avaliados na Escala de Resiliência, foi possível identificar em cada participante e em comparação com a amostra a presença em maior ou menor nível de habilidades internas que podem ser compreendidas por alguns como fatores de proteção e estratégias de enfrentamento.

Para responder ao objetivo específico de avaliar o nível de resiliência dos participantes, aplicou-se a Escala de Resiliência de Wagnild e Young, que identificou características que os participantes possuem em maior ou menor nível, descritas através dos cinco fatores avaliados pela escala, e, por fim, constatou os níveis de resiliência dos participantes através da verificação de seus escores. Além disso, pôde ser comparado aquilo que foi encontrado através da Escala de Resiliência com o que pôde ser identificado nos Questionários Sociodemográficos, o que possibilitou a triangulação dos dados com a revisão de literatura.

Foi possível identificar que nenhum dos participantes obteve um escore indicativo de baixa resiliência. Ademais, a partir da identificação de seus respectivos níveis de resiliência, foi possível relacioná-los com os fatores de risco e de proteção e corroborar com os dados encontrados na literatura e que apontam que os fatores de risco não são preditivos de resiliência, enquanto os fatores de proteção são.

Para responder ao quarto objetivo específico de compreender a relação entre os processos de redefinição da identidade na transição para a aposentadoria e a resiliência, relacionou-se o que pôde ser encontrado na revisão de literatura referente a questões de identidade ligadas ao trabalho com as respostas fornecidas pelos participantes nos Questionários Sociodemográficos. Com isso, comparou-se os dados alcançados com a presença, em maior ou menor nível, das características avaliadas pela Escala de Resiliência, bem como a compreensão do nível de resiliência dos

participantes. Conseqüentemente, houve a triangulação dos dados, permitindo com que a relação entre os conceitos e dados supracitados pudesse ser compreendida.

Notou-se que o processo de resiliência envolve diversos aspectos, passando desde a relação e o entendimento entre o indivíduo e as funções que exerce, bem como a contribuição do trabalho para seus processos identitários e constituição de personalidade, indo até seus aspectos emocionais, relacionais, financeiros, que se ligam ao planejamento para a chegada da aposentadoria.

Sendo assim, identificou-se que a aposentadoria é um processo em construção, ou seja, que as adversidades que podem ser encontradas nesse período envolvem toda uma construção e constituição do indivíduo e que envolve aspectos emocionais, relacionais, contextuais, de planejamento, a adoção de estratégias de enfrentamento, a presença dos fatores de risco e proteção, entre outros.

Por fim, a partir do caminho percorrido para responder aos quatro objetivos específicos desta pesquisa, foi possível investigar como o processo de resiliência influencia a relação dos participantes com a aposentadoria e a redefinição de suas identidades, respondendo, assim, ao objetivo geral desta pesquisa.

Com este trabalho, foi possível perceber que ao investigar o fenômeno da aposentadoria, é preciso ir além do objetivo de analisar aspectos diretamente relacionados a ele, ou seja, os aspectos que atingem o trabalhador após a chegada dessa fase. É preciso analisar suas habilidades pessoais, seu contexto de trabalho e como ele influencia em sua saúde mental, sua identificação com suas funções, seus valores, seus relacionamentos interpessoais, a cultura do local que trabalha, entre outros.

Para a elaboração deste Trabalho de Graduação, adotou-se a Escala de Resiliência de Wagnild e Young e um Questionário Sociodemográfico confeccionado pelo pesquisador.

Ao responderem aos Questionários Sociodemográficos, os participantes apontaram, além dos dados referentes à caracterização da amostra,

considerações que têm acerca da aposentadoria e aspectos emocionais que relacionam a ela. Apesar disso, foi possível perceber que as questões abordadas nos questionários poderiam ter explorado mais aspectos referentes à constituição dos participantes. Sendo assim, sugere-se que em trabalhos futuros que pretendam questionar os participantes acerca de aspectos que envolvem o fenômeno da aposentadoria e da relação com o trabalho, sejam explorados mais subjetivamente a relação dos participantes com suas funções e com a aposentadoria, bem como uma investigação de aspectos emocionais, de saúde mental e de identificação dos participantes com a vida laboral.

Contudo, devido à limitação temporal, de recursos e à pandemia de COVID-19, não foi possível, neste trabalho, o envolvimento de formas mais assertivas que possibilitassem resultados que envolvessem os aspectos citados no parágrafo acima. Sendo assim, sugere-se que futuros trabalhos busquem uma maior investigação de tais aspectos para que haja uma maior contribuição para a comunidade científica e não-científica acerca desse tema tão amplo e necessário.

Quanto à Escala de Resiliência de Wagnild e Young, foram notadas algumas pendências quanto ao material. Primeiramente, é possível dizer que os questionamentos presentes na Escala abordam apenas a presença de habilidades internas dos indivíduos; sendo assim, recomenda-se a sua aplicação com algum outro instrumento que permita uma maior exploração de outros aspectos que envolvam recursos externos e estratégias de enfrentamento.

Ademais, notou-se a necessidade de uma exploração mais minuciosa dos aspectos que ela se propõe a avaliar, bem como um direcionamento dos autores quanto à mensuração de seus fatores. A Escala é capaz de avaliar a presença de alguns aspectos naqueles que a respondem e conta com afirmações que permitem a identificação e a tomada de hipóteses frente aos fatores de risco e fatores de proteção internos. Por outro lado, não adentra as entrelinhas de um conteúdo amplo a ser explorado. Por isso, neste trabalho, teve de ser adotado um método próprio para a mensuração da presença de cada fator e daquilo que avaliam.

Por fim, sugere-se que a Escala de Resiliência de Wagnild e Young passe por novas análises para que possa ser mais diretiva e capaz de avaliar com melhor precisão as particularidades que os cinco fatores apresentados originalmente pelos autores buscam identificar.



## REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, Líria Núbia; KIYAN, Luciana; BITENCOURT, Bianca; WANDERLEY, Kátia da Silva. Repercussões da aposentadoria na qualidade de vida do idoso. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 43, n. 4, p. 796-802, Dec. 2009. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342009000400009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342009000400009&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 06 de novembro de 2019.
- ALVIM, Mônica Botelho. A relação do homem com o trabalho na contemporaneidade: uma visão crítica fundamentada na gestalt-terapia. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 2, p. 122-130, dez. 2006. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812006000200010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812006000200010&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 06 de novembro de 2019.
- ANDRADE, Selma Regina de; RUOFF, Andriela Backes, PICCOLI; Talita, SCHMITT; Márcia Danieli, FERREIRA; Alexandra, XAVIER; Ana Cristina Ammon. O estudo de caso como método de pesquisa em enfermagem: uma revisão integrativa. **Texto Contexto Enferm**, 2017, p. 1-12. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-07072017000400308&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072017000400308&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 06 de novembro de 2019.
- ANDRULIS, Eleonora Alexandra; MIGOTO, Sueli Maria de Souza. Como viver saudável a aposentadoria: uma reflexão sobre a transição. In: MANFREDINI, Andreza Maria Neves; MEIRELLES, Valéria Maria (Orgs.) **Psicologia econômica por psicólogos: da pesquisa para práticas possíveis**. Curitiba: CRV, 2020. p. 175 – 193.
- ANGST, Rosana. Psicologia e resiliência: uma revisão de literatura. **Psicol. Argum.** Curitiba, v. 27, n. 58 p. 253-260, 2009. Disponível em: <<https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/viewFile/20225/19509>>. Acesso em 20 de abril de 2020.
- ANTONIAZZI, Adriane Scomazzon; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco; BANDEIRA, Denise Ruschel. O conceito de coping: uma revisão teórica. **Estudos de Psicologia**. 1998. p. 273-294. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X1998000200006&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X1998000200006&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 30 de março de 2020.
- AUGUSTO, Magda Maria; NETO, Ivan Rocha. Identidade, trabalho e aposentadoria: estudo com trabalhadoras aposentadas de uma fundação pública. **ENCICLOPÉDIA BIOSFERA**, Centro Científico Conhecer - Goiânia, v.13 n.23; p. 1581-1592. 2016. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/publication/304455376\\_IDENTIDADE\\_TRABALHO\\_E\\_APOSENTADORIA\\_ESTUDO\\_COM\\_TRABALHADORAS\\_APOSENTADAS\\_DE\\_UMA\\_FUNDACAO\\_PUBLICA](https://www.researchgate.net/publication/304455376_IDENTIDADE_TRABALHO_E_APOSENTADORIA_ESTUDO_COM_TRABALHADORAS_APOSENTADAS_DE_UMA_FUNDACAO_PUBLICA)>. Acesso em 6 de novembro de 2019.
- BARLACH, Lisete; LIMONGI-FRANÇA, Ana Cristina; MALVEZZI, Sigmar. O Conceito de Resiliência Aplicado ao Trabalho nas Organizações. **Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology**, Vol. 42, Num. 1, 2008, p. 101-112. Disponível em: <

<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rip/v42n1/v42n1a11.pdf>>. Acesso em 20 de abril de 2020.

BARREIRA, Marcelo. O mito de Sísifo de Albert Camus, e sua relevância no processo de ensino e aprendizagem de Filosofia. **Conjectura: Filos. Educ.**, Caxias do Sul, RS, v. 24, 2019. Disponível em: <  
<http://www.ucs.br/etc/revistas/index.php/conjectura/article/viewFile/7210/pdf>>. Acesso em 30 de março de 2020.

BENDASSOLLI, Pedro F.; GONDIM, Sonia Maria Guedes. Significados, sentidos e função psicológica do trabalho: Discutindo essa tríade conceitual e seus desafios metodológicos. **Avances en Psicología Latinoamericana**. Bogotá (Colômbia); Vol. 32; p. 131-147; 2014. Disponível em: <  
<http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v32n1/v32n1a10.pdf>>. Acesso em 30 de março de 2020.

BORGES, Elisa Silva; MARTINS, Lusineide Ferreira. Educação para aposentadoria: avaliação dos impactos de um programa para melhorar qualidade de vida pós-trabalho. **INTERAÇÕES**, Campo Grande, MS, v. 18, n. 3, p. 55-68, jul./set. 2017. Disponível em: <  
[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-70122017000300055&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-70122017000300055&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 14 de abril de 2020.

BORGES, Livia de Oliveira; YAMAMOTO, Oswaldo Hajime. Mundo do trabalho: Construção histórica e desafios contemporâneos. In: ZANELLI, José Carlos; BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo; BASTOS, Antonio Virgílio Bittencourt (Orgs.) **Psicologia, organizações e trabalho no Brasil**. São Paulo: Artmed, 2014. p. 25-72.

BRANDÃO, Juliana Mendanha; MAHFOUD, Miguel; GIANORDOLI-NASCIMENTO, Ingrid Faria. A construção do conceito de resiliência em psicologia: discutindo as origens. **Paidéia**, Vol. 21, No. 49, p. 263-271, 2011. Disponível em: <  
<https://www.scielo.br/pdf/paideia/v21n49/14.pdf>>. Acesso em 20 de abril de 2020.

CAMPOS, Débora Aparecida Moura. **Resiliência e preparação para aposentadoria**: um estudo com trabalhadores participantes de um programa pós-carreira. 2017. 186f. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Universidade de Taubaté - Instituto Básico de Humanidades, Taubaté, 2017. Disponível em: <  
<https://mpemdh.unitau.br/wp-content/uploads/2015/dissertacoes/mdh/Debora-Aparecida-Moura-Campos.pdf>>. Acesso em 20 de abril de 2020.

CARDOSO, Tábata. **Construção e validação de uma escala dos atributos pessoais de resiliência**. 2013. 154f. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde) – Faculdade de Saúde da Universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo, 2013. Disponível em: <  
<http://tede.metodista.br/jspui/bitstream/tede/1330/1/TabataCardoso.pdf>>. Acesso em 30 de março de 2020.

CARDOSO, Tábata; MARTINS, Maria do Carmo Fernandes. **Escala dos Pilares da Resiliência (EPR)**. 1ª Ed. São Paulo: Vetor, 2013.

CODO, Wanderley. Saúde do trabalhador: dignidade e qualidade de vida no mundo do trabalho. In: LEONARDI, André Isnard; NETTO; Carlos César Coelho; MOREIRA, Clarice; FAÇANHA, Danusa Cardoso; EIDELWEIN Karen, OLIVEIRA; Rogério (Orgs.) **Psicologia crítica do trabalho na sociedade contemporânea**. Brasília, 1ª Ed. 2010. p. 81-87. Disponível em <[https://issuu.com/palapsi/docs/psic\\_trabalhofinal\\_psicologia\\_cr\\_tica\\_do\\_trabalho](https://issuu.com/palapsi/docs/psic_trabalhofinal_psicologia_cr_tica_do_trabalho)>. Acesso em 14 de abril de 2020.

DUARTE, Camila Vianna; MELO-SILVA, Lucy Leal. Expectativas diante da aposentadoria: um estudo de acompanhamento em momento de transição. **Rev. bras. orientac. prof.** São Paulo, v. 10, n. 1, p. 45-54, jun. 2009. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-33902009000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902009000100007&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 14 abril 2020.

FONTES, Arlete Portella; NERI, Anita Liberalesso. Resilience in aging: literature review. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 5, p. 1475-1495, May 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232015000501475&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232015000501475&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 20 de abril de 2020.

FONTOURA, Daniele dos Santos; DOLL, Johannes; OLIVEIRA, Saulo Neves de. O Desafio de Aposentar-se no Mundo Contemporâneo. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 40, n. 1, p. 53-79, jan./mar. 2015. Disponível em: <[http://www.ufrgs.br/edu\\_realidade](http://www.ufrgs.br/edu_realidade)>. Acesso em 14 de abril de 2020.

FRANÇA, Lucia Helena de Freitas Pinho; LEITE, Soniárlei Vieira; SIMÕES, Fabrícia Prado; GARCIA, Thaysa; ATALIBA; Patrick. Análise dos Programas de Preparação para Aposentadoria (PPA) desenvolvidos por instituições públicas brasileiras. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 22, n. 1, p. 59-80, 2019. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/42941/28578>>. Acesso em 20 de abril de 2020.

FRANÇA, Lucia Helena de Freitas Pinho; SOARES, Dulce Helena Penna. Preparação para a aposentadoria como parte da educação ao longo da vida. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 29, n. 4, p. 738-751, dez. 2009. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932009000400007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932009000400007&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 14 abril. 2020.

GUEST, Greg; BUNCE, Arwen; JOHNSON, Laura. How Many Interviews Are Enough? An Experiment with Data Saturation and Variability. **Field Methods**. Vol. 18, No. 1, Sage Publications, 12 2006 p. 59–82. Disponível em: <<https://chip.uconn.edu/wp-content/uploads/sites/1245/2019/05/Guest-et-al-2006-Saturation.pdf>>. Acesso em 30 de março de 2020.

GIL, Antonio Carlos. Delineamento da pesquisa. In: GIL, Antonio Carlos (Org.). **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. São Paulo: Editora Atlas S.A., 2008. p. 51-59. Disponível em:

<<https://ayanrafael.files.wordpress.com/2011/08/gil-a-c-mc3a9todos-e-tc3a9cnicas-de-pesquisa-social.pdf>>. Acesso em 30 de março de 2020.

GIL, Antonio Carlos. Questionário. In: GIL, Antonio Carlos (Org.). **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. São Paulo: Editora Atlas S.A., 2008. p. 121-135. Disponível em: <<https://ayanrafael.files.wordpress.com/2011/08/gil-a-c-mc3a9todos-e-tc3a9cnicas-de-pesquisa-social.pdf>>. Acesso em 30 de março de 2020.

GRUNSPUN, Haim. Violência e resiliência: a criança resiliente na adversidade. **Rev. Bioética**. n. 5. 2002. Disponível em: <[https://revistabioetica.cfm.org.br/index.php/revista\\_bioetica/article/download/207/208](https://revistabioetica.cfm.org.br/index.php/revista_bioetica/article/download/207/208)>. Acesso em 20 de abril de 2020.

LEÃO, Marluce Auxiliadora Glaus; CAMPOS, Débora Aparecida Moura. Preparação para a aposentadoria e resiliência: um tema em questão. **InterSciencePlace – International Scientific Journal**. n. 3, v. 13, p. 33-48, 2018. Disponível em: <<http://www.interscienceplace.org/isp/index.php/isp/article/view/822>>. Acesso em 20 de abril de 2020.

MELO, Lúcia Petrucci de; CARLOTTO, Mary Sandra; RODRIGUEZ, Sandra Yvonne Spiendler; DIEHL, Liciane. Estratégias de enfrentamento (coping) em trabalhadores: revisão sistemática da literatura nacional. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 68, n. 3, p. 125-144, dez. 2016. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672016000300010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672016000300010&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 30 de março de 2020.

NALIN, Cristiane Pimentel; FRANÇA, Lucia Helena de Freitas Pinho. The Importance of Resilience for Well-Being in Retirement. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, Ribeirão Preto, v. 25, n. 61, p. 191-199, 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-863X2015000200191&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2015000200191&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 20 de abril de 2020.

NAVARRO, Vera Lucia; PADILHA, Valquíria. Dilemas do trabalho no capitalismo contemporâneo. **Psicol. Soc.**, Porto Alegre, v. 19, n. spe, p. 14-20, 2007. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-71822007000400004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-71822007000400004&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 11 de março de 2020.

NEVES, Diana Rebello; NASCIMENTO, Rejane Prevot; FELIX, Mauro Sergio Jr.; SILVA, Fabiano Arruda da; ANDRADE, Rui Otávio Bernardes de. Sentido e significado do trabalho: uma análise dos artigos publicados em periódicos associados à Scientific Periodicals Electronic Library. **Cad. EBAPE.BR**, v. 16, nº 2, Rio de Janeiro, Abr/Jun. 2018, p. 318-330. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-39512018000200318&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-39512018000200318&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 11 de março de 2020.

OLIVEIRA, Adriana Leônidas de. Comportamento Organizacional e Pesquisa Qualitativa: Algumas Reflexões Metodológicas. In: CHAMON, Edna Maria

Querido de Oliveira. **Gestão e Comportamento Humano nas Organizações**. Rio de Janeiro: Brasport, p. 190-205, 2007

OLIVEIRA, Adriana Leônidas de; GODOY, Monique Marques da Costa. O processo de resiliência do jovem aprendiz e as estratégias de conciliação estudo-trabalh. **Bol. psicol.**, São Paulo, v. 65, n. 143, p. 175-191, jul. 2015. Disponível em:

<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0006-59432015000200006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432015000200006&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 21 de abril de 2020.

OLIVEIRA, Maria Antonia de; NAKANO, Tatiana de Cássia. Revisão de pesquisas sobre criatividade e resiliência. **Temas em Psicologia**. Vol. 19, n. 2, p. 467 – 479, 2011. Disponível em: <

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2011000200010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2011000200010&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 20 de abril de 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, OMS. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Organização Pan-Americana de Saúde: Brasília, Brasil. 2005. Disponível em: <

[https://bvsm.sau.de.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_ativo.pdf](https://bvsm.sau.de.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf)>. Acesso em 21 de setembro de 2020.

PERIM, Paulo Castelar; DIAS, Cláudia Salomé; CORTE-REAL, Nuno José; ANDRADE, Alexsandro Luiz; FONSECA, Antônio Manuel. Análise fatorial confirmatória da versão Brasileira da Escala de Resiliência (ER - Brasil). **Gerais, Rev. Interinst. Psicol.**, Juiz de fora, v. 8, n. 2, p. 373-384, dez. 2015. Disponível em:

<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202015000300007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202015000300007&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 19 de setembro de 2020.

PESCE, Renata P.; ASSIS, Simone G.; SANTOS, Nilton; OLIVEIRA, Raquel de V. Carvalhaes de. Risco e Proteção: Em Busca de Um Equilíbrio Promotor de Resiliência. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**., Vol. 20 n. 2, p. 135-143. Mai-Ago 2004. Disponível em: < <https://www.scielo.br/pdf/ptp/v20n2/a06v20n2.pdf>>. Acesso em 30 de março de 2020.

PINHEIRO, Débora Patrícia Nemer. A resiliência em discussão. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 9, n. 1, p. 67-75, Apr. 2004. Disponível em:

<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-73722004000100009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722004000100009&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 30 de março de 2020.

RODRIGUES, Andrea L.; BARRICHELLO, Alcides; BENDASSOLLI, Pedro F.; OLTRAMARI, Andrea P. MEANING OF WORK: CHALLENGES FOR THE XXI CENTURY. **RAM, Rev. Adm. Mackenzie**, São Paulo, v. 19, n. spe, eRAMP180206, 2018. Disponível em:

<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1678-69712018001000606&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-69712018001000606&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 03 de março de 2020.

SILVA, Alda Karoline Lima da; CARABALLO, Gimena Pérez; JUCÁ, Raphaela Margarida do Nascimento; MACHADO, Ludmila Sayonara da Silva Xavier. Concepções e expectativas da aposentadoria em trabalhadores da educação

pública do Rio Grande do Norte. Aletheia, Canoas, n. 47-48, p. 106-121, dez. 2015. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-03942015000200009&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942015000200009&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 20 de abril de 2020.

TABOADA, Nina G.; LEGAL, Eduardo J.; MACHADO, Nivaldo. Resiliência: em busca de um conceito. **Rev. bras. crescimento desenvolv. hum.**, São Paulo, v. 16, n. 3, p. 104-113, dez. 2006. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12822006000300012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822006000300012&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 30 de março de 2020.

TAMAYO, Álvaro. Valores Organizacionais. In: SIQUEIRA, Mirlene Maria Matias. **Medidas do comportamento organizacional: Ferramentas de diagnóstico e gestão**. Porto Alegre: Artmed, 2008, p. 303-334. Disponível em: <<https://groups.google.com/group/psicofreud/attach/ed3af5f3041f8/Medidas%20Do%20Comportamento%20Organizacional%20%20-%20Mirlene%20Maria%20Matias%20Siqueira.pdf?part=0.1>>. Acesso em 03 de março de 2020.

TAVARES, Lorine. **Estimulação em idosos institucionalizados: efeitos da prática de atividades cognitivas e atividades físicas**. 2007. 215f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis 2007. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/90654/244701.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em 20 de abril de 2020.

YUNES, Maria Angela Mattar. Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família. **Psicologia em Estudo**. Maringá, v. 8, 2003, p. 75-84. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/pe/v8nspe/v8nesa10.pdf>>. Acesso em 20 e abril de 2020.

**APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO****Data:** \_\_\_\_\_**Idade:** \_\_\_\_\_**Sexo:** Feminino Masculino**Estado Civil:** Solteiro (a) Casado (a) ou em união estável Divorciado (a) Viúvo (a)**Pessoas com quem vive:** Sozinho (a) Companheiro (a) com crianças Companheiro (a) sem crianças Com filhos Com pais ou familiares Com amigos**Escolaridade:** Ensino Fundamental incompleto Ensino Fundamental completo Ensino Médio incompleto Ensino Médio completo Ensino Superior incompleto Ensino Superior completo**Cargo(s) que já ocupou na indústria:**

-----

**Trabalha atualmente?** Sim Não

Se sim, qual cargo exerce? \_\_\_\_\_

**Há quanto tempo você está aposentado?** Há menos de 5 anos Entre 5 e 10 anos**No geral, a fase de aposentadoria faz você se sentir (podem ser marcadas mais de uma opção):** Confortável Desconfortável Inválido (a) Determinado (a) Triste Confiante Feliz Otimista Pessimista Autoconfiante**Você acredita que a aposentadoria traz mais perdas ou ganhos:** Perdas Ganhos**Marque os aspectos que você atribui a aposentadoria (podem ser marcadas mais de uma opção):** Autonomia Desafios Novas oportunidades Problemas financeiros



- Mudanças de hábitos pessoais
  - Perda de prestígio social
  - Perda de autoestima
  - Conquistas
  - Maior tempo para lazer
  - Aproximação da família e amigos
  - Descanso
  - Tensão
- Outros: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Você acredita que o apoio de familiares ou amigos pode ser positivo, negativo ou neutro para o enfrentamento de possíveis adversidades na fase de aposentadoria?**

- Positivo
- Negativo
- Neutro

**Você vivenciou problemas familiares após a aposentadoria?**

- Sim
- Não

**Você vivenciou problemas financeiros após a aposentadoria?**

- Sim
- Não

**Você se planejou durante a vida para a chegada dessa fase?**

- Sim
- Não

**Você acredita que o planejamento pode levar à um maior bem-estar frente à aposentadoria?**

- Sim
- Não

**Quais foram os efeitos da aposentadoria na sua vida pessoal?**

- Angústia
- Ansiedade
- Estresse
- Insegurança
- Prejuízos na vida familiar
- Queda da autoestima
- Benefícios na autoestima
- Melhora no convívio familiar
- Melhora na saúde física
- Melhora na saúde mental
- Disposição para novos projetos
- Satisfação pessoal

Outros: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Você acredita que o trabalho desempenha função essencial para a autoimagem de uma pessoa?**

- Sim
- Não

**Você acredita que parte de quem você é, sua identidade, deve-se à sua relação com as funções que desempenhou no trabalho?**

- Sim
- Não

**Você acredita que as funções que você desempenhou em seu trabalho contribuíram para a constituição da sua personalidade atual?**

- Sim
- Não

**De acordo com Pinheiro (2004), o termo “resiliência” se refere à capacidade de um indivíduo ou grupo para enfrentar e superar adversidades. Logo, quem apresenta essa característica é definido com um sujeito resiliente. Você se considera resiliente?**

Sim

Não

**Você acredita que possui facilidade para superar problemas?**

Sim

Não

## **ANEXO A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

### **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

O Sr.(a) está sendo convidado(a) a participar como voluntário(a) da pesquisa “**A resiliência e sua relação com os processos de redefinição de identidade na transição para a aposentadoria**”, sob a responsabilidade da pesquisadora Profa. Ma. Monique Marques da Costa Godoy. Nesta pesquisa, pretendemos identificar como a resiliência se apresenta como facilitadora do enfrentamento do fenômeno da aposentadoria e da redefinição de identidade ocasionada por ele, por meio da aplicação de dois instrumentos através de plataformas virtuais. Os instrumentos são um questionário sociodemográfico e a Escala de Resiliência de Wagnild e Young.

Há benefícios e riscos decorrentes de sua participação na pesquisa. Os benefícios são indiretos e consistem em poder contribuir com os conhecimentos da psicologia acerca do tema estudado para melhorias de ações e estratégias com a população desempregada, e os riscos são mínimos, podendo envolver algum nível de desconforto emocional. Entretanto para evitar que ocorram danos, todos os participantes poderão ser encaminhados para o Centro de Psicologia Aplicada da Universidade de Taubaté. Caso haja algum dano ao participante será garantido ao mesmo procedimentos que visem à reparação e o direito à indenização.

Para participar deste estudo o Sr.(a) não terá nenhum custo nem receberá qualquer vantagem financeira. O Sr.(a) receberá o esclarecimento sobre o estudo em qualquer aspecto que desejar e estará livre para recusar-se a participar e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido pelo pesquisador, que tratará a sua identidade com padrões profissionais de sigilo.

Os resultados da pesquisa estarão à sua disposição quando finalizada. Seu nome ou o material que indique sua participação não será liberado sem a sua permissão. O(A) Sr.(a) não será identificado em nenhuma fase da pesquisa e nem em publicação que possa resultar. Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador responsável por um período de 5 (cinco) anos. Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida ao senhor(a). Para qualquer outra informação o(a) Sr.(a) poderá entrar em contato com o pesquisador por telefone (12) 99199-8898 (inclusive ligações a cobrar) ou e-mail profamoniquegodoy@gmail.com

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, o(a) Sr.(a) poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa – CEP/UNITAU na Rua Visconde do Rio Branco, 210 – centro – Taubaté, telefone (12) 3635-1233, e-mail: cep@unitau.br

O pesquisador responsável declara que a pesquisa segue a Resolução CNS 466/12.

---

Profa. Ma. Monique Marques da Costa Godoy  
Pesquisadora responsável

### **Consentimento pós-informação**

Eu, \_\_\_\_\_, portador do documento de identidade \_\_\_\_\_ fui informado (a) dos objetivos da pesquisa **“A resiliência e sua relação com os processos de redefinição de identidade na transição para a aposentadoria”**, de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações sobre a pesquisa e me retirar da mesma sem prejuízo ou penalidade. Declaro que concordo em participar. Recebi uma cópia deste termo de consentimento livre e esclarecido e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas. \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_.

---

Assinatura do(a) participante

## ANEXO B – ESCALA DE RESILIÊNCIA DE WAGNILD E YOUNG

### Escala de Resiliência

Marque o quanto você concorda ou discorda com as seguintes afirmações:

	DISCORDO			NEM CONCORDO NEM DISCORDO	CONCORDO		
	Totalmente	Muito	Pouco		Pouco	Muito	Totalmente
1. Quando eu faço planos, eu levo eles até o fim.	1	2	3	4	5	6	7
2. Eu costumo lidar com os problemas de uma forma ou de outra.	1	2	3	4	5	6	7
3. Eu sou capaz de depender de mim mais do que qualquer outra pessoa.	1	2	3	4	5	6	7
4. Manter interesse nas coisas é importante para mim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Eu posso estar por minha conta se eu precisar.	1	2	3	4	5	6	7
6. Eu sinto orgulho de ter realizado coisas em minha vida.	1	2	3	4	5	6	7
7. Eu costumo aceitar as coisas sem muita preocupação.	1	2	3	4	5	6	7
8. Eu sou amigo de mim mesmo.	1	2	3	4	5	6	7
9. Eu sinto que posso lidar com várias coisas ao mesmo tempo.	1	2	3	4	5	6	7
10. Eu sou determinado.	1	2	3	4	5	6	7
11. Eu raramente penso sobre o objetivo das coisas.	1	2	3	4	5	6	7
12. Eu faço as coisas um dia de cada vez.	1	2	3	4	5	6	7
13. Eu posso enfrentar tempos difíceis porque já experimentei dificuldades.	1	2	3	4	5	6	7
14. Eu sou disciplinado.	1	2	3	4	5	6	7
15. Eu mantenho interesse nas coisas.	1	2	3	4	5	6	7
16. Eu normalmente posso achar um motivo para rir.	1	2	3	4	5	6	7
17. Minha crença em mim mesmo me leva a atravessar tempos difíceis.	1	2	3	4	5	6	7

	DISCORDO			NEM CONCORDO NEM DISCORDO	CONCORDO		
	Totalmente	Muito	Pouco		Pouco	Muito	Totalmente
18. Em uma emergência, eu sou uma pessoa em quem as pessoas podem contar.	1	2	3	4	5	6	7
19. Eu posso geralmente olhar uma situação de diversas maneiras.	1	2	3	4	5	6	7
20. Às vezes eu me obrigo a fazer coisas querendo ou não.	1	2	3	4	5	6	7
21. Minha vida tem sentido.	1	2	3	4	5	6	7
22. Eu não insisto em coisas as quais eu não posso fazer nada sobre elas.	1	2	3	4	5	6	7
23. Quando eu estou numa situação difícil, eu normalmente acho uma saída.	1	2	3	4	5	6	7
24. Eu tenho energia suficiente para fazer o que tenho que fazer.	1	2	3	4	5	6	7
25. Tudo bem se há pessoas que não gostam de mim.	1	2	3	4	5	6	7

## ANEXO C – PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA DA UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ



### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

#### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** A RESILIÊNCIA E SUA RELAÇÃO COM OS PROCESSOS DE REDEFINIÇÃO DE IDENTIDADE NA TRANSIÇÃO PARA A APOSENTADORIA

**Pesquisador:** Monique Marques da Costa Godoy

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 32426820.0.0000.5501

**Instituição Proponente:** Universidade de Taubaté

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

#### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 4.217.834

#### **Apresentação do Projeto:**

O projeto apresenta-se de forma correta seguindo as normas do CEP. Desde a capa com todas as identificações necessárias, até o corpo completo. Descreve todos os procedimentos que serão submetidos os participantes.

Informações em consonância com a PB, composto por anexos/Instrumentos que garantam anonimato, com metodologia explicada nos passos propostos.

#### **Objetivo da Pesquisa:**

Com objetivos coerentes com o tema e problema da pesquisa proposta.

#### **Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

O TCLE está bem descrito assegurando o pesquisador e pesquisados. Descreve todos os procedimentos que serão submetidos os participantes. Descreve os riscos. Descreve as providências e cautelas como informação que pode receber ligação a cobrar bem como os participantes poderão ser encaminhados à centro de psicologia aplicada da Unitau.

#### **Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

É um trabalho de TG mas correto em relação aos quesitos exigidos pelo Comitê de Ética.

#### **Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Estão todos apresentados conforme o exigido. Apenas necessário organização do cronograma prevê Banca de Qualificação antes da coleta em agosto setembro sendo melhor o seu ajuste. Tem

<b>Endereço:</b> Rua Visconde do Rio Branco, 210	<b>CEP:</b> 12.020-040
<b>Bairro:</b> Centro	
<b>UF:</b> SP	<b>Município:</b> TAUBATÉ
<b>Telefone:</b> (12)3635-1233	<b>Fax:</b> (12)3635-1233
	<b>E-mail:</b> cep@unitau.br





UNITAU - UNIVERSIDADE DE  
TAUBATÉ



Continuação do Parecer: 4.217.834

orçamento de forma simplificada.

**Recomendações:**

Houve a troca do cronograma por uma versão com os atos de forma linear e sequenciada para sua execução.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

A documentação encontra-se adequada.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

O Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Taubaté, em reunião realizada no dia 14/08/2020, e no uso das competências definidas na Resolução CNS/MS 510/16, considerou o Projeto de Pesquisa: APROVADO.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO_1546329.pdf	04/08/2020 17:46:47		Aceito
Outros	Escala_Resiliencia.pdf	04/08/2020 17:44:10	Monique Marques da Costa Godoy	Aceito
Outros	2ENTREVISTA.pdf	04/08/2020 17:42:53	Monique Marques da Costa Godoy	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	2Projeto_TG_Pedro_Carlos.pdf	04/08/2020 17:41:26	Monique Marques da Costa Godoy	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA.pdf	04/08/2020 17:41:11	Monique Marques da Costa Godoy	Aceito
Outros	AUTORIZACAO_LABAVAL.pdf	07/05/2020 17:57:52	Monique Marques da Costa Godoy	Aceito
Outros	QUESTIONARIO.pdf	07/05/2020 17:56:57	Monique Marques da Costa Godoy	Aceito
Orçamento	ORCAMENTO.pdf	07/05/2020 17:56:27	Monique Marques da Costa Godoy	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_pedro.pdf	07/05/2020 17:56:15	Monique Marques da Costa Godoy	Aceito
Declaração de Pesquisadores	termo_de_compromisso.pdf	07/05/2020 17:54:34	Monique Marques da Costa Godoy	Aceito
Folha de Rosto	folhaDerosto_pedro.pdf	27/04/2020 14:56:20	Monique Marques da Costa Godoy	Aceito

**Endereço:** Rua Visconde do Rio Branco, 210

**Bairro:** Centro

**CEP:** 12.020-040

**UF:** SP

**Município:** TAUBATE

**Telefone:** (12)3635-1233

**Fax:** (12)3635-1233

**E-mail:** cep@unitau.br



UNITAU - UNIVERSIDADE DE  
TAUBATÉ



Continuação do Parecer: 4.217.834

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

TAUBATE, 17 de Agosto de 2020

---

Assinado por:  
Wendry Maria Paixão Pereira  
(Coordenador(a))

**Endereço:** Rua Visconde do Rio Branco, 210

**Bairro:** Centro

**CEP:** 12.020-040

**UF:** SP

**Município:** TAUBATE

**Telefone:** (12)3635-1233

**Fax:** (12)3635-1233

**E-mail:** cep@unitau.br