

Reflexões

Envelhecimento e prazer de viver: jovens ouvidos, idosos bem-sucedidos?



Ana Luiza P. Vergueiro

*O meu vizinho do lado se matou de solidão...
Num velho papel de embrulho. Deixou um
bilhete seu. Dizendo que se matava. De
cansado de viver. Embaixo assinado Alfredo.
Mas ninguém sabe de quê.¹*

O título “Envelhecimento e prazer de viver: jovens ouvidos, idosos bem-sucedidos?” contém implícitas duas ideias: a de continuidade, fases da vida que se sucedem, e a comunicação entre as pessoas, constituindo um meio de favorecer o envelhecimento com prazer de viver.

Diante das problemáticas de nossa época, podemos pensar se a melhoria na comunicação entre as pessoas, onde se ofereça um “ouvir” qualificado com respeito, compreensão, aceitação e amizade ao outro, pode ser considerada medida preventiva para uma velhice bem-sucedida. Não podemos alegar falta de meios para nos comunicarmos, mas algumas pessoas podem recorrer a um meio desesperado de comunicar seu sofrimento, por meio do suicídio.

¹ Fonte: Um Homem Chamado Alfredo. Vinícius de Moraes e Toquinho. Vinícius/Toquinho, Phillips, 1975, Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=o7hBlx_XtJ8>. Acesso em: Abril de 2014.

O jovem pleno de energias diante do sofrimento também pode pensar em suicídio, mas para o idoso a proximidade real da morte pode se impor como uma ameaça, ou solução objetiva para as próprias perdas e, em decorrência, o suicídio pode ser aventado.

Este texto visa descrever a proposta do Centro de Valorização da Vida (CVV) e refletir como seus programas podem contribuir para que o processo de envelhecimento transcorra melhor, adotando-se uma postura humanista, que propicia a oportunidade de autoconhecimento, ao prescrever que ouvir, compreender e aceitar a condição de cada pessoa ao longo desse processo pode servir de amparo para uma vida melhor.

O Centro de Valorização da Vida (CVV) é uma organização não governamental (ONG), sem fins lucrativos, que existe há mais de 50 anos no Brasil e cuja primeira atividade desenvolvida foi o “Programa de Prevenção do Suicídio”. Fundado por um grupo de jovens voluntários, o primeiro plantão de atendimento e lançamento oficial da entidade ocorreu no dia 01 de março de 1962, em São Paulo.

No seu início, a fonte inspiradora para a prevenção do suicídio foi a entidade inglesa Os Samaritanos (“The Samaritans”). Em 1953, ao saber que três pessoas por dia se suicidavam em Londres, o Reverendo Chad Varah, um pastor anglicano, ficou impressionado com a estatística e decidiu oferecer um serviço de atendimento telefônico na velha igreja de Santo Estevão, no centro de Londres, para conversar com as pessoas desesperadas que pediam ajuda, usando o famoso telefone “Mansion House 9000 – telefone da amizade”, fundando Os Samaritanos, que existe até hoje no mundo inteiro.

A partir daí, seu exemplo foi seguido em vários países: SOS Amitié, na França; Telefono Amico, na Itália; Esperanza, na Espanha; Seelsorge, na Alemanha e Accueil na Bélgica. Entre o CVV e Os Samaritanos sempre houve laços de afinidade pelo trabalho e amizade, como confirmam essas palavras do Rev. Chad Varah:

Veja, meu amigo, vocês lá no Brasil e nós, aqui na Inglaterra, sem nos conhecermos, pertencemos a um trabalho que funciona em moldes idênticos. Até parece que, ao fazer as normas do CVV, vocês usaram um papel-carbono sob as normas de trabalho de “Os Samaritanos”. Fica, assim, mais uma vez, comprovada a atuação do Alto unindo os homens em torno dos trabalhos de assistência ao próximo. Continuem com a tarefa. Deus saberá recompensar todos os sacrifícios.²

Em função dos serviços prestados à comunidade, a organização brasileira foi reconhecida como entidade de utilidade pública federal pelo decreto-lei nº

² Fonte: LORENZETTI, V. Prevenção do Suicídio. Revista Internacional de Espiritismo, março 1972. Disponível em: <<http://www.espirito.org.br/portal/artigos/diversos/suicidio/prevencao-do-suicidio.html>>. Acesso em: Abril de 2014.

73.348 de 20 de dezembro de 1973. Como entidade voltada à prevenção do suicídio, é associada ao Befrienders Worldwide (<http://www.befrienders.org/>), entidade que congrega instituições de apoio emocional e prevenção do suicídio em todo o mundo e, em 2004 e 2005, integrou o Grupo de Trabalho do Ministério da Saúde para definição da Estratégia Nacional para Prevenção do Suicídio.

O serviço é totalmente gratuito, e os atendimentos são realizados por voluntários distribuídos por todo o Brasil, treinados pela instituição e que permanentemente estudam e se mantêm qualificados para o trabalho. A prevenção do suicídio consiste numa conversa, por meio da qual os voluntários colocam-se disponíveis para ouvir a pessoa, focando o diálogo nos sentimentos dela. É importante ressaltar que não há nenhum tipo de doutrinação religiosa e o voluntário está ali para ouvir e oferecer amizade a quem procura, seja um suicida em potencial ou não.

A prevenção do suicídio pode ser realizada³: a) no posto: local onde o atendimento é presencial (alguns postos funcionam 24 horas); b) por telefone: atendimento dos chamados telefônicos feitos para os postos ou para o número 141 (válido para todo o território brasileiro); c) por correspondência: carta enviada ao posto e respondida posteriormente; d) pelo Skype: serviço disponível em alguns postos; e) por correspondência eletrônica: mensagem enviada pelo site e respondida posteriormente; f) pelo “chat” (CVVWEB): atendimento virtual “on line”, com disponibilidade diária, em horários determinados acessado através do site.

Ao longo do tempo, o trabalho tem passado por várias fases e podemos observar que a atualização do uso de ferramentas que propiciem criar mais acessibilidade ao serviço é uma realidade. Em 1998, o atendimento através do correio eletrônico introduziu o uso da internet, mas, nesse caso, não há uma relação de ajuda onde ambos interagem ao mesmo tempo, pois a pessoa que envia a mensagem não recebe resposta imediatamente e deve aguardá-la. Porém, em 2008, numa iniciativa pioneira e de vanguarda, um grupo de voluntários de São Paulo iniciou o atendimento via internet por meio de um “chat”, que é diferenciado, pois oferece condições para uma conversa em tempo real (“on line”).

A motivação principal para a utilização do “chat” surgiu como fruto da necessidade de se aproximar dos mais jovens após a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 10 de setembro 2007 (Dia Mundial da Prevenção do Suicídio), ter divulgado que a porcentagem de suicídios no mundo, nos últimos 50 anos, havia aumentado em 60% e representava a terceira maior causa de mortalidade entre jovens e adultos de 15 a 34 anos de ambos os sexos, embora a maioria dos casos ocorresse entre as pessoas com mais de 60 anos. Vale lembrar que o fundador de Os Samaritanos também se preocupou com os jovens no início de sua carreira como pastor. Em 1936, ele se chocou quando foi chamado para officiar o funeral de uma jovem de apenas 14 anos que havia

³ Fonte: CVV ORG BRASIL. Disponível em: <www.cvv.org.br>. Acesso em: Abril de 2014.

se suicidado porque imaginava ter uma grave doença venérea ao ficar menstruada pela primeira vez.

As estatísticas indicam que as pessoas até 30 anos de idade, incluindo adolescentes, são as que mais procuram o serviço virtual. O “chat” é uma ferramenta que propicia a criação de um espaço para os jovens encontrarem ajuda, pois a afinidade deles com o ambiente virtual viabiliza que o “bate-papo on line” possa ser direcionado para uma “conversa séria” sobre “coisas sérias”. O custo baixo e a popularidade da internet, aliados aos equipamentos portáteis, são elementos que possibilitam maior acessibilidade ao serviço, permitindo alcançar um maior número de pessoas, várias faixas etárias, diferentes localizações geográficas e, conseqüentemente, ampliando a abrangência dos atendimentos.

No atendimento virtual, a demanda por parte de pessoas a partir de 60 anos é pouco frequente, embora as estatísticas de suicídio entre idosos no mundo sejam bastante elevadas.

A pequena participação dos idosos pode se justificar pelo fato de que alguns podem apresentar déficit cognitivo e, portanto, não conseguem procurar o serviço e, em outros casos, questões ligadas à acessibilidade também restringem a participação daqueles que não sabem usar o computador, assim como dificuldades econômicas para adquirir um equipamento, falta de interesse nos avanços tecnológicos, perdas motoras e de visão.

Valorizando a vida: trabalho voluntário virtual

A experiência como voluntária do “chat”, realizada no período de fevereiro 2011 a julho 2013, proporcionou conversas virtuais com pessoas das mais diversas idades. Esse gênero de trabalho faz parte das cogitações e interesses de muitas pessoas, especialmente, pelo tipo de ajuda humanitária que presta. É difícil apagar da lembrança a imagem e a mensagem de divulgação do CVV: “tem alguém do outro lado da linha que quer te ouvir”. O tema suicídio é forte, assusta e é tratado socialmente com muitas reservas por ser pouco conhecido e intrigante. Como ajudar e ser útil às pessoas que manifestam o desejo de morrer e pensam em se matar?



**TEM ALGO QUE EU
POSSO FAZER
PARA TE AJUDAR?**

Algumas pessoas começam a desenvolver essa atividade voluntária a partir do convite de um amigo, por terem “achado” o serviço na internet, por circunstâncias ligadas à procura de um algum serviço voluntário, e atraídas, pela modernidade da proposta de ajudar virtualmente, sendo possível fazer os atendimentos em casa ou viajando, uma flexibilidade que a tecnologia do “notebook” e a internet permitem.

Para se candidatar a voluntário, a inscrição é feita através do site e, depois, no caso de São Paulo, os interessados encontram-se para participarem de reuniões nas quais são apresentadas a entidade, sua filosofia, bases teóricas e a prática da proposta de trabalho. Ao final, cada participante decide se iniciará

o treinamento efetivo para os atendimentos. A firmeza do propósito da entidade e a disponibilidade para servir dos voluntários tornam-se evidentes durante o encontro: há voluntários trabalhando há 20, 30 e até 40 anos e os próprios fundadores continuam atuantes há 52 anos. Foi marcante o fato daquelas pessoas, num final de semana de verão, deixarem seus afazeres pessoais e familiares para se dedicarem a formar novos voluntários. Isso demonstra a disponibilidade e dedicação que se ampliam nas ações de multiplicação do trabalho e vão além dos horários dos plantões de atendimento.

Ao término do encontro, saímos envoltos por um sentimento misto de entusiasmo e compromisso com aquele trabalho tão profundo, para o qual iniciáramos um treinamento direcionado para os atendimentos práticos. Durante dez semanas, muito instrutivas, adentramos em um “mundo novo”, repleto de interação e escuta que despertou novo olhar para o entendimento do ser humano. Dessa forma, o trabalho exigiu muito mais do que qualificação técnica: seria necessário um esforço contínuo de autoconhecimento para conversar “bem” com as pessoas, ouvi-las e conseguir ajudá-las. Numa palavra, é um trabalho de humanização.

A conversa que caracteriza a relação de ajuda no atendimento é um desafio constante para todos. Ela requer um ouvir específico e qualificado que, por vezes, pode surpreender quando se constata o anestesiamiento (surdez) de nossa própria escuta para com os sentimentos alheios. Muitas foram as dificuldades com as quais nos deparamos para superar essas barreiras, exercício essencial para que haja uma aproximação com a pessoa que deseja ser ouvida. O foco nos sentimentos da “outra pessoa”, aquela que nos procura, surge como um mundo novo a desvendar e, para tanto, a necessidade de autoconhecimento se impõe – para conseguir ouvir o outro, precisamos aprender a ouvir a nós mesmos, a perceber os nossos sentimentos. Como fazer para conseguir isso?

Preocupados com essa questão do autoconhecimento, em torno de 1984, foi idealizado por um grupo de voluntários o “Exercício de Vida Plena”. Ele serve para propiciar o autoconhecimento e constituiu-se numa ferramenta útil e fundamental nas reuniões de rotina do trabalho, por acumular dupla função: para o próprio voluntário, ajudando no seu aprimoramento pessoal e, assim, no autoconhecimento; e para quem é atendido, pois o aprimoramento do voluntário se repercute na melhoria da qualidade do atendimento. Na prática da “Vida Plena”, o tema é escolhido pelo grupo, os voluntários têm a oportunidade de falar de si mesmos, dos seus sentimentos, serem ouvidos, não são interrompidos nem criticados, e as informações são mantidas em sigilo.

Podemos considerar que o trabalho se constitui num verdadeiro tratamento, cuidado e aprimoramento pessoal e, por ser contínuo, conduz ao autoconhecimento e possibilita sermos úteis aos outros e a nós mesmos.

Refletindo sobre a realidade em que estamos vivendo no mundo, impressiona a atualidade e profundidade da proposta desse trabalho. A chamada “Proposta de Vida” pode ser considerada um mecanismo de transformação das relações

inter e intrapessoais e, conseqüentemente, de transformação social e humanitária. Conversar com as pessoas que desejam ser ouvidas, que procuram um amigo, pode parecer banal, porém, na sociedade em que vivemos um cotidiano com características individualistas, isto é tão raro! Além disso, a seriedade da proposta encontra-se registrada nos seus valores e fundamentos compilados em cinquenta e dois preceitos que refletem o amadurecimento do trabalho e sua evolução ao longo do tempo.

Depois de dez semanas em que treinávamos em grupo, começamos os plantões reais. Muita ansiedade envolvia os primeiros atendimentos, medo de “errar”, de dizer algo inadequado... No entanto, para aprender era necessário se esforçar muito, se expor e fazer os atendimentos, além de estudar, participar das reuniões, esclarecer as dúvidas e compartilhar as dificuldades com os colegas.

Os testes para a nossa perseverança não tardaram a aparecer. Durante um dos primeiros atendimentos, uma pessoa relatou que estava prestes a se jogar da janela do apartamento e, naquele momento, alguém da família chegou ao local e a pessoa acabou desistindo. Mesmo assim, o atendimento foi encerrado com muito temor. Outras vezes, numa conversa sobre “dores do coração” alguém, com problemas afetivos, revelou o medo de assumir a homossexualidade. Ao ouvir essas pessoas, as problemáticas “dos outros” revelavam nossas próprias necessidades e conflitos pessoais. Como temos coisas para aprender sobre nós mesmos!

Nessas circunstâncias, lidar com o sigilo nas conversas foi o menos difícil. O sigilo é um aspecto capital para que a pessoa se sinta segura para expor seus sentimentos. A dor gosta de privacidade, não quer ser compartilhada de forma exuberante. Aquilo que é realmente sério e valioso requer ser tratado com respeito e discrição, sendo a identidade da pessoa preservada e fazendo com que se sinta compreendida e aceita, sem ser julgada nem criticada.

Identificamos um incentivo ao trabalho associado a uma ideia basilar implícita nessa relação de ajuda: a crença na tendência construtiva do ser (ou tendência atualizante), conforme definiu o psicólogo norte-americano Carl Rogers. A tendência construtiva é inerente aos seres humanos, significa que as pessoas possuem uma força interior que as impele a buscar uma vida melhor, que são capazes de encontrar suas próprias soluções e achar razões para continuar a viver. É a manifestação da própria valorização da vida, que possibilita a pessoa seguir adiante, continuar tentando, usando seus próprios recursos, e renovada para enfrentar seus problemas.

Nas palavras do próprio Rogers, podemos entender sua concepção sobre a pessoa humana:

O ser humano, como todos os organismos, tende a crescer e a se atualizar. É claro que todos os fatores sociais, econômicos e familiares podem interromper esse crescimento, mas a tendência fundamental é em direção

ao crescimento, ao seu próprio preenchimento ou satisfação. Costumo exemplificar esse processo lembrando batatas que guardávamos no porão da nossa casa na fazenda. Elas criavam brotos porque havia uma janelinha no quarto. Era uma tentativa inútil, mas parte da tentativa do organismo de se satisfazer. Você consegue um produto muito diferente quando planta uma batata na terra, e comparo esse processo ao que pode ser encontrado em delinquentes e em pessoas que são tidas como doentes mentais: o modo como suas vidas se desenvolveram pode ser muito bizarro, anormal; no entanto, tudo o que elas estão fazendo é uma tentativa para crescer, para atualizar seus potenciais. O fato de essa tentativa causar maus resultados situa-se mais no meio ambiente do que na tendência básica do indivíduo. A pedra fundamental da psicologia humanista, pelo menos como eu vejo, é, portanto, essa crença de que o ser humano tem um organismo positivo e construtivo.⁴

Neste sentido, a aproximação deste trabalho com a Gerontologia está na possibilidade de incitar a manifestação da tendência construtiva para a valorização (ou revalorização) da vida quando nos vemos “sem saída”, situação que pode ocorrer em qualquer fase da vida, mas que se explicita arrasadoramente, por vezes, na velhice.

A dor gosta de privacidade, não quer ser compartilhada de forma exuberante.

Velhice com prazer de viver?

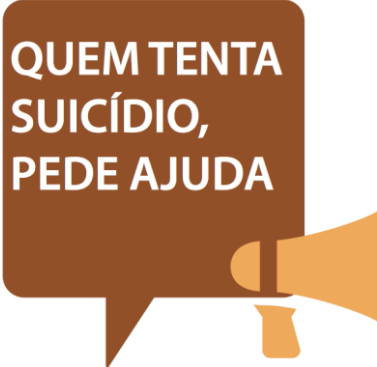
Ao longo da vida, todos enfrentam problemas, se transformam e envelhecem a cada dia. A Gerontologia é a área da Ciência que estuda o envelhecimento humano, considerando-o um processo, sendo a velhice a última fase do processo humano de nascer, viver e morrer. Assim, todas as pessoas que procuram ajuda no serviço oferecido pelo CVV, seja qual for a sua problemática e idade, são pessoas vivenciando o processo de envelhecimento em alguma de suas fases.

Ouvindo as pessoas, suas problemáticas podem parecer distante de nós por pertencerem a uma realidade alheia, mas o sofrimento faz parte da vida de todos em qualquer idade. Ao nos perguntarmos: “Qual é o pior sofrimento?”, a resposta é imediata: “O pior é aquele que se está sentindo naquele exato momento”. Todo esse universo de dores e sofrimentos nos remete àqueles que hoje, idosos, não tiveram oportunidade de desenvolver seus potenciais

⁴ Fonte: REVISTA VEJA. no. 441, 16 de fevereiro de 1977, Páginas 3, 4 e 6. Disponível em <<http://www.encontroacp.psc.br/site/entrevista-carl-rogers/>>. Acesso em: Abril de 2014.

internos, de conhecer a si mesmos, suas dores e fraquezas para lidar com a própria velhice, fase da vida onde nos deparamos com inevitáveis limitações e uma complexidade infinita de perdas.

Além do sofrimento, a solidão e falta de um “ouvido amigo” são elementos presentes na fala das pessoas que procuram os atendimentos. A solidão permeia a vida de muitos de nós, independentemente da idade, mas é, sobretudo, fortemente presente nas pessoas que pensam em suicídio e naquelas que vivem a velhice.



**QUEM TENTA
SUICÍDIO,
PEDE AJUDA**

No mundo, de acordo com estatísticas, o índice de suicídio entre pessoas com mais de 60 anos é bastante elevado. Na velhice, a solidão é comum e evidencia-se nas diversas perdas: da saúde (doenças), de pessoas queridas sejam amigos, familiares ou cônjuges (luto e solidão), do trabalho (aposentadoria), financeira (diminuição da renda), de sua utilidade na família (consideração), de sua importância na sociedade (status, reconhecimento), da “sua” casa (proteção), da mobilidade (independência física), do poder de decisão (autonomia), de acuidade visual, da capacidade de comunicação devido à diminuição da audição, memória e/ou dicção.

A solidão permeia a vida de muitos de nós, independentemente da idade, mas é, sobretudo, fortemente presente nas pessoas que pensam em suicídio e naquelas que vivem a velhice.

Atualmente, alguns idosos vivem em instituições públicas ou privadas, longe de suas famílias, e a manifestação do sentimento de solidão mais ostensivo é notável. Quem vive institucionalizado também tem uma história de vida, mas nem sempre tem alguém com quem falar, seja por falta de laços com aqueles com quem convive ou mesmo por dificuldades pessoais de relacionamento, o que aumenta o isolamento e acentua a solidão. Diante desse quadro, porém, pode haver mais um agravante: a perda de si mesmo, do seu sentido existencial.

Se envelhecer significa viver um processo, então, como valorizar a vida na velhice?

Vamos buscar uma possível resposta junto aos princípios do programa assistencial “Caminho de Renovação Contínua”, conhecido como CRC, que foi lançado pelo CVV em março de 1999 e tem suas origens no “Exercício de Vida Plena”, mencionado anteriormente neste texto.

Considerando que esse exercício foi muito útil para os voluntários ao propiciar o autoconhecimento, instalou-se a ideia de expandir sua prática para a sociedade acreditando que ele poderia beneficiar também as pessoas em

geral. Assim, foi criado o programa assistencial CRC, fundamentado na proposta do psicólogo humanista Carl Rogers, cujo objetivo é propiciar o autoconhecimento, baseando-se na formação de um grupo de pessoas que se encontram para falar sobre o tema proposto com liberdade de expressão, ou apenas ouvir, num ambiente sem ameaças de críticas ou julgamentos.

Rogers salienta a importância do amor entre as pessoas como a base de segurança para que o indivíduo, criança ou adulto, possa se desenvolver sentindo-se aceita e compreendida:

...tanto as crianças quanto os adultos precisam de amor de um indivíduo, ou de um grupo, que possa criar segurança suficiente para que a pessoa que está se desenvolvendo se atreva a tomar riscos que a levem a essas áreas de crescimento. E essa é uma das coisas que um grupo de encontro proporciona – a segurança de um ambiente de compreensão, com pessoas que procuram se amar mutuamente.⁵

As reuniões são semanais, com cerca de doze (12) participantes e duração de uma hora e trinta minutos (90 minutos), totalmente gratuitas, podendo contar ou não com a participação de voluntários, já que conhecem seu funcionamento, porém, o objetivo é que se difunda a prática na sociedade.

Outra característica do programa é a sua divisão em quatro (4) módulos – pode-se entrar no grupo a qualquer tempo, sem prejuízo de fazer todos os módulos, pois se repetem, ou seja, terminado o 4º módulo, volta-se diretamente ao 1º módulo e continua-se a sequência sucessivamente. Cada módulo possui temas que são precedidos por uma pergunta introdutória e ao todo somam vinte e seis (26) temas, que são profundos e nem sempre fazem parte das reflexões cotidianas da maioria das pessoas. Por exemplo, no módulo 1, denominado “Autoconhecimento”, o primeiro tema é “Origens”, cuja pergunta introdutória é: “Quem sou eu?” ou “Como me vejo?”⁶

Há um facilitador (alguém escolhido pelo grupo) cuja função é encaminhar as etapas da reunião e permitir que os participantes se expressem, ou seja, não se trata de um professor, mestre ou dirigente que controla a direção ou oriente quanto ao tema e às colocações. Isso é muito importante, pois não há qualquer tipo de correção que iniba a expressão do pensamento e sua liberdade fica garantida sem a preocupação dos pontos de vista serem “certos”.

As pessoas que participam desses grupos costumam perceber que, ao serem ouvidos diferentes pontos de vista, há a oportunidade de ampliar a própria

⁵ Fonte: REVISTA VEJA. no. 441, 16 de fevereiro de 1977, Páginas 3, 4 e 6. Disponível em <<http://www.encontroacp.psc.br/site/entrevista-carl-rogers/>>. Acesso em: Abril de 2014.

⁶ Para ilustrar: Módulo 2: Princípios; tema 6: A Dor – pergunta introdutória: A dor é um castigo, veículo de aprimoramento ou uma injustiça? Módulo 3: Aperfeiçoamento e Renovação Interior; tema 1: Preconceitos – pergunta introdutória: Percebo meus preconceitos? Módulo 4: Família e Sociedade; tema 5: Aceitação – pergunta introdutória: Aceito o próximo como ele é?

visão por meio das experiências alheias exercitando a compreensão. O sentimento de aceitação aflora porque ser ouvido é um estímulo para falar mais de si mesmo e perceber os próprios sentimentos, ou seja, podem se aproximar mais de si mesmas, escutando-se, aceitando-se e compreendendo-se.

Vejamos o que Rogers nos diz a respeito das mudanças que causam o grupo de encontro nas pessoas:

Tanto na terapia quanto no grupo de encontro, a mudança mais notável é a expansão da conscientização do indivíduo. Ele vem para o grupo achando que sabe quem é e que está consciente de si mesmo. Mas, quando começa a se abrir e a notar como as pessoas ouvem com atenção, ele descobre, dentro de si mesmo, coisas que não havia percebido antes. Começa a sentir que é mais do que pensava ser, que tem sentimentos que nunca havia notado. Uma pessoa que nunca mostra raiva, por exemplo, perceberá, no grupo, que tem raiva dentro de si. Ela não se esquecerá disso e reconhecerá, no fundo, quando sentir raiva, que não poderá mais escondê-la – e terá condições para lidar com ela.⁷

Poderíamos supor que “nossos problemas acabaram”, porém, Rogers diz que a vida não fica mais fácil pelo fato de se participar de um grupo de encontro, mas a satisfação de se sentir capaz de crescer reflete o “prazer de viver”:

Quando os potenciais humanos são desenvolvidos, a vida se torna mais complexa. As pessoas se descartam de seus velhos problemas deixando-os para trás, mas, quando vão em frente, encaram novos problemas, talvez tão difíceis como os anteriores – porém mais excitantes, pois elas aí estão mais conscientes e mais prontas a lidar com eles. Portanto o prazer de ser mais independente, mais real e mais livre é mais que suficiente para contrabalançar a dor e a dificuldade que advêm deste tipo de crescimento.⁸

Consideramos que a implantação desse programa assistencial possa ser uma possibilidade efetiva de melhoria da qualidade de vida das pessoas de todas as idades, ajudando-as a crescer, desenvolver seus potenciais, conhecer a si mesmas, exercitando valores como a aceitação e a compreensão, e contribuindo para que se consiga pavimentar uma estrada para a velhice contando com recursos internos de força e autoconfiança, os quais permitirão lidar com as perdas e poderão funcionar como preventivos contra a solidão e o desespero, que podem se fazer presentes nessa fase da vida.

⁷ Fonte: REVISTA VEJA. no. 441, 16 de fevereiro de 1977, Páginas 3, 4 e 6. Disponível em <<http://www.encontroacp.psc.br/site/entrevista-carl-rogers/>>. Acesso em: Abril de 2014.

⁸ Fonte: REVISTA VEJA. no. 441, 16 de fevereiro de 1977, Páginas 3, 4 e 6. Disponível em <<http://www.encontroacp.psc.br/site/entrevista-carl-rogers/>>. Acesso em: Abril de 2014.

Diante do exposto, gostaríamos de trazer à tona o conceito de “escuta sensível” (Barbier, 2002) cujo significado foi influenciado pela abordagem rogeriana e tem sido introduzido na prática da saúde. No caso dos profissionais de saúde, a escuta sensível abrange três aspectos: 1) direção: da cura, ou pelo menos do alívio do sofrimento; 2) significação: qual o significado da enfermidade para o doente, qual é o significado de sua vida quando ela se esvai? 3) sensação: qual é a relação do doente com seu próprio corpo, como ele vive o sofrimento?

O ouvinte-sensível visa perceber o universo afetivo, imaginário e cognitivo do outro a fim de compreender, intrinsecamente, suas atitudes, comportamentos, valores e mitos; não julga nem compara; ele compreende sem aderir ou se opor às opiniões alheias. Percebe-se, assim, a relevância da postura de humanidade que prescreve escutar e compreender.

Para finalizar, pedimos permissão ao poeta Vinícius para ousar trocar seus versos:

O meu vizinho do lado não morreu de solidão... Num
velho papel de embrulho. Deixou um bilhete seu. Dizendo
que não se cansava. De vontade de viver. Embaixo
assinado Alfredo. Um amigo que viveu.⁹

Referências

BARBIER, R. *Escuta sensível na formação dos profissionais de saúde*. 2002. Disponível em: <<http://www.barbier-rd.nom.fr/ESCUTASENSIVEL.PDF>>. Acesso em: Maio de 2014.

CONCHON, J. A.; FOCÁSSIO, F.; LORENZETTI, V. *CVV – Uma Proposta de Vida*. São Paulo: Editora Aliança, 1989.

CONCHON, J. A., et al. *CVV: Manual do Voluntário*. 4. ed. São Paulo: Digitalizado e atualizado em maio de 2006.

MONDIN, A. *Caminho de Renovação Contínua*. Manual de apresentação do programa. São Paulo, Abril de 2003.

Data de recebimento: 28/3/2014; Data de aceite: 8/5/2014.

Ana Luiza Pellegrini Vergueiro – Economista (FEA-USP.). Pós-graduanda em Psicogerontologia (Unip). Atua na área do Agronegócio do cultivo da Castanheira-do-Brasil. E-mail: aluizavergueiro@hotmail.com

⁹ Fonte: Um Homem Chamado Alfredo. Vinícius de Moraes e Toquinho. Vinícius/Toquinho, Phillips, 1975. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=o7hBlx_XtJ8>. Acesso em: Abril de 2014.