

4

A psicologia das derradeiras fases da vida

[Artigo 4, páginas de 68 a 83]





José Carlos Ferrigno

José Carlos Ferrigno é psicólogo, gerontólogo, mestre e doutor em Psicologia pela USP. Especialista em Relações Intergeracionais pela Universidade de Granada.

jcferrigno@gmail.com



RESUMO

O presente ensaio tem como objetivo levantar algumas questões que possam colaborar para a difícil e complexa compreensão da velhice e do processo de envelhecimento humano. Conceitos da Psicologia como identidade, personalidade, subjetividade, sujeito psíquico, entre outros, buscam dar suporte aos estudos dos fenômenos afetivos e cognitivos supostamente típicos dessa etapa da vida. Em temas como este, a análise deve transitar todo o tempo entre características individuais herdadas e adquiridas e partir da premissa de que somos construídos física e psiquicamente ao longo da evolução ontogenética (percurso individual que vai do nascimento à morte) e da evolução filogenética (que diz respeito às mutações da espécie processadas ao longo de milhares de anos em estreita interação com o meio ambiente físico e sociocultural). Tal construção é, portanto, sempre forjada pela articulação do biológico, do psíquico e do social. Esta reflexão sobre possíveis características da velhice se assenta sobre a constatação acerca da ampla diversidade de histórias de vida dos que envelheceram e das variáveis culturais e econômicas de uma sociedade complexa como a nossa. Inicialmente, tento algumas aproximações com o auxílio da noção de identidade social. Em seguida, são sistematizadas algumas reações psicológicas mais comuns perante o processo de envelhecimento, levando em conta o impacto do tratamento social dado ao velho e as formas de autopercepção da velhice. Por fim, considerações são feitas em torno da contribuição social dos idosos e da ideia de sabedoria de vida como uma possível conquista da maturidade.

Palavras-chave: envelhecimento; psicologia; identidade social; autoimagem.

ABSTRACT

This essay aims at raising some questions that could help the hard and complex understanding about old age and the human aging process. Concepts from Psychology such as identity, personality, subjectivity and psychical subject, among others, are provided to offer support to the studies of affective and cognitive phenomena supposedly typical of this life moment. In such themes, the analysis must be done all the time considering the inherited and acquired individual characteristics and from the premise that we are built physically and psychically along the ontogenetic evolution (individual route from birth to death) as well as phylogenetic evolution (related to the mutations of human species done along thousands of years in close interaction with the environment, in a physical, social or cultural manner). Such framing has been therefore always forged by biological, social and psychical links. This reflection about possible characteristics of old age is based on the large diversity of life stories of those who got old and from cultural and economical variables of a complex society like ours. Initially, I try some approaches using some help from the notion of social identity. Then, some most common psychological reactions of the aging process are systematized considering the impact of social treatment given to the elderly and the ways of self-awareness of old age. Finally, some considerations are done about the social contribution of the elderly and also the idea of life wisdom as a possible achievement of maturity.

Keywords: aging; psychology; social identity; self image.

A BUSCA POR UMA IDENTIDADE DA VELHICE

De início um esclarecimento: a razão do título deste artigo é que esta reflexão busca englobar não apenas o período da velhice propriamente dita, que para alguns tem início convencionalmente aos 60 anos e para outros aos 65 anos, mas também a chamada meia-idade, que é uma importante fase transicional. A velhice, por sua vez, pode ser subdividida em dois momentos. O primeiro diz respeito à chamada terceira idade, que vai dos 60 aos 80 anos aproximadamente, abrangendo os chamados “jovens velhos”. O segundo momento é o da quarta idade ou velhice avançada, formada pelos “velhos velhos”.

Introdutoriamente, eu creio ser importante deixar registrado que falamos sobre a velhice com o nosso próprio envelhecimento. Quando jovens, falamos influenciados pelo velho que está sendo lentamente gestado dentro de nós; quando maduros, com o velho que já se instalou em nosso psiquismo, mas que dele não se apropria integralmente, já que, como veremos adiante, em nosso inconsciente não envelhecemos jamais.

Como premissa e balizamento para esta reflexão, fixemos a ideia de que, para além das determinações naturais, as culturas humanas pré-históricas e históricas produzem significações para cada uma das etapas da existência do *Homo sapiens*. Regras de conduta são institucionalizadas para as diferentes etapas da vida e são expressas por meio do desempenho de papéis e posições sociais. Nessa perspectiva é que devemos pensar o que nossa sociedade espera de cada geração e, em particular, de seus velhos, e, ainda, o que estes esperam da sociedade e de si mesmos, nosso foco neste artigo.

Quem é o velho? O que sente, o que pensa, o que quer? Estas são perguntas que nos convidam a buscar características de personalidade comuns àqueles que envelhecem e que nos levam a refletir sobre que tipo de cognições, emoções e sentimentos são, supostamente, próprios de determinada idade. Digo “supostamente” apontando para uma discussão sobre o que reconhecidamente de inédito se inaugura na velhice e o que apenas representa uma continuidade do que já vinha acontecendo em fases anteriores, havendo no máximo uma acentuação de características psicológicas. Estas são questões que nos incitam a desvendar a identidade etária, isto é, aquilo que tenta caracterizar cada uma das gerações que compõem o ciclo vital, e definir uma identidade geracional.

Lembremos, todavia, de que o conceito de identidade é problemático já que etimologicamente conota algo fixo, imutável, idêntico a si

Artigo 4

A psicologia das derradeiras fases da vida

1 Notem que em nosso idioma há uma curiosa aproximação fonética e conceitual entre os termos “mesmidade”, ou seja, a propriedade daquilo que permanece o mesmo, e “mesmidade”, isto é, algo que se conserva à revelia da passagem do tempo.

mesmo. A identidade como algo estático, algo que enfatiza o que permanece, algo que sugere uma “mesmidade”¹ ou fixidez, pertence a um passado mais característico de sociedades de lentas mudanças. Todavia, prosseguimos utilizando o conceito de identidade nestes tempos acelerados, apesar desse paradoxo semântico. O fato é que testemunhamos transformações frequentes em nós e nos outros, ao longo de nossa breve existência. Parafraseando Raul Seixas, somos “metamorfoses ambulantes”. Sob a égide deste momento histórico de aceleradas transformações, Antonio da Costa Ciampa (1987, p. 129-146), em sua teorização sobre identidade, enfatiza o que muda, analisando as mudanças ocorridas ao longo de histórias de vida e destacando a possibilidade de uma metamorfose pessoal rumo ao desenvolvimento de uma consciência crítica mais ampla que visa superar a alienação derivada dos valores predominantes no sistema capitalista.

Neste período mutante em que vivemos e de incertezas quanto ao futuro da velhice, alguns desenham cenários mais favoráveis a ela, tanto em relação à sua posição social quanto em relação à eficácia dos cuidados de saúde física e mental dos mais longevos. Outros vislumbram um horizonte sombrio para os velhos, por exemplo, em relação a uma possível insustentabilidade da Previdência Social em decorrência da explosão demográfica dos aposentados, prevendo sérios conflitos de gerações na disputa por verbas públicas. Mas, independentemente da direção que as transformações identitárias tomarão nas próximas décadas, o fato é que autores como Bauman (2005) nos alertam para a atual volatilidade das relações pessoais e de trabalho, acrescida dos preconceitos dirigidos aos mais velhos, influenciando decisivamente a forma de tratamento social dada aos idosos e ocasionando o rebaixamento de sua autoimagem e autoestima.

A ideia de identidade remete-nos a indagações de natureza filosófica e psicológica, a respeito de quem somos, de quais são as singularidades que nos distinguem, tanto como indivíduos quanto como membros de determinados grupos sociais. No primeiro caso, falamos de uma identidade pessoal, no segundo, de uma identidade social. Todavia, como não é possível dissociar de modo absoluto o indivíduo de sua sociedade, podemos adotar a ideia de uma identidade psicossocial. Mais especificamente, a associação a grupos mais próximos ou mais distantes, pequenos ou abrangentes, constrói nossa identidade, seja ela de gênero, profissional, étnica, religiosa, de classe social ou de idade (FERRIGNO, 2006, p. 12-23). Todavia, essa

classificação comporta mais divisões, por exemplo, no caso de uma identidade etária, teríamos de levar em conta diferenças internas de ordem cultural e socioeconômica.

A partir de um ponto de vista psicanalítico, Delia Goldfarb (1998, p. 44-45), baseada no pensamento de Piera Aulagnier (1991, p. 224), enriquece esta discussão, ao falar de uma identidade corporal, sede da história do sujeito com suas dores e emoções, uma história inacabada que nunca se completa, que é recontada de modos diversos, que se refaz de modo a acolher as mudanças impostas pelo tempo, sem que se perca o sentido da permanência, decorrência da atemporalidade do inconsciente que discuto a seguir.

REAÇÕES PSICOLÓGICAS AO ENVELHECIMENTO

Todos percebemos o quanto nós mudamos ao longo da vida. Transformações, físicas, cognitivas e emocionais, determinam nossa aparência física e nosso conteúdo psíquico em cada momento da existência. Inegavelmente nos transformamos. No entanto, sentimos também que algo em nós permanece e que é o que nos faz considerarmos, em vários momentos, sempre os mesmos, a despeito de nossa imagem refletida no espelho escancarar as marcas do tempo impressas em nossos corpos. Tal resistência ao reconhecimento de mudanças dá-se apesar do acúmulo de experiências vividas e malgrado mudanças no modo como passamos a ser tratados pelos demais, à medida que envelhecemos.

Arthur Schopenhauer também percebeu esse fenômeno e, em um de seus aforismos, nos diz:

Ainda que envelheçamos muito, em nosso íntimo sentimo-nos exatamente os mesmos que éramos na juventude, ou melhor, na infância. Isso que permanece inalterado, sempre igual e que não envelhece com o passar do tempo é o cerne de nossa essência, que não reside no tempo e, justamente por essa razão, é indestrutível (SCHOPENHAUER, 2012, p. 61).

Freud, influenciado pelas ideias de Schopenhauer, trabalha essa sensação de permanência em suas teorizações e argumenta que ela se deve à influência do caráter atemporal de nosso inconsciente, esse poderoso e ainda misterioso condutor da vida humana. Segundo Freud (1973, p. 2.061-2.082), os processos do sistema inconsciente acham-se *fora do tempo*, não cronologicamente ordenados e tampouco sofrem modificações ao longo do tempo. Isso explicaria um certo

2 Rendo homenagens a essa pioneira da Gerontologia no Brasil, a quem devo boa parte de minha formação teórica, falecida em janeiro de 2016, enquanto eu escrevia este artigo.

3 Embora a autora faça uma distinção entre conformidade e conformismo, em meu ponto de vista, o termo “adaptação” utilizado pela autora pode dar a entender uma certa submissão ao *status quo* de uma sociedade cujos valores claramente são hostis à velhice e que, por isso, devem ser superados. Portanto, se considerarmos nossa forma de viver como, no mínimo, problemática, fica sempre “no ar” a interrogação: adaptação exatamente a quê? Em certo sentido, velhos rebeldes podem ser mais úteis a uma transformação social positiva, do que os “bem-adaptados”.

estranhamento à ideia de que envelhecemos, expresso com perplexidade por Simone de Beauvoir, ao dizer: *Será que me tornei, então, outra, enquanto permaneço a mesma?* (BEAUVOIR, 1990, p. 348).

A essa possível razão de recusa da velhice como consequência da natureza do inconsciente soma-se outra, bem mais notável e objeto de investigação da Sociologia e da Psicologia Social, que é a dificuldade de se envelhecer em uma sociedade como a nossa que cultua a juventude e os padrões de beleza ligados a ela. Como proteção a um ego ameaçado, a ação dos mecanismos de defesa concebidos por Freud e amplamente trabalhados pela Psicanálise constitui os recursos para uma adaptação à realidade da velhice, adaptação às vezes mais, às vezes menos satisfatória.

Elvira Mello Wagner² (1982, p. 1-26), baseada em postulados freudianos e junguianos, comenta as diversas formas de reação à velhice e de adaptação³ a ela, efetivadas por meio da utilização de diversos mecanismos de defesa do ego, como os de *regressão*, *negação*, *restrição do eu*, *identificação com o agressor* e *racionalização*. A autora lembra que tais mecanismos são importantes para o enfrentamento de situações de crise. Todavia, seu uso sistemático e incorporado à personalidade pode constituir uma neurose. Como resultado desse uso exacerbado, vários comportamentos desajustados são possíveis. A *regressão* e a *negação* podem levar pessoas idosas a, obsessivamente, evitarem a companhia de outros velhos e a buscarem apenas a convivência com a juventude. Com o uso da *restrição do eu*, os velhos desistem dos desafios que a vida apresenta e acabam por evitar contatos sociais, isolando-se em casa. Já a utilização neurótica do mecanismo de *identificação com o agressor* pode se apresentar sob duas formas. Na primeira, a identificação direta com o “agressor”, entendido aqui como a representação do poder autoritário, pode configurar velhos déspotas, intolerantes e ranzinzas. Em uma forma “invertida”, o mecanismo de identificação com o agressor dá-se com atitudes de submissão perante o mundo que o agride. Temos, então, o velho que se apresenta como “vítima”, impotente para enfrentar as dificuldades da vida. Já a *racionalização* aparece sob a forma de um excesso de explicações e justificativas que resultam em uma supervalorização de si mesmo, como quando alguém nessa fase da vida se acha um sábio tendo sempre a resposta certa para qualquer questão.

Se tais condutas neuróticas na velhice são obviamente negativas, para Elvira, ainda assim é possível reconhecer que representam adaptações parciais, na medida em que a pessoa ainda consegue um certo

“funcionamento social”, dando conta das tarefas do dia a dia. No entanto, a situação pode ser pior para aqueles que, segundo a autora, tornam-se totalmente desadaptados. Incapazes de responder minimamente às adversidades, tanto por restrições sociais quanto por doenças limitantes e dolorosas, acabam vitimados pela depressão deixando-se morrer no seu cotidiano ou optando inapelavelmente pelo suicídio. Como um contraponto mais otimista, Wagner considera possível uma boa adaptação à velhice quando o idoso avalia com realismo suas potencialidades criando novas atividades ou, ainda, exercendo as habituais de forma diferente. Felizmente, encontramos muitos idosos bem-adaptados à fase em que vivem e, sem conformismo, lutam por seus direitos e por uma sociedade mais humanizada.

VELHICE INFORMADA PELO OUTRO E AUTOPERCEPÇÃO DA VELHICE

Frequentemente, nós dependemos da informação do outro de que estamos envelhecendo. Aos olhos dos mais jovens transformamo-nos em “senhoras” ou “senhores”, passando primeiramente pela etapa em que somos “tios” ou “tias”, para depois nos convertermos em “avôs” ou “avós”. E fica a questão: o quanto a autoimagem, não só do velho, mas do ser humano em geral corresponde à imagem que os outros fazem dele? Como essa correspondência pode variar de uma cultura a outra?

No bojo de tais interrogações, outras emergem como aquelas relativas à maneira como cada um encara seu próprio envelhecimento. No transcorrer dos anos em que tenho atuado junto de idosos, observo diferentes reações destes quanto ao jeito de se verem e se denominarem. Uns se assumem como velhos com um ostensivo orgulho de suas rugas, consideradas marcas do tempo e atestado de experiência. A maioria, no entanto, execra o termo “velho”, preferindo expressões como “idoso” ou “terceira idade”, recorrendo resolutos, se condições tiverem, a cirurgias plásticas e outros expedientes em busca de uma aparência rejuvenescida. Ainda como autorreferência, alguns radicalizam lançando mão de eufemismos até ingênuos de tão inverossímeis, como “melhor idade” ou “feliz idade”. Há uma fase melhor que outra? O que esse “sintoma” representa? A negação da velhice? Mas o que será mesmo aceitar a velhice? Como delimitar o território da negação e o da aceitação serena da velhice? Aliás, como definir uma velhice bem assumida? Para alguns, aqueles que recorrem a um implante de silicone são pessoas que não se reconhecem como velhos e acham que tal atitude reflete a fragilidade de valores éticos de nossa civilização. Para outros, trata-se de uma decisão legítima de quem quer cuidar de sua aparência, visando elevar sua



“Velho” pode ser um palavrão destinado a humilhar alguém, como também uma expressão carregada de ternura por parte de um filho ou de um cônjuge.

autoestima, e comemoram a liberdade de escolha de comportamentos e estilos de vida como importantes conquistas destes novos tempos.

Diante de tantas possibilidades, que forma de tratamento utilizar para se referir às pessoas de idade mais avançada? Quando alguém de idade avançada é rico, famoso ou culto, a tendência da mídia é a ela se referir mencionando sua função, evitando alusões à sua idade. Nesse caso, por exemplo, leremos algo sobre “a atriz Fernanda Montenegro”, “o arquiteto Oscar Niemeyer”, “o empresário Olacyr de Moraes” ou “o professor Antonio Candido”. Quem pertence à classe média tende a ser chamado de idoso, já o pobre, mais provavelmente, poderá aparecer nos jornais como um “velho”. Sabemos que existem diferenças de opinião inclusive entre profissionais da Gerontologia quanto à adequação dos termos “velho”, “idoso” ou “terceira idade”. Constatamos, na verdade, uma profusão de autodenominações entre os que envelhecem e verificamos também que há uma multiplicidade de nomes dados ao estágio mais avançado da vida humana.

Mas, independentemente das preferências terminológicas, que podem ser neutras ou revelar ideologias, ou seja, para além desta discussão, o fato é que a palavra “velho” é eivada de conotações negativas em nossa sociedade; basta consultar nossos dicionários. Daí porque a imprensa tende a reservá-la aos excluídos e fragilizados. Na literatura gerontológica, excetuando-se as denominações exageradamente eufemistas, como já mencionamos, há a utilização mais frequente da expressão “idoso”, seguida de “velho” e, mais raramente, “terceira idade”. Enquanto o termo “velho” surge em artigos e livros, dificilmente aparece em uma fala dirigida diretamente a esse público, seja por parte de especialistas, seja por autoridades, seja pela mídia, seja por quem quer que seja. Verbalizar o termo “velho” sem ser ofensivo requer cuidado e circunstância. O preconceito pode estar abrigado tanto em quem fala quanto em quem ouve. Ou em ambos, ou, na melhor das hipóteses, em nenhuma das partes. “Velho” pode ser um palavrão destinado a humilhar alguém, como também uma expressão carregada de ternura por parte de um filho ou de um cônjuge.

Certamente tais polêmicas tendem a se ampliar em uma sociedade de tão díspares valores morais e estilos de vida. Muitas ideologias, muitas

opiniões. Mas se, por um lado, essa prodigalidade de visões das coisas pode gerar conflito, por outro, e a partir dele, propicia a emergência de novas possibilidades de construção de novos caminhos. O que importa é a liberdade de escolhas para a edificação de singularidades que facilitem a emergência do novo com promessas de uma sociedade mais feliz. Todavia, em um mundo regido pelo capital e pelas leis do mercado, a liberdade para muitos resume-se a que mercadoria adquirir e a que moda aderir. Como se sabe, para a grande maioria das pessoas há um longo caminho a fim de superar a condição de meros consumidores rumo ao exercício pleno da cidadania.

JUNG E O PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO

A experiência do envelhecimento, para muitos, pode proporcionar uma visão menos idealizada da vida. À medida que os horizontes vão se encurtando e as limitações tornam-se mais palpáveis, os projetos pessoais são de prazo cada vez mais curtos. Movidos por uma orientação interna, ficamos mais autênticos, fenômeno que Carl Jung denominou *individuação* (JUNG, 1972, p. 198). Tornamo-nos singulares, únicos e incomparáveis. Nessa linha de raciocínio, as crianças seriam mais parecidas umas com as outras. Já os velhos, mais diversos entre eles. No entanto, para muitos, em decorrência de uma perspectiva míope e preconceituosa, “velhos são todos iguais”. Por essa razão, se o preconceito tem sua gênese na generalização indevida, isso fica ainda mais evidente quando dirigido ao idoso. Jung nos fala da *metanoia*, ponto de entorço, caracterizado pela mudança de uma referência externa para uma orientação interna, relativamente ao nosso posicionamento diante do mundo. Neste sentido, à medida que envelhecemos, idealmente nos tornamos mais seletivos e menos influenciáveis, menos propensos a sermos arrastados pelas paixões.

VELHICE E SABEDORIA SEGUNDO BALTES E ERIK ERIKSON

Outra questão frequente é se a velhice leva à sabedoria. O primeiro obstáculo é o de entender o que é sabedoria e o que caracteriza uma pessoa sábia. “Sabedoria” é um desses termos que são usados à exaustão e do qual se tem uma ideia vaga, imprecisa. Alguns estudiosos procuraram iluminar nossa compreensão a respeito.

Paul Baltes (1994, p. 23-44) buscou operacionalizar a ideia de sabedoria, discernindo as habilidades componentes desta, como conhecimento de fatos, processos e contextos da vida, além da consciência da relatividade de valores e das incertezas que caracterizam a existência

Artigo 4

A psicologia das derradeiras fases da vida

humana. Com esse repertório, segundo Baltes, a pessoa pode discernir e julgar pessoas e situações com maior chance de acerto. Para ele a sabedoria não é apanágio dos velhos, pois em suas investigações alguns jovens responderam sabiamente a determinadas situações colocadas pela própria pesquisa. Mas a sabedoria mostra-se mais frequente na maturidade, já que essa fase agrega o valor da experiência de vida. Seu cultivo e transmissão representam uma riqueza e um legado precioso para as novas gerações.

A grande contribuição de Baltes foi a de mostrar as possibilidades de adaptações cognitivo-motoras para compensar as inevitáveis perdas decorrentes do envelhecimento, conquista que também requer sabedoria. Todavia, tais possibilidades apresentam-se de modo mais intenso durante a terceira idade, já que no período da quarta idade o quadro é pessimista, uma vez que os efeitos da velhice avançada comprometem mais seriamente o corpo e a mente (BALTES, 2006, p. 7-31). Ao estudar a questão da sabedoria, Baltes ateu-se mais intensamente à cognição dos idosos, mas também devemos levar em conta os aspectos emocionais desse fenômeno. O desenvolvimento da empatia e do altruísmo são fundamentais para a constituição de uma pessoa sábia, como nos mostra Matthieu Ricard (2015), por isso, além das recomendadas tarefas cognitivas como o hábito da leitura e os exercícios de memória para preservação das faculdades mentais, é preciso cultivar bons sentimentos e emoções positivas.

Erik Erikson (1998, p. 9-11), em sua teoria, identifica desafios característicos para cada estágio do ciclo vital, desde a tenra infância até a velhice. O que aqui nos interessa mais de perto são as conquistas ou os fracassos típicos de dois períodos da idade avançada. Um deles é o da chamada meia-idade, momento em que há a oportunidade do desenvolvimento de cuidados com a família, sobretudo com os filhos, mas também para com a sociedade. Trata-se de uma etapa com muitas responsabilidades em que a resposta mais apropriada, segundo o autor, é a da *generatividade*, entendida como a capacidade de se doar às novas gerações por meio do cuidar e do educar. Um fracasso nessa tarefa determinaria o estado emocional que Erikson denominou de estagnação. O outro estágio da maturidade é a velhice propriamente dita. Nele, a sabedoria e a integridade são as metas a serem alcançadas, entendendo por sabedoria a capacidade de integrar os aspectos mais relevantes da realidade e as experiências vividas nas outras etapas do ciclo vital.

Joan M. Erikson, esposa de Erik Erikson, após a morte deste, ampliou o livro de seu marido com novos capítulos sobre o nono estágio

da vida, com destaque para aquele em que ela trabalha o conceito da *gerotranscendência* (ERIKSON, 1998, p. 103-108). Segundo a autora, na casa dos 90 anos haveria a possibilidade de alcance de um estado caracterizado pela paz de espírito. Nele haveria um sentimento de comunhão cósmica com todo o universo. Um estado sagrado, sem uma relação necessária e direta com esta ou aquela religião. Um estado de recolhimento que nada tem a ver com o isolamento forçado por pressões sociais, mas sim aquele que propicia a compreensão da finitude humana. Essa condição, segundo Joan, é a de uma sabedoria forjada pela humildade e que pode ser infinita e estranhamente forte. Brincando com as palavras, ela diz que a gerotranscendência pode ser traduzida por uma gerotranscendência, referindo-se à importância de se levar esse resto de existência com arte e levezas física e mental, em que pesem as sérias limitações impostas por uma idade assim tão avançada.

VELHICE E CONSERVADORISMO

De um ponto de vista ideológico, interroga-se também se com o tempo vamos ficando mais ou menos conservadores. Norberto Bobbio (1997, p. 11), aos 88 anos, declara:

Os pensamentos de um ancião tendem ao enrijecimento. Depois de certa idade, desistimos de mudar de opinião. Tornamo-nos cada vez mais obstinados em nossas convicções e mais indiferentes às dos outros. Os inovadores são vistos com desconfiança. Ficamos cada vez mais apegados às velhas ideias e, ao mesmo tempo, cada vez mais desconfiados das novas. O excessivo apego às próprias ideias nos torna mais facciosos. Eu mesmo percebo que preciso ficar alerta. A curiosidade de saber não diminui. Mas é cada vez mais difícil satisfazê-la.

Será mesmo possível generalizar esse enrijecimento intelectual, de que nos fala Bobbio? Observamos que muitos velhos expressam uma atitude nostálgica, valorizando em demasia o passado, sobretudo o seu próprio passado. Nessa tônica passadista, eles entendem que viviam melhor na época em que eram jovens. Aliás, tal saudosismo tende a ver a juventude do passado como possuidora de mais virtudes que a atual. Os jovens de hoje são vistos, por uma parcela dos idosos, como mal-educados e rebeldes, além de propensos ao uso de drogas e à promiscuidade sexual.

Mas, quando se diz que os velhos são conservadores, podemos nos questionar: conservadores do quê? Bem, podem ser conservadores no

Artigo 4

A psicologia das derradeiras fases da vida

sentido de manterem valores reacionários e ideias ultrapassadas. Mas podem também conservar as tradições. E qual é o valor da tradição? Considerando-se que o repasse do conhecimento acumulado pela humanidade e de cada experiência de vida é realizado do mais velho para o mais novo, concluímos que a conservação da própria cultura humana está em jogo nesse processo de transmissão. A propósito, relembro a colocação de Hannah Arendt, para quem a educação deve conter uma dimensão conservadora (que não se confunde com um conservadorismo político), implicando que algo deve ser conservado, preservado, no caso as tradições e os valores fundamentais, mas sem reacionarismos, conservando igualmente o “espírito revolucionário” do jovem, pois, segundo ela, “nossa esperança depende sempre do novo trazido a cada nova geração” (ARENDDT, 1997, p. 225).

Talvez, com o envelhecimento, tornemo-nos mais prudentes. Mas prudência é sinal de conservadorismo? O que parece razoável pensar é que a prudência seja uma importante contribuição da velhice para o futuro. Isso porque a impulsividade e a ousadia da juventude, combinadas ao planejamento de ações dos velhos, podem resultar em uma produtiva parceria, potencialmente geradora de consistentes e positivas mudanças sociais.

A RETOMADA DA APROPRIAÇÃO DO TEMPO PRESENTE

Um possível ganho da velhice pode ser o de viver mais intensamente o presente. Num mundo tão corrido e tão açodado por obrigações e horários restritivos, o comportamento dos velhos pode se assemelhar ao *modus vivendi* das crianças, tanto na percepção quanto na vivência do tempo. Por terem mais disponibilidade, podem “mergulhar” nas atividades e nelas irem mais fundo, situação em que o tempo parece parar, segundo depoimentos que ouvi por diversas vezes. Esses podem ser momentos muito felizes. Em meu trabalho, presenciei muita alegria compartilhada entre jovens e velhos em situações de jogos e brincadeiras, ao lado de momentos de reflexões importantes, sem uma desnecessária e inibidora sisudez. Todavia, para muitos adultos essas são circunstâncias raras no cotidiano. Em um mundo rigidamente controlado pelo relógio, como o nosso, os adultos em geral, tão sérios, tão compenetrados e tão responsáveis, infelizmente não têm tempo de brincar e de viver o presente, nem com outros jovens adultos, nem, e muito menos, com outras gerações. Já para os idosos mais afortunados, os momentos vividos com os netos podem ser de muita ludicidade.

A BUSCA POR UM SENTIDO NA VIDA

Qual a melhor maneira de envelhecer? As recomendações da ciência em prol de um envelhecimento positivo são sobejamente conhecidas pelo grande público em decorrência de uma intensa presença na mídia de especialistas no assunto. Resultado de decisões em grandes conferências mundiais, como as das Nações Unidas, inúmeros documentos de governo e de instituições privadas apregoam os caminhos que levam a uma velhice saudável e produtiva. Mas Cícero (1997, p. 9-66), já há dois mil anos, considerava, muito antes dos modernos gerontólogos, a participação, sobretudo política, assim como o permanente uso do intelecto fatores muito importantes para um bom envelhecimento.

Encontra-se bem estabelecido no senso comum a importância de se ter um sentido para a existência humana. Esse sentido é o que nos move adiante em todas as fases da vida, inclusive na velhice. De várias maneiras e com diferentes denominações, diversos pensadores, ao longo de suas obras, têm dito algo parecido. Schopenhauer fala em vontade, Nietzsche em vontade de potência, Freud e seus seguidores falam em libido e desejo. Mas a vida e tudo o que a compõe não possuem um sentido em si mesmos, são os homens que lhes dão algum sentido como nos mostra Fernando Pessoa, em “O guardador de rebanhos”: “O único sentido íntimo das coisas é elas não terem sentido *íntimo algum*”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O conhecimento prático sobre o envelhecimento, isto é, a experiência de trabalho com pessoas idosas, ensina-nos que há grande variedade de condições e estilos de vida dos velhos, fato que nos autoriza a falar mais propriamente de “velhices”. Consciente dessa diversidade, Bobbio fala-nos de duas situações extremas, a do velho satisfeito e a do velho desesperado, e acrescenta uma infinidade de alternativas para essa fase da vida:

Entre esses dois extremos existe uma infinidade de outros modos de viver a velhice: a aceitação passiva, a resignação, a indiferença, a camuflagem de quem está obstinado em não ver as próprias rugas e o próprio enfraquecimento e se impõe a máscara da eterna juventude, a rebelião consciente através do esforço contínuo, muitas vezes destinado ao fracasso, de continuar de modo inflexível o trabalho de sempre, ou, ao contrário, o distanciamento da agitação cotidiana e o recolhimento na reflexão ou na prece, o viver esta vida como se já fosse outra, dissolvidos todos os vínculos mundanos (...) (a velhice) reflete nossa visão

Artigo 4

A psicologia das derradeiras fases da vida

da vida e modifica nossa atitude em relação a ela segundo a maneira pela qual concebemos a vida, como uma inacessível montanha que temos de escalar, ou como um rio onde estamos imersos e que corre lento para a foz, ou como uma selva na qual vagamos sempre incertos sobre o caminho a seguir...(BOBBIO, 1997, p.28-30).

Bobbio acrescenta ainda que a velhice não está desvinculada da vida que a precedeu. Vários autores, aliás, observam essa continuidade. A velhice, em grande parte, representa quem fomos em nossa juventude. Por isso Sêneca, desde a Antiga Roma, já nos alertava para a importância da preparação para a velhice, *“que tanto aflige os espíritos infantis que chegam a ela, despreparados e desarmados”* (2010, p. 47).

O presente texto não teve a pretensão de maiores sistematizações. Realizou um pequeno recorte da Psicologia do Envelhecimento. Resumiu-se a destacar alguns aspectos da subjetividade dos “envelhecidos” e dos já mais avançados nos anos. Tema tão complexo como este está constituído mais por perguntas que por respostas. Mas, se, por um lado, esse cenário de incertezas pode gerar uma certa frustração, por outro, alivia-nos saber que as boas respostas dependem da qualidade das perguntas. Portanto, se, ao menos, os questionamentos estiverem na direção correta, representarão um avanço na discussão. Além disso, se o envelhecimento é um grande mistério a ser desvendado, sabemos que a construção da ciência, assim como de nossas vidas, requer parcimônia e perseverança para que, cuidadosamente, possamos formular explicações e construir referenciais teóricos. Como disse Guimarães Rosa na voz de Riobaldo, em Grande Sertão: Veredas: “Deus é paciência, o contrário é o diabo”. ☺

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ARENDDT, Hannah. *Entre o passado e o futuro*. 4. ed. São Paulo: Perspectiva, 1997.
- AULAGNIER, Piera. Los dos principios del funcionamiento identificador: permanencia e cambio. In: HORNSTEIN, L. *Cuerpo historia, interpretación*. Buenos Aires: Paidós, 1991.
- BALTES, Paul. Envelhecimento cognitivo: potencialidades e limites. *Revista Gerontologia*, v. 2, n. 1, 1994.
- . Novas fronteiras para o futuro do envelhecimento: da velhice bem-sucedida do idoso jovem aos dilemas da quarta idade. *A Terceira Idade*, São Paulo, Sesc-SP, v. 17, n. 36, junho/2006.
- BAUMAN, Z. *Identidade*. Rio de Janeiro: Zahar, 2005.
- BEAUVOIR, Simone de. *A velhice*. Rio Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- BOBBIO, Norberto. *O tempo da memória: de senectude e outros escritos autobiográficos*. Rio de Janeiro: Campus, 1997.
- CIAMPA, Antonio da Costa. *A estória do Severino e a história da Severina: um ensaio de psicologia social*. São Paulo: Brasiliense, 1987.
- CÍCERO, Marco Túlio. *Saber envelhecer*. Porto Alegre: L&PM, 1997.
- ERIKSON, Erik. *O ciclo de vida completo*. Trad. Maria Adriana Veríssimo Veronese. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.
- ERIKSON, Joan M. Gerotranscendência. In: ERIKSON, Erik. *O ciclo de vida completo*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.
- FERRIGNO J. C. *A identidade do jovem e do velho: questões contemporâneas*. In: ----- . *Velhices: reflexões contemporâneas*. São Paulo: Sesc/PUC, 2006.
- FREUD, Sigmund. Lo inconsciente. *Obras completas*. 3. ed. Madri: Biblioteca Nueva, 1973.
- GOLDFARB, Delia. *Corpo, tempo e envelhecimento*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.
- JUNG, Carl Gustav. *A prática da psicoterapia*. Petrópolis: Vozes, 1972.
- RICARD, Matthieu. *A revolução do altruísmo*. São Paulo: Palas Athena, 2015.
- SÊNECA, Lúcio Anneo. *Sobre a brevidade da vida*. Porto Alegre: L&PM, 2010.
- SCHOPENHAUER, Arthur. *A arte de envelhecer*. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2012.
- WAGNER, Elvira Mello. Relação entre corpo e formação da identidade e mudanças durante o envelhecimento. *Cadernos do curso de aperfeiçoamento em gerontologia social*. São Paulo: Instituto Sedes Sapientiae, 1982 (mimeo.).