



**Stefany Mera Amézquita Gonçalves**

**Relações entre o sentido de vida e pertença à  
família militar com os níveis de bem-estar de  
esposas de Militares do Exército Brasileiro**

**Dissertação de Mestrado**

Dissertação apresentada como requisito parcial para  
obtenção do grau de Mestre pelo Programa de Pós-  
Graduação em Psicologia (Psicologia Clínica) do  
Departamento de Psicologia da PUC-Rio.

Orientadora: Profa. Clarissa Pinto Pizarro de Freitas

Rio de Janeiro,  
Março de 2022



**Stefany Mera Amézquita Gonçalves**

**Relações entre o sentido de vida e pertença à  
família militar com os níveis de bem-estar de  
esposas de Militares do Exército Brasileiro**

Dissertação apresentada como requisito parcial  
para obtenção do grau de Mestre pelo Programa  
de Pós-Graduação em Psicologia (Psicologia  
Clínica) da PUC-Rio. Aprovada pela Comissão  
Examinadora abaixo.

**Profa. Clarissa Pinto Pizarro de Freitas**  
Orientadora  
Departamento de Psicologia - PUC-Rio

**Prof. Jean Carlos Natividade**  
Departamento de Psicologia - PUC-Rio

**Profa. Larissa Maria David Gabardo**  
UNIVERSO

Rio de Janeiro, 18 de março de 2022.

Gonçalves, Stefany Mera Amezquita

Relações entre o sentido de vida e pertença à família militar com os níveis de bem-estar de esposas de Militares do Exército Brasileiro / Stefany Mera Amezquita Gonçalves; orientadora: Clarissa Pinto Pizarro de Freitas. – 2022.

78 f. ; 30 cm

Dissertação (mestrado)–Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Psicologia, 2022.

Inclui bibliografia

1. Psicologia - Teses. 2. Mulheres. 3. Sentido de vida. 4. Bem-estar. 5. Sentido de pertença ao grupo. I. Freitas, Clarissa Pinto Pizarro de. II. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Departamento de Psicologia. III. Título.

CDD:150

## Agradecimentos

A meus pais, Ana Cristina Amézquita Acosta e Carlos Ivan Mera por todo amor, aprendizado e incentivo para correr atrás dos meus objetivos.

Ao meu esposo Allan Felipe Gonçalves Castro por estar presente em todos os momentos, por ser compreensivo e acreditar em mim.

À minha orientadora, professora Clarissa Pinto Pizarro de Freitas, por todo aprendizado, por ter sido uma verdadeira guia frente ao desconhecido. Obrigada pela paciência e, principalmente, pela confiança depositada desde o início da pós-graduação.

A CAPES e a PUC-Rio, pelos auxílios concedidos. Este trabalho e outros, desenvolvidos durante esses dois anos de mestrado, não teriam sido possíveis sem o apoio concedido.

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal e Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001.

Aos professores Jean Natividade e Larissa Gabardo-Martins, por confirmarem a banca de defesa do projeto desde seu início. Agradeço pelas sugestões dadas na qualificação deste projeto, suas observações mudaram para melhor a direção e desenvolvimento da pesquisa, trazendo melhores resultados.

Aos professores Jean Natividade, Juliane Borsa, J. Landeira Fernandez, Daniel C. Mograbi, Clarissa Pinto Pizarro e Breno Sanvicente, pelos ensinamentos ao longo da pós-graduação. O conhecimento transmitido por cada um de vocês abriu novos caminhos e criou novas expectativas frente à importância da busca e da aplicação do conhecimento.

Agradeço a meu companheiro Joan Leite pela paciência e disposição em me ajudar e me orientar nas diversas dificuldades que tive durante o processo de formação.

## Resumo

Gonçalves, Stefany Mera Amézquita; Freitas, Clarissa Pinto Pizarro.

**Relações entre o sentido de vida e pertença à família militar com os níveis de bem-estar de esposas de Militares do Exército Brasileiro.** Rio de Janeiro, 2022. 78p. Dissertação de Mestrado – Departamento de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

Este estudo teve como objetivo investigar a relação entre o sentido de vida e a pertença à família militar com os níveis de bem-estar de esposas de militares do Exército Brasileiro. A amostra selecionada para este estudo foi composta por 395 mulheres, esposas de militares do Exército Brasileiro, acima de 18 anos. Elas responderam a três escalas que mensuram: o sentido de vida, o sentido de pertença ao grupo e os níveis de bem-estar. Foram realizadas análises de regressão para investigar as relações entre o sentido de vida e o sentido de pertença ao grupo com os níveis de bem-estar. Nos resultados obtidos mediante a regressão, identificou-se que o sentido de pertença ao grupo e a presença de sentido de vida contribuem para explicar 9% das emoções positivas e 15% das relações positivas. Foi observado que o sentido de pertença ao grupo, a presença de sentido de vida e o trabalho foram antecedentes dos níveis de engajamento e da realização, explicando 17% do engajamento e 16% de realização. Além disso, as dimensões sentido de pertença de grupo e presença de sentido de vida não atuaram como antecedentes dos níveis de emoções negativas.

### Palavras-chave

Mulheres; sentido de vida; bem-estar; sentido de pertença ao grupo

## Abstract

Gonçalves, Stefany Mera Amézquita; Freitas, Clarissa Pinto Pizarro (Advisor). **Relationships between the meaning of life and belonging to the military family with the levels of well-being of wives of soldiers in the Brazilian Army**. Rio de Janeiro, 2022. 78p. Master's Thesis – Department of Psychology, Pontifical Catholic University of Rio de Janeiro.

This study aimed to investigate the relationship between the meaning of life and belonging to the military family with the levels of well-being of wives of soldiers in the Brazilian Army. The sample selected for this study was composed of 395 women, wives of soldiers in the Brazilian Army, over 18 years old. They responded to three scales that they measured: the meaning of life, the sense of belonging to the group and the levels of well-being. Regression analyzes were carried out to investigate the relationship between the meaning of life and the sense of belonging to the group with the levels of well-being. In the results obtained through the regression, it was identified that the sense of belonging to the group and the presence of a meaning of life contribute to explain 9% of positive emotions and 15% of positive relationships. It was observed that the sense of belonging to the group, the presence of a sense of life and work were antecedents of the levels of engagement and achievement, explaining 17% of engagement and 16% of achievement. In addition, the dimensions sense of belonging to a group and presence of meaning of life did not act as antecedents of the levels of negative emotions.

## Keywords

Women; sense of life; well-being; sense of belonging to the group.

## Sumário

1.	Introdução.....	10
1.1	Processo de movimentação portaria Exército Brasileiro.....	11
2.	Referencial Teórico.....	15
2.1	Bem-estar .....	15
2.3	Sentido de vida .....	22
2.2.1	Sentido de vida e bem-estar .....	27
2.3	Sentido de pertença ao grupo .....	32
2.3.1	Sentido de pertença ao grupo e bem-estar .....	33
2.4	Esposas de Militares .....	35
3.	Objetivos .....	43
3.1	Objetivo geral .....	43
3.2	Objetivos específicos .....	43
4.	Método .....	43
4.1	Participantes .....	43
4.2	Critérios de inclusão .....	44
4.3	Instrumentos .....	45
4.4	Procedimento de coleta de dados .....	46
4.5	Considerações éticas .....	46
4.6	Análise de dados .....	47
5.	Resultados.....	48
6.	Discussão .....	51
7.	Conclusão .....	54

8.	Referências bibliográficas .....	56
9.	Anexos .....	63
9.1	Questionário biossociodemográfico .....	63
9.2	Termo de consentimento Livre e Esclarecido .....	66
9.3	Parecer Substanciado do CEP .....	73



**Lista de Tabelas**

Tabela 1	Relações entre Idade, Trabalho, Dimensões do PERMA, Presença de Sentido de Vida e Pertença à Família Militar.....	49
Tabela 2	Contribuição das variáveis Sentido De Vida, Sentido De Pertença à Família Militar E Trabalho .....	50

## 1. Introdução

O sentido da vida (SV) tem sido tema de interesse para muitos estudiosos das diversas áreas, e é por isso que hoje, é possível encontrar fontes de informação desde diferentes áreas do conhecimento como a filosofia, a teologia, a psicologia, entre outras. Devido à grande importância do tema foram criados diferentes conceitos por diversos autores desde perspectivas e áreas de estudo diferentes, no entanto, pode-se dizer que existem alguns elementos em comum. Dentre eles está o grau em que as pessoas compreendem e percebem significado em suas vidas, partindo de um elemento principal que é o propósito ou objetivo primordial para vida (Steger, 2009). Para Schnell (2009), o sentido da vida está relacionado com a percepção e avaliação sobre a própria vida em relação à coerência, significância e direção aos objetivos propostos. Desta forma, o sentido de vida tem elementos essenciais e indispensáveis para o bem-estar subjetivo do indivíduo pois preserva a saúde mental do indivíduo mediante o estabelecimento e cumprimento de propósitos ou objetivos determinados. Isto permite que o próprio indivíduo tenha a sensação de controle e obtenção de sucesso na vida (Schnell, 2009).

Algumas teorias determinam que existem elementos do construto de SV que tem uma ampla relação com o bem-estar. Segundo Steger (2009), os aspectos emocionais que, em teoria, resultam do SV, são sensações geradas ou consequentes da realização pessoal, sendo esta a felicidade. Steger (2009), acredita que as pessoas que experimentam SV, apresentam a felicidade como um elemento presente e contínuo em suas vidas. Mas, por outra parte, ele refere que a felicidade não é um elemento próprio da formação do sentido de vida, mas sim, um resultado desse.

Ao longo desta dissertação foi possível confirmar que existe uma estreita relação entre os construtos propostos para o desenvolvimento desta pesquisa. Tomando como base as diversas pesquisas, estudos e teorias que foram utilizadas como referencial teórico, entende-se que o bem-estar está sujeito a vários elementos, dentre os mais importantes encontra-se o sentido de vida já que representa um aspecto essencial para o desenvolvimento pessoal de qualquer indivíduo, independente de raça, gênero, idade ou religião (Schnell, 2009). Há muito tempo o ser humano tem buscado compreender o que determina o bem-estar

para o indivíduo em cada uma das etapas da vida encontrando respostas em diversas fontes, não só acadêmicas, como também sociais e culturais.

A teoria do sentido de pertença ao grupo pode ser um elemento útil e conexo ao sentido de vida, talvez como um mediador para o estabelecimento de objetivos e cumprimento deles. O sentido de pertença ao grupo é um elemento fundamental na formação e manutenção do caráter do indivíduo, como seres sociáveis.

Algumas teorias determinam que existem elementos do construto de SV que tem uma ampla relação com a felicidade. Segundo Steger (2009), os aspectos emocionais que, em teoria, resultam do SV, são sensações geradas ou consequentes da realização pessoal, sendo esta a felicidade. Steger (2009), acredita que as pessoas que experimentam SV, apresentam a felicidade como um elemento presente e contínuo em suas vidas. Mas, por outra parte, ele refere que a felicidade não é um elemento próprio da formação do sentido de vida, mas sim, um resultado desse.

Com isto, é possível inferir que pode existir uma relação entre o sentido de pertença ao grupo e a sensação de bem-estar, pois ao experimentar a sensação de autodeterminação mediante a satisfação de relacionamentos, o indivíduo teria, como consequência, elementos motivadores capazes de gerar a sensação de bem-estar. Neste sentido, observa-se que existe uma possível interligação entre os diferentes construtos, no sentido em que um pode ser consequência do outro, ou em que um pode tornar-se indispensável para a existência do outro.

### **1.1. Processo de Movimentação – Portaria**

É possível encontrar, na literatura, diversas pesquisas relacionadas às funções, condições de trabalho, motivação, relações interpessoais, saúde, entre outros temas relacionados aos militares do Exército, tanto no Brasil como em outros países (Boia & Francisco, 2014; Dos Santos & Oliveira, 2010; Silva, 2016). Contudo, a variedade de estudos voltados às esposas dos militares é limitada. Entre os poucos estudos encontrados que levam em consideração o papel das esposas de militares, estes apresentam uma análise da família como um todo.

Em um dos estudos envolvendo as famílias dos militares, encontrou que a formação do núcleo familiar tem como base os valores militares adquiridos pelo militar durante os anos de formação na profissão (Dos Santos & Oliveira, 2010). Com isto, esposas, filhos e militares podem apresentar comportamentos diferentes aos da população civil, pois segundo o contexto militar, existem delineamentos comportamentais próprios, a serem seguidos pela família militar. Neste caso,

espera-se que a mulher tenha um comportamento parecido ao do marido, pois um comportamento tido como inadequado ou impróprio por parte dela ou dos filhos, poderia gerar consequências sérias na carreira profissional do marido (Dos Santos & Oliveira, 2010).

Outro elemento interessante encontrado neste estudo foi que, como consequência das exigências da profissão militar, as esposas, em sua grande maioria, estão dispostas a desistir de seus interesses individuais em prol da manutenção e da união familiar, o que é percebido como um ato comum entre as famílias militares. Além disso, para os militares, principalmente, este tipo de apoio é fundamental para o sucesso na carreira e na própria vida familiar (Dos Santos & Oliveira, 2010).

Neste estudo foi possível destacar que as esposas de militares têm para si, como uma das maiores dificuldades, a adaptação às movimentações que a carreira de militar exige. Essas movimentações implicam mudanças constantes para diferentes regiões do país, inclusive para o exterior, quando o Exército assim o determina. A quantidade de mudanças e a variedade de lugares trazem elementos positivos e outros negativos, pois cada mudança representa uma nova adaptação, distanciamento de pessoas queridas, dificultando a criação e manutenção de laços de amizade sólidos. Por exemplo, as esposas podem ter dificuldades para concluir cursos acadêmicos e manter vínculos empregatícios. Para os filhos, representa uma mudança constante de escola e as consequências que isto representa.

Em outro estudo realizado com militares, que teve como objetivo investigar o impacto que tinha nos casais, a participação de militares portugueses em missões internacionais, foi observado que ao longo da carreira militar e, principalmente, durante missões que requerem distanciamento físico, os casais apresentam mudanças na dinâmica familiar. Sendo esta experiência enfrentada, pela maioria das esposas, como uma experiência que fortalece o relacionamento. No estudo foi possível verificar mudanças de comportamento como aumento da intimidade, troca de sentimentos, empatia, maior proximidade; além de evidenciar a importância do apoio familiar e do vínculo social, para as esposas, pois na ausência do parceiro, a companhia e suporte de uma rede de apoio torna-se necessária para o bem-estar da mulher, nestes casos (Boia & Francisco, 2014).

Um estudo realizado por Silva (2016) encontrou que a família militar se apoia na ideia de família tradicional brasileira, sendo determinada pela autoridade

paterna, relações de afeto e solidariedade, absorvendo características típicas do quartel como as relações com representação hierárquica dentro da própria família – pai e filhos- e horizontais entre irmãos. Um aspecto encontrado nessa pesquisa foi que a forma de socialização aprendida pelos militares é estendida, na maioria dos casos, e nos mais diversos ambientes onde este se desenvolve, no âmbito de sua vida. Assim, este estilo de vida, com características típicas determinadas pela formação profissional como: formas de moradia, rede de relações sociais, comportamentos no meio social, entre outras, também são assumidas, mesmo que de forma involuntária, pelos cônjuges. Na relação de casal o exército oferece um novo conjunto de relações que seria uma forma de substituir o distanciamento familiar pelo convívio social com a nova Família Militar (Silva, 2016). Com isto entende-se que o Exército exerce o papel de desenhar e definir as novas famílias dos casais, aproximando-os e incentivando à participação em reuniões, comemorações, atividades realizadas pelo exército para a família militar, gerando vínculos entre as famílias. Desta forma as esposas dos militares passam a compor um novo quadro da Família Militar.

A ideia principal da composição familiar militar baseia-se no fato de que a esposa “precisa acompanhar o marido” configurando uma relação diferente, na qual a profissão do marido (Militar do Exército Brasileiro) centraliza todas as ações e relações familiares. Assim, elementos como mudanças constantes, dificuldades para conseguir ou manter um emprego e a solidão, que muitas esposas referem sentir, são consideradas características próprias da vida militar às quais todas as famílias precisam se ajustar (Silva, 2016).

As movimentações representam elementos positivos para os militares e suas famílias, mas da mesma forma, traz consigo elementos negativos que podem afetar a saúde física e mental das esposas e das famílias militares. Conforme mencionado por Dias e Duarte (2015), a adaptação a um novo entorno social e de trabalho representa um desafio para cada indivíduo. O processo de adaptação pode ser fácil para alguns e não tanto para outros. Levando em consideração que as movimentações acontecem de forma contínua ao longo da carreira militar, torna-se um elemento interessante a ser estudado, pois é possível inferir que esse processo afeta diretamente as características comportamentais e a saúde mental individual e familiar.

No contexto do EB, existe a obrigatoriedade da movimentação. O Regulamento de Movimentação para Oficiais e Praças do Exército Brasileiro (R-50) decreto Nº 83079-23 de janeiro de 1979, determina que todos os oficiais de carreira que fizerem parte do quadro ativo da força, deverão ser movimentados mediante ato administrativo que tem por finalidade atender as necessidades do serviço nos diferentes Estados do País. Desta forma, o regulamento determina que os militares terão entre seus deveres a obrigatoriedade de servir em qualquer parte do país ou no exterior, se o Exército assim determinar. Os militares deverão permanecer por um período mínimo de dois (2) anos em cada Organização Militar (OM) antes de realizar a transferência para qualquer outra OM. O período de movimentação entre uma unidade e outra terá um prazo de 30 dias, nos casos em que seja para guarnições especiais de fronteira de difícil acesso, o tempo de movimentação será de 40 dias. Posterior à chegada do militar à nova guarnição de serviço, o militar terá direito a 10 dias de instalação antes de sua apresentação formal à nova OM.

A transferência ou movimentação são palavras comuns de o diário viver da família militar. Tendo em vista que as esposas dos militares do EB acompanham os seus cônjuges nas diversas mudanças de localidade em função da sua profissão, isto traz para elas e para a família como um todo, consequências tanto positivas, quanto negativas. Aspectos como: a possibilidade de conhecer seu próprio País, novas culturas, ter experiências diferentes ao longo da vida, faz com que as mudanças de unidade tenham um impacto positivo na vida destas famílias, contudo, é possível destacar que as movimentações, principalmente pela constância e o pouco intervalo de tempo entre uma e outra, pode ser um fator positivo ou negativo para cada pessoa. Pois isto dependerá das condições, etapas e situações de cada família (Silva, 2016).

Chegar a um novo estado, onde há maior qualidade de vida, facilidade de adaptação e situações que favorecem o desenvolvimento individual e familiar (escolas, faculdades, lazer, mercados etc.) pode ser um fator importante de cunho positivo para uma família, a qual poderá adaptar-se com maior facilidade, tornando seu passo por aquele lugar, uma experiência positiva, no entanto, para quem é de cidades pequenas, acostumado com poucas pessoas, pouco trânsito, poucas opções mas preços baixos, ter que ficar um período de dois (2) anos em uma grande cidade, mesmo tendo seus pontos positivos, pode tornar-se um ambiente estressor para uma

família, desencadeando problemas individuais, conjugais e/ou familiares, dificultando o processo de adaptação (Silva, 2016). Desta forma, enfrentar uma transferência após um período estressor, pode ser um fator positivo para essa família.

Desta forma pode-se dizer que as movimentações acarretam consequências para cada família, mas é difícil determinar que este seja um fator negativo em comum denominador a todas as famílias, pois isso irá ser determinado pelo momento familiar, pelo ciclo de vida de cada indivíduo, pelas expectativas de vida pessoais e familiares (Dos Santos & Oliveira, 2010). É por isto que este elemento se torna relevante para esta pesquisa, pois evidenciar o seu impacto de uma forma clara e aberta, nas famílias, principalmente, na presença de sentido de vida das esposas de militares é fundamental para o melhor entendimento de como estas mulheres encontram e preservam o sentido de bem-estar apesar das constantes mudanças de localidade.

Esta pesquisa tem como objetivo principal investigar a relação entre o sentido de vida e pertença à família militar com os níveis de bem-estar de esposas de militares do Exército Brasileiro. Pretende-se identificar como os diferentes construtos se inter-relacionam, analisando aspectos positivos e negativos que podem ser utilizados, futuramente, como elementos de intervenção frente às diversas situações vivenciadas pela maioria de mulheres, esposas de militares do Exército Brasileiro (EB). Optou-se por investigar as esposas de militares do EB, pois essas estão expostas a constantes mudanças de Estado.

## **2. Referencial teórico**

Este estudo tem por finalidade identificar como os diferentes construtos – sentido de vida e sentido de pertença ao grupo –, se relacionam entre si, e como a presença deles em maior ou menor proporção podem implicar na presença de bem-estar, afetando de forma positiva ou negativa a saúde mental das mulheres – esposas de militares do Exército Brasileiro. Assim, torna-se fundamental ter um amplo conhecimento sobre as diversas teorias existentes e como estas favorecem para um melhor entendimento e estabelecimentos de futuras abordagens para melhoria da saúde mental.

### **2.1. Bem-estar**

A felicidade é um tema que desperta grande interesse no mundo todo, principalmente nos campos científico, acadêmico, religioso, familiar, entre outros. A busca pela felicidade é uma característica inerente ao ser humano, e a questão para muitos é de onde vem, como pode ser alcançada, ou do que ela depende (Lenoir, 2016).

Muitos estudos realizados ao redor do mundo definem a felicidade como um estado de espírito de bem-estar, harmonia e contentamento. No entanto, o conceito de felicidade é subjetivo e relativo à realidade de cada indivíduo. O termo é uma questão antiga, na Grécia antiga, para muitos filósofos, entre eles, Sócrates, Platão e Aristóteles, a felicidade era uma questão de levar uma vida boa, prazerosa, virtuosa, dedicada ao interesse intelectual, interesse pela aquisição de conhecimento, isto, desde a filosofia (Marías, 1989)

Schopenhauer (2001), acreditava que a felicidade teria uma conotação negativa, pois na sua concepção, a essência da vida do indivíduo está baseada na tristeza e no aborrecimento. Para ele, o indivíduo não tem conhecimento real da vida, onde o indivíduo permanece refém da necessidade, do sentimento de falta, portanto, de uma dor e aborrecimento, caindo no vazio intolerável de tédio. Desta forma, toda e qualquer ação realizada pelo indivíduo, tem como principal motivação, driblar essa situação se valendo de diversos meios para atingir emoções diferentes, que no caso, seria o contrário à tristeza, a felicidade. Em seu trabalho Schopenhauer (2001), dá um exemplo com a intenção de explanar sua ideia sobre a felicidade, neste, o escritor traz o caso de Lucrécio.

Lucrécio, um homem de meia idade, encontrava-se tranquilamente às margens da praia assistindo de longe como um barco de marinheiros que passava por dificuldades tentando chegar até aquela praia e não se afundar. Ele olhava sem preocupação, mantendo intacta a sua tranquilidade. Com o exemplo, o autor conclui que a desgraça dos outros pode representar uma forma de alívio e talvez, até, de felicidade para aquele que observa a situação, mas que não a vivência, entendendo que a felicidade está pautada em toda ação que represente oportunidade de fuga da dor e do sofrimento. O simples fato de perceber que o indivíduo que observa não está imerso na situação, já representa uma saída à tristeza e, portanto, torna-se em algum grau, parte da experiência de felicidade daquele indivíduo (Schopenhauer, 2001).



Para Lacroix (2003), há o entendimento de que a humanidade vive um duro “realismo” no que se refere ao cumprimento de grandes objetivos e grandes mudanças, sem usar como base de medida ou de comparação a existência de civilizações felizes, harmoniosas e justas. Já no contexto individual, existe a possibilidade de transformação, baseada no prodigioso otimismo. Para Lyubomirsky (2008), a felicidade é um estado do ser que pode ser vivenciada de forma amplificada e não por curtos períodos, podendo ser amplificada até o final da existência.

Sabendo que existe uma ampla relação entre a felicidade e a qualidade de vida, a *Organização Mundial da Saúde (OMS)* com o intuito de estabelecer critérios que fossem uniformes e de alcance mais precisa sobre o conceito de qualidade de vida, implementou o conceito: “qualidade de vida é a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto cultural e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, padrões e preocupações” citado por Chahchamovich et al., (1999, p. 19-28). Assim, entende-se que o sentido de bem-estar é subjetivo e, portanto, cada pessoa tem comportamentos diferentes frente a situações parecidas, o que inviabiliza a utilização de indicadores socioeconômicos, como únicas fontes de informação capazes de medir ou avaliar a qualidade de vida em um indivíduo. Com isto, fica evidente a importância de avaliar os diversos fatores e como cada indivíduo percebe cada um deles, de forma individual e particular. Para isto foram elaboradas algumas ferramentas, capazes de abstrair informações suficientes e apropriadas para um maior entendimento do que representa a felicidade para cada indivíduo, além de permitir a mensuração da presença de bem-estar e felicidade na vida de cada um.

É possível evidenciar, mediante a busca de informações científicas, que é mais fácil identificar as características, as consequências e os comportamentos das pessoas infelizes, que sobre pessoas felizes (Cloninger, 2004). Ao longo do tempo, a ciência tem-se mostrado atraída por novas descobertas sobre os diversos elementos importantes que constituem a felicidade. Nas últimas décadas, têm sido desenvolvidas pesquisas que têm por finalidade a identificação de congruências entre estados de humor, emoções positivas e saúde física. Outros trabalhos com foco similar buscaram identificar o impacto da autopercepção, autoestima, autoeficácia sobre a felicidade e a qualidade de vida (Diener et al., 1999).

Neste ponto é importante trazer os conceitos e descobertas apresentados por Seligman (2002), presidente da *American Psychological Association*. Sendo ele um dos cientistas que mais tem contribuído para o entendimento do bem-estar e da felicidade. Seligman (2002), em companhia de três cientistas, constituíram os três pilares sobre os quais a psicologia positiva estaria sustentada. Como primeiro pilar, encontra-se estudo da emoção positiva; no segundo pilar, o estudo do caráter positivo, as forças e virtudes cujo exercício regular produzem emoções positivas e; como terceiro pilar, o estudo das instituições positivas, incluindo dentre estas, a observação das grandes estruturas –como a democracia, a liberdade de imprensa, a educação–, que transcendem ao indivíduo e contribuem na formação do seu caráter positivo (Seligman, 2002).

Assim, dentre as várias correntes e teorias que estudam o ser humano e os aspectos da felicidade, a que mais e melhor aborda as características relacionadas à felicidade é a Psicologia Positiva. Esta, segundo Csikszentmihalyi e Seligman (2000), é uma ciência que estuda as experiências subjetivas positivas, tais como bem-estar, contentamento, satisfação, esperança, otimismo e felicidade.

Para a psicologia positiva, o termo felicidade representa a possibilidade de alcançar uma variedade de emoções positivas, acompanhadas por uma sensação de que a vida é boa e valiosa. Além disso, a felicidade é associada como sinônimo aos diversos níveis de satisfação que o indivíduo pode vivenciar ao explorar o melhor de cada um, permitindo ao indivíduo obter progressos a cada dia nos diferentes eixos de desenvolvimento essenciais do indivíduo (Lyubomirsky, 2008). Sendo o objetivo da psicologia positiva o estudo das características e as estratégias de pessoas com um perfil positivo e características relacionadas ao conceito de felicidade, será esta, uma das teorias que darão suporte, em maior proporção, à consecução desta pesquisa.

Um aspecto interessante desta abordagem, é que a psicologia positiva não tem interesse em dar atenção aos aspectos de desconforto, infelicidade ou mal-estar que apresenta o indivíduo, mesmo, sendo estes uma condição inerente ao indivíduo. Desta forma, a psicologia passa a estudar de forma profunda a construção de qualidades positivas, a manutenção e o desenvolvimento dessas. Ademais, volta seu interesse na verificação dos fatores presentes para presença e manutenção do bem-estar e da felicidade nas pessoas, estendendo seu entendimento até as diversas áreas de desenvolvimento do ser humano, evidenciando o impacto das diferentes áreas

como a educação, as relações sociais, familiares, lazer, trabalho e atividades de tempo livre, no estado de bem-estar do indivíduo. Segundo Seligman (2002), autor do *best-seller* *Felicidade Autêntica*, a felicidade é um componente relevante dentro do bem-estar pessoal, mas acredita que esta, por si só, não é capaz de dar sentido à vida de um indivíduo. Com isto, o autor se interessou por estudar mais a fundo as características da felicidade e como esta contribui na vida do indivíduo. Seligman (2002) quis indagar sobre quais elementos presentes na vida do ser humano podem fazer com que cada pessoa desenvolva talentos e construa relacionamentos sinceros e duradouros, ou quais elementos fariam com que o ser humano sentisse prazer em realizar ações que contribuíssem para o mundo.

Na sua teoria, Seligman (2002) acredita que para se chegar à felicidade podem ser vivenciados três caminhos diferentes. Ele assinalou que há indivíduos que chegam à felicidade por meio de uma vida *prazerosa*, neste caso o indivíduo apresenta alta concentração, quantidade, frequência e intensidade de emoções positivas; tais como, orgulho, contemplação, gratidão, entre outros. Sendo considerada a constante permanência destes elementos. Outro dos caminhos, considerados pelo autor, é a vida *engajada*; nesse caso, o indivíduo faz uso de suas forças pessoais e se envolve em atividades que estão fortemente relacionadas a ela. Este processo é identificado, pelo autor, como estado *flow* - sendo este um estado em que o indivíduo vivencia experiências diferentes já que o alto nível de interesse e concentração pela atividade realizada, faz com que o indivíduo apresente perda de apetite e até, da noção do tempo, pois a presença de emoções positivas geradas pela ação ou a experiência, interferem diretamente na capacidade de percepção de outros elementos concomitantes à ação, mas que perdem relevância para o indivíduo. Por último encontra-se a vida significativa, nesse caso a pessoa experimenta altos níveis de felicidade e emoções positivas através do serviço aos outros, valoriza a ideia de pertencer a algo maior e com algum propósito que envolva suas virtudes, e que possam ser úteis ao serviço de outros.

Após propor esta teoria, Seligman (2011) continua à procura de novos conhecimentos sobre a felicidade e, nove anos depois de seu primeiro livro denominado *Felicidade Autêntica*, ele realiza a publicação de um novo livro, chamado *Florescer*. Nesse novo livro, Seligman (2011) propõe um novo modelo: o conceito de felicidade não é mais o centro da atenção, e passa a utilizar o termo bem-estar como elemento representativo para a vida do ser humano. Seligman

(2011), emprega esse termo como parte de uma metáfora, assim, segundo ele, o bem-estar passa a ter lugar relevante no processo de construção de uma vida idealizada pelo próprio indivíduo. O autor propõe que nesse caminho pela busca de uma vida de realizações o indivíduo precisa vincular os cinco pilares que sustentam o bem-estar e, os quais representam, também, os cinco pilares da psicologia positiva, sendo estes: emoções positivas, engajamento, relacionamentos, sentido e realização. Este novo modelo é representado pelo acrônimo PERMA, onde (P) *Positive emotion* –emoção positiva; (E) *Engagement* –engajamento; (R) *Relationships* –relacionamentos; (M) *Meaning* –significado; (A) *Accomplishment* –realização. Cada um desses elementos contribui para um melhor entendimento do estado de bem-estar do indivíduo.

A respeito das características principais de cada dimensão, observa-se que as emoções positivas (P) refletem-se no número de palavras e emoções positivas vividas durante o dia, as quais representam a felicidade e a satisfação com a vida. Estudos têm demonstrado que existe uma ampla relação entre a felicidade e o sentimento de bem-estar. O sentimento de bem-estar é alcançado pela capacidade e a frequência em que o indivíduo experimenta emoções positivas como paz, gratidão, prazer, amor, entre outros. Por outra parte, quando o indivíduo tem a sensação de pertencimento ou engajamento em um projeto, tarefa ou qualquer tipo de vivência que requeira de sua plena atenção, Seligman (2011), denomina isso como “*estado do flow*”. Entende-se que enquanto maior o comprometimento com a atividade desenvolvida, maior a presença de emoções positivas, levando ao indivíduo a vivenciar o sentimento de bem-estar, antes mencionado (Hernández-Suárez et al., 2018).

A teoria de Csikszentmihalyi (1999), define que grande parte do trabalho realizado pela psicologia positiva tem como foco identificar e cultivar a força, a virtude e os diversos talentos que uma pessoa pode ter ou chegar a desenvolver. Quando esses talentos e pontos fortes são utilizados a favor de tarefas diárias ou projetos, o trabalho flui com maior facilidade levando o indivíduo ao engajamento e a vivenciar sensações de bem-estar (Delle & Massimini, 2000).

Para realizar a mensuração desse conceito, neste trabalho será empregado o PERMA, como ferramenta de avaliação de bem-estar. O PERMA foi criado com o intuito de identificar e avaliar a qualidade do ambiente e o nível de bem-estar de um indivíduo. É importante destacar que a aplicação do modelo PERMA inclui 14

sessões de atividades, que estão disponíveis no livro *Flourish* (páginas 41-43) de Seligman (2011). Para este projeto de pesquisa serão consideradas todas as dimensões, com o fim de avaliar de forma abrangente e completa o desenvolvimento das diferentes dimensões no contexto familiar e social das esposas de militares do Exército Brasileiro, portanto, serão compreendidas as dimensões: Emoções Positivas (P), Engajamento (E), Relacionamentos (R), significado (S) e Realização (A). Dessa forma, trabalharemos de acordo com a realidade vivenciada por cada uma dessas mulheres, identificando a relação que existe entre as experiências de vida, felicidade, estresse, sentido de vida e satisfação das necessidades básicas.

A escala PERMA é um modelo integrador do bem-estar *hedônico* e *eudaimônico*. A visão hedônica pressupõe que o bem-estar se refere à felicidade e ao prazer (subjetivo), o qual estaria associado aos principais objetivos de vida em busca por o máximo aproveitamento dos momentos de prazer e felicidade (Deci & Ryan, 2001; Galinha & Ribeiro, 2005). Outros autores caracterizam o bem-estar hedônico como o prazer/felicidade, caracterizado pela predominância de afeto positivo e menos negativo, além de apresentar maior grau de satisfação com a vida (Diener et al., 1999). Por outra parte, o bem-estar eudaimônico refere-se ao bem-estar psicológico, entendido como algo mais do que a felicidade por si só, vinculado à conquista da realização do potencial humano. Este tipo de bem-estar estaria associado à perspectiva da autorrealização do potencial humano (Ryff, 1989).

O modelo integrador do bem-estar busca elucidar os componentes básicos do bem-estar humano, composto por cinco elementos de Seligman (2011). Adaptada ao contexto brasileiro por Carvalho e Natividade (2020). O instrumento consiste em uma escala Likert cujas opções de resposta vão desde a pergunta 0 a 10, com estimativas de 0 (Nunca) a 10 (Sempre), e da pergunta 11 a 23 com 0 (Nem um pouco) a 10 (Completamente). A consistência interna da escala é maior que 0,75. O método para estimar a confiabilidade da escala foi baseado em uma análise da consistência interna com base no cálculo do coeficiente alfa de Cronbach, avaliando a consistência global da escala e cada uma das dimensões do modelo PERMA. Como dito antes, a escala apresenta elementos fundamentais para melhor entendimento do bem-estar, o Engajamento (E), refere-se à capacidade de mergulhar positivamente nos eventos diários, mesmo que sejam considerados desagradáveis. Se a situação pode ser transformada usando os pontos fortes que a

pessoa possui, o nível de bem-estar aumentará. Por outra parte, os relacionamentos (R) permitem avaliar a capacidade que o indivíduo tem de gerenciar as relações interpessoais de maneira favorável e, desta forma, ajudar a manter um alto nível de bem-estar. A presença de significado (M) favorece na preservação do sentimento de pertencimento a algo, ou de fazer parte de algo maior ou mais transcendental do que si próprio. Por último a realização (A), também conhecida como autorrealização, permite que os indivíduos sintam que fazem o que se propuseram a fazer, geralmente está associada àqueles que realmente têm sucesso; ou seja, são os indivíduos que têm maior capacidade de determinação para atingir seus objetivos sem negligenciá-los.

É importante destacar que nenhum desses elementos isolados proporciona bem-estar, mas sim, a aplicação deles como um todo. Seligman (2011) estabelece que cada um dos elementos é alcançado quando é voluntariamente desejado, pode ser medido individualmente e, o fator mais importante é que pode ser ensinado. É adequado ressaltar que essas variáveis só podem ser medidas subjetivamente, pois são definidas pelo que as pessoas pensam e sentem. As relações pessoais e realizações positivas, por sua vez, têm componentes subjetivos e objetivos (Hernández-Vergel et al., 2018).

Diversos fatores podem ser identificados como preditores de maiores níveis de bem-estar, segundo a *Organização Mundial da Saúde* e a *Organização Panamericana de Saúde* (1995), definem a saúde como um estado de bem-estar físico, psicológico e social. O bem-estar pode ser definido como sentimento presente, mas, com projeções futuras, portanto, o bem-estar está ligado às diversas áreas de desenvolvimento do ser humano, influenciado e potencializado pela interação entre pessoas, cultura, família, economia, aprendizagem, aspectos físicos e psicológicos, entre outros (Garcia, 1991).

## **2.2 Sentido de vida**

Ao se estudar o sentido de vida desde uma perspectiva filosófica, encontram-se diversos elementos interessantes que podem contribuir para um melhor entendimento do comportamento humano e sobre a percepção do sentido de vida. A filosofia propõe que todo indivíduo tem um sentido de vida, mas que nem todos sabem reconhecê-lo e que, depende do interesse de cada um em entender sua função no mundo, pois só a partir deste entendimento, o indivíduo se tornará útil, dando significado a sua vida e ao mundo ao seu redor (Sartre, 1984).

O termo “sentido de vida” pode parecer problemático, já que muitas das palavras ou termos, representam ferramentas, objetos ou elementos dotados de sentido próprio, com uma funcionalidade específica que justifica a sua existência, (Sartre, 1984). Para as pessoas que têm como base de seu comportamento a religião, o sentido de vida tem uma estreita relação com a espiritualidade. Essas veem a Deus como uma fonte de inspiração para entender o sentido da sua própria vida e, mesmo tendo situações do dia a dia em que não se possa explicar ou identificar o motivo de sua ocorrência, encontram na fé algo mágico e superior que o justifica. Na visão do cristianismo, o qual dominou a Europa no século IV até o século XVII, a explicação para o significado do sentido de vida estava embasada na premissa de um deus pessoal, que dominava a vida na sua totalidade de forma particular, familiar e social, sujeita ao governo divino, com um sentido específico e com um propósito inequívoco (Mowat, 1984). Esta visão que predominou por muitos séculos, começou a desintegrar-se com a chegada e a consolidação da ciência moderna. Essa por sua vez, não negava tacitamente a existência de um deus, pois ainda na ciência moderna havia filósofos como os deístas que acreditavam que o universo tinha sido criado por um deus, mas que este não interferia na vida humana, nem nas leis do universo (Mowat, 1984; O’Neill et al., 2018).

Com a chegada da ciência moderna, foi possível encontrar explicações diversas para um mesmo evento. Os conceitos foram se modificando e o raciocínio conceitual do que significa a vida foi reestruturado com o passar dos anos. A necessidade de entender e de encontrar o sentido de vida pode, de certa forma, ser o mesmo de sempre. Porém, as explicações tradicionais apontadas pela religião e pela filosofia, baseadas em dogmas e mitos orientados a mitigar a angústia existencial e o medo à morte, não foram corroboradas pela experiência direta. Assim, foi necessário encontrar uma melhor elucidação para sua compreensão (Mowat, 1984; O’Neill et al., 2018).

Nos últimos anos, a compreensão do sentido de vida recebeu atenção e legitimidade pela psicologia, focada em aspectos positivos que levassem bem-estar aos indivíduos, facilitando o enfrentamento adaptativo frente a situações adversas. Diferentemente da filosofia, a psicologia propõe uma visão mais generalista, postulando que o sentido de vida é uma condição que não é inerente ao ser humano, a qual requer um processo de busca. O sentido de vida no indivíduo pode ser estudado como um fator existente, em processo de busca, ou inexistente. Alguns

autores sugerem que este pode ser modificado, pois acompanha as etapas de desenvolvimento pelas quais o ser humano passa ao longo da vida. Desta forma, observa-se que não existe um único sentido ou propósito de vida e que este não necessariamente vai ser permanente e contínuo ao longo da vida, já que pode sofrer variações com o passar dos anos através de mudanças físicas, mentais e culturais de cada pessoa (Crumbaugh, 1977; Frazier et al., 2006).

A definição do conceito varia no contexto, na coerência e no direcionamento de objetivos. Para exemplificar, apresenta-se uma situação hipotética onde duas pessoas com mesma condição social fossem privadas da liberdade e uma delas gozasse de boas condições de saúde e a outra estivesse em estado terminal. Diante do exposto, seria possível que o entendimento sobre o sentido de vida e a construção de ideais que as mantêm vivas, sejam distintos. Talvez, para aquela que tem condições de saúde favoráveis, suas expectativas sobre a vida sejam visando um futuro melhor, em relação àquela que se apresenta em estado terminal, que teria seu sentido de vida relacionado a um plano espiritual e não existencial. Assim, entende-se que as diversas visões sobre o sentido de vida, sobre a sua existência ou sua busca são válidas, pois cada um é diferente e, portanto, sua condição de vida permeia qualquer circunstância que leva ao indivíduo ao encontro consigo e com seus ideais (Almond & Battista, 1973; Reker & Wong, 1988).

Encontrar explicações plausíveis para o melhor entendimento e compreensão do ser humano é uma tarefa árdua no campo da psicologia. A compreensão do que faz o indivíduo continuar com a vida nos casos em que as circunstâncias não são do todo promissoras diante de um futuro imprevisível, motiva um conjunto de questionamentos: o que faz com que o ser humano continue lutando? Será que todos os seres humanos têm um propósito na vida? O que é ter sentido de vida? Tais questionamentos abrangem um conjunto de matizes filosóficas, transcendentais e, inclusive, morais.

Quiçá o ser humano seja incapaz de responder ao questionamento sobre qual é o sentido da vida. Muitos se fazem perguntas sobre a importância de dar um significado à própria vida, mas isto não representa motivos suficientes para ir em busca de respostas a essas perguntas, mesmo sendo esta questão tão antiga como a história. Entretanto, poderia ser considerado que faz parte do comportamento do indivíduo realizar este tipo de interrogação diante da existência de uma derrota, uma perda ou de uma situação que representa desconforto (Adler, 1975).



O sentido de vida é um tema questionado e estudado por muitos. Pela importância de seus aportes à concepção do termo Frankl (1989), é o autor mais destacado entre os estudos do tema. Consagrou seu último tempo de vida ao entendimento do significado da vida. Em suas principais obras sobre o tema, ele destacou a notável relação que havia entre o sentido de vida e os valores, ele entendia os valores como o sistema de crenças morais que mediam o comportamento do ser humano. Estes por sua vez, estariam agrupados em três tipos diferentes: os criativos – aquilo que a pessoa realiza, constrói e contribui ao mundo –, vivência ou de experiência – seria aquilo que o indivíduo recebe do mundo –, e atitudinais – estes afloram nos momentos mais difíceis pelos que passa o indivíduo. Neste caso o comportamento será mediado pela situação de desconforto, perigo, de extrema dor, culpa ou até morte. Para Frankl (1989), padecer situações que proporcionam desconforto de alto nível, poderia ser fonte de oportunidades para o crescimento pessoal. No entanto, isto não representa uma regra universal, pois depende da estrutura de crenças e valores de cada indivíduo.

Segundo isto, o sujeito tem duas opções: sucumbir à dor ou ao desconforto da situação, aceitando e ceder às circunstâncias e suas consequências ou, retirar ensinamentos que levem ao proveito da condição presente. Daqui surgem algumas teorias que afirmam que existe uma estreita relação entre a falta de sentido de vida e a manifestação de sintomas associados a transtornos mentais, tais como ansiedade, depressão, estresse, e pode também estar associado além de doenças físicas (Almond & Battista, 1973).

Eis aqui a importância de encontrar uma concordância entre o comportamento e os valores básicos. Assim, os valores devem respeitar que existe uma estrutura a ser seguida para ter coerência e sentido no resultado. Segundo Frankl (1990), permanecer na presença de conflitos de valores é uma questão inerente ao ser humano. A escolha pela ação que o indivíduo deve seguir está sujeita ao valor que representa a máxima elevação numa estrutura.

O *logos* da logoterapia significa sentido – e a logoterapia parte da hipótese de que o homem, por natureza, é um ser que busca sentido e luta para consegui-lo, não se contentando com a mera satisfação de necessidades fisiológicas ou psíquicas. O indivíduo preza por alcançar em sua vida algo que tenha sentido. E para que isso possa acontecer, é preciso criar sensibilidade para a percepção e realização de valores objetivos no mundo. Na ausência desta dimensão de sentido e valores, o

homem se resume a uma existência egocêntrica, que, por sua vez, pode levá-lo a frustração de sua vontade de sentido, manifestando-se a “frustração existencial” através de uma sensação de vazio existencial, tédio, contrariedade pela vida e desesperança (Lukas, 1986). A valorização, as escolhas, a responsabilidade e o significado imediato são alguns dos elementos fundamentais que podem levar o indivíduo a encontrar um sentido de vida.

Valorização faz alusão a um conglomerado de percepções sobre o que é importante para o indivíduo, são aqueles eventos representativos com um determinado grau de importância que influencia na forma em como o indivíduo lida com as diversas situações. As escolhas são a representação de que cada indivíduo tem a liberdade de eleger fazendo-se responsável pelas suas escolhas e consequências que destas vier, ao longo da sua vida, inclusive diante de circunstâncias adversas. Outro elemento importante na identificação do sentido de vida é a responsabilidade, esta por sua vez entende que o indivíduo é responsável por tudo o que faz, pelas suas escolhas e decisões. Por último, mas não menos importante, encontra-se o significado imediato, este tem como propósito dar sentido aos eventos que acontecem na vida diária, tanto às experiências positivas, quanto às negativas (Frankl, 1989).

Com relação aos valores, como já mencionado anteriormente, uma vida com sentido precisa de três valores fundamentais: valor criativo; valor vivencial; e valor atitudinal. Quando se faz referência ao valor criativo estamos falando de tudo aquilo que é produzido pelo indivíduo com valor significativo, para ele e/ou para seu entorno social/familiar. O valor vivencial, entende-se como tudo aquilo que engloba as vivências e as experiências que o indivíduo recebe do mundo. O valor vivencial pode ser encontrado em uma experiência independente de qualquer ação, no entanto, existem situações em que o indivíduo vivencia experiências com um alto grau de intensidade podendo prover um importante significado para o resto da vida. Por último, encontra-se o valor atitudinal que, pode ser considerado um dos mais importantes, pois este abrange as capacidades e habilidades que o indivíduo tem para transformar uma situação adversa em uma situação de utilidade, é a capacidade que o ser humano tem de buscar oportunidades de crescimento pessoal em situações adversas (Frankl, 1989).

Sendo o sentido de vida um tema de grande abrangência na existência do ser humano, outros autores também tiveram interesse em indagar sobre este tema tão

importante. Reker e Wong (1988) entendem o sentido de vida como um construto multidimensional o qual tem na sua estrutura um componente cognitivo relacionado com as crenças e as interpretações do mundo o que permite que o indivíduo tenha um suporte no que se refere às preocupações existenciais. Por outra parte, os autores referem que existe também um fator motivacional o qual tem como principal função, reunir os diferentes sistemas de valores de cada indivíduo os quais influenciam na realização de metas propostas pelo indivíduo. Por último, encontra-se o componente afetivo o qual está intimamente vinculado ao sistema de satisfação o qual outorga um grau de clareza e de certeza frente ao valor que a vida tem e o que isso representa para o indivíduo. Desta forma pode-se dizer que as diferentes experiências e a correlação com os valores individuais intercedem nas escolhas.

Introduzindo outro dos conceitos conexos com o sentido de vida; nos últimos anos Reker (2000) observa que o construto sentido de vida tem sido considerado o mais complexo e discutido na literatura por diferentes abordagens. As dimensões mais exploradas procuram a relação do modo como o sentido de vida é vivenciado. As diversas pesquisas sobre o assunto trazem a relação das experiências entre si e, é nessa perspectiva que se introduzem as fontes de sentido, ou seja, em quais esferas da vida se encontram as razões do viver. Infere-se que o sentido de vida está relacionado com o propósito de vida, ter uma direção, um motivo ou razão para a existência; além de ter uma percepção de identidade pessoal, interesse social e sentimento de satisfação com a vida, inclusive no meio de situações adversas.

É neste momento que se faz essencial a compreensão do "para que viver", considerando que na dimensão individual, o conjunto de valores, crenças e necessidades das pessoas dão um direcionamento para as metas que a pessoa poderia seguir, o tipo de relacionamentos nos quais poderia investir. Funciona como orientação para o que deve ser buscado e sobre os engajamentos individuais com os que o indivíduo pode estar relacionado. Reker (1997) afirma que o sentido de vida está associado a ter um propósito, uma direção, uma razão para a existência, ter uma percepção de identidade pessoal e interesse social, além de sentir-se satisfeito com a vida, mesmo diante de situações difíceis, quando o "para que viver" é essencial. Na dimensão individual, as crenças, os valores e as necessidades da pessoa norteiam quais as metas que ela deve perseguir e em quais relacionamentos deve investir. Isso funciona como um guia para as buscas e os engajamentos individuais.

### 2.2.1 Sentido de vida e bem-estar:

O sentido de vida vem sendo estudado como um fator de proteção e de bem-estar para o ser humano. Na maioria das pesquisas que abordam este tema fica evidente que a existência de sentido de vida só é percebida como um fator positivo e de acréscimo para o desempenho geral do indivíduo e, que como consequência, a sua ausência, pode representar declínio do bem-estar psicológico e social em todas as fases da vida (Wong, 1989).

A presença de sentido de vida pode ser entendida desde diferentes pontos de vista. O fato de sermos indivíduos com características particulares e inerentes a cada um, faz com que o significado de vida seja único e exclusivo a cada ser humano. Com isto, não é possível assegurar que existe uma fórmula pronta para dar significado à vida. O sentido de vida, quando presente, é baseado em experiências diferentes. Entretanto, existem elementos que são comuns a todos os indivíduos que têm presença de significado. Por exemplo, as vivências possuem significado constante – ou seja, não é apenas uma vivência momentânea ou trivial, com pouca representação e de baixo impacto da vida do indivíduo.

A presença de sentido de vida está representada por experiências impregnadas de coerência, capazes de transcender o caos (Heintzelman & King, 2014; Steger, 2012). Logo, ter uma vida carente de significado, remete a uma vida com poucos valores, sem propósito e sem coerência. A inexistência de significado torna o caminho mais complexo pois o discernimento do que é bom ou não tão bom para a vida só será compreensível na medida em que se tenha determinado o destino/propósito a seguir. Seja qual for o propósito, este é necessário, pois indica ao indivíduo o que deve ser feito para atingir o objetivo. Por exemplo, no caso de um carpinteiro disposto à fabricação de uma mesa, este saberá que: prego, martelo e madeira são úteis para o seu propósito. No caso de ser oferecido como ferramenta de construção um guarda-chuva, ele conseguirá identificar a inutilidade deste elemento para o seu propósito. Não é possível fabricar uma mesa de madeira utilizando um guarda-chuva para sua elaboração. Desta forma sucede na vida, sem um propósito ou compreensão clara sobre o sentido de ser, será difícil determinar o que pode ou não ser útil a nosso destino.

Os fatores que podem interferir no desenvolvimento do sentido de vida englobam o contexto no qual o indivíduo está inserido, além de processos como a

busca por identidade, identificação com seus pares, objetivos pontuais e gerais. Entre esses processos, origina-se a busca pelo sentido de vida (Frankl, 1976).

Na compreensão sobre a busca de sentido de vida, pode-se questionar se o fato de querer adquirir uma casa, um carro ou o fato de querer ser uma pessoa mais altruísta ou mais justa, já é requisito suficiente para trilhar um caminho de sucesso? Será que isto é suficiente para encontrar a felicidade e a tão esperada realização pessoal? Reconhecer as virtudes, os talentos, os desejos, torna o caminho da vida mais fácil? E para aqueles que ainda estão no processo de reconhecimento, de compreensão de seus desejos e talentos, como se traça o caminho a seguir? Será que o indivíduo depende de uma identidade, de um sentido na vida para alcançar a tão almejada felicidade, o tão desejado sucesso na vida?

A busca pelo sentido de vida não é um assunto comum entre as pessoas. É mais provável que elas se interessem sobre como alcançar o sucesso profissional do que, como alcançar o autoconhecimento e a identificação do seu sentido de vida (Almond & Battista, 1973). Pensar neste conceito por si só, já é complexo. Atribuir entendimento e aplicação deste conceito para vida do indivíduo se torna uma condição angustiante, pois nem todas as pessoas sabem o que querem na vida. Isto acarreta sentimentos de frustração, muitas vezes acompanhado de medo (Almond & Battista, 1973).

Mesmo que a busca pelo sentido seja algo próprio e que parta unicamente de interesse estritamente particular, quando se faz necessário enfrentar essa questão, tudo torna-se mais difícil. Ou seja, não existe uma fórmula mágica ou um caminho específico que possa levar ao indivíduo a descobrir o significado da própria vida. Existem diversos posicionamentos de diferentes autores, cada um propõe condutas que podem levar o indivíduo ao encontro de sua identidade. Porém, até agora, não foi possível encontrar um caminho certo, válido e útil para todos. Cada ser humano é único, portanto, existe um processo de busca diferente e independente (Frankl, 1976).

Entre as diversas teorias, os autores definem o sentido de vida como o elemento que faz o indivíduo perceber que a vida possui um sentido, levando em consideração as próprias experiências e critérios sobre o que representa ter significado (Bar-Tur et al., 2001). No que se refere à busca do sentido de vida, Frazier et al., (2006) menciona que esta dimensão está relacionada àquelas pessoas que estão tentando compreender ou aumentar o propósito de sua vida, enquanto a

presença de sentido de vida está relacionada àquelas pessoas que se encontram engajadas em um sentido ou propósito ao longo de suas vidas.

Encontram-se diversas pesquisas relacionadas ao sentido de vida, suas dimensões e sua necessidade e/ou utilidade ao longo da vida do ser humano. Em alguns estudos recentes ficou evidente que pessoas com tendência à busca pelo sentido de vida, desenvolviam fatores positivos de crescimento motivacional pessoal (Frazier et al, 2006). Pelo contrário, aqueles que não evidenciaram nenhum tipo de interesse pelo entendimento sobre o seu próprio sentido de vida, era mais provável que desenvolvessem uma crise existencial (Frankl, 1984).

Na pesquisa realizada por Damásio et al., (2013) foi observada a correlação positiva da presença sentido de vida com a satisfação com a vida e a felicidade subjetiva. Outras pesquisas realizadas apontam que as pessoas experimentam diferentes níveis de presença de sentido de vida em diferentes momentos da vida. Durante a adolescência a proporção na busca pelo sentido de vida é maior. Já na etapa adulta, a presença de sentido de vida é mais latente e comum. Por fim, na etapa da velhice, ocorre um declínio na presença do significado de vida (Cooper et al., 2009).

Diversos estudos têm demonstrado que existe uma relação direta entre diferentes elementos vivenciados pelos indivíduos de forma geral com o bem-estar subjetivo (Albuquerque & Tróccoli, 2004). O estudo realizado por Aguilár (2011), que teve como finalidade avaliar as realocações entre valores, sentido de vida e bem-estar subjetivo em membros de novas comunidades católicas, investigou a relação entre o vazio existencial e a presença de depressão e ansiedade. Foi observado que existe uma correlação positiva entre o vazio existencial e a ansiedade. No caso do vazio existencial e da depressão, encontrou-se uma correlação positiva, mas com índice moderado. Com isto, o autor do estudo concluiu que quando houver maiores níveis de vazio existencial, maior será a presença de fatores negativos como depressão e ansiedade, da mesma forma que enquanto menores os níveis de vazio existencial, menores serão os níveis de presença de depressão e ansiedade vivenciados pelos indivíduos, medida pela participação e sentido de pertencimento a um grupo. Por tanto, pode-se dizer que existe uma correlação inversa entre vazio existencial e bem-estar, pois, quanto maior o vazio existencial, menores níveis de bem-estar. Tendo em vista que a presença de maiores níveis de vazio existencial pode ser compreendida como baixos

níveis de sentido de vida, observa-se que o sentido de vida cumpre um papel fundamental no bem-estar individual.

Em outros estudos realizados, autores como Padovam e Siqueira (2008), Albuquerque e Tróccoli, (2004), consideraram que o bem-estar subjetivo é um elemento afetivo e emocional que envolve afetos positivos e negativos relacionados à satisfação com a vida. Os autores reafirmam que a presença de altos níveis de afetos positivos, os baixos níveis de afetos negativos, e a alta satisfação com a vida são condições explícitas para o surgimento de bem-estar subjetivo nos indivíduos. Observa-se que a presença de sentido de vida é um componente fundamental para o bem-estar (Albuquerque & Tróccoli, 2004; Padovam & Siqueir, 2008).

Um estudo realizado entre professores do ensino fundamental e do ensino médio da cidade de Campina Grande, PB (Damásio, Melo & Silva, 2009) teve como objetivo identificar os índices de estresse percebido pelos professores, e a correlação que havia entre o estresse e os índices de sentido de vida. Foi possível evidenciar que a presença de estresse era relativamente alta, contudo, este era amplamente mediado pelos índices de sentido de vida. Ao finalizar o estudo, encontraram-se resultados interessantes como que, mesmo em condições adversas o ser humano tem a capacidade de encontrar sentido à vida e que, mesmo considerando e comprovando o sendo o sentido de vida como um fator protetor frente ao estresse, ele parece agir mais como um elemento capaz de diminuir os níveis de estresse, mas não como elemento competente para bloquear por completo a percepção negativas das problemáticas vivenciadas, propulsoras de estresse. Os autores concluíram que o sentido de vida é capaz de melhorar a adaptação ao cotidiano potencialmente estressor, pois esta permite que o indivíduo tenha a capacidade de modificar a percepção do evento ou até, de gerar novas estratégias de enfrentamento, capazes de melhorar a saúde mental e a sensação de bem-estar desses professores.

É evidente que por ser um construto pouco conhecido, os indivíduos têm um interesse precário de entender sua utilidade e funcionalidade. Cogitar a ideia de estudar com maior relevância e preponderância esta temática, irá fazer com que as pessoas tenham maior interesse sobre sua existência e reconhecimento de sua importância no mundo, aumentando seu bem-estar individual e coletivo. Levando em consideração alguns dos diferentes estudos realizados sobre a influência do sentido de vida e o bem-estar, esta pesquisa busca responder a questões similares

em relação a um tipo de população específica que apresenta características diferentes às já estudadas. Com base no exposto, propõe-se investigar:

*Hipótese 1* – Pessoas que experimentam maiores níveis de presença de sentido de vida têm maiores índices de bem-estar.

### **2.3 Sentido de pertença ao grupo**

Existem diversas teorias que buscam compreender o conceito de sentido de pertença, entre elas encontra-se o estudo acadêmico sobre o sentimento psicológico de comunidade conhecido pelas siglas (SPC). Este estudo foi desenvolvido por Sarason, que no ano de 1974 apresentou o conceito no campo da psicologia comunitária. Um dos elementos principais destacados pelo autor foi que todos os seres humanos, em algum grau, apresentam sentimentos de pertença a uma rede ou grupo, do qual espera-se suporte mútuo e do qual é possível depender (Sarason, 1974). Outra forma interessante que o autor utilizou para definir o sentimento psicológico de comunidade foi a percepção de similaridade que os indivíduos apresentam uns com os outros, gerando uma possível interdependência passível de ser mantida por longos períodos da vida, ligada à necessidade de fazer pelos outros o que se espera receber em retorno (Sarason, 1974).

Após vários anos de estudo, em 1986 chega-se à conclusão de que o indivíduo faz parte de um meio social e que, portanto, é natural que exista o sentimento de pertença a um determinado grupo, onde os membros se preocupam uns com os outros, no qual há crenças de que as necessidades dos membros serão satisfeitas mediante o compromisso de permanecerem juntos (Chavis & McMillan, 1986). Os autores consideram que o modelo SPC é passível de aplicação a qualquer tipo de grupo ou comunidade, entendendo por comunidade, todo grupo de pessoas que partilham problemas, interesses, recursos, que interagem uns com os outros, mantendo o sentimento de pertencimento a uma comunidade.

A teoria do SPC foi descrita como um modelo teórico dividido em quatro áreas, essas são nomeadas como membros, ligações emocionais partilhadas, influência e integração e satisfação de necessidades. O componente denominado membro se refere ao sentimento de pertença ou de partilhar um relacionamento pessoal com os integrantes do grupo, refere-se aos sentimentos gerados ao fazer parte de um grupo (Chavis & McMillan, 1986). O componente ligação emocional compartilhada está associado ao sentimento de calor e intimidade vinculado às



características próprias de amizade como dividir experiências, histórias, lugares, interesses em comum, entre outros.

A terceira área do modelo SPC está relacionada à influência, a qual é entendida como o sentimento de importância onde há um alto nível de interação, a presença ou ausência dos membros do grupo faz diferença. Neste ponto, o sentimento mutualista de importância faz com que o grupo seja capaz de influenciar os membros de forma individual e vice-versa. Neste contexto, o autor pontua a importância de levar em consideração tanto os sentimentos grupais como os individuais, já que esses têm a capacidade de afetação mútua. Como quarto e último elemento do SPC, aparece a integração e a satisfação de necessidades. Nesse ponto surge o sentimento de que as necessidades dos membros serão satisfeitas pelos recursos recebidos pelo grupo. É aqui onde o sentimento de pertença ao grupo é positivamente reforçado, gerando motivação de participação e aderência ao grupo (Chavis & McMillan, 1986).

Sendo o ser humano um ser sociável, tanto a psicologia quanto outras ciências que estudam o indivíduo têm abordado o estudo da coletividade a partir de diversas teorias, além do método proposto por Chavis e Mcmillan (1986), é possível mencionar outras teorias que ajudam para o entendimento das relações sociais e sua importância para o indivíduo. Desta forma a relação entre os indivíduos estará sempre mediada e condicionada a elementos inerentes a cada indivíduo, o qual terá características específicas a cada um, mas que ao mesmo tempo podem ser comuns em algum ponto, seja na essência ou na realidade individual. Essa possível congruência em algum desses aspectos pode motivar a aderência a pessoas com características similares, formando grupos por afinidades, também chamados de grupos reflexivos, pois o vínculo é criado a partir significância emocional e sentido de pertença e não simplesmente formados a partir de agrupamentos nominais (Wagner, 1994).

### **2.3.1 Sentido de pertença ao grupo e bem-estar:**

Importante destacar que o sentimento de pertença a um grupo ou comunidade pode ser percebido como um fator protetor para a saúde física e mental. Pesquisas recentes demonstraram que um forte sentimento de identificação a um grupo ou comunidade, está associado a um baixo índice de doenças mentais, suicídios, abusos sexuais de crianças, diminuição de criminalidade, inclusive, sendo

um fator protetor para o meio ambiente (Cantillon, et al., 2003; Chupuer & Pretty, 1999).

Um estudo realizado por Constantini e Prezza (1998) com um grupo de adolescentes, perceberam que a ausência do sentimento de comunidade gerava maiores sentimentos de solidão, levando-os ao isolamento. Nos casos em que havia suporte social e um sentimento de pertença ao grupo, havia qualidade nas relações sociais, autonomia e maior satisfação com a vida.

Em outros estudos realizados, ficou demonstrado que pessoas que mantinham um sentimento de comunidade ou de pertença a um grupo, apresentavam, conseqüentemente, comportamentos positivos como: participação comunitária ativa, sensação de bem-estar e maior qualidade de vida subjetiva (Cotter & Davidson, 1991; Constantini & Prezza, 1998; Conroy et al, 1996;). Todos esses estudos chegaram à conclusão de que o sentido de pertença ou sentimento de comunidade pode ser um bom indicador subjetivo de qualidade de vida.

Existe uma posição comum na literatura sobre a influência que exerce o sentido de pertença ao grupo e a percepção de suporte social, em relação à diminuição dos níveis de estresse (Sarason, 1988). Os primeiros estudos sobre o papel protetor que exerce o suporte social, foram realizados por Cobb (1976), a autor apresentou o construto como um fator capaz de influenciar nos estados de saúde e de bem-estar dos indivíduos, mostrando-se como um facilitador no confronto de situações estressoras e de crise emocional.

Nesses primeiros estudos, o construto foi apresentado como um elemento relacionado a uma de três classes sendo estas, sentimento de ser amado; crença de que se é estimado, valorizado, e de que as pessoas se preocupam consigo; sentido de pertença a um grupo ou comunidade. Desta forma, é compreensível que o construto é conformado a partir de vários elementos, onde a percepção do suporte oferecido pela rede de apoio cumpre um papel fundamental no grau de satisfação dos indivíduos sobre a vida social. Esta variável é a mais importante pois tem efeitos concretos sobre os processos cognitivos e emocionais ligados ao bem-estar e a qualidade de vida (Kessler, 2003).

Durante um levantamento bibliográfico realizado por Coyne e Delongis (1986), sobre a importância das relações sociais no processo de adaptação e enfrentamento das dificuldades, concluíram que dentre as pessoas que apresentaram algum tipo de insatisfação com o grau de suporte social; um alto número de

indivíduos apresenta desajuste nas condições de vida. Concluíram que os indivíduos com maiores níveis de inconformidade com o grupo, ou que, não apresentavam vínculo a uma rede social, manifestavam comportamentos não adaptativos, de desconfiança e dificuldades para falar sobre seus problemas com os outros, levando-os a reportar maiores níveis de estresse emocional.

Considerando os diferentes estudos realizados pelos pesquisadores, é possível identificar que existe uma forte relação entre o sentido de pertença ao grupo, o sentido de vida e o bem-estar, de modo que níveis mais altos de pertença ao grupo estão associados a maiores níveis de sentido de vida e bem-estar (Cobb, 1976).

Desta forma, será investigado se:

*Hipótese 2 – Pessoas que experimentam maiores níveis de pertença ao grupo têm maiores níveis de bem-estar.*

## **2.4 Esposas de Militares**

Durante muitos anos a prática cultural que ditava as drásticas diferenças sobre os papéis que homens e mulheres deveriam exercer, foi replicada de geração em geração ao longo do tempo. Para esta pesquisa, torna-se relevante a imagem e o papel que a mulher representa para o mundo, para a sociedade e, principalmente, para a família. Nesse contexto, poder-se-ia afirmar que a identidade da mulher foi por muitos anos vinculada à maternidade, à procriação e ao cuidado de seu seio familiar, tomado como princípio básico da própria existência: nascer, casar-se e procriar (Orsolin, 2002). Até então, o comportamento das mulheres estava traçado por diversos elementos que marcavam o caminho “correto e adequado” para o desenvolvimento cultural, social e familiar. No entanto, após uma longa jornada, a mulher, hoje, tem possibilidades diferentes às de antigamente (Orsolin, 2002).

Recentemente, as mulheres vêm conquistando novos espaços e modificando crenças antigas que haviam sido tomadas como realidades absolutas e de cumprimento obrigatório. Como por exemplo, a maternidade, que nos tempos atuais não representa mais uma obrigação, embora exista uma certa pressão por parte da sociedade que ainda carrega crenças culturais históricas (Orsolin, 2002).

A inclusão da mulher nos diferentes contextos têm sido um processo longo e contínuo. A entrada da mulher no mundo laboral não só proporcionou um direito às mulheres, como também possibilitou ter independência, pois o fato de não depender de outra pessoa para sua sobrevivência, possibilitou que as mulheres

tivessem maior controle e domínio sobre suas vidas. Voltando ao exemplo da maternidade, a inclusão da mulher no mundo do trabalho, favoreceu o poder de decisão sobre outros aspectos da sua vida, como o fato de decidir se ter e quando ter filhos, ou até optar por não os ter. Além de dar passo a outras possibilidades como o divórcio, estabelecer novas relações amorosas, formação de novas famílias, gerando assim, grandes mudanças nas principais áreas de desenvolvimento: cultural, social e familiar (Grant, 2001).

Explorando um pouco mais sobre o conceito de família, é importante destacar os elementos principais que a representam e, sobretudo, como estas são determinadas conforme o momento e a época pela qual o mundo estiver atravessando. Assim, encontra-se que os valores e os papéis desempenhados por cada integrante da família, assim como a função da estrutura familiar como um todo, estão sempre em constante mudança e que, serão definidos conforme os contextos socioculturais e econômicos da época (Araújo, 2007).

Outro elemento importante para a composição familiar, é a influência das religiões, já que estas exercem um papel fundamental tanto na formação de famílias, quanto no comportamento delas. A igreja católica, sendo uma das principais religiões do mundo, consagrou a família monogâmica, conservando ainda características da família romana. Os romanos criaram a estrutura familiar pautada na autoridade soberana, onde o poder era exercido por um único membro da família, que geralmente, seria sempre o homem, exercendo o papel de “chefe” (Gomes, 1999). Desta forma, tanto os filhos como a esposa estavam sujeitos aos poderes de mando do *pater*. A mulher manteria o perfil de submissão, sem nenhuma possibilidade de exercer autonomia, e se manteria sem direitos próprios. Assim, a moral católica se introduz nos seios das famílias, mas sob a estrutura de autoridade de um chefe, mais conhecido como modelo de família patriarcal (Pereira, 2003).

Neste modelo introduzido pelo catolicismo, além de estimular o cumprimento do patriarcado onde o homem seria o responsável pela estabilidade familiar, também se observa que a monogamia traz consigo atitudes baseadas na desigualdade entre marido e mulher, onde ao homem é atribuído o direcionamento familiar e à mulher, a subordinação ao poder marital. Mais tarde, na época dos anos 60, as mudanças mundiais começam a surtir efeitos no comportamento familiar. Movimentos como o feminismo e outros movimentos populares trouxeram para as famílias grandes transformações. Uma das grandes mudanças, como consequência

da revolução industrial e de outros movimentos, foi a introdução da mulher no mercado de trabalho (Vilhena, 1999). Isto fez com que as mulheres obtivessem um espaço e reconhecimento na sociedade, além de terem a oportunidade de exercer papéis diferentes, como a função de provedoras da família.

No entanto, em contrapartida, a mudança de papéis para a mulher foi o pontapé para o início de grandes conflitos matrimoniais, após a entrada da mulher no mercado de trabalho foi observado um aumento dos conflitos e separações, as quais originaram mudanças na organização social. Pois a estrutura familiar não era mais a mesma, por tanto o comportamento social também foi alterado. Eis aqui o início de novas estruturas familiares, surge então, a família monoparental –pai ou mãe que vive sem o cônjuge e com filhos dependentes—. Mães solteiras que antes eram vistas de forma preconceituosa, sendo taxadas como erradas por irem em contra dos preceitos do catolicismo, começam a ser vistas de forma menos hostil, e os pais e mães solteiros iniciam a formação de novas famílias, dando passo a diversas estruturas no sistema familiar como famílias monoparentais, famílias reconstituídas, famílias homossexuais com filhos e sem filhos, entre outros (Vilhena, 1999).

Mesmo que as famílias monoparentais compostas por mães solteiras com filhos fossem mais vulneráveis no concernente ao plano econômico, a sua estrutura tornou-se um sistema familiar cada vez mais comum no mundo moderno, e faz com que a imagem da sociedade frente a mãe solteira fosse muito diferente em relação ao que foi no século passado, abrindo novos caminhos e oferecendo novas oportunidades para estas mulheres. Neste sentido, é possível afirmar que a mulher também adquiriu novas posturas frente ao mercado globalizado e frente a nova diretriz social; assumindo novos hábitos, novos valores acorde as exigências da nova era (Dandurand & Ollivier, 1993).

Contudo, diversos autores, entre eles Vitale (2002), deixam em evidência que a mulher agora “chefe” de família, passa a enfrentar diversas situações que antes não eram assumidas por ela, além das responsabilidades que já são conferidas à mulher pelo simples fato de ter nascido mulher. Desta forma, ela passa, além de suas funções, a desempenhar outras funções, enfrentando jornadas árduas de trabalho a nível externo e interno, pois além das funções no âmbito do trabalho, está também se vê obrigada a realizar as tarefas domésticas e cuidados familiares. Aqui se faz evidente que o sistema monoparental conformado por mães solteiras, cabeça

de família, é uma questão que ainda representa fragilidade, e o grau de dificuldade é maior comparado às famílias tradicionais, pois a mãe torna-se o suporte financeiro, educacional, emocional. Exigindo destas, presença em todos os âmbitos, o que gera desequilíbrio a nível pessoal ou familiar, pois nem sempre é possível assumir e cumprir à perfeição todas as funções como mulher, mãe, e trabalhadora ao mesmo tempo, provocando situações desafiadoras e que trazem desconforto para vida diária.

Olhando para o contexto histórico sobre a inclusão da mulher no mundo laboral, é possível afiançar que as atividades próprias da mulher, dentro do contexto brasileiro, sempre estiveram vinculadas às tarefas domésticas e ao cuidado dos filhos, sendo além do mais, uma atividade árdua, mas de pouco reconhecimento por parte de seus cônjuges e da sociedade como tal. Embora haja um incremento do número de mulheres vinculadas a trabalhos remunerados, elas continuam sendo responsáveis pela maior parte do trabalho doméstico, levando a muitas mulheres a enfrentar situações estressoras e de sobrecarga física e emocional (Bezerra & Freisleben, 2012). Torna-se relevante para esta pesquisa o estudo sobre diferentes aspectos que envolvem a mulher, pois as diversas alterações que vêm com ela têm um impacto não só no contexto familiar, como também no contexto social e econômico.

Entende-se de forma geral, que a entrada da mulher no âmbito laboral trouxe repercussões na estrutura funcional familiar e social, e que trouxe consigo, modificações diretas nos relacionamentos entre mães e filhos, alterando em certa forma a dinâmica familiar. Pois, desde a antiguidade até o início do século XX o sistema familiar sempre foi pautado na divisão de trabalhos, figuras sociais e familiares pré-estabelecidos. Essa estrutura se manteve por muitos anos e pode-se dizer que até hoje existe, pois é possível encontrar famílias que seguem este sistema tradicional que por muitos anos facilitou a transmissão da cultura de geração em geração, além de garantir a continuidade da espécie. Estabelecendo a função principal da mulher fundamentada na reprodução e educação dos filhos (Fleck & Wagner, 2003; Barham & Vanalli, 2008).

Ainda hoje, com as grandes mudanças comportamentais referentes aos papéis de gênero, é evidente que as mulheres, apesar de terem ingressado no mundo do trabalho e conquistarem novos espaços, são submetidas a tratos desiguais pela diferenciação de gênero. As empresas contratam mulheres com salários diferentes

ao dos homens, ou cargos específicos são unicamente ocupados pelo sexo masculino, sendo assim, não é possível falar sobre igualdade de gênero, pois ainda não há aplicação contundente, no que se refere a direitos de igualdade no contexto laboral (Alves & Corrêa, 2003)

Em uma pesquisa recente, realizada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT), foi divulgado que as mulheres que realizam as mesmas atividades e em igualdade de condições às realizadas por homens, recebem só 76.5% do valor salarial que os homens normalmente recebem. Até hoje nada foi feito para equiparar os salários que mantêm suas diferenças baseados na diferença de gênero (Braziliense, 2015). No caso do Brasil, especificamente, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), publicou dados de pesquisas com foco na inclusão da mulher no mercado de trabalho e a diferença de gênero. Entre as conclusões publicados pelo instituto, concluiu-se que o gênero masculino sempre esteve presente de forma ativa no mercado de trabalho em comparação com o gênero feminino. Por outra parte as atividades domésticas, continua sendo a mulher quem lidera as estatísticas. Em 2016, 84% dos homens estavam empregados, enquanto só o 61% das mulheres faziam parte de alguma atividade remunerada (CNI, 2016).

Outro dado relevante a ser considerado é, que segundo pesquisas realizadas pelo IBGE, sobre indicadores sociais das mulheres no Brasil, o instituto divulgou que as mulheres entre 25 ou mais anos de idade, as mulheres representam o 16,9% de pessoas escolarizadas, enquanto o sexo masculino, só o 13,5% dos homens referem haver terminado o ensino superior completo. Além desses dados, também reportou que as mulheres trabalham, em média, três horas a mais por semana do que os homens. Assim, é possível concluir que a desigualdade entre gêneros, principalmente no que se refere ao papel da mulher no âmbito trabalhista, ainda é marcada, e grosseiramente recorrente no século XXI.

Ainda existe a prática de crenças patriarcais, além da discriminação que muitas mulheres sofrem para poder manter um determinado cargo laboral. Permanece então a diferença de salários, a diferença de cargos por divisão sexual, além da mulher ter que assumir, na maioria das vezes, a totalidade das tarefas domésticas. A desigualdade de gênero é uma questão que afeta a sociedade como um todo, pois não é nada menos do que uma barreira ao gozo de direitos humanos, fundamentais e trabalhistas (Hebermas, 1985).

Por outra parte, o ingresso das mulheres às atividades remuneradas, gerou efeitos positivos no estilo de vida das mulheres, permitindo que estas se tornassem mais autônomas, autossuficientes e com capacidade de assumir responsabilidades maiores frente às suas famílias. O emprego representa o elemento mais importante da produção social, pois além de representar o desenvolvimento da humanidade, também representa possibilidade de novos aprendizados e uso de energia física e psicológica. O trabalho não só é símbolo de interação social, como também faz parte da nossa estrutura individual e da nossa relação com o mundo (Hebermas, 1985).

Praticar algum tipo de atividade remunerada ou trabalho traz consigo muitos benefícios para a saúde física e mental do indivíduo. Desta forma, estudiosos têm se interessado por pesquisar sobre os efeitos positivos que o trabalho gera nas mulheres, chegando à conclusão de que exercer algum tipo de trabalho fora de casa contribui notavelmente no aumento da autoestima e no senso de confiança da mulher, o que tem efeitos diretos no desempenho das funções familiares (Diniz & Glaucia, 1999). Ter um emprego determina mudanças em várias áreas de desempenho de qualquer indivíduo, pressupõe maior satisfação com a vida, melhora os níveis de autoestima, fortalece o pensamento otimista, sendo estes elementos fundamentais para o bem-estar subjetivo (Heybron, 2007)

Diversos estudos relacionados à autoestima, evidenciaram que existe uma correlação negativa entre a alta autoestima e o tempo de desemprego que uma pessoa pode vivenciar. Segundo Cruz (2009), é esperado que a situação de desemprego interfira negativamente na avaliação e no conceito que o indivíduo tem de si mesmo. O desemprego representa um fator de inclusão social, ademais de sentido de pertencer a um grupo específico, sentimento de utilidade e eficiência. Portanto o desemprego está vinculado não só à representação financeira, mas sobretudo à associação negativa e estereotipada que a sociedade pode inferir sobre um indivíduo que permanece por muito tempo fora do âmbito laboral, afetando diretamente a autopercepção e o autoconceito, devido ao sentimento de inutilidade, perda de status social, perda de vínculo social, associado ao preconceito e rechaço social (Cruz, 2009).

No mundo moderno é evidente que as mudanças no comportamento das mulheres e, conseqüentemente, do homem, tem promovido a conformação de novas estruturas familiares. Hoje, é possível identificar famílias onde o provedor



econômico é unicamente o pai (família tradicional), onde a única provedora é a mãe, ou onde os dois são provedores e facilitadores do desenvolvimento familiar. Sendo que uma mudança leva a outras, como consequência da formação de novas estruturas familiares, o seu comportamento também é alterado, por exemplo, nas responsabilidades sobre a criação e educação dos filhos e a manutenção da casa, passou, em algumas famílias, a serem responsabilidades compartilhadas, surgindo assim um novo processo de transição da família brasileira, onde mães e pais participam da formação e cuidado dos filhos, das tarefas domésticas e da estabilidade econômica familiar (Predebon et al., 2005).

Algumas pesquisas focadas no estudo da formação e do comportamento das famílias no Brasil têm encontrado características interessantes que hoje representam as famílias brasileiras, onde os papéis de homem e de mulher não estão relacionados à identidade sexual e sim às condições, possibilidades e circunstâncias de cada um (Osorio, 2006). Nesse processo de transformação, um número cada vez maior de mulheres opta por trabalhar fora de casa e contribuir com a renda econômica, além de evidenciar um maior interesse pelo aperfeiçoamento profissional. A independência financeira trouxe também, mudanças sobre o conceito de maternidade, ainda que a questão de ser mãe ou não, ainda apresenta um nível alto de importância dentro a realização pessoal, este deixou de ser o único objetivo de vida, como o foi durante muito tempo (Fleck & Wagner, 2003).

Atualmente, apesar das transformações sociais, culturais e familiares, é importante destacar que há grupos de mulheres onde as práticas familiares podem ser desempenhadas desde diferentes perspectivas, pois como mencionado anteriormente, a função do casal não está mais sujeita ao gênero e sim às condições de cada cônjuge. Fazendo menção a um contexto específico e que é de relevante importância para esta pesquisa, será abordada a família e função das mulheres esposas de militares do Exército Brasileiro, como componente central desta pesquisa.

As famílias formadas por militares do Exército Brasileiro, apresentam características bem distintas à composição de uma família constituída por profissionais de outras áreas. Uma das principais características das famílias militares é o constante deslocamento geográfico – requisito para oficiais do Exército Brasileiro a cada dois anos. As constantes mudanças dos oficiais para guarnições diferentes do país, inclusive, fora do mesmo, é uma das características

mais significativas para vida destas mulheres. Este fator constitui aspectos da rotina das esposas de militares que interfere na estrutura familiar como um todo e que afeta, principalmente, as possibilidades de desenvolver projetos individuais, visto que é muito comum que as esposas de militares não consigam concluir cursos de graduação em uma mesma instituição e sem interrupções, ou permanecer em uma atividade remunerada por um tempo prolongado, a fim de estabelecer uma carreira profissional.

O serviço dos militares ao país está baseado nos pilares do estatuto dos militares, sendo a hierarquia e a disciplina os elementos principais a seguir (LEI Nº 6.880, de dezembro de 1980). Sendo assim, o militar deve estar sempre em prontidão para o cumprimento de suas obrigações, independente de horário, lugar ou situação. Estes elementos influenciam na estrutura familiar, pois independente da situação, o militar tem que honrar seu compromisso com o Estado, fazendo com que as mulheres precisem ficar à frente das inúmeras responsabilidades familiares. Em muitos dos casos, as tarefas domésticas, o cuidado e educação dos filhos, e as múltiplas questões do dia a dia familiar, a morte de um ser querido, comemoração de datas especiais, ou até a chegada de um novo membro à família, tem que ser enfrentado pela mulher sem ajuda e companhia de seu parceiro. Como mencionado anteriormente, não pela sua condição de mulher, mas pela sua “disponibilidade” já que seu esposo tem deveres a cumprir e aos quais não pode faltar. Desta forma, tendo em vista os papéis tradicionais de gênero, o presente estudo focou-se nas famílias de militares onde o homem é o provedor e a mulher é a responsável pelas questões domésticas e cuidados dos filhos –família tradicional–, como muitos anos atrás. Contudo, não significa que as mulheres esposas de militares não façam parte das diversas mudanças ou que não usufruam dos direitos adquiridos pelas mulheres com o passar dos anos, mas certamente, existem uma grande diferença na percepção destas mulheres sobre a vida familiar, social e cultural.

Neste sentido, é importante retomar a importância que o trabalho representa para estas mulheres, pois como mencionado anteriormente, a vinculação da mulher ao âmbito trabalhista, tem reflexos positivos para vida individual e familiar, ao mesmo tempo em que, a falta de possibilidades de trabalho, em uma sociedade moderna, onde existe uma nova percepção da mulher, torna mais difícil a adaptação destas esposas à vida diária. De certa forma é como se elas vivessem em uma vida moderna, realizando atividades do passado, onde sua função se baseia,

principalmente, nas tarefas domésticas e cuidados dos filhos, gerando possíveis situações estressoras e desencadeando outras condições de possível conflito interno e externo.

É aqui onde surgem incógnitas sobre os importantes elementos protetores para a vida das mulheres esposas de militares, os quais se pretendem investigar ao longo desta pesquisa. Sendo observados: a relação entre o sentido de vida e a pertença à família militar com os níveis de bem-estar de esposas de Militares do Exército Brasileiro

### **3. Objetivos**

#### **3.1 Objetivo Geral**

Investigar a relação entre o sentido de vida e a pertença à família militar com os níveis de bem-estar de esposas de militares do Exército Brasileiro.

#### **3.2 Objetivos específicos**

- Avaliar a relação da presença de sentido de vida com o bem-estar de mulheres esposas de militares do exército Brasileiro.
- Analisar as associações entre o sentido de pertença ao grupo com o bem-estar de mulheres esposas de militares do exército Brasileiro.

### **4. Método**

#### **4.1 Participantes**

As participantes do estudo foram 395 mulheres entre 19 e 61 anos de idade, sendo que a média de idade foi 36 anos ( $DP = 8,3$  anos). A maioria delas 91% estavam casadas. Das 395 mulheres 78% tinham filhos e 22% não tinham até o momento da pesquisa. Com relação à religião foi identificado que 42,5% praticavam a religião católica, 27,6% evangélica e 12,6% espírita. Com relação à escolaridade dessas mulheres foi identificado que 33% tinham ensino superior, 32,8% já fizeram algum tipo de pós-graduação e 20% terminaram o ensino médio, só 1% das entrevistadas declarou ter concluído unicamente o ensino fundamental.

Outro elemento importante a ser destacado dentre as características da população avaliada, é o fato de que 64% das entrevistadas encontram-se desempregadas atualmente, e só 36% das mulheres encontram-se empregadas. Com relação a essa parcela de mulheres empregadas 51% está satisfeita com seu emprego

atual e 49% está insatisfeita com seu trabalho. Um elemento de grande importância para esta pesquisa é o fato dessas mulheres apresentarem dependência econômica de uma outra pessoa, nesse sentido, 77% das mulheres entrevistadas informaram depender de outrem e 23% informaram não depender financeiramente de outra pessoa. Com relação às movimentações, 11% dessas mulheres fizeram até uma única movimentação, 18% dessas mulheres já passou por até duas transferências de estado, 26% dessas mulheres já fizeram até três mudanças de estado, 17% delas já fizeram até quatro mudanças de estado, 9% dessas mulheres já fez até cinco movimentações de estado, 5% delas respondeu haver realizado até seis movimentações de estado e 6% delas respondeu ter feito mais de sete movimentações de Estado. Pontua-se que para participar desta pesquisa foi necessário que as participantes cumprissem com os seguintes critérios de inclusão: ser brasileira, ser maior de 18 anos de idade, ser casada com militar do Exército Brasileiro.

#### **4.2 Critérios de inclusão**

Para participar desta pesquisa, as participantes precisaram cumprir com os seguintes critérios de inclusão: ser brasileira, maior de 18 anos e ser casada ou cônjuge de militar do Exército brasileiro.

Apesar de, inicialmente, os critérios de inclusão fazerem referência a participantes com duas ou mais transferências, durante a pesquisa foi possível obter dados de esposas que fizeram uma única transferência. Essas corresponderam ao 11% das participantes, devido ao fato de serem uma população de difícil acesso e, uma vez que foi possível obter a resposta dos questionários, optou-se por incluí-las na análise.

#### **4.3 Instrumentos**

Para a realização deste estudo foram empregados os seguintes instrumentos:

- *Ficha de Caracterização Sociodemográfica* (Anexo A): Este instrumento investiga informações sociodemográficas tais como gênero, idade, estado civil, escolaridade, situação de saúde, quantidade de filhos, se considera que tem rede de apoio para cuidar dos filhos, se trabalha, número de movimentações, características das movimentações, entre outros dados.
- *Escala de felicidade PERMA*: Adaptada ao contexto brasileiro por Carvalho e Natividade (2020). O instrumento avalia 5 fatores, sendo eles: P (emoções

positivas), E (engajamento), R(relacionamentos), M(significado), A (realizações). Consiste em uma escala Likert de 11 pontos, cujas opções de resposta vão desde a pergunta 1 a 10, com estimativas de 0 (Nunca) a 10 (Sempre), e da pergunta 11 a 23 com 0 (Nem um pouco) a 10 (Completamente) que dependem do item ao que se referem. Quanto mais próximo do 10 são as medidas de resposta, maiores os níveis de cada dimensão (Butler & Kern, 2016). Exemplo de item: “Em geral, com que frequência você se sente positivo?”. O instrumento apresentou bons índices de fidedignidade nos cinco fatores (Emoções Positivas  $\alpha = 0,88$ ; Engajamento  $\alpha = 0,72$ ; 22; Relacionamentos Positivos  $\alpha = 0,82$ ; sentido  $\alpha = 0,90$ ; Realização  $\alpha = 0,79$  e PERMA Geral  $\alpha = 0,94$ ) (Carvalho & Natividade, 2020).

- *Questionário de Presença de Sentido de Vida (Presence of Meaning in Life Questionnaire, MLQ)* (Frazier et al., 2006), versão brasileira adaptada por Damásio et al., 2013: instrumento composto por 10 itens, sendo cinco itens para avaliar presença de sentido (MLQ-P: "Minha vida tem um propósito claro") e cinco itens para avaliar busca de sentido (MLQ-S: "Eu estou buscando um objetivo ou missão para minha vida"). No presente estudo, foi utilizada apenas a escala Presença de sentido, cujos escores podem variar entre 5 e 35. Neste estudo, a escala apresentou os seguintes índices de ajuste: CFI: 0,998; TLI = 0,996; RMSEA 0,05 (0,048 - 0,106). O índice de consistência interna (alfa de Cronbach) foi de 0,91.
- *Escala de sentido de pertença ao grupo adaptada ao contexto brasileiro* (Andrade et al., 2012): esta escala permite ter acesso a informações pertinentes para processos voltados para a identidade e identificação social (Andrade et al., 2012). No presente estudo a escala foi adaptada para avaliar a presença do sentido de pertença ao grupo na família militar. Foi utilizada uma escala Likert com variação de resposta de 1 a 5; sendo 1(nunca), 2 (quase nunca), 3 (às vezes), 4 (pouco frequente) e 5(muito frequente). Exemplo do item: “Vejo a mim mesma como integrante da família militar”. A escala apresentou pelo índice alfa Cronbach o valor de 0,83.

#### 4.4 Procedimento de coleta de dados.

A coleta de dados foi realizada virtualmente, para isto, foram utilizadas diversas redes sociais como meio de divulgação da pesquisa. Foi fornecido um *link* no qual estavam disponíveis todas as informações referentes ao estudo, no mesmo, foi possível o preenchimento dos questionários. Foi possível fornecer às participantes o acesso aos instrumentos, apenas se concordassem em participar da pesquisa e indicarem o assentimento ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), na coleta virtual (TCLE *On-line*) (Anexo F). O anonimato das participantes foi totalmente garantido, não foi solicitado nenhum tipo de dado que colocasse em risco a identificação das participantes. O preenchimento dos questionários teve uma duração aproximada de 30 a 40 minutos.

#### 4.5 Considerações Éticas

O presente estudo foi encaminhado ao Comitê de Ética do Centro Universitário Augusto Motta, CAEE 46971821.5.0000.5235 (Anexo C), a pesquisa teve seu início após a sua aprovação. Este estudo foi realizado de maneira ética e metodologicamente adequada, de acordo com as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa envolvendo Seres Humanos (Resolução n. 466 do Conselho Nacional de Saúde).

As participantes do estudo foram, desde o início, informadas sobre o objetivo do mesmo, e sobre a forma de coleta e análise dos dados. A privacidade das participantes e a confidencialidade dos dados foram garantidas. Todos os dados serão mantidos no programa de Psicologia da PUC, em um computador, com acesso restrito apenas às integrantes da pesquisa. Ao ingressar ao link, proporcionado mediante as diversas plataformas e mídias sociais, o TCLE ficou disponível no início do questionário com as informações necessárias sobre o projeto. As participantes tiveram de concordar com os termos da pesquisa, marcando com um clique a aceitação dos termos de participação. É importante destacar que, no TCLE, ficou estabelecido de forma clara a indicação ao direito de interrupção, a qualquer momento, da participação no projeto. Caso as participantes se sentissem prejudicadas de alguma maneira, poderiam entrar em contato com quaisquer das pesquisadoras, os dados das pesquisadoras constaram no final do TCLE. Posterior à concordância com o termo de consentimento *on-line*, as participantes puderam iniciar o preenchimento dos questionários.

Além disso, no caso de perceber alguma dificuldade emocional por parte das participantes em responder aos instrumentos, ou caso houvesse referência de dificuldade ou solicitação de apoio emocional, estas participantes seriam acolhidas de maneira ética e cuidadosa. Seriam indicadas instituições de acompanhamento psicológico de caráter gratuito, ou popular (com baixo custo), presentes na localidade da participante, visando a dirimir quaisquer danos que a pesquisa tivesse causado.

Em relação aos benefícios da pesquisa às participantes, os resultados serão devolvidos a todas as participantes que tiverem interesse em recebê-los, levando em conta os aspectos gerais obtidos. As participantes também contribuirão para o desenvolvimento científico da Psicologia Clínica, possibilitando a compreensão de aspectos importantes próprios do indivíduo, facilitando o desenvolvimento de propostas de intervenção a serem realizadas em etapas futuras. Não será fornecido nenhum resultado às participantes de forma individual.

#### **4.6 Análise de dados.**

Inicialmente a normalidade das variáveis foi testada por meio dos testes Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk. Como a maior parte das variáveis não apresentou uma distribuição normal, optou-se pela análise de correlação de Spearman (*rho*) e o cálculo do intervalo de confiança. Foram realizadas análises descritivas, investigando a média e o desvio-padrão das variáveis avaliadas. Posteriormente, foram investigadas as correlações de zero ordem entre as dimensões: o sentido de pertença ao grupo, presença de sentido de vida e bem-estar, com o objetivo de investigar as associações entre as dimensões.

Foi realizada uma análise de regressão linear para cada variável de desfecho, sendo essas as dimensões do PERMA, sendo elas, emoções positivas, relações positivas, engajamento, realização, sentido de vida, emoções negativas, saúde física e solidão. As variáveis antecedentes foram, sentido de vida e sentido de pertencimento ao grupo. A análise de regressão linear foi realizada utilizando o método *enter*, inserindo todas as variáveis independentes como antecedentes da variável de desfecho com *bootstrap* (1000 amostras), devido à ausência de normalidade das variáveis (Field, 2005) e para ampliar a robustez dos resultados, tendo em vista o tamanho da amostra utilizada.

As médias e os desvios-padrão das variáveis foram mensurados por meio do escore bruto dessas. O escore bruto foi obtido pela soma dos itens de cada escala,

dividido pelo número de itens da respectiva dimensão, de modo a ser obtida a média ponderada dessa variável.

## 5. Resultados

Os resultados demonstraram que as participantes apresentaram médias altas nas variáveis sentido de pertença ao grupo, emoções positivas, realização, emoções negativas e presença de sentido de vida (Tabela 1). Foi possível observar que a variável idade apresentou uma relação positiva com a presença de sentido de vida. A variável trabalho apresentou uma relação significativamente positiva e de alta magnitude com relação às variáveis de engajamento e realização. Da mesma forma, a variável número de movimentações evidenciou que há uma relação significativa com o sentido de pertença ao grupo.

É importante destacar que a variável emoções positivas, teve uma relação positiva, apresentando uma correlação significativa e de alta magnitude com outras variáveis tais como engajamento, relações positivas, realização, presença de sentido de vida, e sentido de pertença ao grupo. A variável engajamento teve destaque com relação às outras variáveis, pois teve um alto índice de significância e magnitude com relação às variáveis relações positivas, realização, presença de sentido de vida e sentido de pertença ao grupo. A variável relações positivas está positivamente relacionada com as variáveis engajamento e realização, apresentando uma relação de alta magnitude. Foi possível evidenciar que as esposas de militares, apresentam uma forte relação entre realização, emoções positivas, engajamento e relações positivas. Outra variável que é importante destacar, é a de emoções negativas, neste caso a variável apresentou uma correlação significativa em sentido inverso, pois ela apresentou uma relação negativa com relação às relações positivas o que indica que enquanto maiores níveis nas relações positivas menor será a presença de emoções negativas. Por último, mas não menos importante, as duas variáveis com maior magnitude foram a presença de sentido de vida e o sentido de pertencimento ao grupo, as quais evidenciaram uma relação positiva e de alta magnitude com relação às emoções positivas, engajamento, relações positivas, realização e sentido de pertença ao grupo (Tabela 1).



Tabela 1. Relações entre Idade, Trabalho, Dimensões do PERMA, Presença de Sentido de Vida e Pertença ao grupo Militar

	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. Idade	36	8,3													
2. Trabal.			0,08												
3. Quant Mov.	2,77	1,77	0,06	-0,05											
4. EmoPos	7,18	1,25	0,01	0,07	-0,04										
5. Enga	7,01	1,87	0,00	0,23**	0,00	0,54**									
6. RelPos	7,45	1,95	0,03	-0,03	0,05	0,61**	0,50**								
7. SenVida	7,32	1,95	0,06	0,12*	0,05	0,60**	0,63**	0,70**							
8. Realiz	6,69	1,69	-0,02	0,17**	0,05	0,50**	0,69**	0,58**	0,75**						
9. EmoNeg	5,72	1,11	-0,04	0,08	-0,05	-0,08	0,00	-0,17**	-0,17**	-0,07					
10. SauFis	6,87	2,00	0,03	0,09	0,07	0,28**	0,30**	0,41**	0,53**	0,47**	-0,10				
11. Sol	5,74	2,77	-0,02	-0,09	-0,01	-0,16**	-0,21**	-0,35**	-0,37**	-0,31**	0,29**	-0,27*			
12. PERMA	7,16	1,45	0,02	0,13*	0,04	0,76**	0,80**	0,83**	0,90**	0,85**	-0,13*	0,49**	-0,35**		
13. PSV	4,79	0,80	0,17**	0,03	0,01	0,24**	0,33**	0,33**	0,46**	0,33**	-0,09	0,25**	-0,16**	0,42**	
14. PerGrupo	3,11	0,98	0,10	-0,08	0,17**	0,22**	0,20**	0,27**	0,32**	0,23**	-0,06	0,26**	-0,07	0,30**	0,21**

Nota:  $p < 0,001$ ; *M* = Média; *DP* = Desvio-padrão; *Trabal.* = Trabalho; *Quant Mov.* = Quantidade de movimentações; *EmoPos* = emoções positivas; *Enga* = Engajamento; *RelPos* = relações positivas; *Sen-Vida* = Sentido de Vida; *Realiz* = Realização; *EmoNeg* = Emoções negativas; *Sau-Fis* = Saúde Física; *Sol* = Solidão; *PSV* = presença de sentido de vida; *Per-Grupo* = Sentido de pertencimento ao grupo.

Referente às análises de regressão, as variáveis independentes foram definidas com base nos resultados da análise de correlação, as quais foram o sentido de pertencimento ao grupo, a presença de sentido de vida e se participante trabalhava ou não. As movimentações de Estado não foram incluídas como uma variável antecedente, pois essas não apresentaram relações significativas com as dimensões de bem-estar, sentido de vida e sentido de pertencimento ao grupo (Tabela 2).

Nos resultados obtidos mediante a regressão, identificou-se que o sentido de pertença ao grupo e a presença de sentido de vida contribui para explicar 9% das emoções positivas e 15% das relações positivas. Foi observado que o sentido de pertença ao grupo, a presença de sentido de vida e o trabalho foram antecedentes dos níveis de engajamento e da realização, explicando 17% do engajamento e 16% de realização. Além disso, as dimensões sentido de pertença de grupo e presença de sentido de vida não atuaram como antecedentes dos níveis de emoções negativas (Tabela 2).

*Tabela 2.* Contribuição das variáveis presença de sentido de vida, sentido de pertença ao grupo e trabalho.

	R <sup>2</sup> Adj.	Presença de Sentido de Vida ( $\beta$ (95% I.C.))	Sentido de Pertença ao Grupo ( $\beta$ (95% I.C.))	Trabalho ( $\beta$ (95% I.C.))
Emo. Positi.	0,079	0,316* (0,139; 0,492)	0,410* (0,194; 0,627)	-
Relaç. Posit.	0,143	0,699* (0,433; 0,965)	0,207* (0,194; 0,627)	-
Engaja.	0,174	0,685* (0,435; 0,935)	0,293* (0,088; 0,497)	0,919* (0,506; 1,332)
Realização	0,155	0,598* (0,369; 0,827)	0,313* (0,126; 0,500)	0,628* (0,249; 1,006)
Emoç. Nega.	0,039	- 0,119 (-0,282; 0,043)	- 0,048 (-0,181; 0,084)	
Senti. Vida	0,141	0,702* (0,436; 0,969)	0,406* (0,188; 0,624)	-
Saúde Física	0,098	0,505* (0,226; 0,785)	0,435* (0,207; 0,663)	-
Solidão	0,022	-0,560 (-0,954; -0,166)	-	-
PERMA	0,235	0,665* (0,478; 0,852)	0,350* (0,197; 0,503)	0,412* (0,103; 0,721)

*Nota:*  $p < 0,00$ ; Em. Positi.=Emoção positiva; Relaç. Posi.=Relação positiva; Engaja.=Engajamento; Realização= Realização; Emoç. Nega.=Emoção negativa; Senti. Vida= Sentido de vida; Saúde Física; Solidão.

## 6. Discussão

Este trabalho teve como objetivo investigar a relação entre o sentido de vida e a pertença à família militar com os níveis de bem-estar de esposas de militares do Exército Brasileiro. Os resultados demonstraram que as emoções negativas estão positivamente associadas à solidão. Além disso, as emoções negativas e a solidão estavam negativamente relacionadas com as emoções positivas. Esses achados estão alinhados às evidências que demonstram que indivíduos que vivenciam maiores níveis de pertença ao grupo apresentam maiores ligações emocionais, vivenciando emoções e sentimentos positivos ao fazer parte de um grupo (Chavis & McMillan, 1986). O componente ligações emocionais compartilhadas estão associadas ao sentimento de calor e intimidade vinculado às características próprias de amizade como dividir experiências, histórias, lugares, interesses em comum, entre outros, que atuam diretamente sobre uma menor percepção de solidão.

Foi observado que as participantes que apresentaram maiores índices de sentido de pertença ao grupo, manifestaram sentir mais emoções positivas e menores níveis de solidão. Os resultados demonstraram que o sentido de pertença ao grupo atuou como propulsor de maior sensação de bem-estar, presença de relações positivas, emoções positivas, realização, engajamento e, inclusive, da saúde física. Esses resultados confirmam que fazer parte da família militar pode atuar como um fator protetivo as esposas dos militares (Sarason, 1988). Compreende-se que o sentimento de pertença a um grupo ou comunidade pode ser percebido como um fator protetor para a saúde física e mental, corroborando que um forte sentimento de identificação a um grupo ou comunidade, está associado a menores índices de doenças mentais, suicídios, abusos sexuais de crianças, diminuição de criminalidade, inclusive, sendo um fator protetor para o meio ambiente (Cantillon et al., 2003).

Em um estudo realizado com um grupo de adolescentes, perceberam que a ausência do sentimento de comunidade gerava maiores sentimentos de solidão, levando-os ao isolamento. Nos casos em que havia suporte social e um sentimento de pertença ao grupo, havia qualidade nas relações sociais, autonomia e maior satisfação com a vida (Constantini & Prezza, 1998). Com isso, esses achados evidenciam que a inserção dessas mulheres no contexto da família militar, mesmo que não seja a família parental ou consanguínea, gera uma influência direta e

positiva no estado emocional e comportamental dessas mulheres. Além disso, pertencer a família militar possibilita que elas estabeleçam vínculos que na maioria das vezes são duradouros, pois pelo mesmo fato de haver uma exigência de movimentação constante, as esposas muitas vezes se reencontram com grupos da família militar conhecidos em outro período da vida, em movimentações anteriores ou por vínculos com pessoas próximas que facilitam as conexões. O conceito da família militar pode ter conotações positivas e negativas, ao mesmo tempo, mas para fins de interesse dessa pesquisa, o foco intencional esteve direcionado para os aspectos potencialmente favoráveis e benéficos relacionados à saúde mental e física dessas esposas (Silva, 2016).

Nesta pesquisa foi possível observar que as participantes apresentaram maiores índices de sentido de pertença ao grupo e vivenciavam menores níveis de solidão. Além disso, os resultados demonstraram que o sentido de pertença ao grupo atuou como propulsor de maior sensação de bem-estar, presença de relações positivas, emoções positivas, realização, engajamento e, inclusive, da saúde física. Esses resultados confirmam que pertencer a família militar pode atuar como um fator protetivo as esposas dos militares. Em algumas pesquisas foi demonstrado que pessoas que mantinham um sentimento de comunidade ou de pertença a um grupo, apresentam, conseqüentemente, comportamentos positivos como: participação comunitária ativa, sensação de bem-estar e maior qualidade de vida subjetiva (Davidson et al., 1991). Todos esses estudos evidenciam que o sentido de pertença a um grupo ou sentimento de comunidade pode ser um bom indicador subjetivo de qualidade de vida.

Outro fator importante a ser destacado é o papel da presença de sentido de vida e o bem-estar. Nos últimos anos, a compreensão do sentido de vida recebeu atenção e legitimidade pela psicologia, focada em aspectos positivos que levassem bem-estar aos indivíduos, facilitando o enfrentamento adaptativo frente a situações adversas. Na maioria das pesquisas que abordam este tema fica evidente que a existência de sentido de vida só é percebida como um fator positivo e de acréscimo para o desempenho geral do indivíduo e, que como consequência, a sua ausência, pode representar declínio do bem-estar psicológico e social em todas as fases da vida (Wong, 1989). Nos achados dessa pesquisa foi evidenciado que as participantes apresentam altos níveis de presença de sentido de vida que se encontram relacionados a altos níveis de bem-estar subjetivo, indicando que esses

dois fatores poderiam estar amplamente relacionados com a presença de possíveis fatores protetores para a saúde mental como a sensação de realização, engajamento e relações positivas.

Em outros estudos realizados, autores como Albuquerque e Tróccoli (2004); Padovam e Siqueira (2008), consideraram que o bem-estar subjetivo é um elemento afetivo e emocional que envolve afetos positivos e negativos relacionados à satisfação com a vida. Os autores reafirmam que a presença de altos níveis de afetos positivos, os baixos níveis de afetos negativos, e a alta satisfação com a vida são condições explícitas para o surgimento de bem-estar subjetivo nos indivíduos concluindo que a presença de sentido de vida é um componente fundamental para o bem-estar (Albuquerque & Tróccoli, 2004; Padovam & Siqueira, 2008).

Outro dado interessante a ser destacado é o efeito da variável trabalho, onde foi possível identificar que existe uma estreita relação entre ela e as variáveis de engajamento e realização, sugerindo que as mulheres que tinham alguma forma de trabalho, sendo pago ou não, apresentavam maiores níveis de engajamento social e realização pessoal, o que pode estar amplamente relacionado com a sensação de utilidade, crescimento pessoal e/ou profissional, identificação com pares e amigos, além de incentivá-las na busca de novas oportunidades. A inclusão da mulher ao mundo do trabalho favoreceu o poder de decisão sobre outros aspectos da sua vida, como o fato de decidir se ter e quando ter filhos, ou até optar por não os ter. Além de dar passo a outras possibilidades como o divórcio, estabelecer novas relações amorosas, formação de novas famílias, gerando assim, grandes mudanças nas principais áreas de desenvolvimento: cultural, social e familiar (Grant, 2001).

A presença de sentido de vida e o sentido de pertencimento ao grupo estiveram positivamente associadas entre si e a presença de maiores níveis de emoções positivas, engajamento, relações positivas, realização e sentido de pertença ao grupo o que sugere que apresentar sentido de vida pode influenciar de forma direta com fatores que são relevantes para a vida de qualquer pessoa. Esses achados corroboram a compreensão que maiores níveis de presença de sentido de vida contribuem ao fortalecimento de outros fatores protetores capazes de promover a saúde e bem-estar físico e mental (Steger, 2009).

Compreende-se que os altos níveis de bem-estar observados na amostra podem estar associados à presença da família militar, já que durante os diferentes eventos e dificuldades do dia a dia a comunidade militar está presente como rede

de apoio e suporte para o enfrentamento de adversidades. O papel da família militar também pode atuar como um fator importante, pois atua como um fator de apoio social na companhia em datas importantes, comemorações e atividades gerais. Considerando que somos seres sociais, compreende-se que precisamos do sentimento de pertencer a um grupo e do apoio do mesmo (Chavis & McMillan, 1986). No caso das famílias de militares, o grupo de apoio mais próximo e imediato é constituído pela integração das famílias militares tornando-se o grupo mais significativo no processo de movimentações e durante a permanência em cada uma das unidades de serviço dos militares e suas famílias.

## **7. Conclusão**

O presente estudo contribuiu no entendimento da importância do contexto social, das redes de apoio e do sentimento de pertencimento ao grupo como elemento indispensável para o aparecimento e preservação da presença de sentido de vida e do bem-estar físico e mental. Os achados do presente estudo contribuem para o desenvolvimento de intervenções pautados no fortalecimento de redes de apoio social, não só para o entorno militar, como também para grupos que apresentam características similares onde a mudança de ambiente e características típicas da profissão podem interferir diretamente na saúde física e mental de quem atravessa por essas situações. Ao determinar quão significativo pode ser o grupo social para uma determinada população, torna-se muito mais eficiente a implementação de propostas direcionadas à promoção e prevenção da saúde física e mental nesse tipo de grupos com características diferenciais.

Entre as limitações do presente estudo, compreende-se que as respostas dos participantes podem ter sido influenciadas pela desejabilidade social. É possível inferir que as participantes podem ter apresentado um certo temor de recriminação por parte de outros, o que também reforça a importância que o grupo social tem para cada uma, pois o fato de demonstrar pensamentos contrários ao que o grupo espera, poderia influenciar na sua relação com o mesmo. É importante destacar que sempre houve o esclarecimento sobre a garantia de respeito e preservação do anonimato das participantes, mas ainda assim é possível inferir que houve algum tipo de interferência, sendo a desejabilidade social um dos principais elementos a se levar em consideração.

Outra dificuldade encontrada no desenvolvimento do estudo está relacionada com a impossibilidade de coletar dados de forma presencial, já que a pesquisa teve sua aplicação durante o surgimento do COVID-19, o que impediu de realizar uma abordagem individual e personalizada, além da aplicação dos questionários de forma presencial. Esse fator também diminuiu o alcance a uma boa parte da população já que não foi possível ter acesso a participantes que não dispunham de *internet* ou que apresentavam algum tipo de limitação para utilizar tecnologias.

Estudos futuros focados no desenvolvimento da avaliação da efetividade de intervenções focadas na promoção de apoio social entre Esposas de Militares, podem contribuir para compreender como fortalecer o papel da Família Militar como um fator de proteção. Outros estudos podem buscar comparar se os fatores associados a maiores níveis de bem-estar entre esposas de militares e militares são similares as relações observadas entre populações civis, investigando quais fatores estão associados ao bem-estar em civis que passam por situações similares à família militar, se aqueles civis que fazem parte de grupos específicos apresentam fatores protetores contra doenças e promovem a saúde.

O presente estudo contribui ao evidenciar a importância de que haja a formação e inclusão das esposas a grupos sociais. Dessa forma, a família militar exerce um papel fundamental agindo como fator protetivo ao bem-estar das esposas e famílias dos militares.

Esse estudo foi significativo para o entendimento da importância do contexto social, das redes de apoio e do sentimento de pertencimento ao grupo como elemento indispensável para o aparecimento e preservação da presença de sentido de vida e do bem-estar físico e mental. Os achados do presente estudo contribuem para o desenvolvimento de intervenções pautados no fortalecimento de redes de apoio social, não só para o entorno militar, como também para grupos que apresentam características similares onde a mudança de ambiente e transferências constantes são elementos determinantes que podem interferir diretamente na saúde física e mental de quem atravessa por essas situações. Ao determinar quão significativo pode ser o grupo social para uma determinada população, torna-se muito mais eficiente a implementação de propostas direcionadas à promoção e prevenção da saúde física e mental nesse tipo de grupos com características diferenciais.

É importante destacar que sempre houve o esclarecimento sobre a garantia de respeito e preservação do anonimato das participantes, mas ainda assim é possível inferir que houve algum tipo de interferência, sendo a desejabilidade social um dos principais elementos a se levar em consideração.



## 8. Referências bibliográficas

- Adler, N. E. (1975). Emotional responses following therapeutic abortion. *American Journal of Orthopsychiatry*, 45, 446-454. <https://doi:10.1111/j.1939-0025.1975.tb02555.x>
- Alves, J., & Corrêa, S. (2003). *Igualdade e desigualdade de gênero no Brasil: um panorama preliminar, 15 anos depois do Cairo*. In: ABEP, ABEP/UNFPA, Campinas.[http://www.abep.org.br/usuario/GerenciaNavegacao.php?caderno\\_id=854&nivel=1](http://www.abep.org.br/usuario/GerenciaNavegacao.php?caderno_id=854&nivel=1)
- Andrade, D., Camargo, B., Natividade, J., Wachelke, J., & Wolter, R. (2012). Caracterização e avaliação de procedimento de recrutamento presencial para realização de pesquisa online – *Reprepon*. In: *42a Reunião Anual da Sociedade Brasileira de Psicologia e VIII Congresso Ibero-americano de Psicologia*, Caderno de Resumos. SBP: São Paulo.
- Aguilar, A. (2011). *Relações entre valores, sentido da vida e bem-estar subjetivo em membros de novas comunidades católicas*. 133 f. Dissertação de mestrado em ciências das religiões. Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa.
- Albuquerque, A. S., & Tróccoli, B. T. (2004) Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. *Psicologia: Teoria e pesquisa*, 20(2), 153-164.
- Almond, R., & Battista, J. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36(4), 409–427. Recuperado em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/4756415>
- Araújo, M. J. (2007). *O problema das mulheres que trabalham como mulheres*. Porto: Edições Afrontamento.
- Barham A. C., & Vanalli, R. (2008). Demanda para políticas públicas adicionais para trabalhadores com filhos pequenos: O caso de professoras. *Revista Temas de Psicologia*. São Paulo, 16 (2) 1-9.
- Bar-Tur, L., Prager, E., & Savaya, R. (2001). Sources of meaning in life Young and old Israeli Jews and Arabs. *Journal of Aging Studies*, 15(1), 253-269. [https://doi:10.1016/S0890-4065\(01\)00022-6](https://doi:10.1016/S0890-4065(01)00022-6)
- Bezerra, F. M., & Freisleben, V. S. (2012). Ainda existe discriminação salarial contra as mulheres no mercado de trabalho na região Sul do Brasil. Evidências para os anos de 1998 e 2008. *Cadernos de economia*, 16, 30-31. Chapecó, Santa Catarina.

- Boia, D.F; Francisco R. (2014). *O impacto das missões internacionais na dinâmica dos casais militares portugueses: um estudo exploratório*. Dissertação de mestrado, Lisboa, Portugal.
- Brasil. *Decreto n. 2.040* de 21 de outubro de 1996. Aprova o Regulamento de Movimentação para Oficiais e Praças do Exército. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/Decreto/1996/d2040.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Decreto/1996/d2040.htm)
- Brasil. *Lei nº 6.880* de dezembro de 1980. Regula a situação, obrigações, deveres, direitos e prerrogativas dos membros das Forças Armadas. Recuperado de: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l6880.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l6880.htm).
- Cantillon, D., & Davidson, W. S., & Schweitzer, John H. (2003). “Measuring community social organization: Sense of community as a mediator in social disorganization theory”. *Journal of Criminal Justice*, 31(4), 321-339.
- Carvalho, T., & Natividade, J. (2020). *A ciência do florescimento: adaptação e evidências de validade da escala PERMA-Profiler para o contexto brasileiro*. Dissertação de mestrado em psicologia, PUC, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.
- Chahchamovich, E., Fleck, M., Leal, O. F., Louzada, S., Pinzon, V., Vieira, G., Xavier, M. (1999) Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 21(1), 19- 28.
- Chavis, D., & McMillan, D. (1986). Sense of community: A definition and theory. *American Journal of Community Psychology*, 14(1), 6-23.
- Chupuer, H., & Pretty, G. (1999). A review of the sense of community index: current uses, factor structure, reliability and further development. *Journal of Community Psychology*, 27 (6). 643-659. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1520-6629\(199911\)27:6%3C643::AID-JCOP2%3E3.0.CO;2-B](https://doi.org/10.1002/(SICI)1520-6629(199911)27:6%3C643::AID-JCOP2%3E3.0.CO;2-B)
- Cloninger, C.R. (2004). *Feeling good: the science of well-being*. Oxford University Press, New York.
- Cobb, S. (1976). Social Support as a Moderate of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-3 14.
- Cotter, P. R., & Davidson, W. B. (1991). The relationship between sense of community and subjective well-being: A first look. *Journal of Community Psychology*, 19 (3), 246-253.
- Conroy, C., Dugay, J., Fowler, K., Pretty, G., & Williams, D. (1996). Sense of community and its relevance to adolescents of all ages. *Journal of Community Psychology*, 24(4), 365-379.

- Constantini, S., & Prezza, M. (1998). Sense of community and live satisfaction: Investigation in three different territorial contexts. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 8, 181- 194.
- Cooper, T., Mann, J., Michels, P., & Steger, M., (2009). Meaning in life, anxiety, depression, and general health among smoking cessation patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 67, 353-358.
- Coyne, J. L., & DeLongis, A. (1986). Going Beyond Social Support. The Role of Social Relationships in Adaptation. *Journal of Consulting Clinical Psychology*, 54, 454-460.
- Cruz, M. (2009). *O impacto do desemprego nos níveis da depressão, autoestima e desânimo aprendido - estudo comparativo numa amostra de empregados e desempregados*. Dissertação de mestrado: Universidade Fernando Pessoa. Porto. Brasil.
- Crumbaugh, J. C. (1977). The Seeking of Noetic Goals Test (SONG): A Complementary Scale to the Purpose in Life Test (PIL). *Journal of Clinical Psychology*, 33, 900-907. Retrieved from: [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(197707\)33:3<900::AID-JCLP2270330362>3.0.CO;2-8](https://doi.org/10.1002/1097-4679(197707)33:3<900::AID-JCLP2270330362>3.0.CO;2-8)
- Csikszentmihalyi, M. (1999). *Flow: the psychology of optimal experience*. New York, NY: Harper & Row.
- Csikszentmihalyi, M., & Seligman, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.5>
- Deci, E., & Ryan, R. (2001). On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Damásio, B., Melo, S., & Silva, J. (2009). O sentido de vida e o estresse do professorado: Um estudo correlacional. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 12(1), 111-122. <https://doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v12i1p111-122>
- Damásio, B. F., Koller, S. H., & Schnell, T. (2013). Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe) in the Brazilian context: Adaptation, psychometric properties, and sociodemographic findings in a large Brazilian sample. *Acta de Investigación Psicológica*, 3(3), 1205-1227.
- Dandurand, P., Ollivier, E. (1993). Centralidade dos Saberes e Educação: em direção a novas problemáticas. *Educação & sociedade*, Campinas, 46, 380-407.

- Delle, F. A., & Massimini, F. (2000). Individual development in a biocultural perspective. *American Psychologist*, 55, 24-33.
- Diener, E., Lucas, R., Smith, H., & Suh, E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Diener, E., Kahneman, D., & Schwarz, N. (1999). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Diniz, & Glaucia. R. S. (1999). Condição feminina: fator de risco para a saúde mental. Em Paz, Maria G. T., & Tamayo, Álvaro. (Orgs.), *Escola, Saúde e Trabalho: Estudos psicológicos*. Brasília: EdUnB.
- Dias, L., & Duarte, P. (2015) *O processo de movimentação e relação com a QVT: Um estudo de caso do Comando da 3ª Região Militar*. Dissertação de mestrado em psicologia, Porto Alegre, Brasil.
- Dos Santos, L., & Oliveira, K. L. (2010) Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. *Revista Cielo*, 12(25). Recuperado de: <https://doi.org/10.1590/S1517-45222010000300009>
- Field, A. (2005). *Discovering Statistics Using SPSS*. London, Sage.
- Fleck, A.C., & Wagner, A. (2003). A mulher como principal provedora do sustento econômico familiar. *Psicologia em Estudo*, Maringá, 31-38.
- Frazier, M., Oishi, S., Steger, M., & (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93. doi:10.1037/0022-0167.53.1.80
- Frankl, V.E. (1984). *Man's search for meaning*, New York: Washington Square Press.
- Frankl, V. E. (1976). *Fundamentos Antropológicos da Psicoterapia*. Rio de Janeiro: Orsolin Zahar Editores.
- Frankl, V. E. (1989). *Um sentido para a vida: Psicoterapia e humanismo*. Aparecida: Santuário.
- Frankl, V. E. (1989). *Psicoterapia e sentido da vida* (Castro, trad.). São Paulo: Quadrante. (Publicado em 1946).
- Frankl, V. E. (1990). *Psicoterapia para todos* (A. Allgayer, trad.). Petrópolis, RJ: Vozes.
- Frankl, V. E. (2011). *A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia* (I. S. Pereira, trad.). São Paulo: Paulus. (Publicado em 1969).
- Galinha, I., & Ribeiro, J. L. (2005). História e Evolução do conceito de Bem-estar subjetivo. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 6(2), 203-214.

- Garcia, R. D. (1991). Calidad de vida: Aproximación histórico-conceptual. *Boletín de Psicología*, 30, 55-94.
- Grant, W. H. (2001). *A maternidade, o trabalho e a mulher*. In: Colóquio do Lepsi IP/FE-USP, 3, São Paulo.
- Gomes, A. C. (1999). Ideologia e trabalho no Estado Novo. In: Pandolfi, D. (org.). *Repensando o Estado Novo*. Rio de Janeiro: Fundação Getúlio Vargas, 53-72.
- Hebermas, J. (1985.) *Der philosophische Diskurs der Moderne*. Frankfurt am Main: Suhr-kamp.
- Heybron, D. (2007). Life satisfaction, ethical reflection, and the science of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8, 99-138. [https://doi: 10.1007/10902-006-90065](https://doi.org/10.1007/10902-006-90065)
- Heintzelman, S., & King, L. (2014). Life is meaningful. *American Psychologist*, 69(6), 561-574. Retrieved from: <https://doi.org/10.1037/a0035049>
- Hernández-V., Hernández S., & Prada N. (2018). Adaptación del perfil PERMA de bienestar subjetivo para adultos mayores institucionalizados Colombianos. *Revista Ciencia y Cuidado*, 15(1), 83-97. [https://doi:10.22463/17949831.1235](https://doi.org/10.22463/17949831.1235)
- Kessler, R.C. (2003) Screening for Serious Mental Illness in the General Population. *Arch Gen Psychiatry*. 60(2),184-9. [https://doi: 10.1001/archpsyc.60.2.184](https://doi.org/10.1001/archpsyc.60.2.184)
- Lacroix, J. (2003). *Sociologia de Augusto Comte (o fundador da Sociologia)*. Curitiba: Vila do Príncipe.
- Lenoir, F. (2016). *Sobre a felicidade: uma viagem filosófica*. Tradução de Vera Lucia dos Reis. 1 ed. Rio de Janeiro: Editora Objetiva.
- Lukas, E. (1986). *Logoterapia: A força desafiadora do espírito: métodos de logoterapia*. São Paulo: Loyola.
- Lyubomirsky, S.A. (2008). *A Ciência da felicidade: como atingir a felicidade real e duradoura*. Rio de Janeiro, RJ: Elsevier.
- Marías, J. (1989) - "A felicidade humana". São Paulo, Duas Cidades.
- Mowat, F. (1984). *Seas of slaughter*. Key Porter Books: Toronto.
- O'Neill, D., Fanning A., Lamb W., & Steinberger J. (2018) A good life for all Ryff, within planetary boundaries. *Nature Sustain*, 1, 88–95.
- Orsolin, R. (2002). Nem toda a mulher quer ser mãe: novas configurações do feminino. In: Cencie, C.M.B. Piva, M., & Ferreira, V.R.T. *Relações Familiares: uma reflexão contemporânea*. Passo Fundo: UPF Editora.

- Osório, C. (2006). Trabalho no Hospital: ritmos frenéticos, rotinas entediantes. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 9 (1), 15-32.
- Padovam, R., & Siqueira, M. (2008). Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Psicologia: teoria e pesquisa*, 24(2), 201-209.
- Pereira, R. C. (2003). Família, direitos humanos, psicanálise e inclusão social. *Revista Brasileira de Direito de Família*. Porto Alegre, 4(16), 05.
- R Core Team. (2021). A language and environment for statistical computing. *Foundation for Statistical Computing*, Vienna, Austria. Retrieved from: <https://www.r-project.org>.
- Reker, G. T. (2000). *Theoretical Perspective, Dimensions, and Measurement of Existential Meaning*. In G. T. Reker, & K. Chamberlain (Eds.), *Exploring Existential Meaning: Optimizing Human Development across the Life Span*, 39-58, Thousand Oaks, CA: Sage Publications. <https://doi.org/10.4135/9781452233703.n4>
- Reker, G., & Wong. P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengston (Eds.), *Emergent theories of aging*, 214-246. New York: Springer.
- Reker, G. (1997). Personal meaning, optimism, and choice: Existential predictors of depression in community and institutional elderly. *The Gerontologist*, 37(6), 709-716.
- Ryff, C.D. (1989). In the eye of the beholder: Views of psychological wellbeing among middle-aged and older adults. *Psychology and Aging*, 4, 195-210.
- Sarason, S. (1974). *The perception and conception of a community. The psychological sense of community: Prospects for community psychology*, San Francisco: Jossey-Bass. 130-160.
- Sarason, I. G. (1988) Stress, Anxiety, and Cognitive Interference: Reactions to Tests. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 929-938.
- Sartre, J. (1984) *O existencialismo é um humanismo*. São Paulo: Abril Cultural, 6.
- Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being. *Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483- 499. Retrieved from: <https://doi:10.1080/17439760903271074>
- Seligman, M. (2002). *Authentic happiness: Using the new Positive Psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. London: Nicholas Brealey.

- Seligman, M. (2011). *Florescer - uma nova e visionária interpretação da felicidade e do bem-estar*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Schopenhauer, A. (2001) *A arte de ser feliz*. Trad. Marion Fleischer e Eduardo Brandão. São Paulo: Martins Fontes.
- Silva, C. R. (2016). Famílias na fronteira: experiências de esposas de militares na selva brasileira. In: Castro, C. (org). *A família militar no Brasil: transformações e permanências*. Rio de Janeiro: FGV, 89-11.
- Steger, M. (2012). Experiencing meaning in life: Optimal functioning at the nexus of well-being, psychopathology and spirituality. In P. T. P. Wong (Ed.). *The human quest for meaning*, 2, 165-184. New York, NY: Routledge.
- Steger, M. (2009). Meaning in life. In S. J. Lopez (Ed.), *Oxford handbook of positive psychology* (2nd Ed.) 679-687, Oxford, UK: Oxford University Press.
- Vilhena, C. (1999). *Notas sobre Cidadania e Modernidade in Contra a Corrente: ensaios sobre democracia e socialismo*. São Paulo: Cortez.
- Vitale, M. (2002). *Família Redes, Laços e Políticas Públicas*. 2.ed. São Paulo: Cotez.
- Wagner, W. (1994). Fields of research and socio-genesis of social representations: A discussion of criteria and diagnostics. *Social Science Information*, 33, 199-228.
- Wong, P. (1989). Personal meaning and successful aging. *Canadian Psychology*, 30(3), 516-524. <https://doi:10.1037/h0079829>

## ANEXO A

### Questionário Biossociodemográfico

1. Sexo: a. ☐ Masculino b. ☐ Feminino

2. Idade: \_\_\_\_\_ anos

3. Cor:

a. ☐ Branca

b. ☐ Negra

c. ☐ Parda

d. ☐ Amarela

e. ☐ Indígena

4. Estado civil:

a. ☐ Solteiro

b. ☐ Casado

c. ☐ Mora junto

d. ☐ Separado/divorciado

e. ☐ Viúvo

f. ☐ Outros: \_\_\_\_\_

5. Tempo de casada \_\_\_\_\_ -

6. Patente do cônjuge \_\_\_\_\_

7. Você tem filhos?

☐ Sim ☐ Não

7.1. Se sim, quantos? \_\_\_\_\_

7.2. Você é gestante?

☐ Sim ☐ Não

8. Qual o seu grau de escolaridade?



( ) Ensino Fundamental Incompleto ( ) Ensino Fundamental Completo

( ) Ensino Médio Incompleto ( ) Ensino Médio Completo

( ) Ensino Superior Incompleto ( ) Ensino Superior Completo

( ) Pós-Graduação Incompleta ( ) Pós-Graduação Completa

8. Você trabalha? ( ) Sim ( ) Não ( ) Sou aposentado(a)

8.1 Se sim, qual a sua profissão? \_\_\_\_\_

8.2 Se trabalha, está satisfeito com o seu trabalho? ( ) Sim ( ) Não

8.3 Por quê? \_\_\_\_\_

9. Você depende financeiramente de alguém? ( ) Sim ( ) Não

10. Qual é a sua renda mensal (Se você não tem renda própria, ou depende financeiramente de alguém, considere a renda da sua família):

( ) Até um salário mínimo (aproximadamente R\$ 620,00);

( ) De um a três salários mínimos (Entre R\$ 620,00 e R\$ 1.860,00);

( ) De três a cinco salários mínimos (Entre 1.860,00 e 3.100,00);

( ) De cinco a oito salários mínimos (Entre 3.100,00 e R\$ 4.960,00);

( ) Mais de oito salários mínimos (Mais de R\$ 4.960,00)

11. Você tem alguma doença crônica (diabetes, AIDS, câncer, insuficiência renal, outra)?

a. ( ) Não

b. ( ) Sim Qual? \_\_\_\_\_

12. Você tem algum diagnóstico psicológico ou dificuldades emocionais?

a. ( ) Não

b. ( ) Sim

c. Qual? \_\_\_\_\_

d. Você já procurou algum tipo de auxílio/tratamento? ( )sim ( )não

13. Você tem alguma necessidade especial?

a. ( ) Não

b. ( ) Sim ( ) Visual ( ) Auditiva ( ) Física ( ) Outra

Qual? \_\_\_\_\_

14. Qual o serviço de assistência à saúde você recorre? (pode marcar mais de um)

a. ( ) SUS – Sistema Único de Saúde

b. ( ) Plano de Saúde

c. ( ) Atendimento Particular

d. ( ) Outros / Qual? \_\_\_\_\_

15. Com relação à sua religião/doutrina/crença, você se considera: (Marque mais de uma se for o caso)

a. ( ) Não acredito em Deus (ateu)

b. ( ) Sem religião (mas acredito em Deus)

c. ( ) Católico

d. ( ) Protestante

e. ( ) Evangélica

f. ( ) Espírita

i. ( ) Outro \_\_\_\_\_

16. Qual o grau de importância da sua crença religiosa ou espiritual em sua vida?

0. ( ) Nenhum

1. ( ) Muito pouco

2. ( ) Pouco

3. ( ) Mais ou menos

4. ( ) Bastante

5. ( ) Muito.

17. Você pertence ou frequenta algum grupo social? SIM ( ) NÃO ( )

18. Realizou movimentações de Estado? SIM ( ) NÃO ( )

19. Número de movimentações realizadas nos últimos 10 anos

20. Lugares onde morou nos últimos 10 anos

---



---



---



---

## ANEXO B

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA  
DO RIO DE JANEIRO



### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – COLETA VIRTUAL

Ministério da Saúde - Conselho Nacional de Saúde.

RESOLUÇÃO Nº 466, de 12 de dezembro de 2012

#### INFORMAÇÕES AOS PARTICIPANTES

##### 1 – Título do estudo:

“O impacto das movimentações nos níveis de bem-estar das esposas de militares do Exército Brasileiro”

##### 2 – Convite:

Você está sendo convidada a participar da pesquisa “O impacto das movimentações nos níveis de bem-estar das esposas de militares do Exército Brasileiro”. Antes de decidir se participará desta pesquisa, é importante que você entenda quais são os motivos pelos quais a pesquisa está sendo desenvolvida, além de ter conhecimento sobre o que se espera com a sua participação. Gostaríamos de que você reservasse um tempo para ler atenta e cuidadosamente as informações apresentadas no corpo deste documento. Não é necessário que tenha pressa ao decidir se deseja ou não participar desta pesquisa.

### **3 – Qual é o objetivo do estudo?**

A proposta deste estudo está baseada no intuito de obter informações a partir da correlação entre variáveis psicológicas, sociais e familiares que possam evidenciar como o sentimento de pertença ao grupo e a presença de sentido de vida, podem ser possíveis fatores geradores de bem-estar em mulheres casadas com militares do Exército Brasileiro.

### **4- Qual a importância de realizar esta pesquisa?**

A pesquisa se justifica na medida em que se entende que o sentido de vida e o sentimento de pertença ao grupo são elementos importantes para a vida do ser humano, e porquanto estes podem contribuir como possíveis fatores protetores de doenças mentais como ansiedade e estresse, associados também a fatores positivos que trazem bem-estar, gerando efeitos positivos na saúde mental e física da mulher. Por outra parte, é importante destacar que existem poucos estudos que incluam mulheres esposas de militares do Exército Brasileiro como potenciais provedores de informação e achados diferenciados, o que se torna um componente relevante para esta pesquisa, pois em muitos dos casos, apresentam características pautadas na carreira profissional dos militares.

### **5– Que critérios tenho que cumprir para participar nesta pesquisa?**

Para participar desta pesquisa, será necessário que você cumpra com os seguintes critérios de inclusão: ser brasileira, ser maior de 18 anos de idade, ser casada com militar do Exército Brasileiro e ter passado, no mínimo, por duas movimentações de guarnição.

### **6 – Eu tenho que participar?**

Não é obrigatória a sua participação nesta pesquisa, você determinará se gostaria de participar ou não. Em caso de que sua escolha seja participar do estudo, será necessário que ao final deste documento, esteja registrada sua assinatura. Uma vez lido o documento, na íntegra, poderá indicar sua concordância com o mesmo. É importante destacar que, mesmo com a sua participação voluntária, você terá o direito e a liberdade total para desistir da pesquisa. A desistência poderá acontecer em qualquer etapa do estudo, sem ocasionar prejuízo ou punição de qualquer tipo.

## 7 – Como será a pesquisa?

Primeiramente, será necessário contar com a sua autorização, para isso será enviado um link onde você será direcionado à página principal onde encontrará o Termo de Consentimento livre e esclarecido (TCLE). Nele constarão todas as informações referentes à pesquisa, assim como os direitos da participante. No TCLE, estará a descrição detalhada sobre o processo de coleta de dados, riscos e benefícios para as praticantes, assim como a finalidade e importância da pesquisa. Uma vez lido o TCLE, você encontrará no final do termo duas opções de resposta, onde deverá, obrigatoriamente, marcar UMA delas para dar início a resolução do questionário. As opções que aparecerão são: CONCORDO e DISCORDO, indicando a opção de concordância, você será redirecionada para a seguinte página onde dará início ao questionário. Caso a opção escolhida seja DISCORDO, você receberá um anúncio de agradecimento e poderá fechar a página. Indicada a sua concordância com o termo de consentimento, você deverá indicar um e-mail para receber uma cópia deste termo. O primeiro questionário será o sociodemográfico, no qual deverão constar seus dados básicos como: idade, escolaridade, tempo de casamento ou convivência com o cônjuge, número de filhos, patente atual de seu marido e número de movimentações de guarnição. Além disso, você receberá um segundo questionário no qual serão avaliados os seguintes conceitos: sentido de vida, sentimento de pertença ao grupo e bem-estar. A continuação encontrará alguns exemplos de questões que podem compor o segundo questionário.

- ✓ Eu não me sinto particularmente satisfeito (a) com a maneira que eu sou.
- ✓ Estou muito interessado (a) em outras pessoas.
- ✓ Eu sinto que a vida é muito gratificante.

## 8- Quanto tempo precisarei dedicar para responder as questões desta pesquisa?

O preenchimento total dos questionários desta pesquisa pode tomar uma parte de seu tempo, por isso recomendamos que preencha o questionário quando tiver disponibilidade de tempo e estiver em um espaço tranquilo. O preenchimento deve durar cerca de 30 minutos. Uma vez finalizada a avaliação e, caso seja de seu interesse, poderá obter os resultados desta pesquisa, nesse caso, você poderá

disponibilizar seu e-mail e as pessoas responsáveis pela pesquisa, lhe encaminharam os resultados e conclusões gerais da mesma.

**9- Onde será realizada esta pesquisa, precisarei sair de casa?**

Não será necessário seu deslocamento para outros lugares, a pesquisa será realizada, em sua totalidade, de forma virtual. Portanto, o preenchimento do termo de consentimento e dos questionários, será realizado mediante plataforma virtual.

**10- Quem são os responsáveis pela aplicação dos instrumentos e desenvolvimento da pesquisa?**

Durante a realização do estudo estarão como responsáveis de todos e quaisquer processos relacionados ao estudo, a Dra. Clarissa Pinto, professora e pesquisadora do departamento de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica (PUC) na condição de orientadora e pesquisadora responsável; e a mestrand, Stefany Mera Amézquita Gonçalves, em condição de pesquisadora executante.

**11- Quais são os efeitos colaterais ou riscos ao participar do estudo?**

É importante deixar claro que a pesquisa só será desenvolvida com as pessoas que aceitarem participar por livre e espontânea vontade, desta forma, quem estiver participando do grupo terá assinado, previamente, o termo de consentimento. Segundo o item II.22 da Resolução CNS no 466, de 12 de dezembro de 2012 (Conselho Nacional de Saúde, 2012), qualquer pesquisa apresenta a possibilidade de danos à dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual do ser humano. Contudo, as tarefas que serão realizadas durante a execução deste estudo, oferecem riscos mínimos para os participantes, é possível que você se sinta cansada com o preenchimento dos questionários. Além disso, é possível que você experimente sinais de ansiedade ou de qualquer outro tipo de desconforto emocional por ter de lidar com seus próprios sentimentos, comportamentos do dia a dia, além de pensar sobre aspectos do passado e do futuro, planejamento e execução de metas e objetivos, relacionamentos interpessoais – conjugal, familiar, social.

Neste projeto não está previsto desenvolver algum tipo de atividade diferente que possa gerar incômodos maiores, ou que possa forçar às participantes

a vivenciar riscos maiores ou de outra natureza. É importante salientar que você participará de uma pesquisa simples, conduzida por profissionais de Psicologia cujos dados de contato estarão ao final deste texto. Caso seja necessário, você poderá entrar em contato com as pesquisadoras, elas irão lhe acolher e proporcionar o apoio necessário. Em caso de desconforto ou descontentamento maior, reiteramos, novamente, que você tem o direito de desistir da participação do estudo, sem qualquer prejuízo ou penalidade. Se, eventualmente, você sentir a necessidade de ter acompanhamento psicológico individualizado, as pesquisadoras responsáveis estarão à disposição para lhe orientar sobre os locais de atendimento mais próximos, que apresentem maior viabilidade para você e que atendam a suas necessidades.

## **12 – Quais são os possíveis benefícios de participar?**

A pesquisa proporcionará benefícios indiretos através da informação e do conhecimento consequente do estudo. Isto contribuirá para o desenvolvimento de reflexões e de práticas psicológicas voltadas ao campo da compreensão sobre o papel individual, social e familiar que exercem as mulheres esposas de militares do Exército Brasileiro, além de nos proporcionar ferramentas que viabilizem, no futuro, estratégias de ação que possam ser colocadas em prática por mulheres –em situações iguais ou parecidas–, com a finalidade de melhorar a qualidade de vida e trazer bem-estar psicológico para cada uma delas. Será possível oferecer um benefício direto para aquelas mulheres que participaram do estudo que optaram por receber os resultados da pesquisa. Desta forma, elas terão direito a receber uma devolutiva com informações gerais sobre os resultados, permitindo-lhes ter maior conhecimento sobre comportamentos que são prejudiciais à saúde mental e física, como também, daqueles que são benéficos e, dos quais se espera uma maior prática diária, trazendo-lhes bem-estar emocional e psicológico.

## **13 – O que acontece quando o estudo termina?**

Uma vez finalizada a pesquisa, a equipe encarregada terá a responsabilidade de realizar uma devolutiva às participantes, informando sobre os resultados gerais. O ideal é que estas informações possam ser de fácil acesso às participantes, assim, a opção de enviar os dados via e-mail, é uma das formas mais viáveis e concretas que permitirá que as participantes, que assim desejarem –que tenham informado o

correio eletrônico—, possuam acesso permanente aos resultados e ao conhecimento produzido através da pesquisa. Os resultados obtidos durante o processo, farão parte do acervo de pesquisa do programa de psicologia, ficando à disposição, com prévia autorização, para consulta. Estes dados ficarão armazenados em um banco de dados, em um computador, localizado no programa Pós-Graduação em Psicologia Clínica, do Departamento de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Estarão sob guarda e responsabilidade da pesquisadora e sua orientadora, por um período de 5 anos, uma vez findado o prazo, os dados serão destruídos.

#### **14 – Minha participação neste estudo será mantida em sigilo?**

Sim. A pesquisa é totalmente sigilosa e anônima, de modo que você não precisará identificar-se em nenhuma etapa da pesquisa. As informações coletadas serão mantidas em um lugar seguro, codificadas e o acesso ao material só poderá ser realizado pelo pessoal envolvido diretamente com o projeto. Os dados serão armazenados digitalmente em um banco de dados seguro e codificado, guardados em um computador de acesso restrito, por um período, no mínimo, de cinco anos e posterior a esse tempo serão destruídos. É importante destacar que, caso haja necessidade de fazer uso do material para publicações científicas ou atividades didáticas, sob nenhuma hipótese, serão utilizados nomes e nem quaisquer informações pessoais ou profissionais que possam vir a identificar as participantes.

#### **15 – Remunerações financeiras e despesas.**

Fica estabelecido que a sua participação neste estudo não acarretará qualquer tipo de despesa monetária, portanto, não haverá nenhum tipo de custo, da sua parte, envolvido durante a realização integral do estudo. Além disso, não haverá nenhum tipo de incentivo, recompensa financeira ou benefício material pela sua participação nesta pesquisa.

#### **16 - Esta pesquisa recebe algum tipo de financiamento?**

Sim. Esta pesquisa é financiada pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio) e pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES), identificado com código de financiamento 001.



## 17 – Contato para informações adicionais:

Caso seja necessário, a qualquer momento do estudo, você poderá entrar em contato e obter maiores informações sobre o estudo. As responsáveis pelo atendimento serão: pesquisadora executante, atual mestrande do Programa de Psicologia, Stefany Mera Amézquita Gonçalves e a Prof. A Dra. Clarissa Pinto Pizarro de Freitas, pesquisadora responsável, que estarão aptas e à disposição para resolver suas dúvidas, pelo telefone (21) 3527-2073.

**Pesquisadora Executante:** Stefany Mera Amézquita Gonçalves.  
Email: [psicologa.s.mera@gmail.com](mailto:psicologa.s.mera@gmail.com)

**Pesquisadora Responsável/ Orientadora desta pesquisa:** Dra. Clarissa Pinto Pizarro de Freitas. Professora/Pesquisadora do Departamento de Psicologia da PUC-Rio.  
R. Marquês de São Vicente, 225, Edifício Cardeal Leme, 2o andar - Gávea, Rio de Janeiro - RJ, 22430-060 E-mail: [Freitas.cpp@gmail.com](mailto:Freitas.cpp@gmail.com)

Em caso de dificuldade de contato com a pesquisadora e a orientadora, é possível fazer contato com o Comitê de Ética em pesquisa do Centro Universitário Augusto Motta em horário comercial pelo telefone (21) 3882-9797- Av. Paris, 72 - Bairro: Bonsucesso - CEP: 21041-020 - Cidade: Rio de Janeiro - UF: RJ.

Possuo suficiente clareza a respeito das informações que li ou que foram lidas para mim, descrevendo o estudo: “Importância do sentido de vida e o sentido de pertença ao grupo como fatores geradores de bem-estar e/ou de estresse em mulheres esposas de militares do Exército Brasileiro”. Ficaram claros, para mim, quais são os propósitos do estudo, os procedimentos a serem realizados, as possibilidades de desconforto e riscos, as garantias de confidencialidade e de esclarecimentos permanentes. Ficou claro também que a minha participação não acarretará nenhum tipo de investimento ou despesa monetária.

Estou ciente que receberei uma cópia deste termo de consentimento no e-mail que informar ao preencher os instrumentos de pesquisa

- Concordo voluntariamente em participar da pesquisa, sabendo que poderei retirar o meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante a mesma, sem penalidades ou prejuízos.
- Não concordo em participar do estudo.

## ANEXO C



CENTRO UNIVERSITÁRIO AUGUSTO MOTTA/ UNISUAM

### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

**DADOS DO PROJETO DE PESQUISA** **Título da Pesquisa:** O impacto das movimentações nos níveis de bem-estar das esposas de militares do Exército Brasileiro **Pesquisador:** Clarissa Pinto Pizarro de Freitas

**Área Temática:** Versão: 3 **CAAE:** 46971821.5.0000.5235 **Instituição Proponente:** PONTIFÍCIA CATÓLICA DO RIO DE JANEIRO **Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 4.834.022

### Apresentação do Projeto:

Este estudo tem por finalidade identificar qual é o papel do sentido de vida e da satisfação das necessidades básicas sobre os níveis de bem-estar e do estresse, entre esposas de militares do Exército Brasileiro. A amostra será composta por 300 mulheres, esposas de militares do Exército Brasileiro, que tenham realizado, ao menos, duas (2) transferências/mudanças de guarnição. Elas responderão a quatro escalas que mensuram: o sentido de vida, o sentido de pertença ao grupo, o bem-estar e o estresse. Objetiva-se investigar as relações entre as variáveis mensuradas, por meio da modelagem de equações estruturais a análise de variância univariada. Nos resultados, espera-se encontrar uma forte correlação entre o sentido de vida e o sentido de pertença ao grupo com os níveis de bem-estar e estresse. Esses achados serão utilizados como evidências para confirmar conjecturas que facilitem a implementação futura de estratégias de abordagem, dentro da psicologia, que proporcionem bem-estar para grupos de mulheres em circunstâncias semelhantes. Palavras-chave: mulheres, sentido de vida, bem-estar, estresse, sentido de pertença ao grupo.

**Objetivo da Pesquisa:**

Objetivo Primário: Avaliar os efeitos da movimentação nos níveis de presença de sentido de vida, sentido de pertença ao grupo, estresse e bem-estar de mulheres esposas de militares do exército Brasileiro. Objetivo Secundário:

- Avaliar a relação da presença de sentido de vida com o bem-estar e o estresse de mulheres esposas de militares do exército Brasileiro.
- Analisar as associações entre o sentido de pertença ao grupo com o bem-estar e o estresse de mulheres esposas de militares do exército Brasileiro.
- Investigar se a presença de sentido de vida atua como um mediador

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Riscos: É importante deixar claro que a pesquisa só será desenvolvida com as pessoas que aceitarem participar por livre e espontânea vontade, desta forma, quem estiver participando do grupo terá assinado, previamente, o termo de consentimento. Segundo o item II.22 da Resolução CNS no 466, de 12 de dezembro de 2012 (Conselho Nacional de Saúde, 2012), qualquer pesquisa apresenta a possibilidade de danos a dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual do ser humano. Contudo, as tarefas que serão realizadas durante a execução deste estudo, oferecem riscos mínimos para os participantes, é possível que você se sinta cansada com o preenchimento dos questionários. Além disso, é possível que você experimente sinais de ansiedade ou de qualquer outro tipo de desconforto emocional por ter de lidar com seus próprios sentimentos, comportamentos do dia a dia, além de pensar sobre aspectos do passado e do futuro, planejamento e execução de metas e objetivos, relacionamentos interpessoais – conjugal, familiar, social. Neste projeto não está previsto desenvolver algum tipo de atividade diferente que possa gerar incômodos maiores, ou que possa forçar às participantes a vivenciar riscos maiores ou de outra natureza. É importante salientar que você participará de uma pesquisa simples, conduzida por profissionais de Psicologia cujos dados de contato estarão ao final deste texto. Caso seja necessário, você poderá entrar em contato com as pesquisadoras, elas irão lhe acolher e proporcionar o apoio necessário.

Em caso de desconforto ou descontentamento maior, reiteramos, novamente, que você tem o direito de desistir da participação do estudo, sem qualquer prejuízo ou penalidade. Se, eventualmente, você sente a necessidade de ter acompanhamento psicológico individualizado, as pesquisadoras responsáveis estarão à disposição para lhe orientar sobre os locais de atendimento mais próximos, que apresentam maior viabilidade para você e que atendam a suas necessidades. Benefícios: A pesquisa proporcionará benefícios indiretos através da informação e do conhecimento consequente do estudo. Isto contribuirá para o desenvolvimento de reflexões e de práticas psicológicas voltadas ao campo da compreensão sobre o papel individual, social e familiar que exercem as mulheres esposas de militares do Exército Brasileiro, além de nos proporcionar ferramentas que viabilizem, no futuro, estratégias de ação que possam ser colocadas em prática por mulheres –em situações iguais ou parecidas–, com a finalidade de melhorar a qualidade de vida e trazer bem-estar psicológico para cada uma delas.

Será possível, oferecer um benefício direto para aquelas mulheres que participaram do estudo que optaram por receber os resultados da pesquisa. Desta forma, elas terão direito a receber uma devolutiva com informações gerais sobre os resultados, permitindo-lhes ter maior conhecimento sobre comportamentos que são prejudiciais à saúde mental e física, como também, daqueles que são benéficos e, dos quais se espera uma maior prática diária, trazendo-lhes bem-estar emocional e psicológico.

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

Este estudo tem por finalidade identificar qual é o papel do sentido de vida e da satisfação das necessidades básicas sobre os níveis de bem-estar e do estresse, entre esposas de militares do Exército Brasileiro. A amostra será composta por 300 mulheres, esposas de militares do Exército Brasileiro, que tenham realizado, ao menos, duas (2) transferências/mudanças de guarnição. Elas responderão a quatro escalas que mensuram: o Sentido de vida, o sentido de pertença ao grupo e o bem-estar. Objetiva-se investigar as relações entre as variáveis mensuradas, por meio da modelagem de equações estruturais a análise de variância univariada. Nos resultados, espera-se encontrar uma forte correlação entre o Sentido de vida e o sentido de pertença ao grupo com e os níveis de bem-estar achados serão utilizados

como evidências para confirmar conjecturas que facilitem a implementação futura de estratégias de abordagem, dentro da psicologia, que proporcionem bem-estar para grupos de mulheres em circunstâncias semelhantes. Palavras-chave: mulheres, sentido de vida, bem-estar, sentido de pertença ao grupo.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os termos foram apresentados

Recomendações:

Projeto Aprovado

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Projeto Aprovado

Considerações Finais a critério do CEP:

O projeto está aprovado. Cabe ressaltar que o pesquisador se compromete em anexar na Plataforma Brasil um relatório ao final da realização da pesquisa. Pedimos a gentileza de utilizar o modelo de relatório final que se encontra na página eletrônica do CEP-UNISUAM (<http://www.unisuam.edu.br/index.php/introdução Comitê ética em pesquisa>). Além disso, em caso de evento adverso, cabe ao pesquisador relatar, também através da Plataforma Brasil.

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1675019.pdf	04/07/2021 16:46:09		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura	PROJETO.pdf	04/07/2021 16:45:11	Clarissa Pinto Pizarro de Freitas	Aceito

Investigador	PROJETO.pdf	04/07/2021 16:45:11	Clarissa Pinto Pizarro de Freitas	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de	TCLE.pdf	04/07/2021 16:44:28	Clarissa Pinto Pizarro de Freitas	Aceito

Ausência				
Outros	Outros.pdf	27/05/2021 12:14:06	Clarissa Pinto Pizarro de Freitas	Aceito
Folha de Rosto	FolhadeRosto.pdf	08/05/2021 20:45:48	Clarissa Pinto Pizarro de Freitas	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:** Não

RIO DE JANEIRO, 07 de Julho de 2021

**Assinado por: Igor Ramathur Telles de Jesus (Coordenador(a))**

**Endereço:** Rua Dona Isabel, 94, TEL: (21)3882-9797 (Ramal: 9943)

**Bairro:** Bonsucesso **UF:** RJ **Município:** **Telefone:** (21)3882-9797

RIO DE JANEIRO

**CEP:** 21.032-060 **E-mail:** comitedeetica@souunisuaam.com.br