



Eu, um Sujeito Histórico



Cruzeiro do Sul Virtual
Educação a distância



Cruzeiro do Sul Virtual
Educação a distância

Conteudista: Prof.^a Kethlin de Melo Cordeiro Salgado

Revisão Textual: Prof.^a Dr.^a Selma Aparecia Cesarin



APRESENTAÇÃO



MATERIAL DIDÁTICO



LEITURAS RECOMENDADAS



#FICADICA



CONSIDERAÇÕES FINAIS



REFERÊNCIAS

APRESENTAÇÃO

Pergunta Estímulo: O que o(a) faria trabalhar de graça? De dia, de noite, de madrugada? E de que maneira isso poderia contribuir com algo, alguém ou o meio, maior do que você?

Apresentação do Módulo

A busca do sentido da vida é, em última instância, a pergunta primordial, aquilo que nos instiga e nos motiva.

Nesta Unidade, percorreremos os caminhos da busca desse sentido de vida, até encontrar algo concreto e vivencial, que você, com suas próprias experiências, poderá comprovar.

Deixar um legado, fazer algo para além de si mesmo, traz mais do que bem-estar, traz você de volta à vida que vale a pena ser vivida.



"Na percepção do sentido, trata-se de descobrir uma possibilidade diante do pano de fundo da realidade – trata-se da possibilidade de descobrir a melhor (mais adequada) alternativa diante das opções que a vida apresenta em determinado contexto – trata-se da possibilidade de se transformar a realidade."

- **Viktor Frankl**

MATERIAL DIDÁTICO

A Experiência do Voluntariado no Despertar do Propósito e da Autonomia para o Meio Ambiente, a Sociedade e a Autoestima

O “**sentido na vida**” compreende a ideia de propósito vital, valores e respostas pessoais às questões que a **vida** apresenta. Envolve a conscientização e o despertar dos valores que nos convidam a agir de um modo particular ante situações específicas, proporcionando congruência, coerência e identidade pessoal. FRANKL (1997)

Esta unidade vai apresentar uma proposta de experimentação de sentido de vida, a partir do trabalho voluntário, proposta que visa ao entendimento do significado de vida, mas, principalmente, da vivência desse sentido.

A apresentação do trabalho voluntário como meio para essa vivência se faz porque não se trata apenas dos impactos que podemos ter na vida de outras pessoas ou do meio, mas, principalmente, do papel que essa atividade pode desempenhar na nossa própria vida.

Segundo UCEFF o trabalho voluntário é capaz de tornar uma pessoa mais tolerante, empática e, mais do que tudo, um excelente profissional.

Por exemplo, participar de Projetos Sociais pode ser um diferencial durante processos seletivos, pois é possível perceber que a pessoa se preocupa em ajudar o próximo.

Quando praticamos alguma atividade fora de nossa zona de conforto ou convivemos com pessoas que não são de convívio próximo, podemos perceber nossos próprios comportamentos, espelhados nos outros, e as reações deles geram um lindo processo de autoconhecimento.

O voluntariado é também uma ótima maneira de se relacionar e conhecer outras pessoas, criando amizades importantes, que podem durar a vida toda.

Por meio de conexões com pessoas de fora de seu círculo de amizade e comunidade, você poderá conhecer pessoas de todas as esferas da vida, que afetarão seu caminho e experiência de maneiras muito diferentes.

Para muitos, a sensação de recomeço, como na transição de carreira ou recolocação profissional, até depois de momentos muito desafiadores de vida, aparece no voluntariado, as novas conexões sociais contribuem com novos olhares e afetos, e a intenção de beneficiar o outro além de si mesmo aumenta o bem-estar e felicidade. Criamos mais ânimo e disposição para realizarmos outras coisas.

Pesquisas de Jonathan Haidt, da Universidade da Virgínia, membro da APS, sugerem que ver alguém ajudando outra pessoa cria um estado de "exaltação".

Você já caiu no choro ao ver o comportamento amoroso e compassivo de alguém?

Os dados de Haidt sugerem que a exaltação nos inspira a ajudar os outros – e pode ser a força por trás de uma reação de generosidade em cadeia.

Haidt mostrou que os líderes corporativos que se envolvem em comportamentos de autossacrifício e provocam "exaltação" em seus funcionários, também exercem maior influência sobre eles – que se tornam mais comprometidos e, por sua vez, podem atuar com mais compaixão no local de trabalho.

Na verdade, a compaixão é contagiosa. Os cientistas sociais James Fowler, da Universidade da Califórnia, São Diego, e Nicholas Christakis, de Harvard, demonstraram que ajudar é contagioso: atos de generosidade e bondade geram mais generosidade em uma reação do bem em cadeia.

Pode ser que você tenha visto alguma notícia sobre reações em cadeia que ocorrem quando alguém paga café para um motorista que vinha atrás em um restaurante *drive-through*, ou paga um pedágio numa rodovia.

As pessoas mantêm o comportamento generoso durante horas. Nossos atos de compaixão exaltam os outros e os deixam felizes. Podemos não saber, mas, ao estimular outros, também estamos nos ajudando; as pesquisas de Fowler e Christakis mostraram que a felicidade se espalha e que, quando as pessoas que nos rodeiam estão felizes, nós também nos sentimos mais felizes. (SEPPALA, E. 2018)

E, quem sabe, fazer como eu e outros empreendedores sociais que, por meio do trabalho e da dedicação aos outros, pode também se inspirar a começar seu próprio projeto para ajudar o próximo ou alterar o Plano de Carreira que você originalmente estabeleceu para si mesmo.

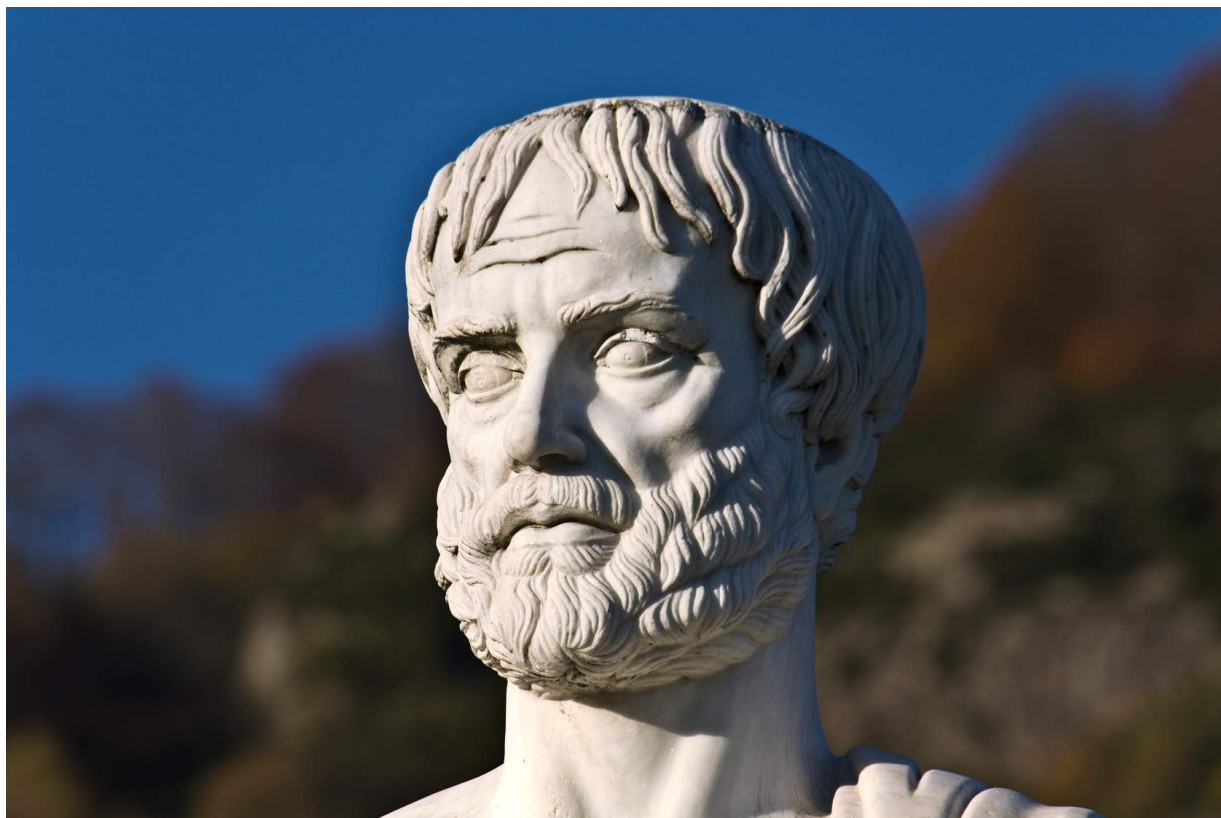
A partir deste momento, gostaria de propor uma reflexão filosófica sobre a vida, quando paramos por algum tempo das atividades cotidianas e do fluxo do fazer e consumir e sobreviver, algumas questões humanas surgem e, talvez, até, você já tenha se perguntado algumas delas;

- Será que há sentido para tudo isso?
- O que faço aqui?
- Caminho para o nada?
- Ao final, como serei lembrado, se é que o serei?
- O que terei realizado, se é que há possibilidade de realizações?
- O que são realizações?

Essas questões podem nos impulsionar a viver uma vida que vale a pena ser vivida, uma vida com sentido.

Segundo vários filósofos existenciais, citados por YALOM (1984), o homem precisa de um sentido para viver, que envolva metas, valores e ideais. Sem isso, ele pode chegar a uma atitude extrema, o suicídio.

Aristóteles é, ainda hoje, uma grande referência sobre a busca de felicidade e bem-estar. Sua teoria sobre a eudaimonia (do grego antigo *εὐδαιμονία*), é um termo grego que literalmente significa: "O estado de ser habitado por um bom *adaemon*, um bom gênio" e, em geral, é traduzido como felicidade e bem-estar.



Fonte: Getty Images

Para ele, a vida feliz seria uma vida virtuosa (bem-viver e bem-fazer), utilizando virtudes como exercício de uma vida ética e além de seus próprios prazeres, o ser humano encontraria a felicidade.

Martin Seligman, precursor da Psicologia Positiva no mundo, aponta para o aumento de bem-estar quando há utilização de dons e talentos com um sentido, e que esse sentido é sempre além de você mesmo.

Viktor Emil Frankl, criador da logoterapia e análise existencial, afirma que a força motriz do ser humano é a presença de sentido na vida.

Não se trata, porém, de um sentido único para toda a vida, mas, sim, de um sentido para cada situação que ela apresenta. Por isso, o sentido pode mudar a cada momento e a cada hora.

Todas as circunstâncias da vida que uma pessoa vive são dotadas de sentido, até mesmo quando há sofrimento (FRANKL, 2005).

Quando o ser humano frustra essa vontade de sentido, pode acabar mergulhando em um vácuo existencial, isto é, em um sentimento de vazio e futilidade. Para Frankl, esse é o mal que atinge nossa época. Em especial, esse vazio apresenta-se de modo mais suscetível entre os jovens e tem sido marcado por uma tríade sintomática: depressão, agressividade e dependência de drogas (FRANKL, 2003; FRANKL, 2008); (SANTOS, 2019).

Frankl (1989, 2005), apresenta que o homem pode se posicionar e dar respostas às perguntas que a vida possa fazer.

Cada momento traz uma pergunta, que representa um desafio e uma exigência – A vida desafia a pessoa a responder. "Responder a" é responsabilizar-se, comprometer-se perante uma tarefa que se apresenta, perante uma ou mais pessoas, perante Deus.

Para Frankl, na verdade, não cabe ao homem indagar sobre o sentido de sua vida.

Ele deveria:

"[...] compreender-se como alguém que é indagado, e é justamente sua própria vida que o indaga, e ele tem de responder, e se responsabilizar pela sua vida. De fato, a análise existencial vê no ser responsável a essência da existência do homem (FRANKL, 1976, p. 73). "

Assim como Aristóteles e Martin Seligman (Seligman, M. 2019), a felicidade e o bem-estar, estão diretamente ligados à responsabilização do homem por suas escolhas de vida e atitudes que beneficiem outras pessoas ou o meio que os cerca (comentário da professora).

Frankl (1989) comprovou que o ser humano anseia por um sentido de vida, que a sua principal força motivadora é a busca desse sentido. Podem decorrer disso, como efeitos colaterais, a felicidade, o prazer e o encontro de um conforto no mundo social (sucesso profissional) (SILVEIRA; GRADIN, 2015)

A questão do sentido coloca-se em todas as etapas da vida. Exemplificando, a chamada "crise da meia-idade" pode ser compreendida como uma crise de sentido, assim como a crise da aposentadoria e a crise de desemprego. Na crise de desemprego ou de aposentadoria, a pessoa entende que sem trabalho a vida não tem sentido, as pessoas não se sentem necessárias, úteis para si ou para a Sociedade (SILVEIRA; GRADIN, 2015)

A vontade de sentido para FRANKL (1990) é a motivação humana primária, mas não aparece somente quando as necessidades básicas do homem são satisfeitas, surgindo, assim, uma necessidade de satisfação mais elevada.

A vontade de sentido representa uma motivação que não se reduz ou deriva de outras necessidades. Essa ideia contrapõe-se à de Maslow (FADIMAN; FRAGER, 1986), que propôs uma hierarquia das necessidades, sendo elas: fisiológicas, de segurança, de amor e pertinência, de estima e, por último, a autorrealização.

Para esse mesmo autor, as necessidades fisiológicas são básicas e devem ser atendidas, primeiramente por nada e, para que as demais ocorram.

Para Frankl, o importante seria compreender qual das necessidades tem sentido para a pessoa, e não identificar sua hierarquia: "Se não existir algum sentido para seu viver, uma pessoa tende a se tirar a vida e está pronta para fazê-lo mesmo que todas as suas necessidades sob qualquer aspecto estejam satisfeitas" (FRANKL, 2005, p. 14).

A Psicanálise entende que o sentido decorre da busca de prazer (SILVEIRA; GRADIN, 2015).

Para Frankl (1989, p. 67):

"[...] esta afirmação reporta-se ao suposto fato de que todo o agir humano é fitado, em última análise, por uma aspiração à felicidade, sendo todos os processos anímicos determinados única e exclusivamente por um princípio do prazer. "

Frankl não compartilha dessa ideia: "O princípio do prazer é um artefato psicológico".

Para ele (1989, p. 67): "Na verdade, o prazer não é, em geral, a meta de nossas aspirações, mas sim a consequência da sua realização" ou, ainda: "Em outras palavras, o homem, que tão especialmente dedica-se ao prazer e diversão, mostra-se finalmente como alguém que permanece frustrado em relação a sua vontade de sentido" (FRANKL, 1990); (SILVEIRA; GRADIN, 2015).

Entre os estudiosos que abordaram a questão do sentido e sua importância na vida das pessoas, Jung (citado por FRANKL, 1990, p. 26) afirmou que "O sentido faz muito, talvez tudo, suportável".

Nietzsche acreditava que: "Quem tem por que viver, suporta quase qualquer coisa".

Na percepção do sentido, trata-se de descobrir uma possibilidade diante do pano de fundo da realidade – trata-se da possibilidade de descobrir a melhor (mais adequada) alternativa diante das opções que a vida apresenta em determinado contexto – trata-se da possibilidade de se transformar a realidade (FRANKL, 1989, 1990, 2005, 2008).

A ideia de uma busca direta da felicidade, que alimenta inclusive a Indústria Publicitária – como um argumento forte para a venda de produtos – essa ideia conduz a um círculo vicioso a partir da frustração de uma exigência (inerente à pessoa) profunda de busca de sentido.

Quando o homem se limita à busca de autorrealização, está focado em si mesmo e no seu mundo, esquecendo-se do mundo que existe fora dele (SILVEIRA; GRADIN, 2015) (Grifo no original). O objetivo do homem é realizar um sentido, e somente quando ele o alcança consegue realizar a si próprio. A auto-realização vem como consequência, efeito colateral, da busca direta de sentido (FRANKL, 1991); (SILVEIRA; GRADIN, 2015). (Grifo no original).

Sair vitorioso relaciona-se a viver a vida como uma missão – considerar a **vida em seu caráter de missão** (FRANKL, 1989). (Grifo original)

De forma consciente, racional e sensata, atuar se propondo a contribuir de alguma forma para o bem-estar do outro, sem deixar de cuidar de si, respeitar a si mesmo:

"[...] no *experimentum crucis* dos prisioneiros de guerra ou de campos de concentração, foi demonstrado que não existe nada no mundo que torne o homem capaz de sobreviver a todas essas 'situações-limite' como a consciência de uma missão na vida (FRANKL, 1991.^a, p. 68)."

TRATANDO-SE DA POSSIBILIDADE DE SE TRANSFORMAR A REALIDADE:

- Quem é você?
- Quais são seus dons e talentos? Quais são as suas melhores competências?
- Quais são seus grandes interesses?
- O que realmente faz sentido na sua vida? O que é tão significativo? E por quê? O que isso traz a você?
- Quando essas respostas começarem a clarear, onde posso colocar essas minhas virtudes em benefício do outro e do meio que me cerca?

Uma frase que poderia nortear a escrita dessa vida como missão pode ser:

Eu sou... por meio dos meus talentos de... para deixar o seguinte legado... E assim transformar a realidade.

Nos links a seguir, estão alguns exemplos de Projetos de impacto inspiradores:

Conheça as 100 Melhores ONGS de 2021.
Clique no botão para conferir o conteúdo.

ACESSE

Estes projetos de impacto social estão transformando realidades.
Clique no botão para conferir o conteúdo.

ACESSE

Quais são os projetos próximos a você? De que maneira seus dons e talentos poderiam contribuir com esses projetos?

Para quem quer entender um pouco mais sobre como iniciar um projeto social

"Como você sonha em mudar o mundo?"

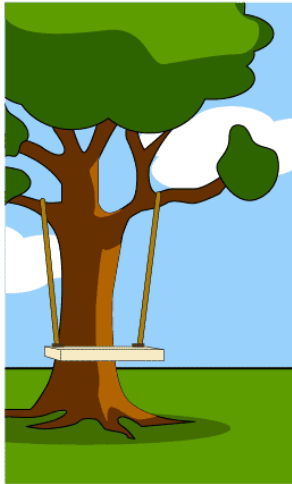
"Você cavaría poços para fornecer água potável a pequenos vilarejos? Criaria microbancos para tirar mulheres da pobreza? Protegeria um ecossistema em risco de extinção? Reabilitaria uma escola? Instalaria Clínicas de Saúde Rurais para Comunidades carentes? Distribuiria alimentos para quem tem fome?

Não é de surpreender que poucas pessoas responderiam "Eu gerenciaria projetos!"(Guia PMD-PRO, desenvolvido por *Child Fund. Brasil*).

Essa é a introdução do Curso de Gerenciamento de Projetos Sociais. O entendimento de que o Terceiro Setor (ONGs e Institutos) é uma Área da Economia extremamente importante, não só por sua atividade-fim, mas, principalmente, pelo desenvolvimento econômico que gera, expande-nos a visão de que esta também é uma profissão que deve se especializar.

Todos os trabalhos voluntários, quaisquer que sejam eles, tem uma coisa em comum: gerenciam seu trabalho por meio de Projetos. O gerenciamento de Projetos Sociais tem características distintas de outros e importantes para priorização de conhecimentos.

As imagens a seguir ilustram Projetos não estruturados adequadamente:



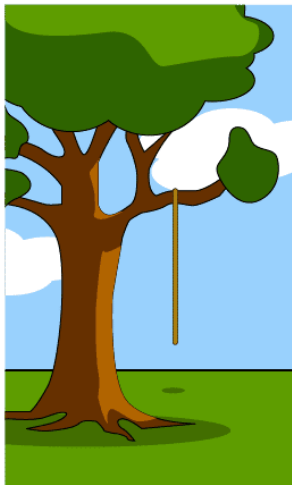
Incorrect/ Inadequate Understanding of Needs



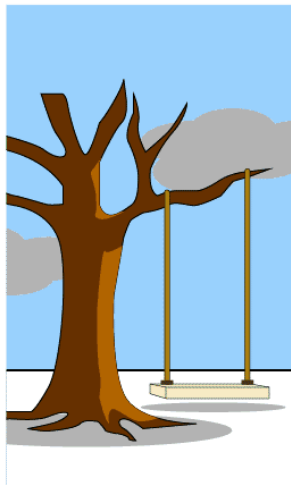
Poor Project Design



Unrealistic Expectations



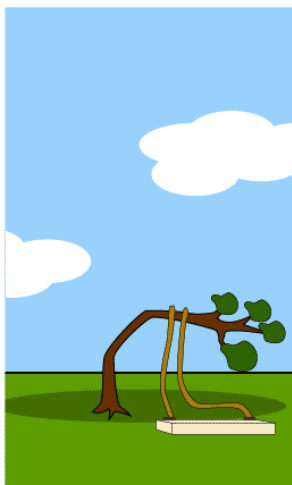
Inadequate Resources



Project Delays



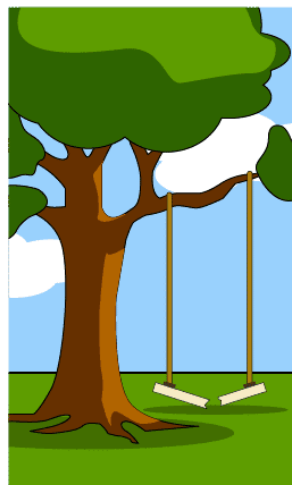
Natural Disasters



Inadequate Capacity



Unrealistic Budgets



Low-Quality Materials

Para iniciar um bom Projeto, devemos, primeiro, identificar as reais necessidades da Comunidade ou Instituição.

Lembrando-se da Unidade na qual falamos de empatia, deixar nossos julgamentos de lado e utilizar a escuta empática, apenas escutar, tentando entender aquela realidade, sentir junto com as pessoas e gerar preocupação empática: o impulso real de fazer algo.

Aqui, propomos 2 exemplos:

- **Troca de Sonhos:** Levar o doce sonho de padaria (real) para as pessoas em reunião comunitária e apresentá-lo para as pessoas como “nosso sonho para vocês” – Agora gostaríamos de ouvir o de vocês. Colocar em pequenos papéis os sonhos de cada integrante. O que se repetir mais vezes, deve ser visto como o mais importante;
- **O Muro de Lamentações:** Os maiores problemas e desafios, colocados em pequenos papéis, os que forem repetidos mais vezes, devem ser vistos como os mais importantes e virar alvo do Projeto.

A próxima etapa prevê a definição do Projeto, quais os resultados esperados, em quanto tempo, o que especificamente vai ser feito e deve ser definido por atividades.

O planejamento vem em seguida: a partir das atividades elaboradas, quem serão os responsáveis, quais os recursos necessários e como serão conseguidos.

A implementação – Mão na massa! e, por fim, a avaliação final de resultados e a transição para o final.

LEITURAS RECOMENDADAS

Nesta área, separamos três livros que irão auxiliar você a aprofundar os conhecimentos adquiridos no decorrer deste módulo.

Não deixe de conferi-los!

Eles serão de grande ajuda no seu desenvolvimento.

Boa leitura!

LIVRO

A Revolução do Voluntariado: Liberando o poder de cada um de nós

HYBELS, B. **A Revolução do Voluntariado: Liberando o poder de cada um de nós**. Editora Vida, 1.^a Edição, 2013.

Bill Hybels é um autor norte-americano, fundador e pastor titular da Igreja Willow Creek, em South Barrington (EUA). Associando religião à solidariedade, o autor apresenta histórias de transformação por meio do voluntariado a fim de incentivar uma vocação em servir os outros por meio desse trabalho, além de reforçar a importância de como as Igrejas locais podem assumir um papel importante no apoio ao atendimento de necessidades das Comunidades onde estão situadas. No Brasil, o livro foi lançado em 2013, pela Editora Vida.

LIVRO

Motivação de Voluntários: Teoria e Prática

CAVALCANTE, C. E. **Motivação de Voluntários: Teoria e Prática**. Appris Editora, 2016.

De acordo com a ONU, mais de um bilhão de pessoas no Planeta se dedicam ao voluntariado. O autor discute sobre o que motiva esses voluntários a dedicarem seu tempo e conhecimento para ajudar ao próximo, sendo que esse esforço não é remunerado e pode ter custos emocionais, sociais e até financeiros – e tudo isso em uma Sociedade individualista. O livro pode auxiliar gestores de ONGs e estudiosos da Área a entenderem, gerenciarem melhor a motivação dessas pessoas e combater a rotatividade, considerada um dos maiores problemas nessa Área. Já para quem atua, é um importante exercício de autoconhecimento. A publicação possui um questionário que pode ser utilizado pelos leitores para mensurar essa disposição. O livro foi lançado em 2016 pela Appris.

LIVRO

O Trabalho Voluntário: Uma questão contemporânea e um espaço para o aposentado

RIO, M. C. Dal *et al.* **O Trabalho Voluntário: Uma questão contemporânea e um espaço para o aposentado**. 2001.

O livro é resultado da pesquisa de Mestrado da autora no Programa de Gerontologia da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP). A autora aborda como o trabalho voluntário colabora para dar sentido à existência de pessoas aposentadas já que, segundo ela, "aposentar e envelhecer significa voltar para o mundo privado, não ter visibilidade e ficar com a sociabilidade restrita." Nesse sentido, o voluntariado se mostra um caminho importante para repensar quaisquer preconceitos e estereótipos relacionados à condição do idoso aposentado. Os entrevistados mostram como continuaram ativos por meio do trabalho voluntário, desenvolvendo possibilidades, competências e valores. A obra foi lançada em 2004 pela Editora SENAC

#FICADICA

Nesta área, separamos diversos conteúdos que irão auxiliar você a aprofundar os conhecimentos adquiridos no decorrer deste módulo. O intuito é que você possa refletir e colocar em prática as percepções levantadas. Não deixe de conferi-los! Eles serão de grande ajuda no seu desenvolvimento.

MÚSICA

Diversas pesquisas no campo da Psicologia e da música levantam hipóteses de que a música, em certas frequências, ritmos e harmonias, pode ser fundamental para o bom desenvolvimento da saúde mental e corporal. Apresento três propostas musicais:

Bob Sinclair - *Love Generation*:

OUÇA

Projetos Sociais que trabalham músicas

- 1 – Som+Eu;
- 2 – Projeto Guri;
- 3 – Praticatatum;
- 4 – Ação Social pela Música do Brasil;
- 5 – Samba para todos;

6 – Grupo Cultural AfroReggae;

7 – Música Para Todos.

FILMES

Parasita | Bong Joon-ho

O filme Parasita, que ganhou o Oscar em 2020, aborda uma série de questões a respeito das diferenças sociais na Coreia do Sul (– e que podem ser aplicadas a diversos países do mundo).

Parasita aborda as diferenças de classes – o que fica bem claro até pelo ângulo das câmeras. O desejo de ascensão social da família pobre e como coisas rotineiras, como, por exemplo, uma chuva, trazem impactos diferentes, de acordo com as condições de vida de cada um.

Clique no botão para conferir o conteúdo.

ASSISTA AO TRAILER

Patch Adams – O Amor é Contagioso | Tom Shadyac

Depois de uma tentativa de suicídio, Hunter Adams (Robin Williams) se interna em um Sanatório por vontade própria. Por se dedicar muito aos outros internos, ele decide ser médico. Ao sair da Instituição, ingressa na Faculdade de Medicina.

No começo, o estudante provoca espanto nos professores e outros colegas por praticar métodos nada convencionais para a época (o filme começa em 1969). Adams propunha um tratamento mais próximo, proporcionando ao paciente mais alegria, mesmo em situações delicadas. O filme inspira causas sociais, pois mostra que, além dos tratamentos científicos, os pacientes internados em hospitais precisam de dignidade e qualidade de vida. Outro ponto que merece destaque é mostrar

que não existe hora para começar a praticar o bem e impactar positivamente a vida de outras pessoas.

Clique no botão para conferir o conteúdo.

ASSISTA AO TRAILER

Um Dia Eu Voltaria | Documentário Independente

Esse documentário brasileiro conta a história de Letícia Mello, que fez uma viagem de seis meses pela região sudeste da Ásia, em 2013, onde foi voluntária em diversos Projetos. Tailândia, Camboja e Vietnã foram os cenários desse filme independente, que mostra Letícia em uma jornada em busca de propósito. Ela ensinou inglês para crianças carentes, jovens, monges, policiais e agricultores, em troca de alimentação e hospedagem. Em 2016, ela retornou à Ásia para visitar os projetos dos quais participou três anos antes. O filme mostra como as causas sociais conferem mais propósito à nossa existência e podem transformar a maneira como vivemos.

Clique no botão para conferir o conteúdo.

ASSISTA AO TRAILER

VÍDEOS

TEDxYouth@PortoAlegre - Sofia Calderano | Por que o voluntariado pode mudar o mundo?

Sofia apresentou seu trabalho no Rio de Janeiro, com comunidades carentes e reconstrução de casas.

Clique no botão para conferir o conteúdo.

ASSISTA

TEDxLages - Kalil Mandadori | Voluntariado como Transformação Social

Kalil Mondadori é ex-Presidente da ABRANA (Assoc. Brasileira de Naturologia), um dos idealizadores do Projeto Saúde Sustentável/Naturólogos Sem Fronteiras, assim como da ASSC (Associação Amigos Solidários de Santa Catarina), Terapeutas da Alegria, e fundador do projeto "Hoje Melhor Que Ontem". "Um trabalho de caridade e de voluntariado. Não só para mudar o mundo dos outros, mas o mundo de vocês."

Clique no botão para conferir o conteúdo.

ASSISTA

TEDxAveiro - João Rafael Brites | Porque é que o voluntariado importa?

Porque é que o voluntariado importa? Explica João Rafael Brites. João Rafael Brites tem 24 anos, mas já conta com uma vida repleta de aventuras.

Clique no botão para conferir o conteúdo.

ASSISTA

TEDxLaçador - Lama Michel | Sentido da vida

Existem momentos que marcam a nossa vida. Aos 11 anos, Lama Michel observava os adultos e só ouvia reclamações. Nenhum adulto parecia feliz. O exemplo de vida que encontrou foi um mestre budista. Então tomou uma decisão que fazia sentido para ele. Suas decisões fazem sentido para você?

Clique no botão para conferir o conteúdo.

ASSISTA

SITES

WEB

Site – Melhores

Prêmio Melhores ONGs anuncia as 100 vencedoras de 2021

ACESSE

WEB

Plataformas de Apoio

Existem diversos locais para voluntariado, como Associações de Moradores, Asilos e Igrejas. Com a Internet, hoje é possível contar com plataformas que reúnem voluntários e fazem a ponte com as Instituições nacionais e internacionais.

Confira, no link ao lado, algumas delas.

ACESSE

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Viver a vida apenas para sobreviver é uma escolha, como é escolha também viver a vida como missão. Utilizar seus dons e talentos com um sentido, beneficiar outras pessoas e o meio. Deseje a sua felicidade, deseje a felicidade do outro. Faça, a partir de você um mundo melhor. Pessoa a pessoa, com o que pode fazer agora.

Busque uma ação social de voluntariado perto de você e nos envie vídeos e fotos. Mas principalmente, como essa experiência mudou sua vida?

REFERÊNCIAS

AFINAL qual é a importância do trabalho voluntário? UCEFF, s.d. Disponível em: <<https://blog.uceff.edu.br/afinal-qual-e-a-importancia-do-trabalho-voluntario/>>. Data de acesso: 23/02/2022.

CAMPOS, G. W. S. Saúde pública e saúde coletiva: campo e núcleo de saberes e práticas. **Ciência e saúde coletiva**, v. 5, n. 2, p. 219-230, 2000.

DUNKER, C. I. L. **Mal-estar, sofrimento e sintoma**. São Paulo: Boitempo, 2015.

FADIMAN, J.; FRAGER, R. **Teorias da Personalidade**. São Paulo: Harbra, 1986.

FRANKL, V. E. **Psicoterapia e sentido da vida: fundamentos da Logoterapia e análise existencial**. São Paulo: Quadrante, 1989.

FRANKL, V. E. **A questão do sentido em psicoterapia**. Campinas: Papyrus, 1990.

FRANKL, V. E. **A Psicoterapia na Prática**. Campinas: Papyrus, 1991.^a.

FRANKL, V. E. **Psicoterapia para todos: uma psicoterapia coletiva para contrapor-se à neurose coletiva**. Petrópolis: Vozes, 1991b.

FRANKL, V. E. **A presença ignorada de Deus**. Petrópolis: Vozes, 1993.

FRANKL, V. E. *Teoría y Terapia de las neurosis: iniciación a la logoterapia y al análisis existencial*. Barcelona: Herder, 1997.

FRANKL, V. E. **Um sentido para a vida**: psicoterapia e humanismo. São Paulo: Ideias e Letras, 2005.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido**: um psicólogo no campo de concentração. Petrópolis: Vozes, 2008.

GEERTZ, C. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: LTC, 2008.

GIDDENS, A. **Modernidade e identidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2002.

KLEINMAN, A. *Experience and its moral modes: culture, human conditions, and disorder*. Stanford University, 1998.

KLEINMAN, A. *The art of medicine Caregiving: the odyssey of becoming more human*. *The Lancet*, v. 373, n. 9660, p. 292-293, 2009.

KLEINMAN, A. *Caregiving as a moral experience*. *The Lancet*, v. 380, n. 9853, p. 1550-1551, 2012.

KLEINMAN, A. **The art of medicine: how we endure**. *The Lancet*, v. 383, n. 9912, p. 119-120, 2014.

MASSÉ, R. *Les nouveaux défis pour l'anthropologie de la santé, Anthropologie & Santé, The Lancet*, v. 1, 2010. Disponível em: <http://anthropologiesante.revues.org/116>. DOI:10.4000/anthropologiesante.116.

MINAYO, M. C. S. *Anthropological contributions for thinking and acting in the health area and its ethical dilemmas*, **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p. 329-339, 2008.

MOREIRA, N.; HOLANDA, A. **Logoterapia e o sentido do sofrimento**: convergências nas dimensões espiritual e religiosa. *Psico-USF*, v. 15, n. 3, p. 345-356, 2010. **Rev. Abordagem Gestalt**, Goiânia, v. 21, n. 2, dez. 2015.

RODRIGUES, L. A. **Sobre o fundador da Logoterapia: Viktor Emil Frankl e sua contribuição para a Psicologia.** Monografia – Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, 1996.

SANTOS, D. Educação para sentido na vida e valores: percepção de universitários a partir do livro Em busca de sentido, de Viktor Frankl. **Rev. Bras. Estud. Pedagog.**, Brasília, v.100, n. 254, jan./abr. 2019. Epub, maio, 2019. Disponível em: <http://orcid.org/0000-0002-7906-2073>. 2019.

SEPPALA, E. **Mente compassiva: seus benefícios e como desenvolvê-la** <https://www.nowmaste.com.br/a-mente-compassiva-seus-beneficios-e-como-desenvolve-la/>

SELIGMAN, M. **Felicidade autêntica (Nova edição):** Use a psicologia positiva para alcançar todo seu potencial (Português) 24 maio 2019, por Martin E. P. Seligman (Autor), Neuza Capelo (Tradutor)

SILVEIRA, D.; G. F. **Contribuições de Viktor Frankl ao movimento da saúde coletiva.** Artigos – Estudos Teóricos. Versão impressa. Editora, 2015.

SILVEIRA, D. R.; MAHFOUD, M. **Contribuições de Viktor Emil Frankl ao conceito de resiliência.** Estudos de Psicologia, Campinas, v. 25, n. 4, p. 567-576, 2008.

UCHÔA, E.; VIDAL, J. M. Antropologia Médica: elementos conceituais e metodológicos para uma abordagem da saúde e da doença. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 4, p. 497-504, 1994.

UNDP – Human Development Report: Sustaining Progress: Reducing Vulnerabilities and Building Resilience. Nova Iorque: United Nations Development Program, 2014.

UNGAR, M. Community resilience for youth and families: Facilitative Physical and Social Capital in Contexts of Adversity. **Children and Youth Services Review**, v. 33, p. 1742-1748, 2011.

XAUSA, I. A. M. **A psicologia do sentido da vida.** Petrópolis: Vozes, 1988.

YALOM, I. **Psicoterapia Existencial.** Barcelona: Editorial Herder, 1984.

