



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA**  
**CENTRO DE EDUCAÇÃO**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES**

Thayana Maria Olimpio Marinho

**ENFRENTAMENTO ESPIRITUAL PERANTE A PANDEMIA DO CORONAVÍRUS  
(COVID-19) E SUAS REPERCUSSÕES NO SENTIDO DE VIDA E NOS AFETOS**

**JOÃO PESSOA-PB**

**2021**

THAYANA MARIA OLIMPIO MARINHO

**ENFRENTAMENTO ESPIRITUAL PERANTE A PANDEMIA DO CORONAVÍRUS  
(COVID-19) E SUAS REPERCUSSÕES NO SENTIDO DE VIDA E NOS AFETOS**

Dissertação elaborada sob a orientação do Prof. Dr. Thiago Antonio Avellar de Aquino e apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões, nível Mestrado, UFPB como requisito parcial para a obtenção do grau de Mestre em Ciências das Religiões.

**JOÃO PESSOA-PB**

**2021**

**Catálogo na publicação**  
**Seção de Catalogação e Classificação**

M338e Marinho, Thayana Maria Olimpio.

Enfrentamento espiritual perante a pandemia do Coronavírus (Covid-19) e suas repercussões no sentido de vida e nos afetos / Thayana Maria Olimpio Marinho. - João Pessoa, 2021.

73 f. : il.

Orientação: Thiago Antonio Avellar de Aquino.  
Dissertação (Mestrado) - UFPB/CE.

1. Vivência e compreensão do espiritual. 2. Pandemia. 3. Covid-19. 4. Espiritualidade. 5. Sentido de vida. I. Aquino, Thiago Antonio Avellar de. II. Título.

UFPB/BC

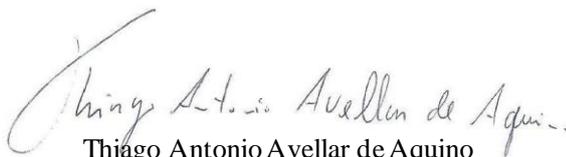
CDU 130.122(043)

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES

*ENFRENTAMENTO ESPIRITUAL PERANTE A PANDEMIA DO CORONAVÍRUS (COVID-19) E  
SUAS REPERCUSSÕES NO SENTIDO DE VIDA E NOS AFETOS*

Thayana Maria Olimpio Marinho

Dissertação apresentada à banca examinadora formada pelos seguintes especialistas.



Thiago Antonio Avellar de Aquino  
(orientador)



Sandra Souza da Silva  
(membro-externo/UFPB)



Laionel Vieira da Silva  
(membro-externo a Instituição)

Aprovada em 29 de outubro de 2021.

[...] Como se respira se falta o ar?  
Quem grita além dos corpos sem vida?  
Quem sobrevive se ninguém vive? [...]  
(VALENTE, 2020, p. 68)

*Como viver onde tanto se perdeu?  
Como persistir sentindo, amando e cuidando?  
Como acalantar uma dor que fere?  
Como é abrigar a saudade?*

*Seremos memórias de um passado pra sempre  
lembrado...?!*

**Thayana Marinho**

*Dedico essa dissertação a Zilda  
Bezerra (In memoriam), a  
mulher mais singular e fantástica  
que tive o prazer de conviver.  
Obrigada por me ensinar tanto  
sobre amor e resiliência mesmo  
após sua partida.*

## AGRADECIMENTOS

*“De todo o amor que eu tenho  
Metade foi tu que me deu  
Salvando minh'alma da vida  
Sorrindo e fazendo o meu eu*

*Se queres partir, ir embora  
Me olha da onde estiver  
Que eu vou te mostrar que eu tô  
pronta  
Me colha madura do pé*

*Salve, salve essa nega  
Que axé ela tem  
Te carrego no colo e te dou  
minha mão” (Maria Gadú)*

Os meus agradecimentos tinham que começa pela mulher que me instigou a aprender, questionar e principalmente a ouvir. Foi ela quem deixou plantada a semente em direção as ciências das religiões. Diante todos os meus questionamentos, críticas, as religiões cristãs, ela, sempre sábia, falava que eu conhecia ainda muito pouco desse vasto mundo das religiões, e que um dia eu iria precisar resolver essa questão. E nesse trabalho consta um recorte desse percurso, obrigada por isso também **Tia Zilda**. Eu sei que de onde está, seus olhos estão brilhando de orgulho e o seu sorriso está encantando todo o ambiente. Sou Mestra, minha tia!

*“Sente onde você vai  
Esquece como veio até aqui  
Espera, deixa a luz entrar  
Essas paredes não vão te alcançar”  
(Vanguard)*

Ao meu querido amigo **Laionel Vieira**, que me inspira e me orgulha, por me apresentar as Ciências das religiões, sempre me impulsionando e motivando nesse caminho. Obrigada por cada edital enviado, por cada palavra e ouvidos atentos ao longo de nossa trajetória.

*“Não te opõe ao curso do rio  
Tem dias que a vida é um ato de coragem*

*Tirei a flecha do teu colo  
Cuidei do ferimento ao coração*

*Se tiver que ser sangrando, vai”  
(Vanguard)*

Minha querida **Graça Rodrigues**, obrigada por esses anos na psicoterapia, me auxiliando em várias etapas da minha existência, acolhendo e impulsionando. Gratidão por levar alento e esperança a uma alma tão desacreditada anos atrás. Obrigada por me ensinar a não desistir de mim, por cada cuidado ao coração, por cada crescimento ao longo desses seis anos.

“Amor é a única maneira de captar outro ser humano no íntimo da sua personalidade. Ninguém consegue ter consciência plena da essência última de outro ser humano sem amá-lo. Por seu amor a pessoa se torna capaz de ver os traços característicos e as feições essenciais do seu amado; mais ainda, ela vê o que está potencialmente contido nele, aquilo que ainda não está, mas deveria ser realizado. Além disso, através do seu amar a pessoa que ama capacita a pessoa amada a realizar estas potencialidades. Conscientizando-a do que ela pode ser e do que deveria vir a ser, aquele que ama faz com que estas potencialidades venham a se realizar” (Frankl, 1991).

A minha querida namorada, amiga, esposa, **Wanessa de Macêdo**, por todo apoio ao longo desses anos. Por trazer amor e esperança de volta a minha vida. Por cada abraço diante meu desespero, por cada cheiro entre um intervalo e outro de estudo, me ajudando a persistir. Muito obrigada por ter me carregado no colo quando o meu corpo exausto, já não aguentava mais sequer ficar em pé. Por todo cuidado, atenção e ouvidos atentos. Te amar sem sombra de dúvida me transforma em uma pessoa melhor e me capacita todos os dias a continuar a acreditar em mim, mesmo nos dias mais difíceis. Obrigada pela dedicação, paciência e amor, por que é também por você que cheguei até aqui.

*“A vida como a entendemos aqui não é nada vago, mas sempre algo concreto, de modo que também as exigências que a vida nos faz sempre são bem concretas. Esta concreticidade está dada pelo destino do ser humano, que para cada um sempre é algo único e singular”*  
(Frankl, 1991).

Ao meu querido professor, orientador, **Thiago Aquino**, por ter aceitado o convite para essa caminhada. Grata pela parceria desses anos, por toda compreensão, paciência e atenção especialmente nos dias mais difíceis. Muito obrigada pela disponibilidade e por deixar em mim tantos aprendizados e sentidos.

*“Desabriguei a dor para dar lugar ao amor em sua forma mais livre e genuína de ser”*  
(Thayana Marinho)

A minha querida professora e amiga **Sandra Souza**, obrigada por toda nossa trajetória até aqui. Por auxiliar meu encontro eu-tu na psicologia, na vida. Pela confiança, sinceridade e afeto dedicado ao longo desses anos. Nossa história não se limita apenas a uma trajetória acadêmica, mas, também e principalmente aos encontros de pessoa para pessoa ao longo dessa vida.

*“é que eu venho lá do sertão  
Não tenho medo de escuridão  
Eu sou fogueira de São João”  
(Juliete)*

Um especial agradecimento a mim mesmo, por toda superação, crescimento e voo que o mestrado em ciências das religiões me possibilitou. Assim como os cactos do meu sertão na Paraíba: mudei, floresci e resistir. Sou Mestra!

## ENFRENTAMENTO ESPIRITUAL PERANTE A PANDEMIA DO CORONAVÍRUS (COVID-19) E SUAS REPERCUSSÕES NO SENTIDO DE VIDA E NOS AFETOS

### RESUMO

A nova pandemia do Coronavírus (Covid-19) provocou muitas transformações na vida individual e social, com a mudança no estilo de vida e também nas prioridades valorativas e, por conseguinte, na percepção da busca e da presença de sentidos na vida. Tendo em conta as considerações supracitadas, a presente dissertação teve por objetivo conhecer em que medida o enfrentamento espiritual perante a pandemia do Covid-19 se associa a percepção do sentido na vida e aos afetos positivos e negativos. A pesquisa foi realizada através da metodologia de cunho quantitativo, compreendeu-se entre o mês de maio de 2020 e agosto de 2020. Como instrumentos foi construída para o presente estudo a Escala de Enfrentamento Espiritual perante a Pandemia do Coronavírus (EEPEC), e administrada conjuntamente com o Questionário Sentido de Vida (QSV), a Escala de afetos Positivos e Negativos e um Questionário Sociodemográfico a uma amostra de 243 pessoas da população brasileira. De acordo com uma análise fatorial administrada na escala EEPEC, emergiram seis fatores, sendo eles: Fator I- Condição de Frustração Existencial; Fator II- Resiliência; Fator III- Medo; Fator IV- Resignificação de Sentido; Fator V- Autotranscendência; Fator VI- Formas de Enfrentamento Espiritual. Em primeiro lugar observou-se a correlação da escala da EEPEC com o grau de presença e busca de sentido. A presença de sentido se associou positivamente com os fatores Resiliência, Resignificação de Sentido, Autotranscendência e Enfrentamento Espiritual. Enquanto na busca de sentido se relacionou justamente com a Frustração Existencial, Resiliência, Medo, Resignificação de Sentido e Autotranscendência. Os afetos positivos se correlacionaram diretamente com Resiliência, Resignificação de Sentido, Autotranscendência, Enfrentamento Espiritual e negativamente com Frustração Existencial. Enquanto, os afetos negativos se associaram positivamente com Frustração Existencial, Medo e negativamente com a Autotranscendência. Os resultados foram discutidos à luz da Logoterapia e análise existencial.

**Palavras-chave:** Pandemia. Covid-19. Espiritualidade. Sentido de Vida.

## SPIRITUAL FACING BEFORE THE CORONAVIRUS PANDEMIC (COVID-19) AND ITS REPERCUSSIONS ON THE SENSE OF LIFE AND AFFECTS

### ABSTRACT

The new Coronavirus pandemic (Covid-19) caused many changes in individual and social life, with a change in lifestyle and also in value priorities and, consequently, in the perception of the search and the presence of meanings in life. Taking into account the aforementioned considerations, this dissertation aimed to find out to what extent spiritual coping in the face of the Covid-19 pandemic is associated with the perception of meaning in life and positive and negative affects. The research was carried out using a quantitative methodology, during the year 2020. The Spiritual Coping Scale for the Coronavirus Epidemic (EEPEC) was built as instruments for this study, and administered together with the Meaning of Life Questionnaire (QSV), the Positive and Negative Affects Scale and a Sociodemographic Questionnaire to a sample of 243 people from the Brazilian population. According to a factor analysis administered on the EEPEC scale, six factors emerged, namely: Factor I- Existential Frustration Condition; Factor II- Resilience; Factor III- Fear; Factor IV-Meaning of Meaning; Factor V- Self-transcendence; Factor VI- Forms of Spiritual Coping. First, the correlation of the scale was observed. EEPEC with the degree of presence and search for meaning. The presence of meaning was positively associated with the factors Resilience, Resignification of Meaning, Self-transcendence and Spiritual Coping. While in the search for meaning it was related precisely to the Existential Frustration, Resilience, Fear, Resignification of Meaning and Self-transcendence. Positive Affections correlated directly with Resilience, Resignification of Meaning, Self-transcendence, Spiritual Confrontation and negatively with Existential Frustration. Meanwhile, negative affects were positively associated with Existential Frustration, Fear and negatively with Self-transcendence. The results were discussed in light of Logotherapy and existential analysis.

**Keywords:** Pandemic. Covid-19. Spirituality. Meaning of Life.

## SUMÁRIO

CAPITULO 1 – CONSTRUÇÃO DO PERCURSO TEÓRICO E SEUS OBJETIVOS .....	15
1 INTRODUÇÃO .....	15
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA .....	19
2.1 Traçando caminhos entre as Ciências das Religiões e a Espiritualidade .....	19
2.2 A espiritualidade é atemporal.....	23
2.4 A efemeridade do existir em tempos de Covid-19 .....	30
2.5 Viktor Frankl e Espiritualidade: Um Diálogo Necessário.....	33
3 OBJETIVO GERAL .....	39
3.1 Objetivo primário.....	39
3.2 Objetivo secundário.....	39
CAPITULO II: DESDOBRAMENTOS DA PESQUISA E SEUS RESULTADOS .....	40
4 PERCURSO METODOLÓGICO .....	40
4.1 Instrumentos .....	40
4.2 Procedimento para coleta de dados .....	41
4.3 Procedimentos éticos.....	42
4.4 Critérios de inclusão.....	42
4.5 Critérios de exclusão .....	43
4.6 Análise dos dados.....	43
5 RESULTADOS .....	44
5.1 – Dialogando sobre os dados sócios demográficos .....	44
5.2 – Índices psicométricos da Escala Espiritual perante a Pandemia do Coronavírus (Covid-19).....	46
5.3 – Correlações entre a Escala de Enfrentamento Espiritual perante a Pandemia do Coronavírus (EEPEC) e as variáveis do estudo: sentido de vida e Afetos Positivos e Negativos.....	50
6 DISCUSSÃO.....	51
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	57
REFERÊNCIAS .....	59
ANEXOS.....	69
ANEXO A.....	70
Questionário Sentido de Vida (QSV).....	70

ANEXO B .....	71
Escala de Afetos Positivos e Negativos .....	71
APÊNDICES.....	72
APÊNDICE A .....	73
Questionário Sócio-Demográfico.....	73
APÊNDICE B .....	75
Escala de Enfrentamento Espiritual Perante a Pandemia do Coronavírus (Covid-19).....	75

## **Lista de Tabelas e Figuras**

Tabela 1- Porcentagem da autoatribuição religiosa dos participantes do estudo.....	44
Figura 1- Distribuição gráfica dos valores próprios.....	47
Tabela 1- Análise Fatorial da escala EEPEC.....	48

## **CAPITULO 1 – CONSTRUÇÃO DO PERCURSO TÉORICO E SEUS OBJETIVOS**

### **1 INTRODUÇÃO**

No ano de 2020 o mundo vivenciou uma nova pandemia que afetou a condição existencial de muitas pessoas. As coisas que tínhamos como certas ou diante uma falsa ilusão de controle já não existe mais. As rotinas mudaram, as atitudes e valores também parecem seguir essa mesma linha. A pandemia do coronavírus (Covid-19) afetou as pessoas de algum modo e continua a abalar profundamente. O isolamento social se tornou um grande aliado e constante desafio.

Em nossa atualidade, o mundo sofre com o coronavírus (Covid-19), uma doença respiratória nova, que foi identificada pela primeira vez em Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China no fim de 2019. Trata-se de um tipo de coronavírus, que não tinha sido identificado em seres humanos até então. Os coronavírus são a segunda principal causa de resfriado comum após o rinovírus. A Organização mundial da Saúde (OMS) no dia 11 de março de 2020, declarou que o contágio pelo novo coronavírus (Covid-19) era considerado uma pandemia (OPAS, 2020). Até meados de abril já atingíamos 140 países contaminados (DIAS, F. *et al.*, 2020).

Dentre os planos de contingência adotados pela maioria dos países na pandemia atual estão: o isolamento da população, a triagem dos doentes suspeitos de terem contraído o vírus, as restrições de viagens, a vigilância e quarentena dos expostos, e, em caso de sintomas da doença, as recomendações sugeridas foram: ficar em casa, não enviar os filhos para a escola e o isolamento social (OPAS, 2009; OPAS, 2020).

É fato que a pandemia causada pelo coronavírus (Covid-19) impactou o mundo das mais variadas formas, trazendo as mais diversas consequências, afetando seriamente o âmbito da saúde pública com um número enorme de pessoas acometidas pelo vírus, internações hospitalares e também as vidas que ainda estão sendo perdidas. A economia também foi bastante afetada devido às medidas de isolamento social, “tentativa de quarentena” e paralisação de atividades. Mas, as consequências não param por aí, a sociedade como um todo sofreu e sofre aos impactos emocionais e sociais no enfrentamento desta doença (RIBEIRO; ABIJAUDI, 2020).

A pandemia assolou e mudou consideravelmente o estilo de vida, as estruturas e dinâmicas humanas e sociais das pessoas com efeitos temporários e em longo prazo. Em outros tempos, percebeu-se que as realidades pandêmicas vitimaram milhares à morte, sendo presente nesses momentos sentimentos de solidão, medo e pânico, incertezas, desconfiança, estresses, empobrecimento (PORRECA, 2020).

Essa nova realidade recordou à sociedade questões humanas existenciais e de sobrevivência, quando esta foi despertada por uma melodia amedrontadora, impotente e repleta de solidão. Esse vírus privou a todos do toque, do abraço, do contato, da presença, do outro, contribuiu ainda mais para emoções excessivas e persistentes de tristeza, raiva, culpa, pânico, medo, insegurança (PORRECA, 2020).

O medo de ser contaminado, de ter a renda modificada, o pavor dos noticiários e o receio de perder algo ou alguém devido ao vírus e ao isolamento, podem acarretar bastante ansiedade. Bauman (1999) já alertava que a angústia causada pelas restrições ao exercício da livre escolha, é outro fator, por sua vez, que pode gerar sentimentos de medo e ansiedade generalizados nas pessoas.

Acredita-se que, a solidão oriunda do distanciamento social pode contribuir para a depressão. As pessoas começam a realizar uma avaliação da história de sua vida pessoal o que pode acarretar uma sensação de perda de sentido de vida e açoiar as mais severas autocríticas e questionamentos (MORETTI; GUEDES-NETA; BATISTA, 2020).

O aumento de notícias jornalísticas sobre a pandemia se tornou comum durante a pandemia do novo coronavírus (Covid-19), inclusive pode também contribuir e alimentar a insegurança, o medo e a ansiedade, principalmente aquelas que mostram os piores cenários possíveis. A OMS inclusive classificou como Infodemia o fluxo intenso de informações, confiáveis ou não, que inflamam a ansiedade humana (OPAS, 2020).

Desapontados, fomos desafiados e provocados a “afagar de perto” aquilo que passamos a perceber tão próximo de nós: a fragilidade humana e a necessidade de um eu no outro e desse outro também em mim. Uma dança nem sempre conduzida pela harmonia, mas que pode ultrapassar conceitos e ideologias divididas, que antes pareciam tão sólidas e inabaláveis (PORRECA, 2020).

O isolamento social acarretou nas pessoas uma ebulição de sentimentos e sensações. Somos desafiados a procurar alternativas para sobreviver, e elas perpassam tanto no tocante a questões profissionais, quanto pessoais e emocionais. Frankl (1991) compreendia que alguém diante de uma situação extrema busca um sentido, algo em que acreditar, que possa lhe sustentar ou por vezes lhe mover para algum lugar. Ele observou que a percepção de um sentido seria uma condição necessária para enfrentar de forma adequada os reveses da existência.

Abrigados em nossos lares, passamos a refletir sobre como era o mundo lá fora e quanto sentimos a falta constante das pessoas conosco. Passamos a valorizar com mais afinco os encontros presenciais, as comemorações em família, o aconchego dos amigos. Apesar da comunicação constante por aplicativos e telefonemas, constatamos que nada se iguala a um olhar, um toque ou um abraço. São através desse contato mais “reais”, daqueles que deixam marcas que aumentam nossa capacidade de armazenar essas lembranças agradáveis (MORETTI; GUEDES-NETA; BATISTA, 2020).

Segundo Insfran (2020) este terrível “monstro invisível” tem causado muita dor, mas em contrapartida tem nos ensinado muito também. As desigualdades existentes em nosso país ficaram mais evidentes, escancaradas. Os mais vulneráveis pagam um preço terrível nesses 600 mil óbitos (data dessa escrita 08/10/2021) diante o coronavírus (Covid-19). Pelo mundo, até o momento 4,55 milhões de pessoas morreram em consequência da pandemia da Covid-19.

Apesar desse cenário caótico de distanciamento e isolamento social e todos os impactos sofridos, há esperança de que possa suscitar na sociedade, a revisão dos seus valores, a uma melhor compreensão da vida em coletividade, a busca por minimizar as diferenças sociais, formas de enfrentamento e cuidado para as emoções e sentimentos diante desse “novo normal” (DIAS, J. *et al.*, 2020).

No debate acerca da pandemia e do isolamento percebemos a presença das mais variadas formas de espiritualidade quanto às expressões religiosas mais tradicionais ou institucionalizadas. Ambas têm marcado a vida de muitas pessoas e grupos e têm estado presentes, das mais diversas maneiras, em cada situação enfrentada auxiliando em questões relativas à morte, à fragilidade física e emocional e ao isolamento social (RIBEIRO; ABIJAUDI, 2020).

Compreendemos então que a espiritualidade é um modo de ser, uma atitude fundamental a ser vivida, parte constituinte do ser humano, uma dimensão tão importante quanto à dimensão física, psíquica e mental. Ela está presente a todo o momento e nas mais variadas circunstâncias. Pode estar numa arrumação da casa; dirigindo o carro; conversando com os amigos; experimentando um momento íntimo com nossos entes amados; contemplando o nascer do dia; experienciando uma meditação, um momento de silêncio durante o dia, etc. Inúmeras são as formas de se poder vivenciar a espiritualidade, sendo assim ela é subjetiva, única e singular de cada indivíduo (BOFF; HATHAWAY, 2012).

O cuidado e a atenção para a dimensão espiritual tornam-se imprescindíveis para o futuro da humanidade. Trata-se de uma abertura à sensibilidade com os outros, ao exercício de empatia para com o mundo, à cooperação e respeito à vida humana e à natureza. Uma espiritualidade que seja valorizadora da vida, sensível diante da natureza, dos pobres, das minorias, que detenha respeito ao todo e a sua diversidade, aberta aos mistérios do universo e atenta aos principais desafios sociais e políticos que hoje se apresentam no mundo (RIBEIRO; ABIJAUDI, 2020).

A vivência humana está em constante busca de superação de limites no decorrer da vida, do ir além das contingências e das ambiguidades históricas, é comum desejar desfrutar das potencialidades, realizações e alegrias da vida nos seus mais diversos planos. A humanidade possui a característica de se reinventar, mesmo nas situações mais devastadoras, de encontrar sentido até no momento em que “tudo” seja tirado de nós (RIBEIRO; ABIJAUDI, 2020).

Diante das mais diversas situações que a humanidade enfrente, busque, anseie, é possível obter o sentido na vida nas mais diversas atividades. Sejam elas de cunho artístico, cultural, espiritual, religioso (FRANKL, 1991). Nesse contexto da pandemia, torna-se relevante investigar o impacto do isolamento social no sentido de vida e nos afetos levando em consideração de como a espiritualidade pode auxiliar esse caminho, marcado por tanta dor e resiliência. Segundo EISENBECK, et al, (2021), as formas de enfrentamento escolhidas durante a Covid-19 podem ser valiosas quando aliadas a manutenção do sentido e propósito de vida.

Considerando as reflexões acima, o objetivo do presente trabalho foi conhecer em que medida o enfrentamento espiritual a pandemia do Covid-19 se associa a percepção do sentido na vida e aos afetos positivos e negativos.

Essa dissertação está constituída por dois capítulos. O primeiro faz relação a construção teórica para embasamento de toda a dissertação e seus respectivos objetivos. O segundo capítulo discorre aos aspectos da pesquisa, metodologia, análise, resultados, discussão dos dados coletados e as considerações finais.

## **2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

### **2.1 Traçando caminhos entre as Ciências das Religiões e a Espiritualidade**

Percebemos que em nossa modernidade, ocorre uma importante mudança na relação das pessoas com a religião. Ela já não mais se configura apenas como um modo de vida, mas se torna objeto de eleição e análise da razão. Resumindo, a religião não somente é praticada, mas passa a ser analisada criticamente, não sendo assumida como dimensão social previamente estabelecida e aceita. Para que essa alteração no trato com a religião ocorresse, algumas condições e mudanças se estabeleceram (PIEPER, 2018).

Uma mudança de perspectiva considerável veio como o que denominamos de secularização, processo onde a religião passa a ser questionada criticamente, vista sobre outros prismas e até mesmo torna-se objeto de estudo. Com esse processo, a religião já não é mais concebida como único sistema de sentido, mas é colocada ao lado de outras esferas sociais (economia, política, estética, ciência etc). Esse processo é acompanhado pela sensível redução do poder político das instituições religiosas (PIEPER, 2018).

É necessária a observação de que a secularização de forma alguma implica que a religião declina ou que as religiões morrem; mas significa que a religião está transformada de um modo crucial, inclusive, as instituições religiosas também. As críticas e estudos ocasionaram mudanças de se confrontar as religiões (HANEGRRAFF, 2017).

Outro elemento a ser considerado é a crítica que se faz, principalmente, a partir da filosofia do iluminismo, à religião. Nesse caminho, a contribuição de Immanuel Kant (1724-1804) foi fundamental. Cabe também ressaltar que, como consequência do crescente material que adentrava à Europa, a origem da colonização do continente africano e asiático, tornava-se cada vez mais evidente com o pluralismo cultural. Dessa maneira, o estudo da religião se deu como consequência da modernidade, especialmente do iluminismo e sua abordagem crítica da religião (PIEPER, 2018).

A essência dessa transformação é que as religiões são confrontadas com a crescente concorrência por espiritualidades que não são mais elas próprias fundamentadas e incorporadas em uma religião existente, mas se tornam completamente autônomas (HANEGRAAFF, 2017).

Vale destacar que, a religiosidade pode ser uma maneira da espiritualidade se manifestar, mas não é a única, sendo assim, do mesmo modo que há pessoas de intensa religiosidade e pouca espiritualidade, há pessoas de nenhuma religiosidade, que podem manifestar uma intensa espiritualidade. Ou seja, ambas podem se encontrar, mas não são a mesma coisa (GIOVANETTI, 2004). Ambas possibilitam o encontro mais íntimo do ser, servindo por vezes como auxílio a questões tidas pelas pessoas como: *mais profundas*.

Nesse sentido, a forma que a sociedade interpreta suas visões diante do mundo muito nos diz de qual olhar elas enxergam as religiões e a espiritualidade. Segundo Coutinho (2012) a visão do mundo além de ser um fator importante, corresponde à forma como a sociedade interpreta esse mundo e interage com ele, em áreas como a religião, a política, a economia, a ciência, etc. Ou seja, situa cada pessoa na sociedade, explicam-lhe o significado do mundo, podendo inclusive dar sentido à sua vida e orientar para o futuro.

Vale ressaltar como o contexto cultural corrobora para essas visões de mundo e que estes comportam inúmeros padrões e muitos deles terminam sendo genéricos de uma sociedade para outra. Geertz (2012) traz a reflexão de que em qualquer sociedade particular, o número de padrões culturais geralmente aceitos e por vezes usados é extremamente grande, o que torna o trabalho analítico de selecionar apenas os padrões mais importantes uma tarefa vertiginosa.

Podemos chegar à confirmação de que o contexto cultural influencia a definição de religião. Nas sociedades ocidentais, por exemplo, associa-se a religião à relação com algo

transcendente, portanto, nessas sociedades, ela é um sistema mediador entre o homem e mulher e entidades superiores. No ocidente, percebe-se uma cultura altamente marcada como judaico-cristã, onde se releva o Deus único e transcendente. Enquanto nas sociedades orientais, budistas e hinduístas, o processo é distinto, onde a religião não está relacionada necessariamente a algo superior e transcendente, mas à própria natureza, a todos os seres vivos (COUTINHO, 2012).

Diante deste caminho traçado até o momento, também se faz necessário uma breve discussão sobre como alguns autores também compreendem a espiritualidade, e como a distinguem da religião ou acreditam ser um conceito ainda bastante complexo de se definir por si só (CALVANI, 2014).

Cada religião existente termina produzindo várias espiritualidades naturalmente, e são apenas os casos mais espetaculares que às vezes se tornam a base para uma nova tradição espiritual. Espiritualidades e religiões podem ser basicamente caracterizadas como polos individuais e institucionais dentro de um domínio da religião. De início, estamos lidando com o fenômeno cotidiano, e nele toda pessoa dá um toque individual aos símbolos religiosos existentes, mesmo que seja apenas em um sentido mínimo já está implicada sua própria espiritualidade (HANEGRRAFF, 2017).

Calvani (2014) afirma que a espiritualidade passou a ser pensada como categoria contrapondo à matéria, ao corpo ou até o mundo. Isto termina por causar um misto de emoções e atitudes relacionadas a crenças e a ideias de afastamento das preocupações materiais. A diversidade nos relatos de experiências espirituais é inúmera, segundo o próprio autor, isso pode não ajudar na delimitação do fenômeno, por ocasionar frequentemente aspectos ambíguos e paradoxais. Sendo assim, Tais experiências podem ser descritas como emocionalmente acentuada e capaz de impulsionar forte ativismo político e social ou o extremo oposto também. É possível compreender o tamanho do poder que detém tanto no que diz respeito à espiritualidade quanto às instituições religiosas.

Toda instituição religiosa pode ser controladora e restringir as experiências religiosas. Estas são consideradas incapazes de exercer formas espirituais. A espiritualidade constitui um atributo de pessoas. É observado que toda instituição tentará controlar manifestações que possam se apresentar como críticas ou discordantes daquilo que ela entende por tradição ou fundamentos religiosos. É notório que o conceito de espiritualidade apresenta muitos desafios

para as ciências das religiões, principalmente quando reconhecemos que, no atual momento, esse termo que tanto serviu à teologia ou filosofia, ultrapassou barreiras (CALVANI, 2014).

Dentro desse debate, Carvalho (1994) traz mais uma perspectiva diante da definição de espiritualidade. O mesmo retrata que ela é a maneira como um determinado indivíduo internaliza, desenvolve, de um modo sempre específico. Sendo assim, a espiritualidade já implica numa dimensão de subjetividade trabalhada, ou seja, de experiência que transcende a norma ou a expectativa formal da comunidade. Ele nomeia cinco estilos de espiritualidades no decorrer do seu texto. O primeiro é o estilo das chamadas religiões universais, que trazem como representantes Cristãos (católicos, protestantes, ortodoxos), da judaica, da muçulmana, da oriental e de outras tradições. O segundo estilo, denomina-se de espiritualidade da possessão ritualizada, performática, onde o principal exemplo é o candomblé. No contexto brasileiro, nota-se um terceiro modelo de espiritualidade: o espiritismo.

Com relação ao quarto e quinto estilo, respectivamente, são estilos meditativos orientais, onde o importante são as técnicas de controle da mente que possibilitem alcançar um estado superior de consciência humana; estilo pragmático de manipulação de energia. Temos como exemplos destes, os novos monoteísmos japoneses, como a Seicho-No-Iê, a Igreja Messiânica e a Mahikari. É notória a variedade de maneiras de se perceber, sentir e experienciar a espiritualidade. Ela, por vezes, sofre influências de instituições, ora de cada pessoa e da sua relação com o mundo, ou até mesmo em uma ressignificação tornando algum objeto como *sagrado* para si em particular.

Coutinho (2012) aborda um conceito de espiritualidade que foca mais em como cada pessoa em suas relações pessoais aprofunda-se em si mesmo, desenvolvendo melhor as suas capacidades. Para ele espiritualidade consiste numa relação pessoal, individual com o sagrado em si ou fora de si, imanente ou transcendente. Opta por dividi-las em espiritualidade subjetiva, tendo o sujeito como centro da busca e da experiência e a espiritualidade objetiva, aonde o sujeito vai em direção a algo considerado por si superior, tendo em vista relacionar-se e colher benefícios desta fonte.

Nessa perspectiva, foi de extrema importância os avanços que surgiram, inclusive, os que partiram da ampliação do conceito de saúde através do estabelecimento das novas diretrizes propostas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em que a saúde deixa de ser ausência de doença para se tornar um bem-estar físico, psíquico, social e espiritual (TONIOL,

2017). É uma modificação que permite uma visão mais integral do ser, inclusive trazendo a espiritualidade como também detentora de cuidado e visibilidade.

## **2.2 A espiritualidade é atemporal**

Nesse tempo de incertezas e desafios, encontra-se nas Ciências das Religiões a possibilidade de ampliar esse estudo sobre como nossa sociedade está vivenciando os efeitos desta Pandemia. Usarski (2013) afirma que as ciências das religiões se dispõem a estudar as mais variadas formas, dimensões, manifestações e contextos socioculturais que englobam nossa sociedade.

Dentro das mais variadas linhas de estudo das ciências das religiões, faz-se necessário conhecer e aprofundar um pouco mais sobre a espiritualidade, sua trajetória e teóricos que abarcam elas em suas linhas de estudo e pesquisas. Adicionalmente, é interessante observar quanto desenvolvimento pode trazer ao indivíduo implicando não apenas no seu aspecto físico, como também no seu bio-psico-social-espiritual (OLIVEIRA; JUNGES 2012).

Vivemos um clima intelectual que mostra uma simpatia especial pela desnaturalização das categorias tradicionais, pelo descentramento e por um foco que prioriza as fronteiras das instituições culturais e não mais o seu centro, o que antes era sempre realizado. Isso conduz, quase obrigatoriamente, a uma intensificação da sensação de pluralidade. Esta releitura enxerga alguém onde, ele próprio, também se observa e se vê agora como autorreflexivo, complexo e às vezes confuso, pelo próprio desafio da pluralidade interna com que convive (CARVALHO, 1994).

É dentro dessa pluralidade que observamos a crescente e notória discussão sobre religião e espiritualidade. E o quanto esta última vem se resignificando ao passar dos anos. Podemos, inclusive, compreender também a dimensão espiritual como a dimensão da vivência da liberdade e da responsabilidade. Onde essa responsabilidade não diz respeito a um caráter moralista, no qual o indivíduo se obrigaria a agir de acordo com normas introjetadas, mas justamente pela capacidade de responder com liberdade no momento em que decide se posicionar diante das circunstâncias presentes e refletir sobre si e o mundo que o rodeia (COELHO JÚNIOR; MAHFOUD, 2001).

Nesse sentido, a forma que a sociedade interpreta suas visões diante do mundo, muito nos diz sobre qual perspectiva esta sociedade está compreendendo a espiritualidade, inclusive

no atual momento percebemos isso. A pandemia do Coronavírus (Covid-19) demonstrou a sociedade novas perspectivas para trabalhar, se relacionar, existir. Segundo Coutinho (2012), a visão de mundo além de ser um fator importante, diz respeito à forma como a sociedade encara esse mundo e interage com ele. Ou seja, pode situar alguém, explicam-lhe o significado do mundo, dando um sentido à sua vida e até reorientando o seu futuro.

Sabe-se que em 1988 a Organização Mundial de Saúde (OMS) incluiu a dimensão da espiritualidade no conceito multidimensional de saúde, remetendo a questões, tais como: significados e sentido da vida; sem limitar-se a um tipo específico de crença ou prática religiosa. Segundo ela, a espiritualidade é o conjunto de todas as emoções e convicções de natureza não material (VOLCAN *et al.*, 2003).

Oliveira e Junges (2012) defendem que nos últimos tempos, há um olhar mais voltado ao estudo da espiritualidade/religiosidade e sua relação com a saúde mental, o bem-estar psicológico e a integração bio-psicossocial-espiritual do ser. A saúde mental passa a ter um papel de destaque e olhares mais cuidadosos sobre situações que podem causar um profundo adoecimento psíquico.

A espiritualidade detém a capacidade de possibilitar uma consciência social, alteridade, coexistencialidade e gentileza, humanização e integração organísmica. Compreendemos, portanto, que ela é o empoderamento da vida não somente na esfera humana, mas em todas as suas mais distintas formas de manifestação. É comum associarmos e entendermos a espiritualidade como uma valorização da vida humana nas suas mais diversas nuances e dimensões (RIBEIRO; ABIJAUDI, 2020).

Gebara (2020) reflete que a espiritualidade abrange um profundo respeito por todos os seres criados e a preservação da vida. Sendo assim, uma forma de aprender a acolher a interdependência vital que caracteriza o universo e nos disponibiliza a viver. É a educação pessoal e comunitária para valores de convivência, que potencializam o humano a trabalhar intimamente a sua humanidade.

É de nosso conhecimento que as formas de expressão dessas espiritualidades são muito diferenciadas, podendo também estar associada a alguma religião. Porém, pode haver alguns fatores complicadores nessa associação. Por exemplo, há visões religiosas que negam, ou mesmo seguindo argumentos ideológicos, atribuem a disseminação da doença à ira e ao

castigo de deus em relação a seres humanos pecadores. E isso não aconteceu apenas em séculos passados, mas até hoje colhemos esses frutos (RIBEIRO; ABIJAUDI, 2020).

Desde a Antiguidade, percebe-se a identificação de grupos sociais como culpados pelas pandemias. Essa é uma característica infelizmente recorrente na história das pandemias: culpabilizar um grupo social que seja considerado responsável pela ocorrência e proliferação das doenças. As pragas que foram relatadas no livro da bíblia eram interpretadas como desobediência (ao) faraó, e, sendo assim, os egípcios sofriam a seqüela por terem afligido o povo de Israel. Se for feito um recorte teórico, observa-se que tanto no pensamento hebraico como no grego, as pandemias estavam correlacionadas tanto a causas naturais como as religiosas. É “curioso” que mesmo com o avanço da ciência, ainda existem lideranças religiosas que continuam apelando para causas espirituais ao explicar a Covid-19 ou até mesmo negando sua existência (ANTÔNIO-SANCHES; LOVO; CONCEIÇÃO-SANCHES, 2020).

Podemos refletir sobre esse aspecto buscando a compreensão do sentido que teria para essas pessoas conviver com a negação da realidade. Essa ilusão pode dar uma falsa compreensão e segurança pessoal em que nega a própria realidade. A dificuldade de lidar com a realidade fatal que a pandemia do coronavírus (Covid-19) nos escancara, é unânime, seja diante da contaminação, ou até mesmo e principalmente com a morte (RIBEIRO; ABIJAUDI, 2020).

A espiritualidade pode contribuir positivamente na qualidade de vida de cada pessoa, sendo a crença em algo ou alguma coisa, um contribuinte para a otimização das manifestações físicas e psicológicas. Pois, ressalta a existência do ser humano em sua multiplicidade ultrapassando o zelar apenas biológico (BOVERO et al., 2016).

Ribeiro e Abijaudi (2020) apresentam a reflexão sobre uma espiritualidade autêntica e saudável, afirmando que ela não pode estar dissociada da alteridade, já que esta é a forma humana de se relacionar com as realidades, grupos e pessoas diferentes de nós mesmos. Os autores caracterizam essa espiritualidade em quatro encontros. O primeiro diz respeito ao encontro com o outro que nos é diferente. O segundo e terceiro retratam respectivamente o encontro do ser consigo mesmo, com a natureza e sua história. E o último encontro diz respeito ao encontro humano-divino em sua multiformidade.

A alteridade diz respeito à capacidade de reconhecer o “outro” que está além da subjetividade própria de cada pessoa, de forma individual ou coletiva. Uma postura, que proporciona redimensionar, ampliar a realidade e desafiar esse ser a adentrar em sua responsabilidade junto a si, ao outro, ao mundo que habita. É um cuidado para além de si mesmo, que rompe com o egoísmo e acolhe o humano nas suas mais variadas facetas. Sendo assim, a alteridade nos convida a vivenciar uma espiritualidade mais humana, acolhedora e responsável (SOUZA *et al.*, 2019).

Embora o espiritualizar seja um processo profundamente particular, singular e um exercício constante, não há uma maneira específica ou universal para encontrá-la e/ou desenvolvê-la. O que podemos assinalar é que através da motivação em buscar o autoconhecimento ou o autoexame, pode ser um caminho para realizarmos um bom diálogo com ela. Muitas vezes o que consideramos como um poder curativo existe também dentro de nós. Os recursos alternativos se tornam elementos de apoio que podem vir a ser referenciais significativos para a elaboração, à reflexão e abstração de nossa integralização espiritual (HOTT, 2020).

### **2.3 Pandemia, Saúde Mental e Afetos: uma reflexão necessária**

No fim do ano de 2019 como se sabe ocorreu um novo surto de pneumonia que se alastrou infectando e afetando a população mundial. Causado pelo vírus denominado síndrome respiratória aguda grave – coronavírus 2 (SARS-CoV-2), também conhecido por nós como Covid-19, teve sua origem e primeiro caso na China. A disseminação progressiva e rápida obrigou os diferentes países a se mobilizarem para enfrentar as consequências da contaminação na saúde e na economia (ZWIELEWSKI *et al.*, 2020). Sabe-se que cerca de 221 países e territórios foram atingidos pela Covid-19. Atualmente, o Brasil ocupa o terceiro lugar no que diz respeito à quantidade de casos, mortes e avanço do coronavírus(Covid-19) (COVID-19, 2020).

Uma das principais medidas propostas pelos países acometidos pela Covid-19 foi à quarentena, que pode ser explicada como sendo a separação e a restrição da movimentação de pessoas que possam ter sido expostas ao contágio de uma determinada doença em questão. Essa medida visa reduzir o risco de pessoas infectadas, é considerado um recurso extremo, mas eficaz contra a disseminação do vírus e diminuição de novos casos, principalmente entre os principais grupos de risco (LIN; PENG,; TSAI; 2010).

A humanidade já passou por pandemias como a síndrome respiratória aguda grave (SARS), Zika, ebola, H1N1 e, certamente, enfrentará novas pandemias devido à disseminação de doenças infecciosas com a globalização. A pandemia provocada pela COVID-19 tem produzido aumento de sintomas de ansiedade e pressões psicológicas de uma maneira geral na população. O estresse psicológico associado às situações de emergências e crises não pode ser ignorado. O cenário produzido pela COVID-19 é percebido como uma oportunidade para o desenvolvimento de estratégias de orientação, atenção e tratamento à saúde mental dos envolvidos. (ZWIELEWSKI et al, 2020, p.31).

O contexto de pandemia pode acarretar sensações de instabilidades diante de toda a mudança que ocorre na rotina das pessoas. Podem-se comparar essas mudanças que afetam a sociedade, com períodos de guerra, pestes e a gripe espanhola, por exemplo. É perceptível que apesar de tudo ser muito novo com relação à Covid-19, houve um fluxo de informações enorme, que teve sua parte positiva levando a informação sobre cuidados individuais e coletivos para população mundial e a parte negativa relacionada à infodemia, que contribuem para as chamadas *fake News*, que corroboram para a difusão de notícias falsas dificultando o acesso a informações confiáveis podendo gerar desespero e confusão (MERCHANT; LURIE, 2020).

No Brasil, as consequências das *fake News* já vêm sendo colhidas desde as últimas eleições do país no ano de 2018. Com o surgimento do primeiro caso de Covid-19 no país a situação foi se tornando caótica. Mesmo com os números crescendo diariamente no início da pandemia parecia que não havia ainda um entendimento nacional sobre a gravidade, nem sobre as possibilidades de enfrentamento e cura. Lopes e Leal (2020, p. 263) defendem a hipótese de que o “negacionismo do então presidente da República Jair Bolsonaro (2019-atual)”, vem ocasionando interferências na comunicação acerca dos riscos relacionados à pandemia. Uma postura de negação pode conseguir de maneira mais fácil aderência social por não exigir nenhuma mudança de comportamento, como as que foram solicitadas pelos protocolos de enfrentamento à Covid-19 (MARTINE; ALVES, 2019).

O negacionismo não se restringe apenas à retórica presidencial, mas evidencia-se principalmente na recusa às orientações de prevenção e enfrentamento à pandemia. Foram várias as aparições públicas do presidente sem máscara, em locais populares, causando aglomerações entre os seus seguidores. Adiciona-se ainda a desaprovação dele às diversas medidas adotadas pelos governadores para o enfrentamento da Covid-19, como o isolamento social, fechamento do comércio e paralisação do transporte público. Bolsonaro, apesar de não ser médico, fez indicação pública de

medicamentos sem eficácia comprovada cientificamente para o tratamento da Covid-19. Episódio que resultou na demissão de dois ministros da saúde por serem médicos e basearem suas decisões em evidências científicas. (LOPES; LEAL, 2020, p.264).

O Brasil passou a ser dividido em duas vertentes conflitantes, a primeira onde existiam as evidências científicas e todos os protocolos e cuidados recomendados pela OMS para lidar com a pandemia do Covid-19 e outra que se tratava de uma postura negacionista do presidente da república, onde o próprio ministério da saúde está submisso (LOPES; LEAL, 2020). Essa reflexão se faz importante até para que possamos compreender e situar o contexto histórico-político que a Covid-19 esteve relacionada no país.

Os efeitos da pandemia vêm gerando grande impacto social em escala global. Seja no quesito das populações mais vulneráveis e de risco seja também no cuidado com a saúde mental de cada pessoa. As ações de cuidado e atenção em direção à saúde mental que se tinha nas esferas sociais e psicológicas antes, precisaram ser refletidas e questionadas, inclusive necessitando de novas maneiras de cuidados com a saúde mental pelo mundo (BARROS-DELBEN *et al.*, 2020). Como exemplo podem citar os atendimentos de escuta psicológica no Brasil que necessitaram se adequar ao formato online em vez do presencial, devido à quarentena e os isolamentos sociais prolongados, especialmente no Brasil, que tem a pior gestão de combate a Covid-19.

A Resolução Nº 4, de 26 de março de 2020, passou a regulamentar os serviços psicológicos prestados por meios de tecnologia durante o período de pandemia do Covid-19. Ressaltando ao psicólogo conhecer e cumprir o Código de Ética Profissional estabelecido pela Resolução CFP nº 10, de 21 de julho de 2005 que dispõe sobre prestação de serviços de psicologia através do formato online. A prestação dos serviços psicológicos está condicionada à realização de cadastro prévio na plataforma e-Psi junto ao respectivo Conselho Regional de Psicologia – CRP (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2020).

Brooks *et al.* (2020) realizaram um estudo de revisão sobre impacto psicológico da quarentena durante algumas pandemias. Notou-se que as consequências psicológicas foram sentidas tanto pelas pessoas que estão passando pela quarentena, quanto pelas que não estavam. Verificou-se também, que profissionais de saúde que estavam cuidando de pacientes em quarentena apresentaram cansaço e ansiedade, além de irritabilidade e insônia. Enquanto em quarentena constataram-se sintomas de depressão e relatos de uso abusivo de álcool e estresse pós-traumático, mesmo após anos da incidência do vírus.

Os dados clínicos sobre as complicações do novo coronavírus(Covid-19) no que diz respeito a saúde mental ainda são recentes. Em um estudo realizado sobre as implicações psicológicas ocasionadas pela Covid-19, na china, entre os meses de janeiro a fevereiro de 2020, observaram-se relatos de ansiedade, depressão e estresse. Esses resultados demonstraram que a pandemia teve um efeito de moderado a grave para mais de 50% e cerca de 75% dos que participaram deste estudo citaram estarem preocupados com receio de suas famílias se contaminarem pela Covid-19 (Wang *et al.*, 2020).

A pandemia de COVID-19 evidenciou uma profunda mudança nas relações entre espaço, tempo e doenças infecciosas. Percebeu-se que o mundo estava mais vulnerável à ocorrência e à disseminação global, tanto de doenças conhecidas, como novas. A integração das economias em todo o planeta permitiu: um grande aumento de circulação de pessoas e de mercadorias; promoveu o uso intensivo e não sustentável dos recursos naturais; e acentuou mudanças sociais favoráveis ao contágio das doenças infecciosas, p.ex., adensamento populacional urbano, massiva mobilidade de populações nestes espaços, agregação de grandes contingentes de pessoas pobres, que por seu turno acabariam por ocupar habitações precárias com acesso limitado ao saneamento básico. (LIMA; BUSS; PAES-SOUSA, 2020, p. 1-2).

Diante de toda crise é fundamental que cada país possa se mobilizar de forma ativa para lidar com as consequências que o atinge. Como já foi dito, nesse processo as fraquezas de cada nação terminam revelando-se. Infelizmente é nessa divergência que vidas podem ser salvas ou perdidas em vão. Percebeu-se que alguns países da Ásia, por exemplo, tiveram ótima mobilização no que diz respeito a recursos físicos e tecnológicos, mobilizando pessoas capacitadas, impondo diversas modalidades de isolamento social, a fim de diminuir o contágio pela Covid-19. Uma resposta ágil, concisa e sustentável de lideranças políticas pode ser fundamental para que se obtenha melhores resultados no combate da pandemia do novo coronavírus(Covid-19) (LIMA; BUSS; PAES-SOUSA, 2020).

No Brasil o medo pairou sobre nossa população. Medo pelo excesso de informações sem saber em qual fonte confiar, o receio do desemprego, da solidão, do isolamento, e principalmente dos conflitos familiares que passaram a ser comuns devido à convivência mais frequente. Isso contribuiu para que cada pessoa vivenciasse as mais diversas emoções (BARROS-DELBEN *et al.*, 2020).

É um processo natural que o humor, emoções e julgamento de cada pessoa se modifiquem com o passar do tempo e com as experiências adquiridas. Assim, compreende-se que da mesma forma que a vida está em um processo dinâmico, nossas emoções seguem o mesmo fluxo (ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004).

A pandemia teve o poder de afetar várias esferas da vida. Fechamentos de escolas e locais públicos, mudanças na rotina do trabalho e até na organização familiar. A sociedade foi atravessada pelos mais diversos sentimentos, sejam eles de cansaço, insegurança, medo (ZWIELEWSKI *et al.*, 2020), autotranscendência, esperança, resiliência, etc. Observa-se que os afetos permeiam as emoções de cada pessoa, por vezes se manifestando por afetos positivos, negativos e outras vezes por ambos.

Compreende-se afeto positivo como uma alegria autêntica em um determinado momento experienciado que pode ser associado como um estado de alerta e euforia. É considerado como um sentimento transitório de prazer ativo e um estado emocional. Com relação ao afeto negativo, entende-se como um estado de distração que também é transitório e engloba emoções que são conhecidas como desagradáveis: depressão, ansiedade, agitação, raiva, pessimismo e outros sentimentos que podem ser aflitivos e angustiantes (ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004).

Segundo Zanon *et al.* (2013) experimentar muitas vezes no decorrer da vida emoções de alegria de baixa e média intensidade, pode ser mais benéfico no quesito bem estar do que experienciar raramente poucas emoções positivas de grande intensidade. Essa correlação também é válida para o afeto negativo.

Nessa concepção, pode-se afirmar que alguém que se sinta feliz apresenta notáveis níveis de satisfação com a vida, uma alta frequência de afetos positivos e conseqüentemente uma baixa frequência de afetos negativos. Por sua vez, uma pessoa que esteja se sentindo infeliz, pode apresentar baixa satisfação com a vida e nos afetos positivos e alta frequência de afetos negativos (Zanon *et al.*, 2020).

Se por um lado dedicar um tempo excessivo pensando sobre a pandemia pode acarretar sentimentos de angústia, manejar um tempo suficiente se informando acerca dela, pode se correlacionar a menos afetos negativos. Por isso, também se faz extremamente importante que se tenha informações verídicas que possam causar confiança nos próprios meios de comunicação (SANTOS; MARIANO; PIMENTEL, 2020).

#### **2.4 A efemeridade do existir em tempos de Covid-19**

[...] você deve se lembrar de como a lavagem de mãos frequente e a utilização de máscaras e de álcool em gel passou a fazer parte de nosso dia a dia e daquilo que estranhamente nos habituamos a chamar de “novo normal”. Como pudemos ver normalidade em uma vida cheia de restrições e de medos, não é mesmo? E, mais, que normalidade podia haver na necessidade de ficarmos longe das pessoas que amamos? (LEITE, 2020, p. 93).

O isolamento social pela Covid-19 envolve muitas questões que as pessoas jamais imaginariam viver algum dia, principalmente aquelas que detinham uma vida bastante corrida e que passavam pouco ou quase nenhum tempo em casa. A partir de janeiro de 2020, o cotidiano das pessoas sofreu uma mudança abrupta. No Brasil, essa realidade bate a porta a partir de março, revelando sem piedade a nossa gigante desigualdade social. Tivemos que lidar com as mais variadas mudanças em nossa existência, e talvez a humanidade já estivesse precisando há tempos rever seus valores e crenças.

A população brasileira teve que lidar com a rotina, a ociosidade, a saudade dos familiares e amigos, o barulho das crianças, a impossibilidade de ir aos templos religiosos, a violência ou os conflitos familiares, pela necessidade de um convívio obrigatório, pelo uso do álcool ou outras drogas ou até mesmo pela falta de condições financeiras para manter as necessidades básicas da família, entre outros (DIAS, J *et al.*, 2020).

Alguns estudos afirmam que tanto a pandemia, quanto as medidas direcionadas para sua contenção têm impactado na saúde mental da população global, elevando, inclusive o risco para o desenvolvimento de ansiedade, estresse e depressão (WANG *et al.*, 2020). O isolamento possui duas facetas, se por um lado protege contra a contaminação do coronavírus (Covid-19), por outro pode afetar nossa saúde mental e física.

Em nossa sociedade atual existe um enorme desafio: lidar com a imprevisibilidade futura, estamos sofrendo alterações drásticas diariamente (WEAVER; WIENER, 2020). Parte da população pode ter o privilégio de trabalhar em casa (*home office*), e assim correr menos risco na exposição, outros tiveram que trabalhar na linha de frente, alternar plantões no trabalho entre seus parceiros para poder dar conta dos filhos, da casa, de suas vidas, conforme observa-se no relato a seguir:

[...] seu pai e eu seguimos trabalhando, porque nossas profissões foram vistas como essenciais. Saíamos apenas, então, para trabalhar e ir ao supermercado. Nos primeiros meses de isolamento, contudo, foi possível nos alternarmos em nossas escalas profissionais para que pudéssemos prover os seus cuidados em casa, evitando que você precisasse ficar com seus avós enquanto trabalhávamos, como de costume. É que os idosos integravam o grupo de maior risco de adoecer gravemente caso fossem contaminados pelo coronavírus e, por isso, precisavam ser preservados [...]. (LEITE, 2020, p. 94).

O medo tornou-se um companheiro presente e persistente. Lidar com a morte relembrou a nossa condição humana a interpretação existencial em sua primeira instância, o que conhecemos como angústia. Essa pandemia clarificou não somente essa dimensão da angústia presente no existencialismo humano, mas potencializou o desespero de ter que lidar com a morte de familiares e pessoas amigas. A fragilidade física e emocional da dimensão humana tornou-se explícita e despida (SILVA, 2020).

A maior dificuldade chegou quando, na tarde de uma segunda-feira, o vovô Samuel precisou ser internado às pressas, uma correria! A suspeita de estar contaminado com o maldito vírus estremeceu a nossa família. Foram três dias de muita agonia! Na manhã de quarta-feira, enquanto fazíamos uma conferência familiar virtual, recebemos a dolorosa notícia que ele não havia suportado o tratamento e veio a falecer. [...] Devido à suspeita de coronavírus, o culto fúnebre ocorreu sem corpo presente, em uma sala virtual onde as pessoas, mesmo distantes, puderam interagir e se despedir de alguém tão especial como o vovô Samuel, um grande amigo. [...] Algumas aflições surgiram durante esse tempo. Daniel perdeu o apetite e emagreceu bastante, além de querer ficar muito tempo assistindo a vídeos no *tablet*, algo que não era comum. Ele dizia que os vídeos o faziam sentir alegria, pois ainda estava muito triste e, vez ou outra, chorava antes de dormir com saudades do vovô. Mariana ficou grudada na vovó, dando todo suporte necessário para que ela não se sentisse sozinha, e, com isso, acabou absorvendo alguns problemas e engordando. O tempo passava, e apesar das conversas, orações em família e brincadeiras em casa, nada supria o vazio deixado pelo vovô. (REBELLO; REBELLO, 2020, p. 84-85).

Algumas famílias foram acometidas pela infecção ou perderam familiares do seu contexto socioafetivo em função da doença (ARANGO, 2020). Outras tiveram que ressignificar sua perda e auxiliar muitas vezes seus próprios filhos na mesma direção. Lidar com a morte, com o luto, com a ausência, com a saudade, já é algo bastante singular e doloroso, imagina sem poder ter o espaço que estávamos acostumados a vivenciar essa passagem, essa transição? As dores passaram a tentar ocupar um lugar pequeno, quando na verdade ela precisa de liberdade para ser sentida, vivenciada e ressignificada.

Barbosa e Albuquerque (2020) perceberam que as principais queixas relatadas em alguns meses dessa pandemia relatam sintomas específicos resultantes do isolamento social e efeitos colaterais da pandemia, tais como: o medo e preocupação com sua própria saúde e com a saúde da sua família e pessoas próximas; dificuldades para dormir ou acordar com a sensação de cansaço; dificuldade para se concentrar, estudar, trabalhar; coração acelerado, boca seca, tensão muscular, tremor; alteração alimentar; uso da comida no alívio da ansiedade; aumento do uso de álcool, tabaco ou outras drogas; piora problemas crônicos de saúde; declínio da saúde mental.

Nesse sentido, Cacioppo *et al.* (2011) nos trazem a reflexão de que o isolamento social pode ocasionar o aumento do estresse oxidativo, causar ativação de citocinas pró-inflamatórias, aumento dos níveis basais de cortisol, o que pode acarretar maior propensão

para o desenvolvimento de obesidade e diabetes tipo II, além de alteração da resposta imune. Podemos então afirmar que nosso corpo trabalha em equilíbrio, e quando afetados, adoecem conseqüentemente juntos.

Partindo do conhecimento de que uma mente sadia reflete um corpo saudável, o contrário também se faz verdadeiro. O corpo biológico de muitas pessoas esteve ou está sofrendo as conseqüências da “quarentena”, isolamento social, das restrições coletivas, do sistema de saúde colapsado. A possibilidade de essas pessoas desenvolverem sintomas físicos como: picos hipertensivos, taquicardia, cansaço físico, dores diversas, é real e nos deixa em alerta e pensativo sobre como encontrar outras maneiras de vivenciar esse momento tão ímpar em nossa existência (DIAS *et al.*, 2020).

É verdade que algumas pessoas chegaram a sentir os sintomas apontados como sendo causados pelo coronavírus (Covid-19), no entanto, após serem testadas não foi confirmada sua contaminação. Possivelmente um resultado proveniente do estresse intenso, de um sofrimento mental e/ou espiritual. Por mais que se estude, não temos noção da dimensão do sofrimento mental e espiritual das pessoas durante esse “novo não normal”. O que se sabe é que há muita dificuldade de relaxamento e de organização coletiva (LIMA *et al.*, 2020).

Diante deste quadro de sofrimento, dor, medo, angústia e incertezas que permeiam à nossa existência, a espiritualidade se manifesta como possibilidade de transcendência, resiliência, conforto e como catalisadora de esperança. Anda sendo difícil acreditar em dias melhores e talvez estejamos precisando renovar nossa energia vital (RIBEIRO; ABIJAUDI 2020). Dessa forma, torna-se necessário compreender o papel da percepção de sentido na vida em tempos de pandemia, o que será descrito a seguir.

## **2.5 Viktor Frankl e Espiritualidade: Um Diálogo Necessário**

A pandemia nos remeteu a várias reflexões, dentre elas, a importância da relação interpessoal. A falta de contato físico, por muitos, pode ser considerada um impedimento para expressar sentimentos e uma comunicação assertiva. A privação dessa liberdade, na maioria da sociedade poderá despertar a necessidade de se relacionar fisicamente, um com os outros, ou não, mas talvez apontar uma nova cultura mundial (BARBOSA; VIEGAS; BATISTA, 2020).

É comum o ser humano desejar encontrar coerência no mundo em que vive para se situar existencialmente. Viver em um mundo ordenado físico e biologicamente, onde sua mente termina sendo ordenadora. A confusão e a ambigüidade podem ser vivenciadas como fontes de tensão e desprazer (SILVEIRA; MAHFOUD, 2008).

[...] As dores que dilaceram os que ficam. A carne, agora exposta, está aos olhos da mídia, Ali, em campo aberto, amontoados. Sem uma despedida, um último afago, O rito da partida. (CALLAI, 2020, p.15).

A dimensão espiritual pode por vezes levar acalento e resistência nesses tempos difíceis. A espiritualidade pode ser compreendida em sua essência como uma dimensão fundamental do ser humano, o que a faz galgar cada vez mais nos cenários da saúde um lugar inquestionável, necessário e precioso (TAVARES, 2020).

Sabemos que há vários autores, como Carvalho (1994), Ribeiro e Abijaudi (2020) e Tavares (2020), que tecem suas contribuições no âmbito da espiritualidade, dentre eles podemos citar especialmente Viktor Frankl. Psiquiatra judeu, considerado pai da Logoterapia nos ensina através de experiências pessoais de sofrimento e vivências no campo de concentração de Auschwitz, onde esteve como prisioneiro durante a Segunda Guerra Mundial (Frankl, 1991). Podemos compreender de início a Logoterapia como uma forma de psicoterapia centrada no sentido da vida, o que diz respeito à compreensão de que esse encontro com o sentido de vida pode resultar em uma instância curativa e terapêutica (LUKAS, 1989).

Podemos discorrer a respeito das inovações na relação espiritualidade e saúde em direção a perspectiva de Viktor Frankl (1983). Foi pioneiro ao se posicionar contra o reducionismo e mecanicismo da psicologia e psiquiatria. Na sua obra trata da dimensão espiritual/existencial do ser humano como dimensão indissociável da física e da psicológica. Fundador da escola de Logoterapia considera que a motivação intrínseca no homem e na mulher não são os impulsos sexuais nem o desejo de poder, mas sim, encontrar o sentido na vida (SARRIERA, 2004).

Frankl (1989), afirma que todos os seres humanos, além das suas necessidades comuns, sentem o desejo de sentido, em maior ou menor grau, como uma necessidade específica. Esse desejo é denominado de valor de sobrevivência. Dessa forma, a espiritualidade é o caminho para se construir também um sentido de vida. Ela pode trazer a cada indivíduo o impulso pelo que buscar. Nesse contexto de pandemia que vivemos, é notório que o ser que sente hoje, também é que sofre pela oscilação de um futuro.

As angústias existenciais estão a tomar conta de toda uma sociedade ou que adocece ou que vive com o medo de adoecer. A solidão passou a ser mais consciente para muitas pessoas, que se debruçavam e não consigam lidar (GONÇALVES, 2020). O desenvolver da dimensão espiritual do indivíduo por ele próprio, de uma maneira livre e significativa, pode ser extremamente benéfico, especialmente quando o indivíduo se sente sozinho, o que lhe

possibilita transcender às situações extremamente difíceis e de sofrimento (MIRANDA *et al.*, 2020).

A compreensão de ser humano que Frankl discorre está ancorada em uma concepção ontológica que leva em conta sua estrutura relacional pessoa-mundo, que está relacionada à capacidade humana em sair de sua própria bolha e se lançar para algo ou alguém que transcenda o seu próprio eu como uma causa ou uma pessoa. (AQUINO; OLIVEIRA, 2020). Assim, podemos compreender que o homem, na visão antropológica da Logoterapia, é um ser biopsicoespiritual, respaldado na soma entre o corpo, mente e espírito (FRANKL, 1978).

Para Frankl (1991), o foco de cada pessoa não está na vontade de poder ou na vontade de saber, e sim na vontade de sentido. A busca de cada ser é individual, exige de si mesmo esse encontro existencial. O sentido, portanto, é único e singular. Ou seja, viver significa arcar com a responsabilidade de responder adequadamente às questões da vida.

Traçando um caminho pela análise fenomenológica, Frankl afirma que cada pessoa possui uma compreensão ontológica pre-reflexiva, intuindo sentidos e significados através de três dimensões valorativas: valores vivenciais, valores criativos e valores atitudinais. No que diz respeito à primeira categoria podemos atribuir que são descobertos na medida em que o ser humano, na sua abertura e flexibilidade para o mundo, recebe algo do mundo. Ou seja, está relacionada com vivências de algo (natureza, valores contemplativos, obras artísticas,) ou alguém (por meio de uma relação eu-tu) (AQUINO; OLIVEIRA, 2020).

Os valores criativos contemplam a disponibilidade do ser humano em mudar o mundo por meio de um trabalho científico ou artístico; Enquanto que os valores atitudinais: são valores, associados ao *homo patiens*, no contexto de sofrimento e dor inevitáveis, quando o ser humano não pode mais produzir algo, pode se posicionar perante o que lhe condiciona, sejam eles fatores internos ou externos (AQUINO; OLIVEIRA, 2020).

A antropologia frankliana, traz a discussão de que cada pessoa é um ser tridimensional, sendo assim a dimensão somática é composta por todos os fenômenos corporais de cada ser. Já a dimensão psíquica está relacionada às disposições, sensações, desejos humanos enquanto a dimensão noológica (espírito ou mente) corresponderia à parte necessariamente humana do ser. Competência esta que, diferencia o ser humano dos demais entes (FRANKL, 1992).

Cada pessoa pode ter vida plena de sentido independentemente de sua idade, ou até mesmo em um ambiente destruído, aprendendo a transcender aos seus próprios problemas e desafios impostos pela vida. Seria então, um direcionar o olhar para cima, à frente, independentemente de qualquer situação (Frankl, 1991). Com isso, se houver uma busca pelo

sentido de existir abarcado pela simplicidade, gratidão e atitudes positivas, quando o envelhecimento chegar, poderá ser vivido de forma sereno e sábia, frente à certeza da finitude da vida e apesar das vicissitudes e intempéries que as contingências podem trazer (MIRANDA *et al.*, 2020).

O ser frankliano possui a dimensão *noológica* como centro, pois, é onde se originam os fenômenos específicos do *homo humanus*, tais como: a busca de sentido, a preocupação com valores estéticos, éticos e religiosos, o humor, a intencionalidade, a responsabilidade/liberdade (LUKAS, 1989). Esse aprofundamento diante esses fenômenos, pode proporcionar o indivíduo um crescimento genuíno e autêntico consigo e com o mundo ao redor.

Pacciolla (2017) acredita que o sofrimento também pode ser potencializador de crescimento, dependendo do posicionamento pessoal de cada pessoa diante dele. Portanto, mesmo em meio à situação adversa a qual estamos vivenciando, é possível produzir sentido e construir projetos de vida. A responsabilidade sempre será da pessoa, de como ela escolherá conduzir sua vida, sua existência.

Considerando a integralidade do ser humano, Frankl (1992) propõe a visão da noopsicossomática, com o intuito de compreender as influências da dimensão noológica (mente/espírito) sobre o psicofísico (AQUINO; OLIVEIRA, 2020). Conhecemos que a situação imunológica depende também da condição afetiva, e esta depende do encontro de si com o sentido da vida. Portanto, enquanto a psicossomática preocupa-se com as conexões entre a condição afetiva e a imunológica, a noopsicossomática determina a relação com a dimensão essencialmente humana. Tudo que nos afeta, toca e influencia diante nossa afetividade é construída em nossas vivências seja em relação em si, seja com o outro e principalmente com o mundo (LUKAS, 1992).

Acerca dos valores de experiência que explanam todas as vivências no decorrer da existência são as marcas na memória, que permeiam lembranças significativas e contribuem para o entendimento de uma vida com propósito e uma sensação de realização e ressignificação (MIRANDA *et al.*, 2020). Portanto, a resiliência se torna a operacionalização de algumas das consequências de se encontrar o sentido de vida (SILVEIRA; MAHFOUD, 2008).

Portanto, diante das situações que a vida nos coloca, a exemplo da pandemia avassaladora neste ano de 2020, ficam as perguntas: qual é nossa atitude pessoal e comunitária diante dos problemas? O que o mundo, as pessoas, as comunidades

podem esperar de nós? Ou seja, por mais que o meio externo influencie, faça-nos sofrer, cause-nos restrições, sempre temos uma margem de decisão, de poder de escolha, de resposta criativa e atitudinal. (DUARTE; FOSSATTI, 2020, p. 105).

No decorrer dessa pandemia estamos cada vez mais com as emoções intensificadas vivenciando um cotidiano de sofrimento principalmente da indefinição, da imprevisibilidade e das condições de isolamento e cuidados diários impostos pelo coronavírus (Covid 19) (PIMENTEL; SILVA, 2020). Por isso, é preocupante como nossa sociedade está lidando com seu sentido de vida, já que segundo Frankl (2012) a noopsicossomática compreende que um fracasso na realização de sentido, pode deteriorar a condição afetiva, o que pode consequentemente aumentar o risco de doença física, ou até mesmo e principalmente interferir no sistema imunológico.

Cuidar não é um ato isolado, mas um conjunto de práticas relacionais, como vínculos afetivos, que envolve dedicação, compreensão e responsabilidade. O desenvolvimento psicológico de uma pessoa está relacionado com a sociedade em que está inserida no momento. Para isso, faz-se necessário também uma vida de flexibilidade, abertura para o novo e para as possibilidades que o devir pode trazer (MIRANDA *et al.*, 2020).

A nossa humanidade atravessa um momento singular, o qual exige, além do saciar das necessidades básicas, busca por sentido ou significado das formas de existência. Nesses tempos sombrios, já não basta mais ter o mínimo ou necessário para viver; é preciso, principalmente, diariamente, construir sentidos para continuar a existir (MASLOW, 1943). É nessa perspectiva de conhecer, refletir e dar novo sentido que a espiritualidade de Frankl nos presenteia e amplia nossa visão afirmando que a unidade de cada ser reside em sua dimensão noológica (FRANKL, 2011).

De acordo com o estudo feito por Oliveira e Junges (2012) a espiritualidade está a favor da mudança e promove mudança. A busca pelo sentido da vida foi relatada em todas as entrevistas feitas pelo estudo desses autores, em algumas de forma direta e em outras através de reflexões, apontando para a espiritualidade como aquela que auxilia no processo de busca de sentido e saúde mental.

Pontes *et al.* (2015) realizaram uma pesquisa em pessoas com HIV/AIDS, foram encontradas correspondência entre a religiosidade/espiritualidade e sua influência na percepção da presença de sentido na vida, se associando inclusive com os afetos positivos. Estes influenciam na percepção do passado, que por fim, afetam o sistema imunológico. De acordo com as evidências deste estudo as implicações dos efeitos das práticas religiosas e espirituais no sistema imunológico (AQUINO; OLIVEIRA, 2020).

As relações entre imunidade e afetos, já era reconhecida por Frankl, inclusive ele já enxergava relação entre os afetos positivos/negativos e suas possíveis consequências no tocante ao sentido na vida, diante a realização/frustração de cada pessoa (FRANKL, 1989). Podemos correlacionar às práticas religiosas ou espirituais ao fortalecimento do organismo, tendo como mediadora os afetos vivenciados pelo ser (AQUINO; OLIVEIRA, 2020).

A influência da espiritualidade tem demonstrado notórias implicações sobre a saúde, podendo até ser entendido também como um fator de prevenção ao desenvolvimento de doenças ou redução de suas consequências (AQUINO; OLIVEIRA, 2020). Buscando entender como está sendo para nossa sociedade permanecer tanto tempo afastada de muitas relações afetivas, convivendo com o medo constante da incerteza, faz-se necessário entender como esses indivíduos enxergam suas vidas a partir de agora e de que maneiras estão buscando e/ou encontrando seu sentido de vida e quais os sentimentos estão afetando nossa sociedade diante da correlação com o sentido de vida.

### **3 OBJETIVO GERAL**

Conhecer em que medida o enfrentamento espiritual a pandemia do Covid-19 se associa a percepção do sentido na vida e aos afetos positivos e negativos.

#### **3.1 Objetivo primário**

Construir e validar uma Escala de Enfrentamento Espiritual perante a Pandemia do Coronavírus (Covid-19).

#### **3.2 Objetivo secundário**

Conhecer em que medida o sentido de vida está associado aos afetos positivos e negativos durante a pandemia do Coronavirus (Covid-19).

## CAPITULO II: DESDOBRAMENTOS DA PESQUISA E SEUS RESULTADOS

### 4 PERCURSO METODOLÓGICO

A pesquisa foi realizada através da metodologia de cunho quantitativo, com uma amostra de 243 participantes. O processo de coleta iniciou-se no mês de maio de 2020 até agosto de 2020. O número de participantes foi pensado e escolhido antes da realização do estudo, e foi considerado significativo para os objetivos da pesquisa.

Quando falamos de Pesquisa Quantitativa temos que observar que ela é especialmente projetada para gerar medidas precisas e confiáveis que permitam uma análise estatística. É apropriada também para medir opiniões, atitudes e preferências como comportamentos. Esta técnica de pesquisa também deve ser usada quando se quer determinar o perfil de um grupo de pessoas, baseando-se em características que elas têm em comum (MORESI, 2003).

Nessa perspectiva a pesquisa Quantitativa foi realizada através de um estudo em formato online, que estavam divididas em partes. A primeira corresponde o termo de consentimento livre e esclarecido; dados sociodemográficos; Questões específicas sobre o coronavírus (Covid-19); seguidas de Escala de Enfrentamento perante a Pandemia do Coronavírus (Covid-19) escala 1; Questionário Sentido de vida; Escala de afetos positivos e negativos.

#### 4.1 Instrumentos

Escala de Enfrentamento Espiritual perante a Pandemia do Coronavírus (EEPEC). Foi construída especificamente para o presente estudo tendo como base a teoria da Logoterapia e Análise Existencial (FRANKL, 1991). Seu objetivo é aferir o estilo de enfrentamento em relação à pandemia de Covid-19. É constituída por 26 itens dispostos em uma escala de quatro pontos (1 = nunca, 2 = raramente, 3 = às vezes e 4 = frequentemente). Alguns exemplos dos itens são: “Refleti sobre o sentido dessa Pandemia para a minha vida”; “Realizei alguma atividade artística para me distanciar da Pandemia”.

O Questionário Sentido de Vida (QSV) é formado por dez itens avaliados em escala de 7 pontos. Para a construção da escala já validada, foi solicitada autorização para adaptá-la ao contexto brasileiro. Após receber resposta favorável, iniciou-se a tradução do idioma inglês para o português; após a adaptação, foi feito um estudo para sua validação ano de 2015 (AQUINO *et al.*, 2015). A escala possui dois fatores: Presença de sentido (Exemplo: *Eu compreendo o sentido da minha vida*) Busca de sentido “(Exemplo: *Eu sempre estou em*

*busca do sentido da minha vida*). Os itens são dispostos em uma escala de 7 pontos, variando de: Totalmente falso 1 a Totalmente verdadeiro 7.

A Escala de afetos Positivos e Negativos foi originalmente elaborada por Diener e Emmons (1984) para avaliar a valência dos afetos que comprovam a adequação de seus parâmetros psicométricos. Ela é formada por nove adjetivos, sendo 4 positivos e 5 negativos. Os afetos positivos são: feliz, alegre, satisfeito e divertido; e os negativos são: deprimido, preocupado, frustrado, raivoso e infeliz.

Com o objetivo de equilibrar o número de adjetivos para ambos os tipos de afetos, Chaves (2003) acrescentou em sua pesquisa mais um adjetivo para o afeto positivo: otimista. O instrumento avalia quanto o participante tem vivenciado cada uma dessas emoções nos últimos dias. Os itens são respondidos numa escala de sete pontos, variando de 1- Nada a 7- Extremamente. Nesse estudo de Chaves (2003) o Alfa de Cronbach dos afetos positivos foi de 0.84 e o de afetos negativos foi de 0.71. Nesse sentido a versão que foi escolhida para nosso estudo foi a referente ao estudo de (CHAVES, 2003; CHAVES, 2007).

O Questionário Sociodemográfico foi construído para descrever unicamente o perfil dos participantes do estudo a partir do contexto da pandemia, da quarentena e do isolamento social. Foi solicitado que os participantes descrevessem: “quanto tempo passou a quarentena”; “com quem passou a quarentena”; “Testou positivo para Coronavírus (Covid-19)”. Ademais, solicitaram-se as seguintes informações: Sexo, gênero, etnia, religião, profissão, cidade onde residia, comorbidades, medicações que utilizavam. Também foi perguntado acerca de alguns sintomas (ex. tosse seca, febre, cansaço, dificuldade para respirar).

#### **4.2 Procedimento para coleta de dados**

A pesquisa foi realizada em formato online, os instrumentos foram inseridos *online* em formulários *Google*, assim como Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), para que cada participante pudesse conhecer a pesquisa e decidir afirmativamente ou negativamente sobre a sua participação. As plataformas para a divulgação da pesquisa foram: E-mail, Facebook, WhatsApp e Instagram, ficando disponível para respostas por cerca de quatro meses. Após ser atingido o número de participantes que era preciso, foi encerrada a recepção para novas respostas. Enquanto a pesquisa estava online, houve uma intensificação das reuniões, leituras e estudos sobre a parte teórica e parte estatística.

Em seguida foi iniciada a transcrição dos formulários *Google* para o documento do Excel. Posteriormente, realizou-se a categorização dos dados sociodemográficos e as análises

de cada escala através do SPSS versão 18. As análises dos dados obtidos pela pesquisa foram analisadas a luz da teoria de Viktor Frankl, correlacionando entre ela, espiritualidade, pandemia coronavírus (Covid-19) e saúde mental.

#### **4.3 Procedimentos éticos**

Em concordância com a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, todas as diretrizes acerca de pesquisas envolvendo seres humanos foram respeitadas. Os participantes foram informados sobre o caráter voluntário de sua participação, sobre o sigilo e anonimato das informações fornecidas; a coleta de dados apenas ocorreu condicionada a resposta afirmativa do participante do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O documento em questão foi disponibilizado em formato *online*, antecedendo o início do preenchimento da pesquisa.

Esses dados ficaram sob a posse da pesquisadora responsável e do seu orientador. Ainda no TCLE foi solicitada também a autorização para apresentar os resultados do estudo em eventos da área de ciências das religiões e afins e publicar em revista científica, mantendo durante a publicação dos resultados o nome de cada participante em sigilo. Foi oferecido a cada participante que sentisse qualquer desconforto durante o preenchimento da pesquisa, além de poderem abandonar a pesquisa caso isso ocorra também foi disponibilizado uma escuta terapêutica emergencial que seria realizada por qualquer um dos pesquisadores. Considerando que, ambos são Graduados em Psicologia com inscrição no Conselho Regional de Psicologia (CRP).

O projeto de pesquisa foi aprovado no Comitê de Ética da UFPB sob o Parecer: 4.481.925, no ano de 2020, tendo como Instituição Proponente o Centro de Educação. O projeto foi considerado pertinente na situação pandêmica atual.

#### **4.4 Critérios de inclusão**

O Estudo foi direcionado ao público maior de dezoito anos, brasileiro, que concordasse em responder a pesquisa via formulário do *Google*, que residam fora ou em território nacional. Este também irá respeitar as normas estabelecidas pelo Comitê de Ética em Pesquisas, tendo como base a resolução 466/12, prezando pelo respeito à dignidade, liberdade e autonomia do ser humano.

#### **4.5 Critérios de exclusão**

Para os critérios de exclusão destaca-se: não ser brasileiro; deter baixa escolaridade não conseguindo compreender as etapas da pesquisa; não possuir computador, celular para a realização da mesma; não possuir acesso à internet e não responderam a todos os questionamentos da pesquisa.

#### **4.6 Análise dos dados**

Para análise no Estudo foi utilizado O software SPSS – Statistical Package for the Social Sciences teve origem em 1968, na Chicago University, sendo muito divulgado e com utilização global até o momento (LAUREANO; BOTELHO, 2017). Podemos compreender que O SPSS é, portanto, um pacote estatístico, que possui diferentes módulos, desenvolvido para o uso nas inúmeras áreas de conhecimento. Pode-se afirmar que está baseado no ambiente Windows, sendo de manuseio fácil e abrangente, permitindo-se realizar uma grande variedade de análises estatísticas e gráficas (análises descritivas, análises inferenciais multivariadas, módulos gráficos, entre outros) (PILATI; PORTO, 2008).

Os questionários foram disponibilizados por meio da plataforma *Google Forms*. Após a coleta, os dados foram transcritos para o programa SPSS Versão 18. Foram realizados os seguintes testes: análise fatorial, teste de correlação de Pearson. Para a descrição da amostra, serão utilizadas estatísticas de medidas centrais, tais como: média e desvio padrão.

## 5 RESULTADOS

### 5.1 – Dialogando sobre os dados sócios demográficos

Participaram do estudo 243 pessoas no formato online, a abrangência da pesquisa intercalou 17 estados, entre elas 72 cidades. Estados com maiores números de questionários respondidos foram: PB, MG, BA, SP, PE, PR, DF, MA, RN e os Estados com menores números de questionários respondidos foram: PI, RO, TO, PA.

Desse total de participantes, 42% eram do sexo masculino e 58% do sexo feminino. De acordo com a orientação sexual, 69,13% se intitularam heterossexual; 16,46% homossexual; 13,16% bissexual; 1,23% pansexual e 0,41% queer. Percebe-se que houve um quantitativo maior de mulheres respondendo a pesquisa. Com relação à Etnia, mais da metade se considera Branca com 53%, seguido de Pardo com 35%, Negra com 9,4% e indígena com menor índice, 0,4% aproximadamente.

Com relação à religião, houve 181 respostas, dentre todas as religiões citadas por cada participante foi realizado o recorte das mais citadas em um quantitativo de porcentagem descrito na tabela abaixo:

**Tabela 1** - porcentagem da autoatribuição religiosa dos participantes do estudo.

<b>Religião</b>	<b>Porcentagem %</b>
Católicos	32%
Não Pratica, Não possui ou sem Religião	24%
Cristão	10%
Agnóstico	5%
Ateísta	4,5%
Espiritismo	4%
Protestante	4%
Umbanda	2%
Evangélico	2%

**Fonte:** Autoria da pesquisadora (2021).

Quando questionados sobre suas profissões, (n=200) pessoas delimitaram as suas, houve uma porcentagem considerável de estudantes, cerca de 29%, nesse percentual há alunos do curso Técnico, Graduação e Pós-Graduação. Do curso de Graduação os cursos mais

citados foram: Psicologia, Química, Enfermagem, Ciências Biológicas, Engenharia Elétrica, Sistema para internet, Geografia, Marketing, Nutrição, Serviço Social, Filosofia, Física, Odontologia, Comunicação em Mídias Digitais, Pedagogia, Arquivologia, Biomedicina, Tecnologia em Alimentos, Biotecnologia, Terapia Ocupacional, Letras.

Enquanto a Pós-Graduação as especialidades mais citadas foram: Psicologia, Neurociência, Neuropsicologia, Engenharia Química, Residência Multiprofissional, Psicologia Social, Modelos de Decisão e Saúde, Matemática, Administração, Botânica, Educação, Artes, Educação Física.

Quando questionados sobre onde concluíram ou estão para concluir sua graduação e/ou pós, 30 Universidades e Faculdades diferentes foram citadas, algumas delas: UFCG, UFPB, UFPE, UNIPÊ, UFSC, UFSM, UFRN, UERJ, USP, etc. No Total sobre as instituições de nível superior, 71,68% apontaram as Instituições Públicas e 28,31% Instituições Privadas.

Além da profissão de estudante, houve também Psicólogos, com cerca de 15%, seguidos dos professores com cerca de 12% compreendendo as áreas de Literatura, Ensino Religioso, Letras, Ciências Sociais, Psicologia. No total apareceram 59 profissões. Exemplificando algumas que também foram citadas: Jornalista 2%, Servidor Público 2,5%, Cirurgião Dentista 2%, Farmacêutico 1,5%, Pedagoga 1,5%, Administradora 1,5%, Assistente de biblioteca 1%, etc. Na pesquisa 3% das pessoas responderam estar aposentado no momento e 1% afirmaram está desempregado. Percebeu-se que cerca de 22,5% optaram por não responder ou intitular suas profissões.

No que diz respeito ao estado civil houve uma prevalência de pessoas solteiras que correspondeu a 65,84%, seguidos de Casado com 17,28%, Divorciado 6,17%, União Estável 9,46% e Viúvo com 0,41.

Outra assertiva presente no questionário sociodemográfico era se possuía algum diagnóstico médico antes da Pandemia do Coronavírus (Covid-19) e se fazia uso de alguma medicação. Na primeira questão 31,27% responderam que sim e 68,73% que não. Algumas das principais comorbidades citadas foram: Asma, Rinite alérgica, Ansiedade, Depressão, Espectro Bipolar, Pressão alta, Síndrome do Pânico, Problemas Pulmonares (Broncoscopia), Nódulo mamário, Arritmia cardíaca, Diabetes, Hipertireoidismo, HIV+, Bronquite. Inclusive, elas também são consideradas fator de risco para a Covid-19.

No que diz respeito ao uso de medicação 33,74% responderam que fazem uso de alguma medicação e 66,25% apontaram que não fazem uso de medicação. Dois pontos bastante interessantes: Algumas pessoas responderam que não possui diagnóstico, mas fazem uso de alguma medicação como Clonazepam, por exemplo. Também houve relatos de outras

peessoas que dizem ter vários diagnósticos e não fazem uso de nenhuma medicação apropriada.

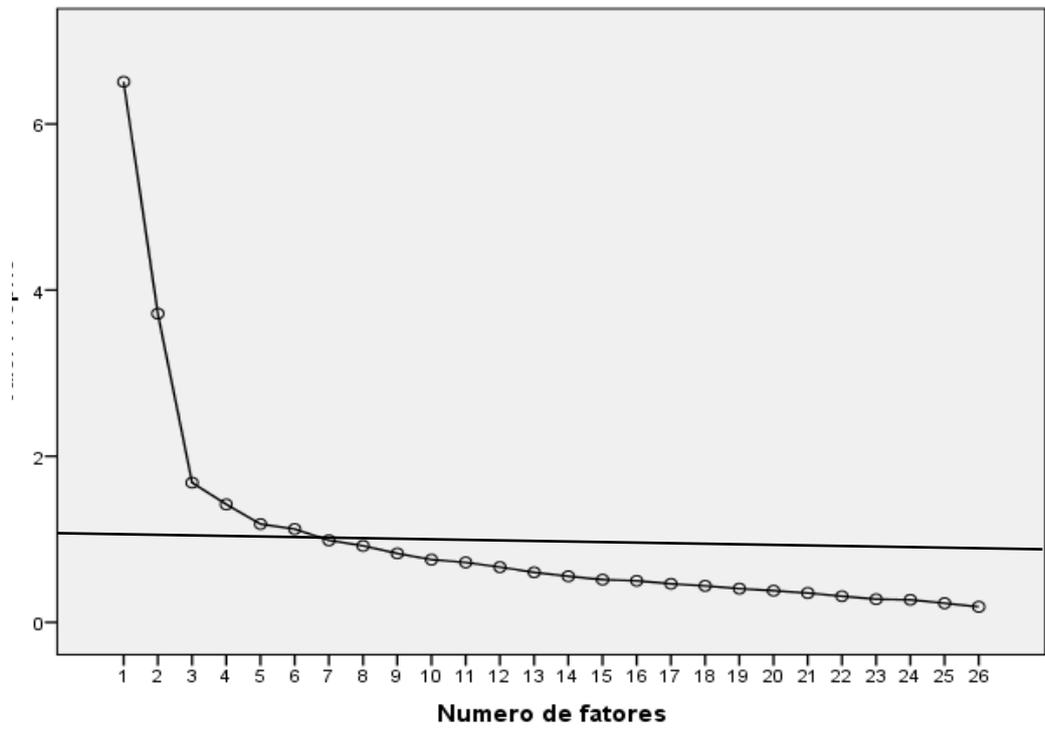
No quesito se testou positivo para coronavírus (Covid-19) 2,46% responderam sim e 97,94% não. Já no sentido de seguirem a quarentena 88,47% apontaram que sim e 12,34% que não. Outro fator curioso foi que quando perguntamos sobre apresentar sintomas de tosse seca, febre, cansaço, dificuldade para respirar, 20,57% afirmou sentir um ou mais desses sintomas, enquanto que 80,24% apontaram que não.

## **5.2 – Índices psicométricos da Escala Espiritual perante a Pandemia do Coronavírus (Covid-19)**

Inicialmente verificou-se a pertinência em se realizar uma análise Fatorial, o que foi atestado como plausível por meio dos seguintes indicadores: coeficiente Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) = 0,84 e Teste de Esfericidade de Bartlett,  $\chi^2 (325) = 2524,482$ ,  $p < 0,001$ . O índice de KMO foi considerado adequado para realizar uma análise fatorial, já que autores como Netemeyer, Bearden, e Sharma (2003) consideram adequados os índices acima de 0,60 - 0,70. Assim, pôde-se proceder a uma análise Fatorial por meio do método de Fatoração do eixo principal utilizando-se a rotação varimax.

Como método de retenções de fator, levou-se em consideração tanto o critério de Kaiser (1960), que sugere considerar os autovalores superiores a 1, quanto a exploração visual do gráfico de Cattell (Figura 1). Dessa forma, conforme sugerem esses métodos, podem-se considerar seis fatores, que juntos explicam 60,1% da variância. Os fatores emergentes podem ser observados na Tabela 1.

**Figura 1-** Distribuição gráfica dos valores próprios.



**Fonte:** A autoria da pesquisadora (2021).

**Tabela 1-** Análise Fatorial da escala EEPEC.

	Fatores					
	I	II	III	IV	V	VI
Tédio	<b>0,84*</b>	-0,12	0,03	0,01	0,11	0,04
Frustração	<b>0,73*</b>	-0,09	0,19	-0,01	0,09	-0,09
Angústia	<b>0,59*</b>	-0,09	<b>0,46*</b>	0,24	0,04	-0,01
O que a vida espera pós pandemia	<b>0,57*</b>	<b>0,39*</b>	0,18	0,063	0,03	0,10
Solidão	<b>0,56*</b>	-0,11	<b>0,38*</b>	0,11	-0,08	-0,04
Lembranças de momentos de alegria	<b>0,48*</b>	<b>0,41*</b>	<b>0,31*</b>	0,07	0,28	-0,14
Fazer Humor	0,22	0,08	0,01	0,11	-0,09	0,06
Esperançar	-0,03	<b>0,64*</b>	-0,07	0,14	0,16	0,15
Crescimento interior	-0,10	<b>0,54*</b>	-0,01	<b>0,30*</b>	0,21	0,19
O que é essencial a vida	0,20	<b>0,49*</b>	0,28	0,25	0,21	0,18
Apreciar Natureza	0,06	<b>0,44*</b>	0,20	0,15	0,11	<b>0,44*</b>
Liberdade para	-0,07	<b>0,41*</b>	-0,15	0,07	0,12	0,16
Sentido para ficar em casa	-0,01	<b>0,38*</b>	<b>0,30*</b>	-0,06	0,21	0,19
Medo do Coronavírus (Covid-19)	0,27	0,01	<b>0,78*</b>	0,08	-0,05	0,01
Medo de morrer	0,18	-0,04	<b>0,72*</b>	0,23	0,05	0,12
Escutar música	0,19	0,19	<b>0,37*</b>	0,06	0,28	0,18
Sentido de tantas mortes	0,18	0,14	0,15	<b>0,81*</b>	0,08	-0,02
Por que tanto sofrimento	0,17	0,04	<b>0,32*</b>	<b>0,62*</b>	0,16	0,01
Sentido da Pandemia	0,13	<b>0,38*</b>	0,10	<b>0,59*</b>	0,20	0,04
Praticas religiosas espirituais	-0,13	<b>0,30*</b>	-0,08	<b>0,43*</b>	<b>0,30*</b>	0,17
Transmitir mensagem	0,02	0,27	0,07	0,12	<b>0,76*</b>	0,16
Consolar pessoas	0,12	0,27	0,06	0,23	<b>0,56*</b>	0,16
Ajudar pessoas	-0,07	0,10	-0,05	0,16	<b>0,36*</b>	0,25
Empatia diante o sofrimento	0,28	<b>0,33*</b>	0,28	0,09	<b>0,35*</b>	-0,03
Meditação, Yoga, praticas alternativas	-0,07	0,27	0,13	0,17	0,12	<b>0,64*</b>
Atividade artística	0,08	0,15	0,02	-0,14	0,21	<b>0,54*</b>
Número de itens	6	11	8	5	5	3
Valor próprio	6,51	3,72	1,68	1,42	1,18	1,12
% de variância explicada	25,03	14,30	6,47	5,46	4,55	4,32
Alfa de Cronbach	0,83	0,82	0,80	0,77	0,70	0,66

Nota: \* Carga fatorial considerada para a pertença ao fator  $\geq 0,30$

Fonte: Autoria da pesquisadora (2021).

O Fator I reuniu 6 fatores com saturação variando de 0,089 (Senti-me entediado (a) por estar em quarentena) a 0,476 (Lembrei-me dos momentos de alegria que aconteceram antes da pandemia). Obteve valor total de 6,509, explicando 25,033% da variância total. A consistência do desse fator foi verificada através do Alfa de Cronbach, que resultou num coeficiente de 0,832, com média de 18,36, variância de 17,754 e desvio padrão de 4,214. Neste sentido foi atribuída ao fator a nomeação de: Condição de Frustração Existencial.

Enquanto que o Fator II agregou onze 11 itens com variação entre 0,638 (Senti-me esperançoso durante o período de quarentena) e 0,302 (Realizei alguma prática religiosa ou

espiritual para enfrentar melhor essa Pandemia). Seu valor total foi de 3,717 determinando 14,296% da variância total. A consistência do fator foi analisada pelo Alfa de Cronbach e teve como resultado 0,815, com média 33,70, variância e desvio padrão 37,865 e 6,153 respectivamente. Este fator foi denominado de: Resiliência.

Com relação ao fator III, o mesmo agrupou 8 itens com variação de 0,778 (Senti medo de contrair o Coronavírus (Covid-19) a 0,303 (Encontrei um sentido para permanecer em casa/apartamento). Obteve valor total de 1,681 e variância total de 6,466%. O Alfa de Cronbach obteve como resultado 0,796 com média de 23,97, Variância de 26,686 e desvio padrão de 5,166. Esse fator foi denominado de: Medo.

De acordo com o fator IV, houve um conjunto de cinco itens agrupados, possuindo uma variação entre 0,810 (Questionei sobre o sentido de tantas mortes no mundo) e 0,303 (Tive momentos que me proporcionaram um crescimento interior). Possui valor total de 1,420 e variância total de 5,461%. A consistência do fator de acordo com o Alfa de Cronbach foi de 0,767, tendo como média 14,72. A variância deste fator foi 13,274 e seu desvio padrão foi de 3,643. Nomeou-se tal fator de: Ressignificação de Sentido.

O fator V reuniu cinco itens, possuindo variação de 0,759 (Transmiti mensagens para consolar as pessoas nesse momento e 0,301 (Realizei alguma prática religiosa ou espiritual para enfrentar melhor essa Pandemia). Teve como valor total e variância total 1,184 e 4,552% respectivamente. Possui Alfa de Cronbach no valor de 0,704 e média de 14,43. Sendo sua Variância de 11,127 e desvio padrão de 3,336. O nome desse fator foi intitulado de: Autotranscedência.

No que diz respeito a fator VI, houve o agrupamento de três itens intercalando-se entre 0,639 (Realizei Meditação, Yoga ou práticas alternativas durante a Pandemia) e 0,441 (Apreciei a natureza apesar da Pandemia). Obteve valor total de 1,122 e variância total de 4,316%. A consistência do fator de acordo com o Alfa de Cronbach foi de 0,656, tendo como média 7,64. A variância deste fator foi 6,807 e seu desvio padrão foi de 2,609. O nome referente a esse fator é: Formas de Enfrentamento Espiritual.

### **5.3 – Correlações entre a Escala de Enfrentamento Espiritual perante a Pandemia do Coronavírus (EEPEC) e as variáveis do estudo: sentido de vida e Afetos Positivos e Negativos**

Procurou-se conhecer em que medida as subescalas da EEPEC se correlacionam com o grau de presença e busca de sentido. A presença de sentido se associou positivamente com os fatores Resiliência ( $r = 0,49, p < 0,001$ ), Resignificação de Sentido ( $r = 0,36, p < 0,001$ ), autotranscedência ( $r = 0,46, p < 0,001$ ) e Enfrentamento Espiritual ( $r = 0,32, p < 0,001$ ). Já em relação à busca de sentido se associaram diretamente com Frustração Existencial ( $r = 0,26, p < 0,001$ ), Resiliência ( $r = 0,31, p < 0,001$ ), Medo ( $r = 0,40, p < 0,001$ ), Resignificação de Sentido ( $r = 0,29, p < 0,001$ ) e Autotranscedência ( $r = 0,16, p < 0,01$ ).

No que se refere aos afetos positivos, esta variável se correlacionou negativamente com Frustração Existencial ( $r = -0,20, p < 0,002$ ), Resiliência ( $r = 0,50, p < 0,001$ ), Resignificação de Sentido ( $r = 0,36, p < 0,001$ ), Autotranscedência ( $r = 0,43, p < 0,001$ ), Enfrentamento Espiritual ( $r = 0,31, p < 0,001$ ). Por outro lado, os afetos negativos se associaram positivamente com Frustração Existencial ( $r = 0,64, p < 0,001$ ), Medo ( $r = 0,49, p < 0,001$ ) e negativamente com Autotranscedência ( $r = -0,13, p < 0,05$ ). Por fim, a presença de sentido se associou diretamente com os afetos positivos ( $r = 0,58, p < 0,001$ ) e inversamente com afetos negativos ( $r = -0,24, p < 0,001$ ), já a busca de sentido se correlaciona com afetos negativos ( $r = 0,25, p < 0,001$ ).

## 6 DISCUSSÃO

Este estudo teve como objetivo geral: Conhecer em que medida o enfrentamento espiritual a pandemia do Covid-19 se associa a percepção do sentido na vida e aos afetos positivos e negativos. Para atingir tal escopo, tornou-se necessária a construção e validação de uma Escala de Enfrentamento Espiritual perante a Pandemia do Coronavírus (Covid-19). Observou-se que a escala apresentou ótimos índices de adequação e validação. Nosso objetivo secundário foi conhecer em que medida o sentido de vida está associado aos afetos positivos e negativos durante a pandemia do Coronavírus (Covid-19), inclusive ele foi alcançado.

Como foi mencionado, foi realizada uma pesquisa online, de cunho quantitativo no ano de 2020. Após o participante assentir com o TCLE, ele prosseguiria para preencher os dados sociodemográficos. É importante mencionar alguns detalhes dessa coleta, até para que tenhamos uma visão mais ampla em que contexto nossos participantes estão, como estavam se informando a respeito da Covid-19 e até mesmo se haviam contraído o vírus.

Uma das variáveis que merece destaque foi no quesito religião. Quando foi pedido para se atribuírem alguma religião, houve uma predominância de 32% das pessoas se intitularem católicos, o que corrobora Coelho (2009), que traz em seu texto a população brasileira se denominando majoritariamente católica, pode associar esse dado ao efeito de colonização do Brasil. Outra característica interessante foi que tanto no texto de Coelho (2009) quanto nos dados do IBGE de 2002 (Católicos Romanos 73,77%, Evangélicos 15,44%, sem religião 7,28%, outras 3,5%) mostram uma curva ascendente de protestantes no país (BIANCO, 2007). No entanto em nossa pesquisa, se mostrou um aumento considerável de pessoas que afirmaram não praticar, não possuir religião ou até mesmo sem religião enquanto que outras religiões apresentarem baixa frequência.

No que diz respeito às comorbidades que os participantes foram questionados, se tinham algum diagnóstico ou fazia uso de medicação antes da pandemia do Covid-19 notou-se que algumas doenças bastante citadas por eles no decorrer da pesquisa se associavam aos fatores de risco pra Covid-19, por exemplo: Asma, rinite alérgica, Ansiedade, Depressão, Espectro Bipolar, Pressão alta, Problemas Pulmonares (Broncoscopia), Nódulo mamário, Arritmia cardíaca, Diabetes, Hipertiroidismo, HIV+, Bronquite (BRASIL, 2021).

Ainda de acordo com os dados socio demográficos, algumas pessoas responderam que não possuir nenhum diagnóstico, mas fazerem uso de alguma medicação como Clonazepam, por exemplo. Também se percebeu relatos de pessoas que dizem ter vários diagnósticos e não fazem uso de nenhuma medicação apropriada, ressaltando que esses diagnósticos se relacionavam ao contexto de saúde mental. Esse dado também nos permite um esboço do

quanto à saúde mental dessas pessoas na pandemia foi afetada. Ansiedade, síndrome do pânico e depressão foram bastante citadas entre esses praticantes. Esses achados fazem correlação com os estudos de (WANG *et al.*, 2020), que também faz alusão as consequências a saúde mental, citando relatos de ansiedade, depressão e estresse em tempos da pandemia do novo coronavírus (Covid-19).

Em nossa pesquisa apenas 2,46% afirmou ter testado positivo para coronavírus (Covid-19). Um fator que se merece atenção é ao fato de quando foram questionados sobre apresentar sintomas de tosse seca, febre, cansaço, dificuldade para respirar, 20,57% afirmou sentir um ou mais desses sintomas. Percebe-se um número expressivo de pessoas que tiveram sintomas, mas, quando questionados sobre ter testado positivo, o quantitativo foi bem inferior. Um dos fatores que podem corroborar com esse achado, seria o estudo de Martine & Alves (2019) que retrata bem o quanto o Brasil sofre e colhe duros frutos na maneira que está lidando com a pandemia do Covid-19. Baixa testagem na população, aglomerações, negacionismo, *fake News*, banalização da vida e dos cuidados que a Covid-19, são atitudes infelizmente recorrentes diante a política adotada pelo governo atual.

De acordo com validação da escala EEPEC, emergiram seis fatores, sendo eles: Fator I- Condição de Frustração Existencial; Fator II- Resiliência; Fator III- Medo; Fator IV- Ressignificação de Sentido; Fator V- Autotranscendência; Fator VI- Formas de Enfrentamento Espiritual.

Com relação ao primeiro fator, Frankl (1991) retrata em sua obra a condição de Frustração Existencial, que corrobora com o significado apontado pelo Fator I. Para ele a condição de frustração pode ocasionar uma perda de sentido. As pessoas que obtiveram altas pontuações nesse fator, responderam como estavam lidando não apenas com a frustração em si, mas, também com situações como o tédio, a angústia, solidão e o que esperam de mundo pós-pandemia. A quarentena, o isolamento social, influenciaram as angústias existenciais e a solidão, tornando-as mais consciente para muitas pessoas, quando antes, muitas delas sequer conseguiam refletir (GONÇALVES, 2020).

O fator II compreendeu itens como: Esperançar, crescimento interior, o que é essencial à vida, liberdade e sentido para permanecer em casa. Apesar de Frankl (1991) em sua obra não usar do termo Resiliência, podemos associar esse fator ao que o mesmo denomina de alguém “interiormente mais forte que seu destino exterior” (p.50). Ou seja, mesmo que uma pessoa esteja perante um sofrimento extremo, ela possui a decisão de transformar sua situação. Portanto, houve pessoas que conseguiram transformar a realidade que estavam

vivendo no período crítico da pandemia em novas formas de sentidos, assim a resiliência é uma das consequências de se encontrar o sentido da vida (FRANKL, 1991).

Essa transformação citada no parágrafo anterior, Frankl retrata também em sua obra trazendo como consequência dessa transformação a produção de valores interiores. Inclusive, cada pessoa possui uma compreensão ontológica pré-reflexiva, onde através de três dimensões valorativas: valores vivenciais, valores criativos e valores atitudinais conseguem intuir sentidos e significados. Sendo assim, podemos relacionar os itens citados no fator II como valores atitudinais, onde mesmo em um contexto de profundo sofrimento alguém ainda detém o poder de se posicionar diante o que lhe limita (AQUINO; OLIVEIRA, 2020).

O fator III traz o medo como forte característica nesse fator, os itens de angustia, lembranças de momentos de alegria, medo do coronavírus (Covid-19), medo de morrer aparecem com carga fatorial considerável. O medo tornou-se um companheiro permanente nessa pandemia. Lidar com a finitude lembrou a todos nossa condição humana e o encarar com uma angustia existencial. A Covid-19 ressaltou o desespero de precisar lidar com a morte e ou contaminação de familiares e amigos (SILVA, 2020). Diante essa realidade persistente, é interessante refletir que o medo pode também terminar paralisando o sujeito, impedindo até de enfrentar decisões importantes (FRANKL, 1991).

No fator IV os itens com carga fatorial significativas nesse fator foram: crescimento interior, sentido de tantas mortes, se questionarem o porquê de tanto sofrimento, sentido da pandemia e utilizar de práticas religiosas/espirituais. Frankl compreende que mesmo em situações de morte e tristeza, pode se ressignificar sentidos e acarretar crescimento (FRANKL, 2011). Porém, isso também diz respeito a maneira que iremos lidar reagir aquilo que enfrentamos (CRUZ; LIMA; CARVALHO-BARRETO, 2019).

Percebe-se que nesse fator de Ressignificação de Sentido as práticas espirituais já aparecem como formas de lidar com as nuances que a pandemia do Covid-19 trouxe. Segundo Tavares (2020) a dimensão espiritual pode trazer a cada pessoa que sofre acalento e resistência nesses tempos difíceis. A espiritualidade é essencial à dimensão do ser humano, possibilitando novas possibilidades de saúde e enfrentamento.

O fator V abarcou os itens referentes à: práticas religiosas/espirituais, transmitir mensagens, consolar pessoas, ajudar pessoas e ter empatia diante o sofrimento. Eles referenciam o próprio nome do fator: Autotranscendência. De acordo com Frankl (1991) cada pessoa precisa encontrar o sentido que rege a sua vida. Ele afirma que esse sentido precisa ser descoberto em relação com o mundo e não apenas voltado pra si mesmo, o que ele nomeia de autotranscendência. Sendo assim, o ser humano passa a se dirigir para algo ou alguém que não

seja a si mesmo e quanto, mas esquece de si mesmo, dedicando-se a uma causa ou a amar outras pessoas, mas entrará em contato com sua humanidade e com sua autorrealização.

Associado ao VI fator encontramos os itens: apreciar a natureza, utilização da meditação, do yoga e de práticas alternativas e atividades artísticas. Esse fator apontou Formas de Enfrentamento Espirituais utilizadas diante da pandemia da Covid-19. De acordo com Marinho e Gomes (2021), em 2006 foi estabelecida a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), apenas no ano de 2017, novas técnicas adentraram inclusive o Yoga e a Meditação. Essas técnicas contribuem também como uma forma de cuidado, seja como o corpo, seja com a mente, trazendo benefícios à saúde mental.

É importante também mencionar que nesse fator, as atividades artísticas se relacionam aos valores criativos que Frankl defende, onde eles são responsáveis pela reflexão e disponibilidade de cada pessoa em modificar o mundo através de algum trabalho seja ele de origem científica ou artística (AQUINO; OLIVEIRA, 2020).

Como foi mencionado, nosso objetivo geral foi conhecer em que medida o enfrentamento espiritual a pandemia do Covid-19 se associou a percepção do sentido na vida e aos afetos positivos e negativos. Em primeiro lugar observou-se a correlação da escala da EEPEC com o grau de presença e busca de sentido. A presença de sentido se associou positivamente com os fatores Resiliência, Ressignificação de Sentido, Autotranscendência e Enfrentamento Espiritual. Enquanto na busca de sentido se relacionou justamente com a Frustração Existencial, Resiliência, Medo, Ressignificação de Sentido e Autotranscendência.

De acordo com a literatura a presença de sentido tende a fazer correlações com processos que produzam crescimento interior e um sentido de vida já descoberto. Por exemplo, sabe-se que qualquer pessoa pode ter uma vida repleta de sentido, independentemente de sua idade, ou mesmo que esteja vivendo em ambientes adoecedores. Frankl (1991) afirma que se essa pessoa aprende a ir além dos desafios que estão sendo determinados pela vida, consegue encontrar um sentido pelo qual lutar. Portanto se alguém consegue transcender esse olhar, utilizando de formas de resiliência, práticas de enfrentamento espirituais, pode conseguir cultivar essa presentificação do sentido.

No que diz respeito a estar em busca de sentido, para a logoterapia essa busca é força principal que motiva o ser humano. Sendo assim, podemos encontrar esse sentido das mais variadas formas, e como já foi citado, principalmente através de três maneiras que seriam: “criando um trabalho ou praticando um ato; experimentando algo ou encontrando alguém; pela atitude que tomamos em relação ao sofrimento inevitável” (p.75). Quando essa busca

consegue ser bem sucedida isso não só pode acarretar felicidade, como também possibilidade para o enfrentamento diante o sofrimento (FRANKL, 1991).

Segundo Pacciolla (2017) o sofrimento pode ser uma forma também de crescimento, isto vai depender de como cada pessoa vai lidar com as dificuldades que estão surgindo. Como observamos na relação da escala EEPEC com a busca de sentido, foram percebidos processos que estão conduzindo a pessoa ao encontro desse sentido. Por exemplo, não só o sofrimento pode ser mobilizar dessa busca, mas também o medo, a frustração, a angústia. Sendo assim, essa relação nos mostrou uma correlação com a literatura, onde em meio a situações adversas que estamos vivenciando por conta da pandemia do Covid-19, será possível se encontrar sentido e construir novos projetos de vida. Isso irá depender apenas de cada pessoa, de como ela, irá escolher conduzir sua existência (PACCIOLLA, 2017).

No que se refere aos afetos positivos e negativos, foi importante conhecer em que medida eles se relacionavam com a escala EEPEC. Os afetos positivos se associaram diretamente com Resiliência, Ressignificação de Sentido, Autotranscedência, Enfrentamento Espiritual e negativamente com Frustração Existencial. Enquanto, os afetos negativos se associaram positivamente com Frustração Existencial, Medo e negativamente com a Autotranscedência.

Nota-se que processos relacionados ao crescimento interior e práticas espirituais, fazem correlação direta aos afetos positivos. É interessante observar que sentimentos como a frustração existencial terminam sendo inversamente proporcionais aos afetos positivos. Ou seja, quanto menor a frustração existencial, mais afetos positivos. Isso acontece também com os afetos negativos, eles geralmente envolvem sentimentos desagradáveis, inclusive em nossa escala se associaram a fatores que remetem ao enfrentamento negativo. Notou-se que a Autotranscedência se associa de forma inversa aos afetos negativos, sendo assim, quanto menor os escores deste fator, maiores foram os escores dos afetos negativos.

Entende-se afeto positivo como uma alegria autêntica em um determinado momento experienciado, que também pode fazer relação a um estado de euforia. Está associado ao sentimento de prazer, sendo também um estado emocional. Já o afeto negativo compreende-se como um estado de distração que engloba emoções que são conhecidas como desagradáveis (ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004).

É notável que a pandemia trouxe à tona a mais diversas emoções, a frustração sobre o presente e futuro, o medo do adoecimento, da finitude, a ansiedade, solidão, como também formas de enfrentamento diante o desconhecido, o novo. É interessante observar nos dados que tanto os afetos positivos quanto os afetos negativos estiveram presentes nessa amostra.

Zanon *et al.* (2013) por exemplo, afirma que vivenciar por várias vezes emoções positivas de baixa e média intensidade, é mais benéfico, que raramente viver emoções de grande intensidade. Esta afirmação também se relaciona para os afetos negativos.

Podemos também pensar em uma relação de afetos com satisfação com a vida por exemplo. Assim, alguém que se sinta feliz apresenta ótimos níveis de satisfação com a vida, uma frequência alta de afetos positivos e conseqüentemente uma baixa frequência de afetos negativos. Isto também pode ser utilizado para pessoas que estejam se sentindo infelizes, elas apresentaram provavelmente baixa satisfação com a vida e nos afetos positivos e alta frequência de afetos negativos (ZANON *et al.*, 2020).

Por fim, analisou-se o objetivo secundário do estudo, que seria verificar a associação entre sentido de vida e afetos. Observou-se, no entanto, que a presença de sentido se relacionou diretamente com os afetos positivos e inversamente com afetos negativos, já a busca de sentido se correlacionou com afetos negativos.

Os estudos de Steger (2006) apresentam a busca de sentido associada com índices de mal estar como depressão, ansiedade etc. A busca de sentido pressupõe uma baixa presença de sentido, por esse motivo os participantes da pesquisa realizada por este autor que apresentam maiores escores nessa dimensão, podem ser considerados com algum grau de vazio existencial.

A busca de sentido faz parte de todo processo humano Lukas (1989) afirma que o todo ser humano possui sua dimensão noológica, e é justamente nela que se originam fenômenos específicos, como a busca de sentido, valores éticos e religiosos, o humor, a responsabilidade/liberdade. Um aprofundamento destes fenômenos pode auxiliar em um crescimento mais autêntico consigo e com a sociedade.

Por conta da pandemia do coronavírus (Covid-19), as emoções além de intensificadas, também estão confusas, indefinidas, imprevisíveis (PIMENTEL; SILVA, 2020). Nesse sentido se torna preocupante em como todas essas emoções podem estar afetando o sentido de vida dessa população. De acordo com Frankl (2012) A noopsicossomática concebe que quando um fracasso ocorre na realização de sentido, isso pode prejudicar a condição afetiva e causar adoecimentos físicos e interferência no sistema imunológico.

Em um estudo realizado por Oliveira e Junges (2012) a espiritualidade tem a potencialidade de promover mudança. Inclusive nesse estudo a busca pelo sentido da vida foi relatada em todas as entrevistas, relacionadas com a espiritualidade. Relacionando o quanto a

espiritualidade contribui para o processo de busca de sentido e saúde mental. Essa relevância se observou também em nosso estudo, visto que as práticas espirituais estavam relacionadas à presença de sentido e formas de lidar com a Covid-19.

Outro estudo importante foi o de Pontes *et al.* (2015) que realizaram uma pesquisa em pessoas com HIV/AIDS e foram encontradas correspondência entre a religiosidade/espiritualidade e influência na presença de sentido na vida, conseqüentemente se associando diretamente com os afetos positivos (AQUINO; OLIVEIRA, 2020). Nosso estudo também corroborou com esse achado, encontrando a presença de sentido associada os afetos positivos.

Frankl, (1989) compreendia as relações entre imunidade e afetos, entre afetos positivos e negativos e as conseqüências perante o sentido da vida. Portanto, cuidados com a saúde mental, física e espiritual pode contribuir para fortalecimento do organismo, para mais presença de sentido e melhores indícios de afetos positivos.

## **7 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Observou-se que a escala EEPEC teve ótima validação e confiabilidade. Cumprindo seu propósito de se conhecer as estratégias que as pessoas estão vivendo e enfrentando a pandemia da Covid-19. As relações da escala com a presença e busca de sentido se mostraram satisfatórios e relevantes especialmente para o momento que estamos vivenciando.

Uma das limitações do estudo foi a necessidade de a pesquisa ser adaptada ao formato *online*. Possivelmente se tivesse sido feita em caráter presencial o número de pessoas poderia ser ampliado e quem sabe realizar em conjunto outra pesquisa qualitativa, que permitisse maior abrangência aos fenômenos experienciados individualmente.

A utilização da escala de afetos positivos e negativos se mostrou importante para identificarmos sua relação com presença e a busca de sentido que compreende nossa sociedade nesse período de pandemia. Os achados corroboraram com estudos relatados em outras pesquisas, o que torna essa pesquisa mais relevante, atual e necessária.

Sua relevância também abrange indicadores sociais nas estratégias de enfrentamento para a pandemia do coronavírus (Covid-19). Conhecer em que medidas as pessoas estão expressando e lidando com suas emoções possibilita desdobramentos de como auxiliar essa população tão sofrida nesses tempos.

Conforme mencionado anteriormente, vários autores encontram uma correlação direta entre os afetos positivos e o sistema imunológico, inclusive o próprio Frankl (1989) já compreendia essa associação.

É do nosso conhecimento que a Covid-19 também afeta o sistema imunológico, e se o mesmo estiver mais debilitado, ela pode evoluir o quadro. O que nos permite a reflexão se a forma como o vírus também vem se comportando no sistema imunológico dos brasileiros, não são também marcadores sociais, influenciados pelos afetos negativos em nossa vivência aqui como, por exemplo, as Fake News, atraso da vacinação, negacionismo, cultura do ódio?

É importante mencionar no quesito de bem-estar, que a confiança e a informação em um setor de saúde, pode contribuir para um melhor enfrentamento na luta contra o Covid-19. Assim quanto mais a população confia no setor da saúde e essas informações são fontes seguras, mais pessoas irão buscar informações, o que pode impactar nos afetos positivos e na qualidade da informação adquirida (SANTOS; MARIANO; PIMENTEL, 2020).

Considera-se, portanto, que um enfrentamento direcionado a uma manutenção e renovação do sentido de vida de uma pessoa, pode ser fundamental e valioso durante a pandemia da Covid-19. Inclusive Frankl (2011) afirma que a presença de sentido pode auxiliar as pessoas a transcenderem diante momentos difíceis. No caso de alguém vivenciar uma perda de sentido, por exemplo, isso acarretará uma influencia no seu funcionamento psicológico. (EISENBECK, et al, 2021).

Também se faz importante mencionar as estratégias de sobrevivência que cada pessoa está fazendo em seu cotidiano. Utilizando de resiliência, práticas alternativas e espirituais, novos sentidos, autotranscendência, escutar músicas, apreciar a natureza. Sendo assim, mesmo diante do caos que a pandemia deixou, existem pessoas que estão se reinventando em seu sentido em direção à vida. E quem sabe esse esperançar possa nos ajudar nesse novo mundo de pós-pandemia.

## REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, A. S.; TRÓCCOLI, B. T. Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 20, p. 153-164. 2004.
- AQUINO, T. A. A. *et al.* Questionário de Sentido de Vida: Evidências de sua validade fatorial e consistência interna. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 35, n. 1, p. 4-19. 2015.
- AQUINO, T. A. A.; OLIVEIRA, K.G. Religiosidade e Espiritualidade no Contexto da Saúde: uma perspectiva noopsicossomática. In: ALMINHANA, L. O.; FREITAS, M. H.; AQUINO, T. A. A. (Org.). **Experiências Religiosas, Espirituais e Anômalas: Desafios para a saúde mental**. João Pessoa: UFPB, cap. 2, 2020, p. 53-74.
- ARANGO, C. Lessons learned from the coronavirus health crisis in Madrid, Spain: How COVID-19 has changed our lives in the last 2 weeks. **Biol Psychiatry**, v. 88, n. 7, p. 33-34. 2020. Disponível em: <[https://www.biologicalpsychiatryjournal.com/article/S0006-3223\(20\)31493-1/pdf](https://www.biologicalpsychiatryjournal.com/article/S0006-3223(20)31493-1/pdf)>. Acesso em: 19 jul. 2020. DOI: 10.1016/j.biopsych.2020.04.003.
- BARBOSA, A. M.; VIEGAS, M. A. S.; BATISTA, R. L. N. F. F. Aulas presenciais em tempos de pandemia: relatos de experiências de professores do nível superior sobre as aulas remotas. **Revista Augustus**, v. 25, n. 51, p. 255-280. 2020.
- BARBOSA, L.; ALBUQUERQUE, E. N. Ansiedade em tempos de pandemia. In: BARBOSA, L. *et al.* (Org.). **Estratégias de enfrentamento, reflexões e orientações na pandemia covid-19**. 1. ed. Recife: FPS, 2020.
- BARROS-DELBEN, P.; CRUZ, R. M.; TREVISAN, . K. R. R.; GAI, M. J. P.; CARVALHO, R. V. C. de; CARLOTTO, P. A. C.; ALVES, R. B.; SILVESTRE, D.; RENNEN, C. O.; SILVA, A. G. da; MALLOY-DINIZ, L. F. Saúde mental em situação de emergência: Covid-19 . Debates em Psiquiatria, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 18–28, 2020. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/38>. Acesso em: 19 set. 2021
- BAUMAN, Z. **Globalização: as consequências humanas**. Rio de Janeiro: Zahar, 1999.
- BIANCO, G. Pluralismo religioso brasileiro e a crise de sentido. **Revista Brasileira de História das Religiões**, p. 1-12. 2007.

BOFF, L.; HATHAWAY, M. **O tao da libertação**: explorando a ecologia da transformação. Petrópolis: Vozes, 2012.

BRASIL, 2021. **Boletim epidemiológico nº 44**. Secretaria da Vigilância em Saúde. Ministério da Saúde. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2021/janeiro/07/boletim\\_epidemiologico\\_covid\\_44.pdf](https://www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2021/janeiro/07/boletim_epidemiologico_covid_44.pdf). Acesso em: 14 jun. 2020.

BROOKS, S. K *et al.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **Lancet**, 395(10227):912-920. 2020.

BOVERO, A. *et al.* Spirituality, quality of life, psychological adjustment in terminal cancer patients in hospice. **Eur J CancerCare**, v. 25, n. 6, p. 961-969, nov. 2016. DOI: 10.1111/ecc.12360.

CACIOPPO, J. T. *et al.* Social isolation. **Ann N. Y. Acad. Sci.**, [S.l.], v. 1.231, p. 17-22, Aug. 2011.

CALLAI, C. Carta à Isis. In: MUNIZ, A. G. C. R.; CALLAI, C.; INSFRAN, F. F. N. (Org.). **Cartas às nossas crianças**: memórias para um futuro pós-pandemia. São Carlos: Pedro & João, 2020. p. 14-17.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA - Resolução do exercício profissional nº 4, de 26 de março de 2020.

CALVANI, C. E. B. **Espiritualidades não-religiosas**: desafios conceituais. Horizonte, Belo Horizonte, v. 12, n. 35, p. 658-687, jul./set. 2014. Disponível em: <<http://periodicos.pucminas.br/index.php/horizonte/article/view/P.21755841.2014v12n35p8>>. Acesso em: 13 jan. 2020.

CARVALHO, J. J. O encontro de velhas e novas religiões: esboço de uma teoria dos Estilos de Espiritualidade. In: MOREIRA, A.; ZICMAN, R. (Org.) **Misticismo e novas religiões**. Petrópolis, RJ: Vozes; Bragança Paulista, SP: Instituto Franciscano de Antropologia da Universidade de São Paulo, 1994.

CHAVES, S. S. S. **O bem-estar subjetivo e os valores humanos em músicos e advogados da cidade de João Pessoa**. Tese (Doutorado em Psicologia, Sociedade e Qualidade de Vida). 342 f. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, RN, 2007.

CHAVES, S. S. S. **Valores como preditores do bem-estar subjetivo**. Dissertação (Mestrado). Departamento de Psicologia, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB, 2003.

COELHO, L. D. (2009). Trânsito religioso: uma revisão exploratória do fenômeno brasileiro. *Vox Faifae: Revista de Teologia da Faculdade FASSEB*, 1(1).

COELHO JUNIOR, A. G.; MAHFOUD, M. As Dimensões Espiritual e Religiosa da Experiência Humana: distinções e inter-relações na obra de Viktor Frankl. *Psicol. USP*, São Paulo, v. 12, n. 2, p. 95-103, 2001. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-65642001000200006&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65642001000200006&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 13 Abril. 2020.

COUTINHO, J. P. Religião e outros Conceitos. *Sociologia, Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, v. 24, p. 171-193, 2012. Disponível em: <<http://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/10763.pdf>>. Acesso em: 14 abr. 2020.

COVID-19 Coronavirus a pandemic [cited April 13st, 2020]. Available from: <https://www.worldometers.info/coronavirus/>.

da Cruz, F. T. I., de Lima, C. C., & de Carvalho-Barreto, A. (2019). RESILIÊNCIA E SENTIDO DA VIDA: RELAÇÕES ENTRE A PSICOLOGIA POSITIVA E A LOGOTERAPIA. *Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC)*, 4(1).

DIAS, F. A. *et al.* Saúde Pública e a pandemia COVID-19: desafios para a saúde global. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, v. 9, n. 7, p. 1-16, 2020. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4188>>. Acesso em: 11 nov. 2020. DOI: 10.33448 / rsd-v9i7.4188.

DIAS, J. A. A. *et al.* Reflexões sobre distanciamento, isolamento social e quarentena como medidas preventivas da COVID-19. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 2020.

Diener, E. & Emmons, R. A. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1105-1117.

DUARTE, J. L.; FOSSATTI, P. A produção de sentido em jovens secundaristas à luz da teoria de Viktor Frankl. *Revista de Educação ANEC*, v. 48, n. 161, p. 103-122, 2020.

EISENBECK, N. *et al.* Um estudo internacional sobre coping psicológico durante o COVID-19: Rumo a um estilo de coping centrado no significado. **Jornal Internacional de Psicologia Clínica e da Saúde**, v. 22, n. 1, pág. 100256. 2021.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido**: Um Psicólogo nos campos de concentração. Tradução de Walter Schlupp e Carlos Aveline. Petrópolis: Vozes, 1991.

FRANKL, V. E. **A vontade de sentido**: fundamentos e aplicações da logoterapia. Sao Paulo: Paulus, 2011.

FRANKL, V. E. **La idea psicologica del hombre**. Madrid: Rialp. 1983.

FRANKL, V. E. **Logoterapia e análise existencial**: Textos de seis décadas. Rio de Janeiro: Forense Universitaria, 2012.

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

FRANKL, V. E. **Logoterapia e análise existencial**. Campinas: Workshopsy, 1995.

FRANKL, V. E. **Fundamentos antropológicos da psicoterapia**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1978.

FRANKL, V. E. **Teoría y terapia de las neurosis**: Iniciación a la logoterapia y análisis existencial. Madrid: Herder, 1992.

GEBARA, I. **Religião e pandemia Covid 19**. São Leopoldo: IHU, 2020. Disponível em: <<http://www.ihu.unisinos.br/78-108espiritualidade-em-tempos-de-pandemia-noticias/600224-religiao-e-a-pandemia-covid-19-artigo-deivone-gebara>>. Acesso em: 22 jun. 2020.

GEERTZ, C. A religião como sistema cultural. *In*: **Interpretação das Culturas**. Rio de Janeiro: LTC, 2012. p. 65-91.

GIOVANETTI, J. P. “O Sagrado na psicoterapia”. *In*: ANGERAMI-CAMON, V. A. (Org.) **Vanguarda em Psicoterapia Fenomenológico-Existencial**. São Paulo: Pioneira, 2004. p. 1-26.

GONÇALVES, E. D. N. A Necessária Transição Planetária: (in) convenientes da COVID-19 para a benfazeja mudança no Brasil e na comunidade internacional de países. **Sequência**, Florianópolis, n. 85, p. 309-335, 2020.

HANEGRAAFF, W. J. Defining religion in spite of History. *In*: PLATVOET, J. G.; MOLENDIJK, A. L. (Org.). **The pragmatics of defining religion**: contexts, concepts and contests. Leiden: Brill, p. 337-378, 1999. Tradução de STERN, F. L. *Religare*, v. 14, n.1, p. 202-247, ago. 2017. Disponível em: <<http://www.periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/religare/article/view/37583>>. Acesso em: 11 set. 2020.

HOTT, M. C. M. COVID-19: a espiritualidade harmonizando saúde mental e física. **J Health Biol Sci**, v. 8, n. 1, p.1-3, 2020.

INSFRAN, F. Memórias para um futuro pós-pandemia: carta-apresentação ao João Marcelo. *In*: MUNIZ, A. G. C. R.; CALLAI, C.; INSFRAN, F. F. N. (Org.). **Cartas às nossas crianças**: memórias para um futuro pós-pandemia. São Carlos: Pedro & João, 2020. p. 11-13.

KAISER, H. "The application of electronic computers to factor analysis." **Educational and Psychological Measurement**, 20, p. 141-151. 1960.

LAUREANO, R. M.; BOTELHO, M. D. **IBM SPSS Statistics**: O Meu Manual de Consulta Rápida. 3. ed. Lisboa: Edições Sílabo, 2017.

LEITE, A. D. S. Para Gabriela, memórias de uma pandemia. *In*: MUNIZ, A. G. C. R.; CALLAI, C.; INSFRAN, F. F. N. (Org.). **Cartas às nossas crianças**: memórias para um futuro pós-pandemia. São Carlos: Pedro & João, 2020. p. 93-97.

LIMA, A. K. B. S. *et al.* Pandemia da Covid 19: implicações para a saúde e qualidade de vida. **Temas em Saúde**, João Pessoa, PB, p. 51-60, 2020.

LIMA, N. T.; BUSS, P. M.; PAES-SOUSA, R. A pandemia de COVID-19: uma crise sanitária e humanitária. **Cad. Saúde Pública**, 2020; 36(7): e00177020.

LIN, E. C.; PENG, Y.C.; TSAI, J. C. Lessons learned from the anti -SARS quarantine experience in a hospitalbased fever screening station in Taiwan. **Am J Infect Control**, 38, p. 302-7. 2010.

LOPES, I. S.; LEAL, D. U. Entre a pandemia eo negacionismo: a comunicação de riscos da Covid-19 pelo governo brasileiro. Chasqui: **Revista Latinoamericana de Comunicación**, n. 145, p. 261-280, 2020.

LUKAS, E. **Logoterapia: A força desafiadora do espírito - Métodos de logoterapia**. São Paulo: Loyola; Santos: Leopoldianum, 1989.

MARINHO, T. M. O.; GOMES, P. C. Yoga e seus benefícios: um caminho de busca e encontro. **Último Andar**, 24(37). 2021.

MASLOW, A. H. A Theory of Human Motivation. **Psychological Review**, v. 50, n. 4, p. 370-396. 1943.

MARTINE, G.; ALVES, J. E. D. Disarray in global governance and climate change chaos. **R. bras. Est. Pop.**, v.36, 1-30, e0075. 2019.

MERCHANT, R. M.; LURIE N. Social media and emergency preparedness in response to novel coronavirus. **JAMA**. 2020. DOI: 10.1001/jama.2020.4469.

MIRANDA, R. C. N. A. *et al.* Sentido da vida no envelhecimento saudável: contribuições da teoria de Viktor Frankl. **REFACS**, Uberaba, MG, v. 8, n. 4, p. 943-951, 2020. DOI: 10.18554/refacs.v8i4.4276

MORESI, E. *et al.* **Metodologia da pesquisa**. Brasília: Universidade Católica de Brasília, v. 108, p. 24, mar. 2003.

MORETTI, S. A.; GUEDES-NETA, M. L.; BATISTA, E. C. Nossas Vidas em Meio à Pandemia da COVID-19: Incertezas e Medos Sociais. **Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVESC**, v. 5, n. 1, p. 32-41, 2020.

NETEMEYER, R. G.; BEARDEN, W. O.; SHARMA, S. **Scaling Procedures: Issues and Applications**, Thousand Oaks, CA: **Sage Publications**. 2003.

OLIVEIRA, M. R.; JUNGES, J. R. Saúde mental e espiritualidade/religiosidade: a visão de psicólogos. **Estudos de Psicologia**, v. 17, n. 3, p. 469-476, 2012.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE [OPAS]. **Nova Influenza A (H1N1)**. 2009. Disponível em:

<[https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_docman&view=document&slug=apresentacao-sobre-a-nova-influenza-a-h1n1-1&layout=default&alias=81-apresentacao-sobre-a-nova-influenza-a-h1n1-1&category\\_slug=influenza-a-h1n1-081&Itemid=965](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_docman&view=document&slug=apresentacao-sobre-a-nova-influenza-a-h1n1-1&layout=default&alias=81-apresentacao-sobre-a-nova-influenza-a-h1n1-1&category_slug=influenza-a-h1n1-081&Itemid=965)>. Acesso em: 24 mar. 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE [OPAS]. **Folha informativa – COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus)**. 2020. Disponível em: <[https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875)>. Acesso em: 24 mar. 2020.

PACCIOLLA, A. **Psicologia contemporânea e Viktor Frankl: Fundamentos para uma psicoterapia existencial**. São Paulo: Editora Cidade Nova, 2017.

PIEPER, F. Aspectos históricos e epistemológicos da Ciência da Religião no Brasil: Um estudo de caso. **Numen: revista de estudos e pesquisa da religião**, Juiz de Fora, MG, v. 21, n. 2, p. 232-291, jul./dez. 2018. Disponível em: <<https://periodicos.ufjf.br/index.php/numen/article/view/22159>>. Acesso em: 17 jan. 2020.

PILATI, R.; PORTO, J. B. **Apostila para tratamento de dados via SPSS**. 2008. Disponível em:

<[https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/33239677/apostila\\_SPSS\\_Porto\\_\\_%281%29.pdf?1395051829=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAPOSTILA\\_PARA\\_TRATAMENTO\\_DE\\_DADOS\\_VIA\\_SP.pdf&Expires=1605148134&Signature=WEhJGGWmI57DWaBNSgfka~cFH3axisV8E~ITwpy~4vpWidvENhTeLSrGvnfoZ6MvKMOgwzhxt1iofTGZ7aua~havRv2nu60z64hGCwNU11gW-6W46P3qe~AZPLU~6VnfXzz78khkFzocn~d37i8ImreZ1EylEnTXkNzwwkfredC3Yv7p0ZBqVbrzSf8HuLhrXEsd186rVvhEHF1sikYQhA9G4OgwQqD-zm9kxDb-TaK4ntBfrcxw4GmKaS7xIM1GSSAbBZqRt-kQN4gaIACpvPPoOU2GGAgeh5L98g8Aaej0fcO83oiLAdDsUx9u0fgUQB-WAsXXjvAa3Q4bFgyNpTw\\_\\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/33239677/apostila_SPSS_Porto__%281%29.pdf?1395051829=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAPOSTILA_PARA_TRATAMENTO_DE_DADOS_VIA_SP.pdf&Expires=1605148134&Signature=WEhJGGWmI57DWaBNSgfka~cFH3axisV8E~ITwpy~4vpWidvENhTeLSrGvnfoZ6MvKMOgwzhxt1iofTGZ7aua~havRv2nu60z64hGCwNU11gW-6W46P3qe~AZPLU~6VnfXzz78khkFzocn~d37i8ImreZ1EylEnTXkNzwwkfredC3Yv7p0ZBqVbrzSf8HuLhrXEsd186rVvhEHF1sikYQhA9G4OgwQqD-zm9kxDb-TaK4ntBfrcxw4GmKaS7xIM1GSSAbBZqRt-kQN4gaIACpvPPoOU2GGAgeh5L98g8Aaej0fcO83oiLAdDsUx9u0fgUQB-WAsXXjvAa3Q4bFgyNpTw__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA)>. Acesso em: 05 out. 2020.

PIMENTEL, A. S. G.; SILVA, M. N. R. M. O. **Psychic Health in Times of Corona Virus. Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 9, n. 7, 2020. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/3602>>. Acesso em: 11 nov. 2020. DOI: 10.33448 / rsd-v9i7.3602

PORRECA, W. **Espiritualidade/Religiosidade: possíveis companhias nos desafios pandêmico-COVID-19. Caderno De Administração**, v. 28, p. 141-146, 2020.

PONTES, A. M.; AQUINO, T. A. A.; GOUVEIA, V. V.; FONSECA, P. N.; KLUPPEL, B. L. P. Noopsicossomatica em pessoas vivendo com HIV/AIDS: evidências de um modelo explicativo. **Psico**, v. 46, n. 1, 131-140, 2015.

REBELLO, L. P. G.; REBELLO, T. S. F. Memórias de 2020. In: MUNIZ, A. G. C. R.; CALLAI, C.; INFRAN, F. F. N. (Org.). **Cartas às nossas crianças: memórias para um futuro pós-pandemia**. São Carlos: Pedro & João, 2020. p. 83-86.

RIBEIRO, C. O.; ABIJAUDI, A. Y. G. Espiritualidade em tempos de pandemia. In: PIEPER, F.; MENDES, D. (Org.). **Religião em tempos de crise**. São Bernardo do Campo, SP: Ambigrama, 2020. p. 90-108.

SARRIERA, J. C. **Psicologia comunitária: estudos atuais**. Porto Alegre: Sulina. 2004.

SANTOS, I. S.; MARIANO, T.; PIMENTEL, Carlos Eduardo. Psicologia da pandemia: informação, confiança e afetos durante o enfrentamento do COVID-19. **Estud. Psicol.** vol.25, n.2, pp. 115-123. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.22491/1678-4669.20200012>. Acesso em: 15 set 2021.

SILVA, S. G. Pandemia e afetações das emoções: reflexões sobre a realidade da Covid-19 no estado do Amapá. **RBSE Revista Brasileira de Sociologia da Emoção**, v. 19, n. 55, abr. 2020. Suplemento Especial - Pensando a pandemia à Luz da Antropologia e da Sociologia das Emoções, p. 113-124, mai. 2020.

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.

SOUZA, S. et al. ANGÚSTIA/DESESPERO E ALTERIDADE: Kierkegaard e Lévinas no Plantão Psicológico. In: TASSINARI, M.; DURANGE, W. (Org.). **Plantão e a Clínica da Urgência Psicológica**. Curitiba: CRV, 2019. p. 75-87.

SANCHES, M.A; LOVO, O. A.; SANCHES, L. C. Religião e Epidemias na história: do essencial ao perverso. **REVER – Rev Estud Relig**, 20, 139–152. 2020. <https://doi.org/10.23925/1677-1222.2020vol20i2a10>. Acesso em: 15 set 2021.

Steger, M.F, Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). O questionário de sentido da vida: avaliando a presença e a busca de sentido na vida. *Journal of Counseling Psychology*, 53 , 80-93. Acesso em: 15 set 2021.

TAVARES, C. Q. Dimensões do cuidado na perspectiva da espiritualidade durante a pandemia pelo novo coronavírus (COVID-19). **J Health NPEPS**, v. 5, n. 1, p. 1-4, 2020.

TONIOL, R. Atas do espírito: a Organização Mundial da Saúde e suas formas de instituir a espiritualidade. **Anuário Antropológico**, p. 267-299, 2017. Disponível em: <<http://journals.openedition.org/aa/2330>>. Acesso em: 09 nov. 2020. DOI : 10.4000/aa. 2330

USARSKI, F. História da Ciência da Religião. *In*: PASSOS, J. D; USARSKI, F. (Org.). **Compêndio de Ciência da Religião**. São Paulo. Paulinas/Paulus, 2013. p. 51-61.

VALENTE, A. Arma indestrutível. *In*: MUNIZ, A. G. C. R.; CALLAI, C.; INSFRAN, F. F. N. (Org.). **Cartas às nossas crianças: memórias para um futuro pós-pandemia**. São Carlos: Pedro & João, 2020. p. 66-69.

VOLCAN, S. M. A. *et al.* Relação entre bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores: estudo transversal. **Revista de Saúde Pública**, v. 37, n. 4, p. 440-445, 2003.

WANG, C. *et al.* Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in china. **Int J Environ Res Public Health**, v. 17, n. 5, mar. 2020. DOI: 10.3390/ijerph17051729. PubMed PMID: 32155789.

WANG, C. *et al.* Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of Coronavirus Disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 17(5), 1729. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17051729>. Acesso em: 15 set 2021.

WEAVER, M. S.; WIENER, L. Applying palliative care principles to communicate with children about COVID-19. **J Pain Symptom Manage**, v. 60, n. 1, jul. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.03.020>.

ZANON, C.; BASTIANELLO, M. R.; PACICO, J. C.; HULZ, C. S. Desenvolvimento e validação de uma escala de afetos positivos e negativos. **Psico, Bragança Paulista**, v. 18, n. 2, p. 193-202, maio/ago., 2013.

ZANON, C. *et al.* COVID-19: implicações e aplicações da Psicologia Positiva em tempos de pandemia. **Estudos de Psicologia** (Campinas), 37, e200072. 2020. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200072>. Acesso em: 15 set 2021.

ZWIELEWSKI, G. *et al.* Protocolos para tratamento psicológico em pandemias: as demandas em saúde mental produzidas pela Covid-19. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 30–37, 2020. DOI:10.25118/2763-9037.2020.v10.36. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/36>. Acesso em: 19 set. 2021.

## **ANEXOS**

## ANEXO A

### Questionário Sentido de Vida (QSV)

Por favor, pense por um momento sobre o que faz com que sua vida seja importante para você. Por favor, responda as sentenças seguintes de modo verdadeiro e com o máximo de cuidado que você puder. Também se lembre de que estas questões muito subjetivas e que não existem respostas certas ou erradas. Por favor, responda de acordo com a seguinte escala:

Totalmente Falso	Geralmente Falso	Parcialmente Falso	Nem verdadeiro nem Falso	Parcialmente Verdadeiro	Geralmente Verdadeiro	Absolutamente Verdade
1	2	3	4	5	6	7

1. \_\_\_\_ Eu compreendo o sentido da minha vida.
2. \_\_\_\_ Eu estou procurando alguma coisa que faça com que minha vida tenha sentido.
3. \_\_\_\_ Eu sempre estou em busca do sentido da minha vida.
4. \_\_\_\_ Minha vida tem um sentido claro.
5. \_\_\_\_ Eu tenho uma boa consciência do que faz minha vida ter sentido.
6. \_\_\_\_ Eu descobri um sentido de vida satisfatório.
7. \_\_\_\_ Eu estou sempre procurando por algo que faça com que minha vida seja significativa.
8. \_\_\_\_ Eu estou buscando um significado ou missão para minha vida.
9. \_\_\_\_ Minha vida não tem um propósito claro.
10. \_\_\_\_ Eu estou procurando um sentido em minha vida.

## ANEXO B

### Escala de Afetos Positivos e Negativos

**INSTRUÇÕES.** A seguir você encontrará uma lista com dez **estados emocionais**. Para cada uma delas, pedimos-lhe que **indique o quanto você o tem experimentado *ultimamente***. Faça isso escrevendo um número no espaço ao lado de cada emoção / adjetivo, segundo a escala de resposta abaixo, de acordo com a sua opinião. Por favor, seja o mais sincero e honesto possível nas suas respostas.

1	2	3	4	5	6	7
<b>Nada</b>	<b>Muito Pouco</b>	<b>Pouco</b>	<b>Mais ou Menos</b>	<b>Bastante</b>	<b>Muito</b>	<b>Extremamente</b>

01. \_\_\_\_\_ Feliz
02. \_\_\_\_\_ Deprimido
03. \_\_\_\_\_ Satisfeito
04. \_\_\_\_\_ Frustrado
05. \_\_\_\_\_ Raivoso
06. \_\_\_\_\_ Divertido
07. \_\_\_\_\_ Preocupado
08. \_\_\_\_\_ Otimista
09. \_\_\_\_\_ Infeliz
10. \_\_\_\_\_ Alegre

## **APÊNDICES**

## APÊNDICE A

### Questionário Sócio-Demográfico

**Use apenas as iniciais do seu nome:** \_\_\_\_\_

**Data de nascimento:** \_\_\_\_\_ **Idade:** \_\_\_\_\_ anos;

**Sexo Biológico:** ( ) Masculino ( ) Feminino

**Orientação Sexual:** ( ) Heterossexual ( ) Homossexual ( ) Bissexual ( ) Pansexual  
( ) Assexuado ( ) Outro: \_\_\_\_\_

**Identidade de Gênero:** \_\_\_\_\_

**Cor/Etnia:** ( ) Branca ( ) Parda ( ) Preta ( ) Amarela ( ) Indígena

**Qual a sua Religião:** \_\_\_\_\_

**Profissão:** \_\_\_\_\_

**Em caso de estudante – Curso:** \_\_\_\_\_

**Instituição de Ensino:** \_\_\_\_\_ ( ) Pública ( ) Privada

**Escolaridade:** ( ) Analfabeto; ( ) Fundamental incompleto; ( ) Fundamental completo;  
( ) Médio incompleto; ( ) Médio completo; ( ) Técnico; ( ) Superior incompleto; ( ) Superior completo; ( ) Pós Graduação

**Estado Civil:** ( ) Solteiro ( ) Casado ( ) União Estável ( ) Viúvo ( ) Divorciado ( ) Outro:  
\_\_\_\_\_

**Com quem mora?** ( ) Família ( ) Amigos ( ) Comunidade ( ) Sozinho

**Cidade em que mora:** \_\_\_\_\_ **UF:** \_\_\_\_\_

**Naturalidade:** \_\_\_\_\_ **UF:** \_\_\_\_\_

**Possui algum diagnóstico médico antes da Pandemia do Coronavírus (Covid-19)?**

Sim ( ) Qual (ais): \_\_\_\_\_

Não ( )

**Faz uso de algum medicamento?**

Sim ( ) Qual (ais): \_\_\_\_\_

Não ( )

**Há quanto tempo:**

( ) até 6 meses ( ) de 6 meses a 1 ano ( ) de 1 a 3 anos ( ) de 3 a 5 anos

( ) mais de 5 anos ( ) Não sabe informar

**Testou Positivo para Coronavírus (Covid-19)?**

( ) Sim ( ) Não

**Apresentou algum desses sintomas?**

( ) Tosse seca ( ) Febre ( ) Cansaço ( ) Dificuldade para respirar ( ) Todos

**Aderiu a Quarentena?**

( ) Sim ( ) Não Quanto tempo: \_\_\_\_\_

Com quantas pessoas passou a quarentena? \_\_\_\_\_

E quais pessoas \_\_\_\_\_

**Conhece alguém que testou positivo para o Coronavírus (Covid-19):**

( ) Sim ( ) Não Quem foi: \_\_\_\_\_

**Quais meios de comunicação você utiliza para se informar sobre o Coronavírus (Covid-19):**

Rádio ( ) TV ( ) WhatsApp ( ) Instagram ( ) Facebook ( ) Jornal Impresso ( )

Sites de notícias ( ) Outros: \_\_\_\_\_

**Renda Pessoal:** ( ) Não tem; ( ) Até 1 salário mínimo; ( ) De 1 a 3 salários mínimos;

( ) De 3 a 6 salários mínimos; ( ) Mais de 6 salários mínimos

**Renda familiar:** ( ) Não tem; ( ) Até 1 salário mínimo; ( ) De 1 a 3 salários mínimos;

( ) De 3 a 6 salários mínimos; ( ) Mais de 6 salários mínimos; ( ) Não sabe informar,

## APÊNDICE B

### Escala de Enfrentamento Espiritual Perante a Pandemia do Coronavírus (Covid-19)

Abaixo estão listadas algumas afirmações sobre como as pessoas enfrentam a Pandemia do Coronavírus (Covid-19). Assinale com que frequência você te utilizado essas estratégias nas últimas semanas:

	Nunca	Raramente	Às vezes	Frequentemente
01. Refleti sobre o sentido dessa Pandemia para a minha vida	1	2	3	4
02. Questionei sobre o sentido de tantas mortes no mundo	1	2	3	4
03. Perguntei: “Por que tanto sofrimento?”	1	2	3	4
04. Fiz humor com a situação para superar melhor	1	2	3	4
05. Realizei alguma prática religiosa ou espiritual para enfrentar melhor essa Pandemia	1	2	3	4
06. Consolei amigos ou familiares	1	2	3	4
07. Encontrei um sentido para permanecer em casa/apartamento	1	2	3	4
08. Realizei alguma atividade artística para me distanciar da Pandemia	1	2	3	4
09. Transmiti mensagens para consolar as pessoas nesse momento	1	2	3	4
10. Ajudei as pessoas que necessitam mais do que eu	1	2	3	4
11. Procurei escutar músicas para esquecer a pandemia	1	2	3	4
12. Realizei Meditação, Yoga ou práticas alternativas durante a Pandemia	1	2	3	4
13. Pensei nas coisas que estão me esperando quando terminar o período de quarentena	1	2	3	4
14. Apreciei a natureza apesar da Pandemia	1	2	3	4
15. Senti-me angustiado por conta da pandemia	1	2	3	4
16. Senti solidão durante o período da Pandemia	1	2	3	4
17. Senti medo de contrair o Coronavírus (Covid-19)	1	2	3	4
18. Senti medo de morrer	1	2	3	4
19. Pensei sobre o que é essencial para a minha vida				
20. Senti-me esperançoso durante o período de quarentena	1	2	3	4
21. Senti-me entediado (a) por estar em quarentena	1	2	3	4
22. Senti frustração por estar em período de quarentena	1	2	3	4
23. Lembrei-me dos momentos de alegria que aconteceram antes da pandemia	1	2	3	4
24. Coloquei-me no lugar das pessoas que estavam sofrendo com esta pandemia	1	2	3	4
25. Senti que poderia escolher livremente apesar pandemia	1	2	3	4
26. Tive momentos que me proporcionaram um crescimento interior	1	2	3	4