



## A EDUCAÇÃO NOS PROJETOS DE VIDA DE ADULTOS E IDOSOS: REFLEXÕES SOBRE O DIREITO DE ENVELHECER BEM

Education in the purposes of adults and seniors: Considerations about the right to age well

La educación en los proyectos de vida de adultos y ancianos: Reflexiones sobre el derecho de envejecer bien

Beatriz Guedes de Seixas<sup>1</sup>, Maraiza Oliveira Costa<sup>2</sup>

Universidade de São Paulo (USP), SP. Universidade Federal de Goiás (UFG), GO

### RESUMO

Nesse ensaio, abordamos o aumento da expectativa de vida no Brasil, a heterogeneidade do envelhecimento e a importância desse processo ser vivido com sentido. Essa importância se relaciona, entre outras coisas, com os inúmeros benefícios que experimentamos quando temos razões para viver. Abordamos o conceito de projeto de vida (*purpose*) e pesquisas empíricas que apontam associações entre o constructo e bons indicadores de saúde física e mental. Além disso, apontamos que as investigações brasileiras envolvendo projetos de vida de adultos e idosos ainda são escassas em comparação às demais fases da vida e merecem mais atenção. Seguimos discutindo o papel que a educação desempenha na construção e reconstrução de projetos de vida e que, como um direito humano, deve ser assegurada para as pessoas de todas as idades, origens, cores, gêneros, classes econômicas e demais fatores. Em países em desenvolvimento e marcados pela desigualdade social, como o Brasil, acreditamos que essa discussão é fundamental e urgente. Com base nas contribuições de Viktor Frankl e Paulo Freire, partimos em defesa de uma educação promotora de liberdade, emancipação e mudanças sociais, ao mesmo tempo em que auxilia o indivíduo a se entender como ser inconcluso, capaz de sonhar, projetar e agir no mundo. Concluímos argumentando que o acesso a espaços educativos ao longo de toda vida contribui significativamente para um envelhecimento saudável e que a oportunidade de desenvolver projetos de vida deve ser compreendida, também, como um direito humano.

**Palavras-chave:** Envelhecimento; Projetos de vida; Educação; Direitos humanos.

### ABSTRACT

In this essay, we address the increase in life expectancy in Brazil, the heterogeneity of aging and the importance of living the aging process with meaning. This importance is related, among other things, to the countless benefits we experience when we have reasons to live. We address the concept of purpose, as well as empirical research that points to associations between the purpose construct and good indicators of physical and mental health. Furthermore, we indicate that Brazilian investigations involving the purpose of adults and elderly people are still scarce compared to other stages of life and deserve more attention. Then we discuss the role that education plays in the construction and reconstruction of purposes and that, as a human right, it must be ensured for people of all ages, origins, colors, genders, economic classes, among other factors. In developing countries marked by social inequality, such as Brazil, we believe that this discussion is fundamental and urgent. Based on the contributions of Viktor Frankl and Paulo Freire, we defend an education that promotes freedom, emancipation and social change, while helping the individual

<sup>1</sup> Universidade de São Paulo (USP), Doutoranda em Psicologia da Educação pela Universidade de São Paulo (USP). Atua como facilitadora nos cursos de licenciatura da Universidade Virtual do Estado de São Paulo (UNIVESP). ORCID id: <https://orcid.org/0000-0003-1924-2782>. E-mail: [bguedes@usp.br](mailto:bguedes@usp.br).

<sup>2</sup> Universidade Federal de Goiás (UFG), Doutora em Educação pela Universidade de São Paulo (USP), mestra em Psicologia pela Universidade Federal de Goiás (UFG) e professora efetiva na mesma instituição. ORCID id: <https://orcid.org/0000-0001-6523-5634>. E-mail: [maraiza@ufg.br](mailto:maraiza@ufg.br).

understand how to be unfinished, capable of dreaming, projecting and acting in the world. We conclude by arguing that access to educational spaces throughout life contributes significantly to healthy aging and that the opportunity to develop life purposes also be understood as a human right.

**Keywords:** Aging; Purpose; Education; Human rights.

## RESUMEN

En este ensayo, abordamos el aumento de la esperanza de vida en Brasil, la heterogeneidad del envejecimiento y la importancia de que este proceso sea vivido con sentido. Esta importancia está relacionada, entre otras cosas, con los innumerables beneficios que experimentamos cuando tenemos motivos para vivir. Abordamos el concepto de proyecto de vida (*purpose*) e investigaciones empíricas que apuntan a asociaciones entre el constructo y buenos indicadores de salud física y mental. Además, señalamos que las investigaciones brasileñas que involucran proyectos de vida para adultos y ancianos son aún escasas y merecen más atención. Seguimos discutiendo el papel que la educación desempeña en la construcción y reconstrucción de proyectos de vida y que, como derecho humano, debe ser garantizada para personas de todas las edades, orígenes, colores, géneros, clases económicas y otros factores. En los países en desarrollo marcados por la desigualdad social, como Brasil, creemos que esta discusión es fundamental y urgente. A partir de los aportes de Viktor Frankl y Paulo Freire, defendemos una educación que promueva la libertad, la emancipación y el cambio social, al mismo tiempo que ayude al individuo a comprender cómo ser incompleto, capaz de soñar, proyectar y actuar en el mundo. Concluimos argumentando que el acceso a espacios educativos a lo largo de la vida contribuye significativamente al envejecimiento saludable y que la oportunidad de desarrollar proyectos de vida también debe entenderse como un derecho humano.

**Palabras clave:** Envejecimiento; Proyectos de vida; Educación; Derechos humanos.

## INTRODUÇÃO

*“À medida que a luta pela sobrevivência diminuiu, surgiu a questão — sobrevivência para quê? Cada vez mais pessoas têm meios para viver, mas nenhum sentido para viver.”*

Viktor Frankl

Os avanços da ciência e da medicina, ao longo dos anos, proporcionaram aos seres humanos o aumento da expectativa de vida ao redor do mundo. Nunca se viveu tanto, na história, como se vive na atualidade. De geração em geração, os meios de transporte e de comunicação, a linguagem, as relações, os hábitos, os valores e os planos futuros vêm se transformando. As crianças que testemunharam a Segunda Guerra Mundial podem hoje estar completando seus oitenta e poucos anos ao lado de seus netos, que crescem em uma realidade completamente distinta.

A possibilidade de viver mais tempo que nossos antepassados nos propõe, enquanto estudiosos, um exercício político de autorreflexão. É necessário compreendermos em que lugar a sociedade tem colocado o envelhecimento e se esse período tem sido vivido com dignidade e qualidade. Além disso, parece-nos fundamental que se tenha, em cada etapa da vida, sentido para viver, como nos lembra Frankl na epígrafe que abre esse texto.

Entendemos que viver mais, com dignidade e qualidade, é um direito de todos e devemos lutar por isso. Analisando os fatores que fazem o envelhecimento ser vivido de modo heterogêneo e desigual, como aspectos econômicos, sociais, culturais, biológicos, históricos e até mesmo de gênero, nos dedicamos neste ensaio a discutir o que pode auxiliar a construção e a reconstrução de sentidos ao longo da vida. Defendemos que a busca pelo conhecimento, a formação contínua e o contato com espaços educativos são, por diversas razões, peças fundamentais para um bom envelhecimento.

O texto<sup>3</sup> que se segue está organizado do seguinte modo: primeiramente apresentamos o que entendemos pelas expressões “sentidos de vida” e “projetos de vida”. Em seguida, trazemos pesquisas empíricas que mostram que ter projetos de vida está associado a bons indicadores de saúde mental e física. Feito isso, discutiremos a triangulação entre projetos de vida, envelhecimento e educação. Por fim, apontamos o potencial que a busca pelo conhecimento tem na promoção de um envelhecimento saudável e projetos que vêm sendo desenvolvidos nesse sentido.

### **Projetos e sentidos de vida**

A busca pelo sentido da vida acompanha o homem em discussões baseadas na Filosofia, na Ciência e na Religião há mais de dois mil anos. Na Psicologia, a busca pelo sentido da vida é o cerne dos estudos de Viktor Frankl. Nascido em 1905 na Áustria, Frankl elaborou a Logoterapia (“*logos*” significa “sentido” em grego), uma doutrina terapêutica centrada na busca pelo sentido da vida. Concentrando-se no sentido da existência humana e na nossa busca por este sentido, Frankl se viu como exemplo de teoria ao ser capturado durante a Segunda Guerra Mundial. Judeu, Frankl chegou em Auschwitz em 1942 e passou por quatro campos de concentração, sendo liberado apenas em 1945, com o fim da grande guerra.

Quando solto, Frankl publicou livros com tudo o que desenvolveu sobre a Logoterapia, incluindo o *best seller* “Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração”, no qual divide com os leitores o que viveu enquanto prisioneiro. Submetidos a uma rotina de violência, trabalho pesado, frio intenso e fome, além de não terem notícias sobre seus familiares e amigos, muitos prisioneiros desistiram de lutar pela vida. Viktor chegou à conclusão de que era a busca de sentido na vida a principal força motivadora no ser humano, era isso o que impedia os demais prisioneiros de se entregarem ao desespero e ao desânimo. As contribuições do psiquiatra deram início ao que se tornaria uma coletânea de estudos sobre o sentido da vida, que alimentamos até os dias de hoje.

Em levantamento bibliográfico realizado anteriormente, observamos que diferentes termos são empregados nos trabalhos nessa área, publicados majoritariamente em inglês. Entre eles, destacamos: *meaning in life, sense of life, purpose in life, personal project, personal meaning, life goals, personal goals, purpose beyond the self*, que traduzimos respectivamente como: significado na vida, sentido de vida,

---

<sup>3</sup> Este ensaio foi construído com base nas pesquisas de mestrado e doutorado das autoras, a saber: dissertação de mestrado de Beatriz Guedes de Seixas, intitulada “Projetos de vida de docentes: Um estudo na perspectiva da Teoria dos Modelos Organizadores do Pensamento” e tese de doutoramento de Maraiza Oliveira Costa, intitulada “Interfaces da Psicologia e da Educação nos processos de envelhecimento: entre horizontes e jornadas”. Ambas foram defendidas em 2022 pela Universidade de São Paulo (Brasil) e orientadas pela Professora Dr.<sup>a</sup> Valéria Arantes.

propósito na vida, projeto pessoal, significado pessoal, objetivos de vida, aspirações pessoais e projeto de vida (PV). Neste texto optamos por utilizar predominantemente os termos “sentido” e “projeto de vida” (Costa, 2022).

Enveredando-nos pela temática, chegamos a dezenas de trabalhos que contribuíram para o que compreendemos por projetos de vida (Velho, 2003; Machado, 2004, 2006; Damon, 2009; Bundick, 2009; Pinheiro, 2013; Bronk, 2014; Parra, 2018; Araújo; Arantes; Pinheiro, 2020). De acordo com Damon (2009), considerado atualmente um dos pesquisadores mais relevantes no mundo sobre a temática, o projeto de vida é “uma intenção estável e generalizada de alcançar algo que é ao mesmo tempo significativo para o eu e gera consequências no mundo além do eu” (Damon, 2009, p. 53).

Nesse sentido, as pessoas com projeto de vida são aquelas que encontraram algo significativo a que se dedicar e sustentam esse interesse por um período de tempo. Ter um projeto auxilia na tomada de decisões e atitudes, articulando-se com a identidade do sujeito à medida que ambos se envolvem e estão envolvidos com os valores, as circunstâncias e as projeções de cada um.

A estabilidade mencionada na definição de Damon relaciona-se com a existência de um compromisso a longo prazo, o que não significa que os projetos de vida são imutáveis. Para Machado (2004), não estamos determinados a ter apenas um projeto ao longo da vida, visto que somos seres de inúmeras potencialidades. Criamos e participamos de inúmeros projetos, segundo o autor, e esse percurso pode ser feito e refeito várias vezes com as mudanças de momento e circunstâncias da vida. O objetivo de todo projeto, afinal, é deixar de ser projeto e tornar-se realidade.

As pesquisas envolvendo adultos e idosos nos mostram que os projetos de vida têm uma dimensão estável e ao mesmo tempo uma dimensão dinâmica. Os projetos não se dão de forma linear, eles estão submetidos às “idas e vindas” da vida, às mudanças no sistema de valores e no contexto em que a pessoa vive. O que leva uma pessoa a dar sentido à sua existência pode (e provavelmente vai) se transformar ao longo da vida (Parra, 2018; Costa, 2022).

O que chamamos de projeto de vida, Viktor Frankl descreveu como “força interior”, “significado da existência”, “sentido pelo qual vale a pena viver”, “responsabilidade do ser humano por sua vida”, “sentido de cada situação particular de um indivíduo” (Frankl, 2008). Através da Logoterapia, o psiquiatra dedicou-se a auxiliar as pessoas a entenderem o que dava sentido às suas vidas e reconhecia que ele mesmo não poderia fornecer uma resposta aos seus pacientes, pois é algo extremamente individual e intransferível.

Com isso, entendemos que não podemos criar projetos no lugar de outra pessoa, logo uma mãe não pode projetar pelo filho (Machado, 2006) e o contrário também é verdade. Entretanto, as chances de desenvolvermos projetos significativos aumentam com redes de apoio social, cultural e relacional, porque auxiliam na formação da autonomia e propiciam oportunidades de criação de significado.

O contexto social não pode ser deixado de lado quando falamos em projetos de vida. É impossível negar que as dificuldades impressas nos sujeitos por vulnerabilidade, desigualdade, fome e preconceitos

impactam no desenvolvimento de projetos. Além disso, o espectro de valores aos quais o sujeito está exposto em seu contexto social também interfere nesse desenvolvimento.

A nossa escolha por abordar a temática de projetos de vida em uma discussão sobre o processo de envelhecimento vincula-se, entre outras razões, às investigações que apontam que ter projetos de vida está associado ao bem-estar psicológico<sup>4</sup> e à satisfação com a vida (Bronk, 2014). É sobre essas investigações que nos dedicamos no tópico a seguir.

### **Projetos de vida e saúde: O que dizem as pesquisas**

Compreender se há uma base empírica para a teoria existencial de Frankl foi e tem sido o objetivo de diversos pesquisadores. No livro *“Purpose in Life: A Critical Component of Optimal Youth Development”*, Bronk (2014) reúne diversas pesquisas que investigaram a relação entre ter projetos de vida e sentimentos, tendências e comportamentos como depressão, solidão, falta de esperança, estresse, ansiedade, problemas psicossociais, comportamento antissocial, comportamento suicida entre outros.

Na obra, Bronk (2014) afirma que numerosos estudos confirmam que a falta de sentido e de projeto de vida predizem fortemente o tédio, a ideação suicida e outros estados psicológicos negativos. Além disso, tal como explica Seixas (2022, p. 27):

Bronk (2014) aponta a relação entre a falta de projetos de vida e a psicopatologia, o comportamento antissocial e a depressão: indivíduos sem um propósito são mais propensos a insistir em problemas, culpar os outros, relatar altos níveis de raiva e afeto negativo e desenvolver depressão. Por outro lado, o projeto de vida está positivamente relacionado à esperança, de modo que a falta de propósito ou ter poucas razões significativas para viver está associada à falta de esperança e à ideação suicida.

O conjunto de investigações empíricas trazidas por Bronk (2014) aponta que ter um sentido para viver protege, de certa forma, os indivíduos. Ter projetos de vida é fundamental para uma boa saúde mental, incluindo o bem-estar psicológico. Não à toa, cresce o número de estudos que ressalta o papel que os projetos de vida desempenham na promoção da saúde física.

Quando nos referimos a adultos e idosos, a associação entre os projetos de vida e o funcionamento cognitivo motivou as investigações de Lewis *et al.* (2016). O estudo longitudinal realizado pelos pesquisadores contou com a participação de 3489 participantes com idade entre 32 e 84 anos. O projeto de vida — compreendido no trabalho como a sensação de que a vida tem direção e que as ações são guiadas por algum objetivo de vida abrangente — foi avaliado a partir das escalas de Ryff (1989). Além disso, baterias de testes cognitivos foram aplicados, incluindo recordação imediata e atrasada de lista de palavras, fluência, dígitos em ordem inversa, séries numéricas e contagem. Os participantes também avaliaram a sua saúde atual em uma escala de cinco pontos.

---

<sup>4</sup> Nos estudos de Ryff (1989, 1995), o bem-estar psicológico é definido com base em um modelo teórico no qual a motivação central da existência é a busca de excelência pessoal, e não a busca do prazer. Recorrendo ao conceito de eudaimonia de Aristóteles, o bem-estar psicológico é relacionado a algo que dá sentido e direção à vida das pessoas. Segundo a pesquisadora, o bem-estar psicológico está ancorado em seis dimensões: autoaceitação, relações positivas com os outros, autonomia, domínio sobre o ambiente, crescimento pessoal e projeto de vida (Ryff, 1989). Para ela, a saúde mental não deve ser compreendida apenas pela ausência de doenças, mas também pelo bem-estar psicológico.

Entre os resultados, Lewis *et al.* (2016) perceberam que as maiores pontuações para projeto de vida foram associadas a pontuações mais altas para funcionamento executivo, memória e funcionamento cognitivo global e percebeu-se que a relação entre projeto de vida e funcionamento cognitivo permanece relativamente consistente ao longo da idade adulta.

Discutindo sobre os mecanismos por trás da associação entre projeto de vida e funcionamento cognitivo, Lewis *et al.* (*idem*) apontam que um mecanismo potencial pode ser que indivíduos com projetos de vida se envolvem com mais frequência em atividades, o que trabalhos anteriores relacionam ao bem-estar psicológico. Além disso, eles sugerem que esses indivíduos também podem direcionar melhor o seu tempo e energia para tarefas coerentes aos seus projetos de vida, assim como são mais propensos a praticar atividades físicas, cuidar preventivamente da saúde e apresentar comportamentos que protegem a saúde. Um outro caminho potencial para explicar como o projeto de vida promove o funcionamento cognitivo é através da redução do estresse e da reatividade imunológica, visto que pesquisas têm associado o projeto de vida a níveis reduzidos de fatores inflamatórios (Friedman *et al.*, 2007 *apud* Lewis *et al.*, 2016).

Em conjunto com trabalhos anteriores, as descobertas de Lewis *et al.* (*idem*) sugerem que um maior sentido de propósito na vida não só diminui os riscos de distúrbios degenerativos associados à idade, como de acidente vascular cerebral, infarto do miocárdio, deficiências e doença de Alzheimer, mas pode também apoiar as capacidades cognitivas dos indivíduos na idade adulta.

Uma outra explicação apresentada por Lewis *et al.* (*idem*) sobre a relação entre projetos de vida e funcionamento cognitivo no avançar da idade, e com que estamos de acordo, refere-se às particularidades da velhice. No período em que muitos indivíduos vivenciam mudanças na estrutura da vida, como aposentadoria, perda do cônjuge e mudanças na saúde e no conhecimento, aqueles com um forte senso de sentido podem estar mais bem equipados para se adaptarem a esses desafios porque uma característica fundamental do projeto de vida é a sua capacidade de promover adaptabilidade e resiliência à mudança.

Na esteira das investigações envolvendo projetos de vida e envelhecimento, Ribeiro, Yassuda e Neri (2020) realizaram uma revisão integrativa que reuniu 27 artigos sobre a temática, incluindo as contribuições de Lewis *et al.* (2016). Todos os estudos selecionados relacionam projeto de vida a uma série de variáveis biológicas, psicológicas e sociais indicativas de boa adaptação na velhice. Entre os resultados apontados nas pesquisas trazidas pelas autoras, destacamos as relações entre altos níveis de Projeto de Vida (PV) e:

1. menores riscos para doença de Alzheimer, menores riscos para comprometimento cognitivo leve e taxa mais lenta de declínio cognitivo;
2. níveis reduzidos de fatores inflamatórios;
3. maior resistência ao estresse e melhor função imunológica;
4. maior probabilidade de sobrevivência;
5. menor risco para AVC e para enfarte do miocárdio.

Em relação à probabilidade de sobrevivência, os estudos discutidos por Ribeiro, Yassuda e Neri (2020) indicam que os homens, os idosos mais velhos e com menor escolaridade e os que pontuam baixo em relações positivas com os outros e projetos de vida têm maior risco de morte. Outra informação trazida pelos autores, e que nos parece importante contextualizar, diz respeito ao dado de que o projeto de vida é relativamente pouco afetado por variáveis sociodemográficas. Devemos considerar que os 27 estudos foram realizados em países desenvolvidos (Estados Unidos, Japão e Austrália), onde a desigualdade social nem se compara ao que temos em países em desenvolvimento como o Brasil. Assim sendo, devemos considerar que, em nosso território, fatores como classe econômica, escolaridade, renda e cor certamente afetam o desenvolvimento de projetos de vida.

Em resumo, a análise dos estudos selecionados por Ribeiro, Yassuda e Neri (2020) indicam que adultos e idosos com projetos de vida envelhecem de forma mais saudável, investindo mais em autocuidado e em comportamentos compatíveis com a preservação da saúde, como alimentação saudável e atividade física regular. Além disso, tendem a se engajar socialmente, a se envolver em atividades significativas e a evitar riscos, como o alcoolismo e o tabagismo.

Diante dos inúmeros benefícios que um envelhecimento permeado de sentido pode oferecer e do aumento da longevidade entre os idosos brasileiros, devemos nos apropriar de ferramentas que contribuam para a construção e/ou a reconstrução de projetos ao longo da vida, especialmente no que tange à construção de uma sociedade que seja menos desigual e que proporcione a todos e todas condições reais para tal intento.

### **Educação nos projetos de vida de adultos e idosos**

Em estudos anteriores, verificamos que as pesquisas sobre projetos de vida concentram-se predominantemente nos jovens, seguidas por aquelas que olham para crianças, depois para adultos e, em último lugar, para as pessoas idosas. Dos 197 trabalhos sobre projetos de vida no Brasil que localizamos (Seixas, 2022), 126 informam no título que dizem respeito à juventude, enquanto apenas 11 deles trazem termos como “envelhecimento”, “pessoa idosa” e “velhice”.

A quantidade de títulos envolvendo os termos projetos de vida, juventude e profissão e/ou carreira simultaneamente é um dado que também chama a atenção. A habitual e errônea ideia de que elaborar projetos de vida consiste em escolher uma carreira profissional, o que se dá tipicamente na juventude, pode explicar a alta frequência de pesquisas com a temática. Seguindo essa linha de raciocínio, falar em projetos de vida e da possibilidade de planejar o futuro na velhice pode provocar um estranhamento, por ser justamente a etapa da vida em que nos afastamos do mercado de trabalho.

Outro aspecto que pode explicar a alta incidência de pesquisas abordando os projetos de vida de jovens é o fato de estarem em idade escolar. Trabalhos como os de Danza (2019), Arantes *et al.* (2018), Klein e Arantes (2016), Pátaro e Arantes (2014) apontam a instituição educativa como espaço importante para o debate sobre projetos de vida. Compreendemos que uma das razões para isso reside no fato de que

a construção de valores morais deve ser um dos objetivos da educação, sendo algo indispensável para o exercício pleno da cidadania. A sementeira de valores na escola, segundo Machado (2004), é imprescindível para a produção de projetos legítimos, isto é, projetos que façam bem ao próprio sujeito e não prejudiquem outras pessoas.

Quando falamos de educação no Brasil, é importante pensarmos também naqueles que não tiveram acesso ou não deram continuidade aos estudos na idade considerada ideal. Segundo levantamento realizado por Mercadante e Arantes (2023), atualmente mais da metade da população brasileira adulta, economicamente ativa, não tem educação básica nem perspectivas de concluí-la. Além disso, à medida que o corte etário aumenta, a taxa de analfabetismo é maior: 10,7% das pessoas com idade entre 55 e 64 anos são analfabetas, enquanto o percentual entre a população com 65 anos ou mais é de 20,7%.

Os autores defendem que a Educação de Jovens e Adultos (EJA) deve ser compreendida como um direito de todos ao longo da vida, e não como uma modalidade compensatória e de suprimento da escolaridade, como comumente é vista. Em um momento em que a escola vem sendo reduzida a um lugar de preparação para o mercado de trabalho, e paira sobre o imaginário coletivo a ilusão de que o certificado de conclusão é o que garantirá um emprego, Mercadante e Arantes (2023) interrogam que lugar é destinado aos idosos na EJA e se as razões que os fazem voltar ao processo educativo são contempladas.

Desse modo, é necessário que, ao lado da luta pelo direito à educação para todas as idades, seja resgatado o principal papel da escola, “que é o de produzir e lidar com o conhecimento transformador da realidade de desigualdades sociais numa perspectiva emancipatória dos trabalhadores” (Machado, 2016, p. 432 *apud* Mercadante; Arantes, 2023, p. 51). Mercadante e Arantes (2023) enfatizam que as pessoas idosas que buscam a EJA têm cor e classe social específicas, e sabemos que, uma vez feito o recorte etário, referem-se ao mesmo público que tem seus projetos de vida cerceados pelas dificuldades impostas pela desigualdade e pelos preconceitos.

Compreendendo a educação como um Direito Humano garantido constitucionalmente e que se estende a todas as pessoas, sejam elas encarceradas ou não, Santos e Klein (2023) trazem dados que demonstram que, no universo das pessoas encarceradas, o direito à educação básica não foi plenamente garantido quando elas estavam em situação de liberdade, e a violação a esse direito se perpetua no sistema prisional, que não dá conta de ofertar educação para toda a sua população.

A investigação de Santos e Klein (2023) incluiu entrevistas com 11 jovens encarcerados em um presídio que foge à regra e possibilita o acesso à educação, alocando uma escola em seu interior e proporcionando o acesso a uma faculdade EAD. As perguntas realizadas giraram em torno da relação dos participantes com a educação durante a fase escolar e no momento da entrevista. Os dados coletados mostram que a maioria dos participantes não pôde concluir os estudos na época da juventude e que o encarceramento, neste contexto específico, promoveu o acesso à educação e uma nova experiência com os estudos. A educação é relatada como um meio de aprender coisas novas, desenvolver uma profissão, dar



uma vida melhor para a família e transformarem-se, mudar de vida e se distanciar do ato praticado que os levou ao encarceramento.

As autoras discutem que os estudos, para esses jovens, se apresentam como um caminho para criarem projetos de vida, reforçando a ideia de que a educação não é apenas um direito em si, mas também um elemento que “possibilita o acesso a outros tipos de direitos, como: a autonomia, a liberdade e o desenvolvimento de um projeto de vida” (Santos; Klein, 2023, p. 243).

Segundo Gadotti (2013), apesar de a educação ser um direito social e humano, muitos jovens e adultos brasileiros viram esse direito sendo negado na “idade própria”, e negar uma nova oportunidade a eles é negar-lhes, pela segunda vez, o direito à educação. Em termos de políticas públicas, Gadotti (2013) explica que muitas delas

[...] encaram o combate ao analfabetismo como um custo e não como um investimento, não se levando em conta que o analfabetismo tem um impacto não só individual, mas também social. Ele impacta a vida das pessoas, na saúde (mais enfermidades), no trabalho (piores empregos), na educação, e impacta também a sociedade, a participação cidadã, a perda de produtividade e de desenvolvimento social. Quanto mais estudada é uma pessoa, menos pobre ela é (Gadotti, 2013, p. 20–21).

Gadotti (2013) chama atenção para a prioridade que deve ser dada aos grupos sociais mais vulneráveis, o que inclui as pessoas analfabetas e as privadas de liberdade. É sabido que a pessoa alfabetizada tem melhores chances de emprego, mais capacidade de defender seus direitos e de participar da vida social e política. No entanto, o direito à educação não se esgota com o acesso e a conclusão da alfabetização; o acesso à educação básica e à continuação dos estudos em outros níveis também deve ser garantido pelo Estado como direito de todos. Gadotti (2013) explica que isso faz parte do “desenvolvimento pleno da personalidade humana” e do “respeito aos direitos e liberdades fundamentais” reconhecidos na Declaração Universal dos Direitos Humanos de 1948 (ONU, 1948). Para nós, além disso, é parte essencial para a construção e reconstrução de sentidos para a vida.

### **Aprendizagem contínua como aliada ao envelhecimento com sentido**

As pessoas que tiveram a oportunidade de concluir a educação básica também podem ter os seus projetos de vida transformados ao acessarem espaços educativos, em outras etapas de ensino. Foi o que percebemos em uma investigação sobre os projetos de vida de dez idosos que voltaram a estudar após os 55 anos, estando matriculados e frequentando a universidade, seja no ensino superior ou na pós-graduação (Costa, 2022). Essa pesquisa é parte da tese de doutorado da segunda autora deste ensaio, e apresentaremos a seguir alguns dos resultados verificados.

O primeiro deles é que a busca pelo conhecimento foi o elemento central mais destacado tanto como prioridade dos participantes quanto como projeto de vida, por unanimidade pelo grupo. Um outro aspecto que chama atenção são os significados que os participantes atribuíram à experiência educacional formal: estudar é uma forma de ressignificar o modo como organizam a sua rotina, é um modo de convívio

com outras pessoas e ideias, é compreender a realidade de um modo diferente, é desenvolver-se como ser humano e ser uma pessoa melhor; é realizar sonhos, ressignificar o passado e superar a si mesmo; é abrir-se para novas possibilidades, como uma nova carreira, um trabalho que nunca realizou ou até mesmo para oferecer um serviço de mais qualidade no voluntariado que já participa; é cuidar de si mesmo e da saúde mental-cognitiva. O desejo de aprender e o prazer em adquirir novos conhecimentos foram pontos em comum entre todos os entrevistados de nossa pesquisa.

Muitos dos participantes relataram que voltar a estudar foi motivo de orgulho para seus familiares e uma forma de combater preconceitos ligados à idade ou à cor. A conquista da formatura é um marco importante para a vida de alguns dos entrevistados, principalmente para aqueles que cursam a primeira graduação, mas os conhecimentos aos quais têm acesso na faculdade lhes interessam muito mais que a certificação em si. Ao mesmo tempo em que estudar em uma universidade é uma grande conquista, isso vem acompanhado de desafios, entre os quais os participantes mencionam o uso de novas tecnologias (como o computador, na realização de trabalhos acadêmicos) e dificuldades de aprendizagem por estarem afastados do ambiente educacional por muito tempo. Para cada dificuldade foram enunciadas as estratégias que utilizam para enfrentá-la, como buscar a ajuda de colegas de classe e/ou familiares e desenvolver técnicas de estudos.

A educação como meio para o desenvolvimento humano de adultos mais velhos e idosos, ao lado dos benefícios que voltar a estudar pode desencadear, não só para a saúde, o bem-estar e a autoestima dos indivíduos, mas também para a desmistificação dos estereótipos associados à velhice, nos parece fundamental para a construção de um processo de envelhecimento com sentido. Acreditamos que mais pesquisas envolvendo adultos e idosos brasileiros em espaços educativos se fazem necessárias para compreendermos, entre outros aspectos, quais são as demandas de um grupo que experimenta, de modo singular, as últimas fases do desenvolvimento.

Olhando para o que tem sido feito ao redor do mundo em termos de atividades de aprendizagem ao longo da vida (*Lifelong learning*<sup>5</sup>) para idosos, Flauzino *et al.* (2022) realizaram uma revisão bibliográfica e reuniram 38 artigos sobre a temática. As atividades educativas mapeadas possuem diversos formatos (palestras, cursos, programas, oficinas, encontros, aulas etc) e modalidades (formal, não formal ou informal). Enquanto a aprendizagem formal é definida pelo sistema educativo organizado, com atividades orientadas cronologicamente e hierarquicamente, considera-se aprendizagem não formal “qualquer atividade educativa sistemática que não ocorra no sistema educativo formal e que ofereça diferentes tipos de aprendizagem a subgrupos específicos da população” (Flauzino *et al.*, 2022, p. 2, tradução nossa). A aprendizagem informal, por sua vez, envolve processos de aprendizagem que ocorrem no dia a dia das pessoas, que adquirem conhecimentos, competências, atitudes ou aptidões.

---

<sup>5</sup> O conceito de *lifelong learning*, que traduzimos aqui como aprendizagem ao longo da vida, tem compreensões distintas dependendo da época em que é discutido. Os autores apresentam as concepções das décadas de 70 (primeira geração, centrada em uma visão humanista e com atividades de aprendizagem alinhadas aos ideais de democracia e liberdade), 90 (segunda geração, com abordagem economicista e objetivo de acelerar o crescimento econômico, gerar empregos e estimular a competitividade) e da viragem para o século XXI (terceira geração, associada à garantia de inclusão, participação social e cidadania) (Flauzino *et al.*, 2022).

Os resultados encontrados por Flauzino *et al.* (2022) apontam que a aprendizagem não formal foi a modalidade que teve maior investimento para o público idoso, caracterizando-se pelo seu caráter multidisciplinar em relação aos temas abordados. Por outro lado, as atividades de aprendizagem formal oferecidas para idosos são escassas, indicando que as instituições que oferecem essa modalidade negligenciam a pessoa idosa, que tem o acesso dificultado pelo estereótipo de que a educação é para os jovens e pelo não reconhecimento dos idosos como potenciais aprendizes. Os autores encontraram um número reduzido de propostas educativas na modalidade informal, apesar de alguns autores considerarem essa modalidade como a mais importante na velhice.

Os autores explicam que a oferta de atividades de aprendizagem contínua tem implicações diretas na promoção do envelhecimento ativo nas diferentes comunidades, contribuindo para a adaptação dos idosos diante das mudanças sociais e ajudando-os a alcançar níveis mais elevados de empoderamento pessoal e social.

As contribuições de Flauzino *et al.* (2022) complementam as informações aqui abordadas sobre a importância da inserção de idosos em programas educacionais, desde a modalidade formal, incluindo Educação de Jovens e Adultos (EJA), ensino superior e pós-graduação, até as modalidades não formal e informal. Acreditamos, na esteira destes autores aqui citados, que as experiências em contextos educativos contribuem para o desenvolvimento pessoal, a inclusão social, a formação crítica e para que o idoso continue aprendendo e interagindo com o mundo que o cerca. Para isso, as necessidades e interesses desse público precisam ser ouvidos, o seu repertório de conhecimentos precisa ser explorado e a história de vida deles deve ser valorizada.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Pensar em propostas que contribuam para o combate à discriminação etária e estimulem a autonomia da pessoa idosa é indispensável nos dias de hoje, em que observamos a expectativa de vida aumentar e a população ao redor do mundo envelhecer. O tema tem relevância especial nos países em desenvolvimento, como o Brasil, marcados pela forte desigualdade social que torna o envelhecimento dos mais pobres ainda mais difícil do que normalmente é, em função do acúmulo de desvantagens ao longo da vida.

A importância da temática aqui abordada é ratificada pelo plano global de ação para o desenvolvimento sustentável estabelecido pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 2015, que tem como objetivo alcançar um mundo melhor para todos até 2030. A Agenda 2030 da ONU apresenta 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), entre os quais destacamos os objetivos 3 e 4, que se referem respectivamente a “assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades” e “assegurar a educação inclusiva e equitativa de qualidade, e promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos” (ONU, 2015). Além disso, o objetivo 11, relativo a “tornar as cidades e os assentamentos humanos inclusivos, seguros, resilientes e sustentáveis”, sublinha os direitos da

pessoa idosa de ir e vir e acessar espaços públicos seguros, inclusivos e acessíveis. Chamamos atenção, ainda, para o fato de que esses três objetivos possuem relações entre si, como trouxemos ao longo do ensaio com as associações entre envelhecimento saudável e de qualidade, acesso a ambientes educativos e construção de projetos de vida ao longo da vida.

Nas duas últimas seções, nos dedicamos a trazer e discutir estudos que tecem relações entre a educação e a construção de projetos de vida de adultos e idosos. Enquanto um direito previsto por lei e reconhecido pela Declaração Universal dos Direitos Humanos, a educação é para todos. Poder acessar, permanecer e concluir etapas em instituições educativas, bem como estar em atividades de aprendizagem contínua, sejam elas formais, informais ou não formais, faz parte de viver com qualidade e dignidade.

Para nos manter ativos, autônomos e conscientes; para estimular a nossa cognição, curiosidade, interesse pelo mundo e prazer pelo conhecimento; para nos apresentar outras pessoas, pensamentos e visões de mundo; para revisitarmos, valorizarmos e ressignificarmos a nossa história de vida. É inegável que a educação impacta positivamente o envelhecimento e o faz de incontáveis maneiras. Uma delas, que nos parece ser uma das mais significativas, é ter a chance de construir projetos de vida.

Os projetos de vida, segundo as pesquisas apontadas neste ensaio, auxiliam adultos e idosos a terem objetivos e senso de direção, a sentirem que sua vida passada e a atual são significativas, a terem desejos e objetivos pelos quais vale a pena viver. Tudo isso atua na manutenção da saúde psicológica e tem importância especial em um período da vida em que os indivíduos vivenciam mudanças muito marcantes, como aposentadoria, perda do/a cônjuge e mudanças na saúde. Ter um sentido para viver protege a saúde psicológica, física e mental.

Imaginando um cenário onde Viktor Frankl e Paulo Freire se encontram e conversam, possivelmente os pensadores descobririam interesses e ideias em comum e que se complementam. Freire poderia falar sobre o analfabetismo no Brasil e como isso limita a leitura de mundo que o povo consegue fazer, ao que Frankl completaria dizendo que eles também teriam menos recursos para encontrar sentidos para viver, principalmente diante de adversidades. O educador brasileiro explicaria que manter as coisas dessa forma, negando à população o direito à educação, faz com que os opressores continuem oprimindo e, portanto, é interessante para eles. A conversa fluiria, se alongaria e os dois poderiam escrever livros sobre esse encontro.

Esses livros enfatizariam que, além de ser instrumento de liberdade, a educação também é um instrumento para pensarmos no futuro, construirmos projetos e lutarmos por mudanças sociais. A educação é um direito de todos. Construir projetos de vida ao longo da vida também.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Ulisses; ARANTES, Valéria; PINHEIRO, Viviane. **Projetos de vida: fundamentos psicológicos, éticos e práticas educacionais**. São Paulo: Summus Editorial, 2020.

ARANTES, Valéria Amorim; PÁTARO, Cristina Satiê de Oliveira; PINHEIRO, Viviane Potenza Guimarães; GONÇALO, Mariana Francio. Felicidade e bem-estar da juventude brasileira. **Notandum**, [S. l.], v. 21, n. 46 jan./abr. 2018, p. 55–68, 2018. Disponível em: <http://www.hottopos.com/notand46/4valeria.pdf>. Acesso em: 14 jul. 2024.

BRONK, Kendall. **Purpose in Life: A critical component of optimal human development**. London: Springer International Publisher, 2014. *E-book*.

BUNDICK, Matthew. **Pursuing the good life: an examination of purpose, meaningful engagement, and psychological well-being in emerging adulthood**. 2009. Tese (Doutorado em Filosofia) – Universidade de Stanford, Stanford, 2009.

COSTA, Maraiza Oliveira. **Interfaces da psicologia e da educação nos processos de envelhecimento: entre horizontes e jornadas**. 2022. Tese (Doutorado em Educação) –Universidade de São Paulo, São Paulo, 2022. DOI: <https://doi.org/10.11606/T.48.2022.tde-23052022-095727>.

DAMON, William. **O que o jovem quer da vida? Como pais e professores podem orientar e motivar os adolescentes**. São Paulo: Summus Editorial, 2009.

DANZA, Hanna Cebel. **Conservação e mudança dos projetos de vida de jovens: um estudo longitudinal sobre educação em valores**. 2019. Tese (Doutorado em Educação) –Universidade de São Paulo, São Paulo, 2019. DOI: <https://doi.org/10.11606/T.48.2020.tde-11122019-165812>.

FLAUZINO, Karina de Lima; GLI, Henrique Manuel Pires Teixeira; BATISTONI, Samila Sathler Tavares; COSTA, Maraiza Oliveira; CACHIONI, Meire. Lifelong learning activities for older adults: a scoping review. **Educational Gerontology**, [S. l.], v. 48, n. 11, p. 497–510, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1080/03601277.2022.2052507>.

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

GADOTTI, Moacir. Educação de adultos como direito humano. **EJA em debate**, Florianópolis, v. 2, n. 2, jul. 2013. Disponível em: <https://periodicos.ifsc.edu.br/index.php/EJA/article/view/1004>. Acesso em: 10 jul. 2024.

KLEIN, Ana Maria; ARANTES, Valéria Amorim. Projetos de vida de jovens estudantes do ensino médio e a escola. **Educação e Realidade**, [S. l.], v. 41, n. 11, p. 135–154, jan./mar. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-623656117>.

LEWIS, Nathan; TURIANO, Nicholas; PAYNE, Brennan; HILL, Patrick. Purpose in life and cognitive functioning in adulthood. **Aging, Neuropsychology, and Cognition**, [S. l.], v. 24, n. 6, p. 662–671, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1080/13825585.2016.1251549>.

MACHADO, Nilson José. **Educação: projetos e valores**. São Paulo: Escrituras, 2004.

MACHADO, Nilson José. A vida, o jogo, o projeto. In: ARANTES, Valéria Arantes (org). **Jogo e projeto**. São Paulo: Summus Editorial, 2006.

MERCADANTE, Jefferson; ARANTES, Valéria. Projetos de Vida de Pessoas Idosas e a Educação de Jovens e Adultos: aproximações possíveis. In: MIGUEL, José Carlos; BERSI, Rodrigo Martins (org.). **Educação de jovens, adultos e idosos: marcos conceituais, práticas e políticas**. Marília: Oficina Universitária, São Paulo: Cultura Acadêmica, 2023. p. 39–70. DOI: <https://doi.org/10.36311/2023.978-65-5954-389-2>.

ONU. Organização das Nações Unidas. **Declaração universal dos direitos humanos**. 1948. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/declaracao-universal-dos-direitos-humanos>. Acesso em: 10 jul. 2024

ONU. Organizações das Nações Unidas. **Transformando nosso mundo: a agenda 2030 para o desenvolvimento sustentável**. 2015. Disponível em: <https://brasil.un.org/sites/default/files/2020-09/agenda2030-pt-br.pdf>. Acesso em: 14 out 2024.

PARRA, Andreia Morais Magliano. **Vidas plenas: um estudo dos projetos de vida éticos de educadores brasileiros**. 2018. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018.

PÁTARO, Cristina Satiê de Oliveira; ARANTES, Valéria Arantes. A dimensão afetiva dos projetos vitais: um estudo com jovens paranaenses. **Psicologia em Estudo**, [S. l.], v. 19, n. 1, p. 145–156, jan./mar. 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-7372189590014>.

PINHEIRO, Viviane Potenza Guimarães. **Integração e regulação de valores e sentimentos nos projetos de vida de jovens: um estudo na perspectiva dos modelos organizadores do pensamento**. 2013. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013.

RIBEIRO, Cristina Cristovão; YASSUDA, Mônica Sanches; NERI, Anita Liberalesso. Propósito de vida em adultos e idosos: revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S. l.], v. 25, n. 6, p. 2127–2142, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.20602018>.

RYFF, Carol Diane. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. **Journal of Personality and Social Psychology**, [S. l.], v. 57, n. 6, p. 1069–1081, 1989. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>.

RYFF, Carol Diane. Psychological well-being in adult life. **Current Directions in Psychological Science**, [S. l.], v. 4, n. 4, p. 99–104, 1995. DOI: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/1467-8721.ep10772395>.

SANTOS, Paula Toledo Lara; KLEIN, Ana Maria. A educação como um direito humano: a importância da educação para jovens encarcerados e suas perspectivas futuras. **Fênix: Revista de História e Estudos Culturais**, [S. l.], v. 20, n. 2, p. 237–264, jul./dez. 2023. DOI: <https://doi.org/10.35355/revistafenix.v20i2.1388>.

SEIXAS, Beatriz Guedes de. **Projetos de vida de docentes: um estudo na perspectiva da Teoria dos Modelos Organizadores do Pensamento**. 2022. Dissertação (Mestrado em Educação, Linguagem e Psicologia) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2022.

VELHO, Gilberto. **Projeto e metamorfose: antropologia das sociedades complexas**. 3. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2003.

**Submetido:** 25/07/2024

**Correções:** 11/10/2024

**Aceite Final:** 22/10/2024