

# O projecto de vida no idoso

## Idosos em Centro de Dia e na Universidade Internacional para a Terceira Idade

*MÓNICA LIMA (\*)*

*JOSÉ A. CARVALHO TEIXEIRA (\*\*)*

*ARMÉNIO B. SEQUEIRA (\*\*\*)*

### 1. INTRODUÇÃO

A questão do projecto de vida é intrínseca à natureza humana, tanto como o facto do Homem existir como ser que se projecta num futuro, próximo ou a longo prazo, e que consiste no seu sentido para a vida.

Segundo Viktor Frankl (1976), o problema do esvaziamento existencial é a perda da continuidade do Eu no mundo. Quando o sentimento de continuidade é perdido, não pode haver projecto, porque não há onde projectar. Não havendo projecto, a existência é vazia e sem sentido.

Segundo Carlos Caldeira (1976), Paes de Sousa e Barahona Fernandes (1976), o idoso está exposto a variadíssimas condicionantes sociais na sua vida, das quais a mais importante é, sem dúvida, a reforma, que o sujeita muitas vezes a

um sentimento de inutilidade, de esvaziamento, de marginalização, isto devido a que o estatuto social se liga ao estatuto profissional/productivo. A falta desse estatuto pode produzir muitas vezes um sentimento de morte social, já que o papel que desempenha na sociedade se converte muitas vezes na sua própria imagem de si (Antunes dos Santos, 1991; Constança Paul, 1991; Guilherme Ferreira, 1976).

Segundo Jashoda (1982), o idoso pode perder, juntamente com o seu trabalho, a estruturação do seu tempo, contactos sociais, identidade, actividade regular e participação em objectivos comuns, pertença a um grupo. Tudo isto pode levar a um sentimento de privação psicológica muito forte, implicando profundos sentimentos de inutilidade, diminuição do significado próprio e independência, e, às vezes, ao sentimento de que a sua vida chegou ao fim, originando uma ruptura na continuidade histórica do idoso. Deste modo, a sua vida perde todo o sentido.

De acordo com Robbins e Chartrand (1990), o facto de existir um objectivo, um projecto, por mais simples que seja, está associado a bem-estar psicológico, satisfação vivencial (Emmons,

---

(\*) Psicóloga Clínica.

(\*\*) Psiquiatra. Assistente, ISPA. Coordenador do Grupo de Estudos de Psicologia e Psicopatologia Fenomenológicas e Existenciais.

(\*\*\*) Psicólogo Clínico. Assistente Convidado, ISPA.

1986) e à percepção de auto-eficácia (Bandura, 1982) e auto-controlo (Brandstadter, 1989). Pelo contrário, a inexistência de qualquer projecto é um aspecto muito negativo no que respeita ao sentimento de continuidade do Eu do idoso (Rapkin, & Fischer, 1990).

Segundo a perspectiva Fenomenológica-Existencial, não interessa apenas investigar os estados de consciência de um sujeito; ela questiona toda a estrutura da sua existência, visando a re-elaboração do seu mundo experiencial. De acordo com Sartre (1943), há que desenvolver a análise do Projecto Existencial do sujeito, que é o organizador da sua existência no seu mundo, aquele que confere coerência aos seus actos, que dá unidade à história do sujeito. A perspectiva Fenomenológica-Existencial centra-se, assim, nas preocupações e objectivos últimos da existência humana.

Se a vida humana é a duração entre dois extremos, o nascimento e a morte, então o existir é vir a ser, a existência pressupõe uma importante componente temporal. O Ser não é, nesta perspectiva, algo estático, mas sim imergente, é uma forma verbal que acentua a dimensão de acção. O que está em causa é o Ser-aí (*Dasein*), ou seja, o Ser cujas vivências são estruturadas pelo tempo e espaço, um lugar e um tempo pertencente unicamente a ele, nos quais converge a sua existência única, em que se processa o seu devir.

O Projecto de Vida não pode ser conceptualizado independentemente da experiência do tempo vivido (May, 1977). Segundo Heidegger, «O Ser encontra o seu sentido na temporalidade, que se encontra a par da historicidade, e que é a estrutura do Ser» (cit. in Heidegger, 1927, p. 30).

O conceito de devir encerra em si a possibilidade de, no presente, projectar-se no futuro, com a condição de dar continuidade à sua experiência passada. Só a prospecção das possibilidades, dando significado dinâmico ao futuro, pode validar o nosso presente existencial (Mowrer, in May, 1977). Assim, quando não há projecção no futuro, este resulta vazio e sem sentido, comprometendo do mesmo modo o presente vivido (Sartre, 1943). Podemos dizer, assim, que existir é poder escolher uma meta com o objectivo de a alcançar. O poder que o *Dasein* tem de se projectar numa finalidade deriva da sua capacidade de se antecipar a si mesmo. História e liberdade resultam do facto do *Dasein* se movimentar num

presente que já é passado e orientar-se para um futuro. Assim, ser livre é ter futuro e organizar o agir de modo a que hoje se possa ver o que será o amanhã (Heidegger, 1927).

Por outro lado, podemos dizer, segundo Frankl (1976), que a não extinção de um projecto de vida é a característica intrínseca ao ser humano. Segundo Carles Egea (1990), o Homem não é mais do que o seu projecto, não existe senão na medida em que o realiza. Neste sentido, a velhice seria a culminação deste projecto, simultaneamente a causa e a consequência das escolhas que o Homem realizou ao longo da sua vida. No entanto e lamentavelmente, o envelhecimento implica, muitas vezes, uma ruptura com a continuidade histórica do sujeito. Esta perda da continuidade histórica implica uma ruptura no seu Projecto Existencial, o que pode originar a perda de significado da sua vida se não houver a elaboração de novos projectos em consonância com o modo como o sujeito experienciou a sua existência, de modo a que a descontinuidade existencial não seja vivenciada.

## 2. MATERIAL E MÉTODOS

Com este estudo pretendemos averiguar a existência de Projecto de Vida em idosos utentes do Centro de Dia e idosos utentes da U.I.T.I. e qual é esse Projecto. Assim, pretendemos obter a resposta as seguintes questões:

1. Como se caracteriza o projecto de vida dos idosos utentes do Centro de Dia?
2. Como se caracteriza o projecto de vida dos idosos utentes da U.I.T.I.?
3. Haverá ou não diferenças nas temáticas apresentadas pelos mesmos relativamente aos projectos de vida dos idosos utentes do Centro de Dia e dos idosos utentes da U.I.T.I. e quais?

### 2.1. *Sujeitos*

O trabalho incidiu sobre um total de 10 idosos dos quais 5 são utentes do Centro de Dia do Centro Social e Paroquial de S. Vicente de Paulo e 5 são utentes da U.I.T.I. A amostra é caracterizada quanto a:

- Idade: Entre os 70 e os 80 anos
- Estado Civil: Viúvos
- Existência de filhos/família: Sim
- Estatuto Sócio-Económico: Médio/Baixo
- Grau de Instrução: 4.ª classe
- Religião: Católica
- Reformados há pelo menos 5 anos

## 2.2. Instrumento

Foram utilizadas como instrumento duas metodologias de Análise Textual desenvolvidas por Villegas (1981) na perspectiva existencial:

- Análise Temática-Categorial (análise quantitativa)
- Análise Semântica-Textual (análise qualitativa)

## 2.3. Procedimento

A selecção da amostra realizou-se em dois momentos. Num primeiro momento, foram recolhidos junto de responsáveis das instituições dados pessoais básicos relativos a determinados critérios, como a idade, estado civil, tempo de reforma, grau de instrução e estatuto socio-económico, no sentido de se fazer uma pré-selecção. Posteriormente, foram escritos em papéis os nomes dos utentes e sorteados, de modo a obter uma selecção de dez sujeitos realizada aleatoriamente.

Fornecemos a cada idoso uma folha de papel A4 branca, na qual escrevemos a consigne «*Como acha que as pessoas, depois de se reformarem, deveriam viver, o que deveriam fazer?*», pedindo que escrevessem um pequeno texto, de 10/12 linhas, em resposta à mesma. Estes textos constituíram o material de análise.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As vivências descritas pelos idosos de cada um dos grupos possuem temáticas semelhantes no mesmo grupo (o que é válido para ambos os grupos) e as vivências descritas pelos dois grupos de idosos possuem temáticas bastante diferentes entre si.

No grupo de *idosos utentes do Centro de Dia* a reforma é vivenciada fundamentalmente como

uma fase em que se deixa de ter e fazer as coisas que antes se tinham e se faziam. A vivência do não ter é realmente muito referida por estes idosos ( $Fi=8$ ) ou seja, a reforma é um tempo em que não se possui nem se pode fazer nada (o que é referido por todos os indivíduos). Inclusivamente para dois dos idosos a reforma representa o fim da vida.

O facto de ser idoso e reformado parece ligar-se intrinsecamente ao experienciar de uma limitação relativamente à capacidade de realizar coisas. De facto, a temática da incapacidade é uma das mais frequentes nos textos produzidos pelos idosos utentes do Centro de Dia ( $Fi=10$ ), ligando-se também à tristeza ( $Fi=4$ ). Apresenta-se com muita intensidade uma conotação negativa ligada à vida de reformado, bastante frequente nos textos produzidos por este grupo de idosos ( $Fi=6$ ).

Apresenta-se também como comum a temática da perda ligada à reforma: perda da juventude, perda dos amigos e da companhia, perda da saúde, perda da actividade, da distração, da ocupação, perda do poder económico, perda da capacidade para fazer coisas, perda dos objectivos na vida.

A reforma parece representar uma ruptura na continuidade do projecto de vida, porque depois da reforma é vivenciado o vazio, o nada. Este vazio é a temática mais predominante nos textos produzidos pelos idosos do Centro de Dia ( $Fi=23$ ), o que demonstra a sua relevância, o que juntamente com as referências ao não ter ( $Fi=8$ ) nos mostra bem a falta sentida relativamente às mais variadas coisas por este grupo de idosos.

Estas vivências estão presentes naquilo que Jashoda (1982) denomina o efeito de privação da reforma sobre o idoso, que consiste na vivência de perda, juntamente com o trabalho, da sua própria identidade. De facto, estes idosos parecem ver o seu trabalho como o elemento fundamental para o seu sentido de identidade (Belsky, 1990).

A vivência do tempo também parece sofrer alterações nestes idosos, o que se liga à ruptura da sua continuidade no mundo. Há uma vivência do tempo após a reforma como uma ruptura na continuidade da sua vida, ligando-se ao sentimento de que não há futuro onde projectar. Surge sistematicamente neste grupo de idosos uma oposição temática entre as vivências descritas relativamente ao «antes» e ao «depois» da refor-

QUADRO 1  
*Resultados obtidos através da Análise Temático-Categorial*

GRUPO	CENTRO DE DIA		U.I.T.I.	
	Fi	%	Fi	%
Nada	23	10.20		
Eixo Temporal	22	9.70	39	15.85
Inactividade	17	7.50		
Incapacidade	10	4.40		
Não ter	8	3.50		
Vida Negativo	6	2.65		
Actividade			16	6.50
Ocupação			16	6.50
Vida Positivo			14	5.70
Ter			9	3.67
Possibilidade			8	3.25
Realização			6	2.44
Total Palavras	226		246	
T. Pa. Diferentes	53		83	
Média	4.30		2.96	

ma. O «antes» liga-se ao trabalho e é descrito como um tempo em que «podia fazer tudo», de juventude, de poder, e de ter coisas. O «depois» da reforma surge como a oposição, em que se perdeu tudo e já não há nada que se possa fazer. Assim, acaba por se produzir um sentimento de morte social que se deve ao sentimento de inutilidade, isolamento e esvaziamento ligados à perda do trabalho. De facto, não se apresenta uma única referência positiva à reforma neste grupo de idosos.

Curiosamente, surge também em todos os textos uma dupla referência pessoal, diferente

consoante é referida ao tempo «antes» ou «depois» da reforma. Se na referência ao tempo antes da reforma os idosos se referem a si mesmos na primeira pessoa do singular, pessoalizando aquela pessoa capaz, quando se referem ao tempo depois da reforma passam a referir-se como «nós», «as pessoas», «todos», «velhos», diluindo a sua própria pessoa num colectivo. Segundo Binswanger isto corresponde ao modo de ser-no-mundo em Anonimato.

Relativamente aos *idosos utentes da U.I.T.I.* as temáticas apresentadas são bastante diferentes. Para estes idosos a reforma é vivenciada co-

QUADRO 2  
*Resultados obtidos através da Análise Semântico-Textual*

	ANTES	DEPOIS
<b>IDOSOS UTENTES DO CENTRO DE DIA</b>	Trabalho/Poder/Vida Trabalho/Fazer Trabalho Trabalho/Poder	Reforma/Não poder/Morrer Não Trabalhar/Não ter/Não fazer Não fazer/Não ter/Tristeza Não poder/Velhice/Não fazer Velho/Nada/Banco de jardim
<b>IDOSOS UTENTES DA U.I.T.I.</b>	Trabalho/Sonhar Trabalho/Gostar Trabalho/Gostar Desejar (coisas que não podia fazer)	Recompensa/Fazer (coisas que não podia fazer antes) Trabalho/Aprender/Viver Aprender/Passar/Trabalho Fazer planos/Viver Há tempo/Há vontade de viver

mo uma recompensa por todos os anos de trabalho, aquilo que marca a passagem para um tempo de novas oportunidades, para a possibilidade de fazer coisas que, quando trabalhavam, não podiam ser realizadas por alguma razão. Há nestes idosos uma abertura a novas possibilidades, uma vivência do «poder escolher», a possibilidade da realização de coisas que antes apenas podiam ser desejos. Esta realização de projectos é uma temática bastante frequente nestes idosos (Fi=6).

Assim, a reforma não é sinónimo de velhice e/ou de fim de vida, ela pode ser o início de um outro modo de vida, de acordo com a perspectiva de Rapkin e Fischer (1990), em continuidade com a vida anterior. Estes mesmos autores, realçam que os projectos de um idoso são, entre outras coisas, motivados pela possibilidade de manterem uma actividade que os estimule e lhes proporcione relacionamento social e estruturação do tempo, o que é confirmado pelos textos produzidos pelos idosos utentes da U.I.T.I., em que as temáticas de realização (Fi=6), possibilidade, ocupação (Fi=16) e actividade (Fi=16) são muito relevantes.

Há um desejar e um planear que remetem para a presença de um projecto de vida na continuidade da sua existência, uma tentativa de realizar este mesmo projecto depois da reforma, surgindo como o mais importante o aprender ou conhecer coisas novas, desenvolver uma nova ocupação, ter um objectivo, um horário, e também poder

aproveitar agora para passear, conviver ou fazer ginástica.

Os idosos utentes da U.I.T.I. parecem ter realizado interiormente algum projecto para o pós-reforma, já que o antes da reforma é referido não só como uma altura de trabalho mas também de desejo, o que implica um projectar algo no futuro.

#### 4. CONCLUSÃO

A reforma é vivenciada como um momento de crise na vida de todos os idosos. De facto, é sempre referida uma dimensão relativa ao antes e ao depois da reforma (referência ao eixo temporal), o que é feito espontaneamente já que apenas foi pedido que dissessem como as pessoas deveriam viver depois da reforma. Esta referência parece demonstrar a importância que a reforma tem para estes idosos, o que já vem a ser referido por autores como Pratt e Norris (1994) e Belsky (1990), bem como Weisberg (1989), entre outros. No entanto, as vivências associadas à reforma e o modo como este momento de crise é resolvido é muito diferente entre os dois grupos de idosos.

Os *idosos utentes do Centro de Dia* experienciam a reforma como um momento de crise em que se revela uma ruptura, uma descontinuidade entre a vivência do antes e do depois da reforma, revelando uma perda de sentido da vida, por se

ligar a uma perda da continuidade do Eu. É para estes idosos uma fase da vida em que tudo perde o significado, até a identidade pessoal. Nestes idosos a passagem para a reforma é vivenciada como a passagem para um vazio, para um nada, porque toda a sua identidade e toda a sua vida estão ligadas ao trabalho.

A temporalidade nos idosos utentes do Centro de Dia é vivenciada em Retracção, ou seja, manifesta-se essencialmente um viver no passado e não uma projecção ao futuro. Há uma ruptura na sua continuidade histórica pela ruptura do seu projecto existencial, ligado à Produtividade.

Estes idosos experienciam basicamente um estado de ânimo caracterizado pela tristeza, num estar-com, ou seja, num encontro com os outros que é vazio. Acabam por vivenciar uma existência com perda de identidade própria, tornando-se, no conceito de Binswanger, anónimos.

Para os *idosos utentes da U.I.T.I.* a reforma marca a possibilidade de renovação na continuidade da vida, de reformular um projecto.

É importante para estes idosos o facto de terem um objectivo no dia-a-dia, porque isso lhes permite um refazer de planos, uma re-elaboração de projectos consonantes com o seu projecto existencial, que parece ligado ao desenvolvimento pessoal. Nota-se claramente e em oposição aos idosos utentes do Centro de Dia, uma continuidade na sua vida, um desenvolvimento pessoal que se liga a um processo de adaptação a uma nova fase da vida que é a reforma.

Há assim neste grupo um processo de adaptação, a reforma é vivenciada como uma oportunidade para (re)viver e não como uma morte, aparece como a possibilidade de uma reconstrução de alternativas e de realização de projectos.

Surgem fundamentalmente importantes as oportunidades para aprender, conviver, realizar um novo trabalho ou simplesmente ter tempo para passear e fazer o que antes podia ser apenas desejado. Assim, a vivência da temporalidade é caracterizada pelo que Binswanger denominou por Expansão, ou seja, existe uma projecção no futuro. Há nestes idosos a vivência da continuidade histórica, e que só pode existir, segundo Sartre, pela existência de um projecto do sujeito no mundo, um mundo que é vivenciado como um mundo de relações, um mundo compartilhado em que o estado de ânimo do idoso é vivenciado como estando em sintonia com o mesmo.

O sujeito experiencia a pertença e o encontro, mantendo também um modo de ser, segundo Binswanger, que é singular, uma identidade que não foi perdida.

Parece ter ficado claro que o projecto de vida, a vivência de um projecto e de um sentido para a existência não está vedado aos idosos pelo simples facto de terem deixado de trabalhar ou de serem idosos. Para cinquenta por cento dos idosos participantes nesta investigação, existe um projecto de vida que se liga à manutenção da sua actividade social, da aprendizagem, da realização de um trabalho, da oportunidade de realizar actividades que lhes dão prazer.

A ausência de um projecto de vida e a vivência da reforma como o fim da vida, como uma limitação a que se parecem acomodar, poderá estar ligada, nos idosos utentes do Centro de Dia, a condicionantes a que não foi possível aceder, mas que são intrínsecas ao modo como foram vivenciando a sua existência, o seu trabalho como meio único de projecção no seu mundo.

É importante pensar que, como referiu Erikson (1963), é característica intrínseca ao ser humano ser criativo e activo, e que a sua ausência implica uma existência sem sentido, pelo que se torna cada vez mais importante a intervenção responsabilizante e de abertura ao futuro na pessoa idosa. Como refere Cordo (1990), é necessário implementar medidas sociais que visem o desenvolvimento da sua responsabilidade e liberdade, da expansão dos limites sociais e pessoais para que o próprio idoso deixe de se vivenciar como um ser limitado, doente, isolado, vazio existencialmente. Porque, como foi demonstrado nesta investigação, existem muitos idosos em que o projecto de vida não se encontra embotado, em que a reforma é vivenciada como a fase da realização de projectos, em que é vivenciada uma continuidade histórica que não deixa de existir quando se perde o papel de trabalhador activo.

Os idosos não são uma população homogénea, e por isso não podem ser vítimas de estereótipos sociais limitados dos horizontes do projecto de vida.

Os resultados deste estudo exploratório são compatíveis com a conceptualização de que o tempo de reforma não pode ser pensado no registo da passividade e da resignação (Boutinet, 1996). O questionamento do projecto de reforma

é indispensável, para que o idoso não seja submergido na conjugação entre o envelhecimento, a dependência dos outros e a falta de sentido para a vida. A intervenção psicológica com sujeitos em situação de pré-reforma poderá beneficiar com o questionamento do projecto de vida e de reforma, facilitando ao sujeito a abertura a outras possibilidades de vir-a-ser.

## BIBLIOGRAFIA

- Angel, E., Ellenberger, H., & May, R. (1977). *Existencia: Nueva dimensión en psiquiatría y psicología*. Madrid: Editorial Gredos.
- Antunes dos Santos, J. (1991). *Depressão e terceira idade – Um estudo exploratório*. Tese de Licenciatura em Psicologia Clínica, Lisboa, ISPA.
- Barcia Goyanes, J. J. (1990). El viejo y su futuro. In L. Hayflick, D. Barcia, & J. Miguel (Eds.), *Aspectos actuales del envejecimiento normal y patológico* (pp. 409-416). Madrid: Editorial Libro del Año.
- Belsky, J. (1990). External changes: Retirement and widowhood. In *The psychology of aging* (pp. 221-251). California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Bonifácio, M. (1990). A importância da actividade física na autonomia da pessoa idosa. *Hospitalidade*, 213, 44-47.
- Boutinet, J.-P. (1996). *Psychologie des conduites à project*. Paris: PUF.
- Butler, R. (1974). Old age. In K. Broadie, & A. Hamburg (Eds.), *American handbook of psychiatry*, Vol. 1 (pp. 646-658). New York: Basic Books Inc., Publishers.
- Caldeira, C. (1976). Socioterapia na velhice. In H. J. Barahona Fernandes, & M. Paes de Sousa (Eds.), *Gerontopsiquiatria* (pp. 409-431). Lisboa.
- Carles Egea, F. (1990). El proyecto de vida en la tercera edad. In L. Hayflick, D. Barcia, & J. Miguel (eds.), *Aspectos actuales del envejecimiento normal y patológico* (pp. 429-433). Madrid: Editorial Libro del Año.
- Carstensen, L. (1987). Age related changes in social activity. In L. Carstensen, & B. Edelman (Eds.), *Handbook of clinical gerontology* (pp. 222-234). New York: Pergamon Press.
- Carvalho Teixeira, J.A. (1989). Fenomenologia, existencialismo e psicopatologia. In J. A. Carvalho Teixeira (Ed.), *Actas das Primeiras Jornadas de Psicologia e Psicopatologia Fenomenológicas e Existenciais* (pp. 120-135). Lisboa: ISPA.
- Castilla del Pino, C. (1993). El sujeto como sistema: El sujeto hermeneuta. *Anuario de Psicología*, 59, 5-18.
- Cavanough, J. (1993). *Adult development and aging* (2nd ed.). California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Cordo, M. (1990). A formação dos idosos. *Hospitalidade*, 213, 32-33.
- Ferreira, G. (1976). Psicoterapia institucional – Acção na comunidade. In H. J. Barahona Fernandes, & M. Paes de Sousa (Eds.), *Gerontopsiquiatria* (pp. 433-447). Lisboa.
- Fischer, L., & Schaffer, K. (1993). *Older volunteers*. Newbury Park: Sage Publications, Inc.
- Floyd, F., & Haynes, S. (1992). Assessing retirement satisfaction and perceptions of retirement experience. *Psychology and Aging*, 4, 609-621.
- Frankl, V. (1976). *A psicoterapia na prática*. S. Paulo: EPU.
- Frei Bernardo (1990). A pessoa idosa continua a ser um ser ético e social. *Hospitalidade*, 213, 8-9.
- Gonçalves Vaz, L. (1993). *Actas das Comunicações apresentadas nas Jornadas de Lisboa e os Desafios do Envelhecimento* (pp. 357-364). Lisboa: Câmara Municipal de Lisboa.
- Guimarães Lopes, R. (1991). A psicoterapia existencial: Fundamentos. In *Comunicações apresentadas no IV Congresso de Psiquiatria S. João de Deus* (pp. 143-160). Telhal: Hospitalidade.
- Heidegger, M. (1927). *El ser y el tiempo*. Madrid: Ed. F.C.E. España, S.A.
- Leal, I. (1990). Fenomenologia, existencialismo e psicanálise. O sr. K ou a consciência de quê. In J. A. Carvalho Teixeira (Ed.), *Actas das Primeiras Jornadas de Psicologia e Psicopatologia Fenomenológicas e Existenciais* (pp. 41-46). Lisboa: ISPA.
- Legrand, P. (1990). Les divers contextes du vieillissement. *Gerontologia*, 12 (45-46), 91-94.
- Mendonça, H. (1993). *Actas das Comunicações apresentadas nas Jornadas de Lisboa e os Desafios do Envelhecimento* (pp. 307-310). Lisboa: Câmara Municipal de Lisboa.
- Miranda, H. (1982). Relatório referente ao ano de 1981/82. *Gerontologia*, 4 (16), 49-61.
- Moniz Pereira, N. (1986). *Compreender melhor os idosos*. Lisboa: FITI.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. London: Sage Publications, Inc.
- Paiva Couceiro, M. L. (1993). Histórias de vida e formação dos adultos. *Formar*, 8, 22-25.
- Paul, M. C. (1991). *Percursos pela velhice: Uma perspectiva ecológica em psicogerontologia*. Porto: ICBA.
- Pratt, M., & Norris, J. (1994). *The social psychology and aging*. Massachusetts: Blackwell Publisher.
- Ramadam, Z. (1984). *O ser-no-mundo do idoso: Abordagem existencial da psicoterapia na terceira idade*. S. Paulo: Ed. Temas.
- Rapkin, B., & Fischer, K. (1990). Framing the construct of life satisfaction in terms of older adults' personal goals. *Psychology and Aging*, 1, 138-149.

- Ribeiro, N. (1990). Sociedade, família e idosos. *Hospitalidade*, 213, 14-21.
- Robbins, S., & Chartrand, J. (1990). Goal instability in later life adjustment. *Psychology and Aging*, 3, 447-450.
- Sartre, J. P. (1943). *O ser e o nada*. Lisboa: Círculo de Leitores.
- Silva Martins, M. (1984). Um conceito sobre a U.I.T.I. *Gerontologia*, 6 (24), 42-53.
- Villegas, M. (1981). El analisis existencial: Cuestiones de método. *Revista de Psiquiatria y Psicología Humanista*, 25, 55-70.
- Villegas, M. (1990a). Hermenéutica del discurso y analisis semantico de documentos personales. In *Actas do V Congreso de Antropologia* (pp. 1-20).
- Villegas, M. (1990b). Las psicoterapias existenciales: Desarrollo historico y modalidades conceptuales. In José A. Carvalho Teixeira (Ed.), *Actas das Primeiras Jornadas de Psicologia e Psicopatologia Fenomenológicas e Existenciais* (pp. 11-23). Lisboa: ISPA.
- Villegas, M. (1992). Analisis del discurso terapeutico. *Revista de Psicoterapia*, 3 (10-11), 23-66.
- Villegas, M. (1993). Las disciplinas del discurso: Hermenéutica, semiótica y analisis textual. *Anuario de Psicologia*, 59, 19-60.
- Walsh, S. (1984). The existencial approach in psychiatry. In Goldman (Ed.), *Review of general psychiatry* (pp. 532-537). California: Lange Medical Publications.
- Weisberg, R. M. (1989). *Later life*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

## RESUMO

O objectivo deste trabalho foi investigar acerca das vivências do projecto de vida presentes em idosos utentes do Centro de Dia e idosos utentes da U.I.T.I. Os autores fazem uma revisão relativamente à questão da reforma e do projecto de vida no idoso, utilizando um modelo de estudo exploratório para aceder aos projectos de vida dos dois grupos de idosos.

*Palavras-chave:* Idosos, Reforma, Projecto de vida.

## ABSTRACT

The purpose of the present study was to know about old people's project related to retirement according to their experience by using textual analysis. The authors make a brief approach on retirement, old age and life project.

*Key words:* Old people, Retirement, Life project.