

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFAAT
Curso de Graduação em Psicologia

FLÁVIA HELENA GOME KLOVRZA GARCIA RA 1517191

**CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA FENOMENOLÓGICA NO MODO
DE ENTENDER A SÍNDROME DO NINHO VAZIO**

Atibaia/SP
Dezembro/20

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFAAT
Curso de Graduação em Psicologia

FLÁVIA HELENA GOMES KLOVRZA GARCIA RA1517191

**CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA FENOMENOLÓGICA NO MODO DE
ENTENDER A SÍNDROME DO NINHO VAZIO**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Centro Universitário UNIFAAT, como exigência à obtenção do título do curso de Psicologia.

Orientadora: Prof^a Esp. Jaqueline Rodrigues dos Santos.

Atibaia/SP

Dezembro/2021

CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA FENOMENOLÓGICA NO MODO DE ENTENDER A SÍNDROME DO NINHO VAZIO

RESUMO: Este trabalho de conclusão de curso, explorou a Síndrome do Ninho Vazio, como sendo um estado de grandes mudanças na vida do casal quando ocorre a saída dos filhos de casa. Buscou-se conhecer os conceitos aplicados à Síndrome do Ninho Vazio, bem como o desvelar de possibilidades existentes na fase adulta. Para tal compreensão, além da pesquisa bibliográfica, explorou-se dois contos da escritora francesa, Simone de Beauvoir, que publicou várias obras durante sua vida, sobre o cotidiano de mulheres em diversas faixas etárias. Escolheu-se o livro “A mulher desiludida”(1967), que é composto por três contos, e nos ativemos a investigar o primeiro “A idade da descrição” e o último, “A mulher desiludida”, que ilustra bem o vazio relacionado à saída dos filhos de casa, e os diversos sentimentos que envolvem a idade madura, tanto para mulheres quanto para homens, dentre eles: estudo, casamento, busca de um novo emprego e mudança de cidade. Percebeu-se que a fase adulta da vida também deve cuida-la de forma efetiva, muitas vezes com a intervenção de um psicólogo, que norteará todo o processo de ressignificação após anos de dedicação à criação dos filhos, e muitas vezes deixando de lado seus sonhos.

Palavras chave: Síndrome do Ninho Vazio, Fase adulta, Psicologia Fenomenológica Existencial.

ABSTRACT: This course conclusion work explored the Empty Nest Syndrome, as a state of big changes in a couple's life when their children leave home. We sought to know the concepts related to the Empty Nest Syndrome, as well as the unveiling of possibilities in adulthood. For this comprehension, besides the bibliographical research that was made, two short stories by the French writer, Simone de Beauvoir, who published several works during her life about the daily lives of women in different age groups, were explored. The book “The Woman Destroyed” (1967) was chosen, which is composed of three tales, and we focused on investigating only the first one “The Age of Discretion” and the last one, “The

Woman Destroyed”, which illustrates well the related emptiness related to the departure of children from home and the different feelings surrounding an advanced age, for both women and men, among the exit factors: study, marriage, search for a new job and moving to another city. It was noticed that the adult phase of life must also take care of it effectively, often with the intervention of a psychologist, who will guide the entire process of reframing the parents’ life after years of dedication to raising children, often leaving aside their dreams.

Key words: Empty Nest Syndrome, Adult stage, Existential Phenomenological Psychology.

O INÍCIO

Este trabalho pretende explorar a experiência que ocorre no entorno da síndrome do ninho vazio. Cabe a nós, primeiramente, definirmos o que é a síndrome do ninho vazio e como ela afeta os integrantes da família. A mudança da relação entre o casal e o filho, que saiu de casa, mudança essa sabida, mas muitas vezes ignorada, pois o processo de separação entre pais e filhos ocorre desde cedo, mas é somente na vida adulta, na hora de lançar os filhos ao mundo é que os pais percebem esta separação (CRUZ e HOLANDA, 2018).

A síndrome do ninho vazio, em diferentes culturas está relacionada à saída dos filhos de casa, a perda da função dos pais quanto às suas primordiais funções (AOYAMA et al. 2019). Ela é pontual, mas pode ser agravada nas mulheres por conta da menopausa e da aposentadoria, onde as mesmas veem-se envelhecidas, sem função reprodutora, colaborando para a baixa autoestima (SARTORI e ZILBERMAN, 2009). O que estas mulheres observam no espelho é uma visão que não mais lhe diz respeito, mesmo esta mulher trabalhando fora, ela dedica grande parte do seu tempo a criação dos filhos (AOYAMA et al., 2019), afetando principalmente as mulheres que estão passando pela fase do climatério, que causa desconforto. Além desses fatores fisiológicos, existem os fatores psicossociais que causa impacto no seu psicológico (CRUZ e HOLANDA, 2018).

O sentimento de vazio está presente em todos os relatos demonstrados pelas mães, nos mais diferentes textos teóricos (DONIDA, STEFFENS, 2018) No

último conto O monólogo., Simone escreve o pensamento de sua protagonista como um fluxo de ideias de uma consciência que beira ao limite da loucura, vivendo isolada e pária (Kirkpatrick, Kate, pág. 311).

A síndrome do ninho vazio é comumente encontrada na literatura como sendo um período de mudanças na vida do casal, quando os filhos saem de casa. No início, era percebido um sofrimento por parte das mães cuidadoras de seus filhos; hoje já possuímos documentos nos quais os pais também podem sofrer com a saída dos filhos de casa (SARTORI e ZILBERMAN, 2009). Os pais também podem ser acometidos da síndrome do ninho vazio (VIRGULINO et al. 2013).

Desta feita, vamos entender esta sensação de vazio, como um espaço de falta, que um dia foi preenchido com a relação familiar e hoje está vazio. Nesse sentido, este trabalho questiona: Como pensar um novo propósito ou sentido a esta nova etapa da vida, sem a presença dos filhos? Aoyama, et al (2019) ressalta que cabe a cada pessoa dar um sentido à vida, ou seja, fazer com que ela possua um significado, escolhendo um sentido à própria existência. A autora também pontua que esta fase consiste numa oportunidade de se cuidar e de realizar novas tarefas. É dentro desta falta que vamos encontrar um sentido, nos lançando a novas experiências de vida.

Vemos na literatura utilizada para a pesquisa que as mães sentem mais a sensação de ninho vazio, pois em grande parte cabe a elas o cuidado com os filhos, e que deixaram de lado muitos projetos pessoais, para poderem se dedicar a criação de seus filhos (AOYAMA et al., 2019). Quanto aos homens, estes são atingidos de forma diferente, prevalecendo um sentimento de impotência e acomodação, pois estes não possuem mais a função que exercia anteriormente (SATORI e ZILBERMAN, 2009).

Para refletirmos sobre o tema, será exposto duas contribuições de Simone de Beauvoir (1908-1986), escritora francesa, professora de filosofia, intelectual, teórica social francesa, feminista que escreveu durante toda a sua vida textos que abordam o pensamento e a vida das mulheres, retratando-as e muitas vezes criticando o sistema cultural e social de sua época, desejando que o futuro fosse decisão da mulher (Kirkpatrick, Kate, pág. 58). Apaixonada por filosofia, escrevia para a ficção, com descrições atentas da experiência vivida, típico do ramo da filosofia que a interessava, a fenomenologia, onde “se estuda as estruturas da

consciência do ponto de vista da primeira pessoa” (Kirkpatrick, Kate, pág. 61), falando sobre escolhas, na liberdade e na dualidade dos seres humanos, tornando o futuro cheio de possibilidades (Kirkpatrick, Kate pág. 63). Comentou em entrevista em 1976, que sempre recebeu muitas cartas de mulheres, dizendo que se casaram jovens, por amor, mas quando os filhos não precisavam mais delas, encontravam-se em um beco sem saída, pois não tinham formação profissional e nem projetos (Kirkpatrick, Kate, pág., 337). Expressou-se através de uma realidade mais palpável, porque não nos tornamos alguém sem a ajuda do outro (Kirkpatrick, Kate, pág. 365).

Em 1967, foi lançado um livro com três contos, “A mulher desiludida” onde a ilustração ficou por conta de Hélène, irmã de Simone. O primeiro conto, A mulher desiludida, é escrito sobre o ponto de vista de uma única mulher, uma mulher de idade, onde os momentos críticos da existência feminina vão de encontro com a velhice, a exasperação da solidão e o brutal fim de um caso de amor (Kirkpatrick, Kate, pág. 311). Sendo escrito em forma de diário, nos mostra a decadência de seu casamento, ao qual pretende revitalizá-lo (Kirkpatrick, Kate, pág. 311). Aborda também a realização como mãe e esposa da protagonista, e por fim o caso de amor de seu marido Maurice, desmoronando o relacionamento de ambos, levando-a a uma ansiedade e insegurança que nunca havia imaginado.

Na idade da descrição, aborda o desgosto de uma escritora, esposa e mãe de um único filho adulto que percebe o quanto está envelhecendo, e quanto a protagonista e seu marido estão envelhecendo, num futuro decrescente. No último conto “O monólogo”, Simone escreve o pensamento de sua protagonista como um fluxo de ideias de uma consciência que beira o limite da loucura, vivendo isolada e pária. (Kirkpatrick, Kate, pág. 311).

Sartori e Zilberman (2009), em quando se trata de mães que se dedicam a vida toda, de modo exclusivo a criação dos filhos, estas acham difícil vê-los partindo, e certa dependência, como nos mostra a protagonista do conto “ Quando se viveu de tal maneira para os outros é um pouco difícil começar a viver para si. Não cair nas armadilhas da dedicação; sei muito bem que as palavras dar e receber são intercambiáveis e como eu tinha necessidade da necessidade que minhas filhas tinham de mim” (pág. 99).

Na Idade da descrição, aborda o desgosto de uma escritora, esposa e mãe de um único filho adulto e que percebe o quanto está envelhecendo, num futuro decrescente. Percebemos também a sensação de vazio, relatada por diversas mães: “Philippe estará aqui esta noite. Quase um mês de sua ausência. Entrei em seu quarto, onde se espalham ainda livros, papéis, um velho pulôver cinza, um pijama roxo – esse quarto que não me decido reformar porque não tenho tempo, nem dinheiro, porque não quero acreditar que Philippe não é mais meu. (A mulher desiludida, pág. 12). Essa perda de função dos pais, ainda é muito frequente nas atuais gerações, como nos descreve Donato e Balieiro, como sendo um período que há o eclodir de diferentes sentimentos relacionados a saída dos filhos de casa, esse sentimento de vazio, saudade e tristeza.

O que nos levou a pesquisar sobre o tema a Síndrome do ninho vazio, foi o interesse em entender essa síndrome, bem como a psicologia aborda um tema que permeia a vida feminina e masculina ao adentrar no período da maturidade, período este de grande transformação não só física e psicológica. Trazendo à baila emoções na fase de encerramento da época de cuidados com os filhos. Conflitos relacionados nos dois textos que escolhemos para melhor compreender a síndrome do ninho vazio e como a psicologia pode auxiliar nesta fase de conflitos e entendimentos desta nova fase da vida do sujeito. Tendo como justificativa sobre o tema é uma relativa falta de textos da área da Psicologia que abordem sobre a síndrome.

A pesquisa será realizada através de análise narrativa de literatura, com base em artigos científicos encontrado na Scielo e Pepsic e biblioteca própria. Utilizaremos como palavras chaves: síndrome do ninho vazio, fase adulta e psicologia fenomenológica existencial.

A SÍNDROME DO NINHO VAZIO

Nesta parte do texto vamos investigar o que vem a ser a Síndrome do Ninho Vazio, mas para bem compreender primeiro temos que saber o que é saúde? O que é doença? O que é sintoma? O que é síndrome? E por fim o que

é Síndrome do Ninho Vazio. será trazido para o entendimento do Ninho Vazio as diversas situações que se colocam as protagonistas de dois contos do livro “A mulher desiludida” de Simone de Beauvoir, cabendo neste espaço a apresentação de ambas.

A personagem central do conto “A idade da descrição”, encontra-se na fase adulta de seu casamento. Ativista política, literata, com certo prestígio em sua área de atuação no ensino francês, que não se vê envelhecendo, agregando para si algumas amigas com pessoas mais novas, para perto delas, de certa forma manter-se ativa, temendo que este envelhecimento pode vir a diminuir a sua criatividade. Gosta de sair, de participar de exposições, coisa que o marido não quer mais. Desenhou para o filho único uma carreira no ensino universitário, fazendo -o estudar, construir uma tese onde poderia se destacar na universidade. Mas vê-se traída quando seu filho decide abandonar a academia para entrar no Ministério da Cultura, como um burocrata, colocando por terra os desejos da protagonista, sobre o futuro do filho e a posição política, contrária a tudo que acredita, não aceitando, inclusive o posicionamento de seu marido no tocante a sua cólera pela escolha de seu filho, que tenta ponderar que sempre foi escolha dela e não de Philippe. Questiona-se sobre sua idade, quando recebe duras críticas após a publicação de seu livro, onde não traz nada de novo sobre o assunto por ela descrito. Confrontada com situação de ruptura, onde não sabe o que fazer à respeito do restante de sua vida, insegura quanto a sua capacidade profissional, questionando-se sobre o sentido da própria existência, onde demonstrou um certo inconformismo diante da acomodação do marido, não querendo ser um a pessoa improdutiva que se arrasta pela vida esperando a morte.

Já no conto “A mulher desiludida”, nossa protagonista Monique, que se dedicou a cuidar da casa, do marido e das filhas por tempo integral, não tendo uma carreira, e nem procurando tê-la, sempre determinada a suprir as necessidades do marido e das filhas. Em um determinado momento, recebe a notícia, dada pelo próprio marido Maurice, que ele tem uma amante, Noëllie, uma mulher mais nova e com uma profissão. Monique vê seu mundo desabar com a notícia da traição do marido, mas ao mesmo tempo tenta ter uma certa normalidade em sua rotina, é quando percebe-se no vazio que o mundo lhe

reserva, questionando-se sobre esta nova fase de sua vida; pois o papel de dona de casa, esposa e mãe não se sustenta mais, caindo em um mundo vazio e de solidão. Este conto foi escrito em forma de diário, onde são colocadas todas as lembranças, pensamentos e atitudes que brotam no pensamento, onde se ocupa, pois sua vida toda desaparece quando a infidelidade de Maurice, e todos os questionamentos de quem não sabe o que fazer em sua nova realidade, onde perdeu-se; questionando-se sobre em como fazer os seus felizes, não acreditando em mais nada, nem nela mesma. ” Pensava em saber quem eu era, quem era ele, e de repente não nos conheço mais, nem a mim nem a ele” (BEAUVOIR, S. pág.154).

Para uma ilustração melhor desta fase, que pode acompanhar diversas mulheres, vamos mesclar a parte científica com trechos de dois contos do livro “a mulher desiludida” de Simone de Beauvoir. As citações estarão relacionadas a cada situação em que a mulher possa estar passando. Na primeira parte recorreremos ao conto “A mulher desiludida” e depois para “A idade da discricção”, onde notaremos os conflitos de um modo real.

A primeira pergunta que vamos responder é o que é saúde, sob a óptica do Dicionário de Oxford languages, “saúde, subst. Fem., equilíbrio dinâmico entre organismo e seu ambiente, o qual mantém as características estruturais e funcionais do organismo dentro dos limites normais para a sua forma de vida e para a sua fase do ciclo vital”. O que nos demonstra Segre e Ferraz (1997) que a visão que a OMS possui sobre saúde é utópico, irreal, pois não se levou em consideração a subjetividade do sujeito. De modo que a saúde deve englobar o sujeito e o ambiente em que vive, buscando uma harmonia entre todos os aspectos que englobam a vida deste; o organismo é somente um dos pontos a considerar, como ele se mantém nas mais diversas situações e como enfrenta as diversidades impostas pelas circunstâncias que o sujeito enfrenta. Então para bem entender a saúde, devemos levar em consideração todos os aspectos da vida do sujeito, não só o orgânico.

Desde a antiguidade até o século XXI, gozar de saúde significa não estar enfermo, estar em harmonia consigo mesmo e com o ambiente no qual o indivíduo está inserido (JR. Luís, 2004). A saúde no Brasil está sob a égide da Constituição Federal, onde em seu art. 196 fala que são as políticas sociais e

econômicas para que o indivíduo em seu todo corra o menor risco de doenças, fornecendo um acesso igualitário à todos, e na sequência o artigo 198 em seus incisos II e III vai mais longe, versando sobre a promoção de modo subjetivo o indivíduo não ter queixas, apresentar sofrimento, tanto na esfera psíquica, tendo suas necessidades atendidas de modo integral (JR. Luís, 2004), assim o sujeito teria a sua disposição ações e serviços para o atendimento integral, tanto com medidas protetivas quanto a promoção de sua saúde e recuperação da mesma.

Desta forma, de maneira reflexiva, entendemos que a saúde deva ser o equilíbrio entre o psíquico e o soma de cada indivíduo, “de forma subjetiva, pois a saúde não se traduz em um conceito científico (SOUZA e SILVA, SCHRAIBER e MOTTA, 2019), mais sim numa forma de viver a vida de maneira a evitar, manejar, superar outras formas de viver a vida impedindo o adoecimento, obtendo o potencial de viver, pois a essência da saúde é a essência do DAISEN, ou seja o “estar-aí”, é estar na vida vivida do ser humano (SOUZA e SILVA, SCHRAIDER e MOTTA, 2019).

Já a doença por definição do Dicionário Oxford é uma alteração biológica do estado de saúde que afeta o homem de forma diferente do usual, que é manifestada em forma de um conjunto de sintomas. A Organização Mundial de Saúde, nos define doença como um conjunto de sinais e sintomas que afetam o bem-estar do paciente. Neste processo não podemos esquecer que o ambiente também interfere no equilíbrio e no bem-estar da pessoa. “A saúde e o adoecer são experiências subjetivas e individuais” (UNASUS). Os sintomas sugerem uma alteração que a pessoa tem do seu próprio corpo, devendo ser escutado como uma queixa do sofrimento (PIMENTA e FERREIRA, 2021). O que podemos entender que a doença é um sintoma que aparece no corpo do sujeito, afetando o equilíbrio entre ele e o ambiente ao qual está inserido, devendo este ser considerado de modo real, pois este está em sofrimento.

Na medicina um sintoma é um fenômeno subjetivo (dor, mal estar, etc.) descrito por um paciente sobre a doença, dependendo completamente de como este a descreve, como verbaliza o relato de sua dor, pois a queixa é algo que está causando um certo sofrimento naquele que a relata, não devendo ser

desprezado, pois retrata a experiência vivida deste que a descreve, pois a noção de sintoma representa muitas vezes a compreensão quantitativa de um sujeito e que está tentando referenciá-lo para um diagnóstico MOREIRA e BLOC, 2013).

Para terminar a nossa conceituação entenderemos o que é síndrome. Sendo este “um conjunto de sinais e sintomas que se agrupam de forma recorrente e são observados na prática clínica diária (DALGALARRONDO, Paulo, 2019), pois a doença fala através dos sintomas (GOMES, MEIS, MARQUES, 2014).

Assim sendo, a Síndrome do Ninho Vazio é “o desconforto emocional dos pais ao verem seus filhos saindo de casa” (SARTORI e ZILBERMAN, 2009). Tratando a relação adulta com o filho quando este sai de casa; podendo ser encarada de forma realizada, como o fim da etapa da maternidade, dos cuidados para com o filho ou de forma dolorosa, podendo sentir-se dispensável, acometendo-a de um sentimento de perda (FERREIRA, 2012). Mas esta síndrome surge na fase adulta da vida, em culturas onde as pessoas (principalmente as mulheres) se dedicam quase que exclusivamente para a criação dos filhos, sendo esta fase também a fase para as mulheres da menopausa e da aposentadoria (SARTORI e ZILBERMAN, 2009).

Para entender melhor a vida familiar está dividida em diversas etapas definidas, sendo iniciada pela fase de aquisição que se dá na união do casal até a entrada dos filhos na adolescência, quando o filho entra na adolescência temos a família adolescente, onde muitos pais revivem a fase da adolescência, sendo que estes pais estão na faixa dos quarenta anos, após esta fase o ciclo familiar encontra-se na fase madura, que é nesta fase que os filhos saem de casa, e há a entrada de outros membros na família, como os agregados, netos, preparação para a aposentadoria (CEVERNY e BERTHOUD, 2008). Nesta fase da vida os adultos passam por novas experiências, dentre elas um balanço e avaliação da vida vivida, que muitos dos seus sonhos não foram realizados, elaboração de perdas e uma nova aceitação da sua realidade e a adaptação ao envelhecimento, conforme no demonstra a protagonista Monique em seu diário do dia 14 de setembro:

“Uma das coisas que encantavam Maurice era a intensidade do que ele chamava “minha atenção para a vida”, a qual se reanimou durante esse breve encontro comigo mesma. Agora que Colette está casada e Lucienne está na América, teria tempo para cultivá-la. “você vai se entediar. Deveria arranjar algum trabalho”. Ele insistiu. Mas, pelo menos por enquanto, eu não o desejo. Quero, enfim, viver um pouco para mim mesma. E aproveitar com Maurice essa solidão a dois, da qual tanto tempo estivemos privados. Tenho uma porção de projetos na cabeça” (BEAUVOIR, Simone, pág.86).

. Particularmente para as mulheres, é o marco biológico de finalização da atividade reprodutiva da mulher (FAGULHA, 2005). Para muitos casais, os que não estão alinhados, podem ocorrer conflitos, pois este casal se reencontra e pode perceber que não há mais nenhum projeto a ser incluído, pois estabeleceram um compromisso em educar os filhos, e quando este compromisso foi cumprido, perdem-se dentro do próprio relacionamento (AOYAMA et all 2019), como relata em seu diário a protagonista Monique: “Eis uma das razões – a principal – pela qual não tenho nenhuma vontade de me fechar numa profissão: não lidaria bem com o fato de não ficar totalmente à disposição das pessoas que precisam de mim” (BEAUVOIR, Simone, pág.87). Quando há a saída do filho de casa dá-se o ápice de um processo de crescimento e desenvolvimento, tanto para o jovem quanto para a sua família, saída esta que provoca uma nova dinâmica, criação de novos vínculos, tanto entre os pais e este filho que saiu de casa (COSTA, BULHÕES e NAGASHIMA, 2020) assim observada na fala de Monique:

“Porque o que mais me surpreende é minha presença aqui, e sua alegria. Temia a solidão dessa volta a Paris. Até aqui, na ausência de Maurice, as meninas me acompanhavam em todas as minhas viagens. Julgava que os encantamentos de Colette e as exigências de Lucienne iam me fazer falta. E eis que me é devolvida uma espécie de alegria esquecida. Minha liberdade me remoça vinte anos. E a tal ponto que, fechado o livro. Comecei a escrever para mim mesma, como fazia vinte anos atrás” (BEAUVOIR, Simone, pág. 85).

Quando os pais não estão prontos para a saída dos filhos de casa, há grande probabilidade destes incorrerem na Síndrome do Ninho Vazio; muitas vezes intensificando sintomas de depressão, isolamento e baixa autoestima (CRUZ, 2018); sendo tido como um transtorno dos tempos contemporâneos, afetando diretamente as relações familiares, mas não é tão somente um problema psíquico, afeta também a área social, necessitando de novas

estratégias para os cuidados da família, quanto àquele membro que está em sofrimento (VIRGOLINO et all. 2013).

Como temos explorado, as mulheres são as mais acometidas pela Síndrome do Ninho Vazio, onde estas exerciam funções centrais na criação dos filhos, e quando sua identidade de mãe, criando os filhos se encerra, se deparam com o “ninho vazio”, muitas sentindo uma perda, [...] um sentimento de vazio, solidão e tristeza, irritação e depressão. Quando não consegue lidar com o sentimento de saudade acaba ganhando proporções prejudiciais. Esta saudade pode ser o início da depressão, crises de ansiedade, angústia, e alguns transtornos psicossomáticos, tais como algumas dores musculares, nas costas, causando dor. Mesmo esta saudade sendo um problema psicológico, essa tensão vivida causa dor, uma dor real, pois sua dedicação exclusiva para a criação dos filhos não existe mais, perdendo seu referencial de vida (AOYAMA et all, 2019), mas para existir a Síndrome do Ninho Vazio há uma necessidade de se ter um sofrimento contínuo, como os descritos acima, e o desenvolvimento de outras doenças, dentre elas a depressão (DONATO, BALIEIRO, 2002), como nos conta Monique no seu diário do dia 5 de outubro:

“quando se viveu de tal maneira para os outros, é um pouco difícil começar a viver para si. Não cair nas armadilhas da dedicação: sei muito bem que as palavras dar e receber são intercambiáveis e como eu tinha necessidade da necessidade que minhas filhas tinham de mim” (BEAUVOIR, Simone, pág. 99).

A Síndrome do Ninho Vazio pode estar relacionada também à cultura, onde esta família está inserida. Países onde é natural que os filhos saiam de casa, as pessoas estão mais acostumadas com esta partida, não trazendo muitas mudanças ou conflitos, em outros onde as mulheres dedicam-se de modo quase exclusivo à criação dos filhos sentem dificuldade de se separar deles (SARTORI e ZILBERMAN, 2009). Sartori e Zilberman, apud Ceverny colocam que na cultura brasileira a saída dos filhos da casa dos pais não é vista como natural, sendo encarada como um período de mudanças dos papéis desempenhados pelos pais, bem como a situação financeira da mesma.

Para Aoyama (2019) o fator psicológico da Síndrome do Ninho Vazio, “caracterizada pelo sentimento de solidão, vazio e tristeza, irritação e depressão que acomete os pais na saída do filho de casa”. Estes sentimentos

podem tornar-se depressão por parte dos pais, mas habitualmente a Síndrome do Ninho Vazio aparece no instante da separação dos filhos até o restabelecimento de uma nova ordem na família. O que devemos prestar atenção é, caso este sentimento de tristeza se prolongue e venha acompanhado de uma falta de objetivo, de novas metas a serem realizadas, podendo esta tornar-se em depressão. Como cada indivíduo é único, nem todos os pais se acometerão da Síndrome do Ninho Vazio. A personalidade, os mais dramáticos, os dependentes poderão sofrer mais, sendo carregada de fortes emoções, tanto para pais e mães. Cada membro da família irá entender a ausência do outro em porção distinta (CRUZ, 2018).

A saída dos filhos de casa pode ser encarada como um certo desafio para aqueles que ficam, pois será um tempo de mudanças; aprendizagens e conquistas, tanto para os que ficam, tanto para os que saem, como nos mostra Monique no dia 25 de setembro;

“Depois de vinte, 22 anos de casamento, relega-se tudo ao silêncio, e isto é perigoso. Penso que me ocupei demais com as meninas ao longo dos últimos anos. Colette era tão apegada e Lucienne era tão difícil! Maurice podia desejar que eu estivesse mais disponível. Ele deveria ter me feito compreender em vez de se atirar a um trabalho que o afasta de mim” (BEAUVOIR, Simone, pág. 90).

Acometem-se de sentimentos de ambivalência, consciente ou não dentro do histórico familiar. Muitas vezes os pais ainda estão em plena atividade profissional, absorvido pela sua vida ativa, não sentindo de maneira tão significativa a saída do filho de casa (BRITO DA LUZ, BRITO DA LUZ, 2000), mas muitas vezes prevalece o sentimento de acomodação (VIRGOLINO et all, 2013), quando esse homem percebe que seus filhos não mais necessitam de sua ajuda, tendem a sentir-se impotente, pois perde a função que exercia anteriormente, podendo a levar comportamentos depressivos e concomitantemente o ninho torna-se vazio (SANTIAGO et all, 2020).

O homem neste período da vida encontra-se na andropausa que é quando o homem percebe-se mais velho, sua autoestima também está baixa interferindo em seu humor e libido, acometendo muitas vezes de um estado de vulnerabilidade emocional, pois este pai não mais exercerá sua função de pai dentro do ambiente familiar (SANTIAGO et all, 2020), mas por outro lado podem surgir sentimentos de dualidade, dentre eles orgulho, alegria, tristeza ou

abandono, levando a uma grande mudança e até uma nova estruturação da dinâmica familiar (DONATO e BALIEIRO, 2000).

Para a mulher esta fase é uma fase grandes mudanças, quando o ciclo familiar chega a fase madura, a mulher entra no seu ciclo biológico da menopausa, início de um declínio “a mulher se sente envelhecida, sem função reprodutora, com autoestima baixa e a sua imagem refletida no espelho não lhe agrada (AOYAMA et all. 2019). Muitas vezes sentindo -se abalada como nos demonstra a protagonista de “a idade da descrição”:

“O que fazer quando o mundo se descoloriu? Só me resta matar o tempo. Eu também atravessei um mal período há dez anos. Estava descontente com meu corpo, Philippe tornara-se adulto. Após o meu sucesso de meu livro sobre Rousseau, sentia-me vazia. Envelhecer me angustiava. Então iniciei um estudo sobre Montesquieu, consegui que Philippe fizesse seus exames e começasse sua tese. Confiaram-me cursos na Sorbonne que me interessaram mais que meus problemas. Resignei-me com meu corpo. Pareceu-me que ressuscitava. E hoje, se André não tivesse uma consciência tão aguda de sua idade, eu esqueceria facilmente a minha” (BEAUVOIR, Simone, pág. 16).

Ferreira (2012) apud Orsmond 1991, diz que a mãe muitas vezes não consegue encontrar nada para tomar o lugar do filho, sentindo a perda do papel de mãe, ficando deprimida, se sentindo sozinha e desinteressada da vida. As mulheres que optam por se dedicarem exclusivamente à criação dos filhos, podem ter uma maior dificuldade de vê-los sair de casa, achando que não servem para mais nada. A maioria cria seus filhos para que estes busquem seu próprio caminho, para serem independentes, tratando-se de um período de desafios, entender o que se passa, elaborar o luto da saída deste filho de casa; proporcionando uma certa instabilidade no seu cotidiano, levando a uma intensidade do sofrimento. (AOYAMA et all, 2019). Nesta fase da vida a mulher pode estar enfrentando o climatério, fase de grandes alterações, pois nesta fase a mulher pode sofrer depressão, devido ao impacto psicológico que é causado pela saída do filho de casa. Mas não há uma linearidade desses fatos, pois os conflitos da meia idade feminina são mais complexos, não podendo recair somente à saída do filho de casa (FERREIRA 2012, apud Ceverny, 2011), assim nos mostra a protagonista de “a mulher desiludida”; “A sexualidade para mim não existe mais. Chamava de serenidade essa indiferença: de repente, compreendi de outra maneira; é uma doença, é a perda de um sentido; ela deixa

cega às necessidades, às dores, às alegrias daqueles que a possuem” (BEAUVOIR, Simone, pág. 23).

As mães devem reconhecer que há o término de um ciclo, o ciclo paternal. Quando os filhos saem de casa, por um “bom” motivo, os sentimentos tornam-se menos dolorosos, quando o motivo da saída do filho de casa for por briga ou morte, os sentimentos serão mais intensos e de maior duração, como nos mostra este trecho do conto “A idade da descrição”: Esperei-o como ele viesse para não mais partir: ele partirá sempre. E nossa ruptura é muito mais definitiva do que havia imaginado. Não participarei mais de seu trabalho, não teremos mais os mesmos interesses” (BEAUVOIR, Simone, pág. 23). Com a saída deste filho de casa a mulher perde seu protagonismo, podendo sentir-se sozinha, fato que ocorre, em certos casos pelo momento do climatério, término de sua vida reprodutiva, mudanças fisiológicas, impactando de forma negativa o seu psicológico (CRUZ, 2018). A mulher que sente que perdeu o seu papel de protagonista, sente-se sozinha, depressiva e muitas vezes perde o interesse por atividades que fazia antes da saída do filho de casa (CRUZ, 2018).

Na cultura onde os filhos permanecem na casa dos pais, por tempo mais longo, muitas mães veem-se mais suscetíveis à Síndrome do Ninho Vazio, pois estas dedicam-se mais tempo à criação, educação e instrução dos filhos (VIRGOLINO et al, 2013), estando esta sempre presente no cuidado com os filhos, passando grande parte de sua vida ligada à essa ocupação, mesmo que esta mãe trabalhe fora, em seu pensamento o primeiro lugar é o papel de mãe, mas cada mãe vai interpretar este lançamento dos filhos ao mundo de maneira particular, sendo esta uma fase de transição em seu papel parental, podendo vivenciar um momento de intenso estresse provocado pela saída do filho de casa, surgindo novos sentimentos, dentre eles tristeza, preocupação, ansiedade e aflição, podendo desencadear uma depressão, uma crise de identidade e conjugal, onde vê-se com uma baixa autoestima afetando seu bem estar físico e psicológico (DONIDA e STEFFENS, 2018).

Cruz apud Ceverny e Berthoud (1997) cita que a saída do filho de casa é a fase mais difícil para o casal, pois há a idealização de alguns que estes permaneceriam em casa por um tempo maior, e quando estes saem, muitas vezes os pais vivenciam uma perda de sentido, uma perda de sua função

parental. Ainda no estudo Cruz (2018) nos mostra que na cultura norte-americana, esta saída dos filhos de casa dá-se de uma maneira mais natural pois ao completar uma certa idade este filho saíra de casa e não mais retornará.

E DEPOIS.... A SUPERAÇÃO DA SÍNDROME DO NINHO VAZIO

Como explorado acima percebemos que, tanto homens, quanto mulheres podem enfrentar a Síndrome do Ninho Vazio, sendo este um estágio de mudanças na vida do casal (CRUZ,2018).

Assim, a Psicologia fenomenológica fundamentada em Heidegger entende o homem como um ser-no-mundo, que está sempre se projetando em possibilidades de ser, que são constituídas no seu próprio ser. Heidegger, quando escreve *Ser e Tempo*, descreve o modo de ser especificamente do ser humano, à partir de seu cotidiano, não se diferenciando entre corpo e alma ou corpo e mente, cujos fenômenos psicológicos constituem uma variação da racionalidade intencionada do homem (ROEHE e DUTRA, 2014). Sendo a descrição fundamental do ser humano é como ser-no-mundo, onde o homem é indissociável do mundo, pois estas são anteriores as elaborações teóricas quanto ao ponto de partida de uma característica que possa a vir a definir o homem dada a sua própria existência (ROEHE e DUTRA, 2014).

Para identificar o modo de ser humano, Heidegger emprega o termo *Dasein*, o ser-aí, aquele que se des-cobre, se re-vela, na sua condição essencial de comunicação entre os entes, com uma relação de identidade sendo mais um entre os demais (ROEHE e DUTRA, 2014).

Em Ludwig Binswanger vemos a suspensão de qualquer teoria acerca do comportamento do homem, tanto psíquica quanto biológica, pois o homem é um projeto no campo dos sentidos onde se torna possível as ações (FEIJOO e SILVA, 2018). E quando este participa de uma convenção na Suíça em 1947, com o tema “Sobre psicoterapia” afirmou que nela “ as palavras atuam

como meio para agir entre os homens (FEIJOO e SILVA,2018), onde o paciente ganha a possibilidade de reconquistar o que perdeu onde a insuficiência do *Sorge* (cuidado) deve ser substituída pelo amor, pois aquele que se apresenta transtornado já encontra-se na situação limite; caminhando em uma relação afetiva, propiciando uma recomposição a familiaridade, que tem como objeto a retomada da saúde.

Entendemos como a cultura nos demonstra a fase do climatério, trazemos para esta parte do texto uma passagem da biografia da Simone de Beauvoir, onde aos quarenta e quatro anos, havia chegado a hora de retirar-se, sentindo quando jovem uma certa repugnância da mulher que ainda fazia-se sentir viva nesta fase da vida. Mas estava errada, pois foi nesta fase que conheceu seu último amante, Lanzmann, com quem pela primeira vez dividiu sua intimidade, seu apartamento; abrindo mão de sua solidão, mudando seus hábitos e entregando-se novamente à felicidade (KIRKPATRICK, Kate, pág. 253). Transformando este lugar de vazio, num espaço onde possamos construir uma nova realidade, renovando novos interesses, encontrando novas atividades (BRITO DA LUZ, BRITO DA LUZ, 2000) relacionamento que os pais mantinham com o filho representando um processo gradativo de aceitação (FERREIRA,2012).

Desta feita, “permita-se a abrir espaço para o novo” (AOYAMA et all, 2019), lance-se a novas atividades que lhe dê prazer, reconheça que é natural os filhos buscarem novos caminhos. Tire seus sonhos da gaveta, aqueles adiados quando do nascimento dos filhos (AOYAMA, et all, 2019).Deve-se começar a perceber que existem outros papeis para desempenhar à partir da saída dos filhos de casa; buscar novos caminhos, estabelecer novos vínculos, lançar-se em novos projetos, muitas vezes “esquecidos”, ou colocados de lado, durante a criação dos filhos. Reconhecer que a saída dos filhos de casa é natural, perceber novas possibilidades, poder cuidar-se melhor, realizar novas tarefas, leva a mulher a vencer esta fase e a não sofrer tanto com a saída do filho de casa, pois a saudade pode virar depressão e se transformar em dor. Desfrutar dessa nova etapa da vida, pense nos lados positivos, orgulhe-se do trabalho de criar seus filhos (AOYAMA et all, 2019). Pois a essência do ser-aí reside na sua existência, como um ser de possibilidades partindo daquilo que se

é existencial de um de seus modos possíveis de ser, sendo um ente que funda todos os seus comportamentos em relação aos demais entes em um comportamento originário em relação ao mundo (FEIJOO e SILVA, 2018)

Para algumas mães esta transição dá-se de forma tranquila, retomando projetos antigos, melhorando a qualidade de vida, entendendo que nem sempre é possível fazer tudo para todos (COSTA et all, 2020). Mas existem mães que se sentem livres com a saída dos filhos de casa, podendo estas retomar alguns projetos abandonados para a criação dos filhos, sentem-se mulheres capazes para realizá-los, a qualidade de vida independe da aceitação dos outros, não se sentem presas na função de “mãe”. Mas sentem-se como mulher para poder realizar os seus desejos e projetos, vivenciando novos papéis, novas experiências; entendendo a situação de modo natural, passando a aproveitar de forma positiva esta nova fase da vida (COSTA, BULHÕES E NAGASHIMA, 2020).

Dentro do ciclo vital de uma família, a fase madura é a mais longa (CEVERNY e BERTHOUD, 2000) e muitas vezes é entendida como o período de maior dificuldade para o casal, pois com a saída dos filhos de casa, muitos casais veem-se perdidos dentro e sua rotina, sentindo-se muitas vezes confusos, pois além da saída de seus filhos de casa, existem outras mudanças ocorrendo na vida, dentre elas a aposentadoria e a menopausa (CRUZ, 2018), podendo surgir também conflitos, onde este casal percebe que os filhos já estão criados e a vida financeira é estável, e que já não há um projeto em comum, e sua função de criar os filhos já foi cumprida. Nesta fase o fenômeno do ninho vazio começa a acontecer envolvendo novas tarefas muitas vezes evolutivas, tanto pessoal quanto das funções paternas, levando ao casal a apreender um novo arranjo no casamento, com novas possibilidades de mudanças no relacionamento com os filhos, reexaminando o significado da família em todos os níveis (FERREIRA, 2012). Muitos perdem-se dentro do próprio relacionamento, não possuem mais o vínculo de criar o filho, que não descobriram outros papéis, começam a se sentir desconfortáveis, causando brigas constantes, falta de interesse afetivo e sexual, divórcio e em alguns casos extremos suicídio (AOYAMA et all, 2019).

Nesta fase de transição familiar onde há a necessidade de ajustes de ambos, para o desempenho de novos papéis, um tempo para a reflexão,

pensando fortemente no significado da família (DONIDA e STEFFENS,2018). Permite-se reatar a relação conjugal, com novas oportunidades, existindo mais tempo para o lazer, realizações antigas (BRITO DA LUZ e BRITO DA LUZ , 2000), vivenciar esta fase com compreensão, para que cada um colabore com o melhor entendimento desta nova fase, busque compartilhar interesses em comum, levando a um bem estar do casal (DONATO e BALIEIRO, 2000).

Adaptar-se à saída dos filhos de casa, fortalecem os laços de amizade, divertir-se com os amigos para assim promover uma boa qualidade de vida com seu parceiro (DONATO e BALIEIRO 2000). Algumas famílias veem-se na oportunidade de expansão e exploração de papéis e caminhos (FERREIRA, 2012). Para o enfrentamento desta fase observam-se estratégias na busca de apoio, tanto junto à família, quanto na religiosidade, pois o fato de não fazerem mais parte da vida diária do filho, muitos pais sentem-se numa situação desafiadora de perda e muitas vezes de luto; que diante deste sofrimento voltar-se à religiosidade, favorecendo um bem estar, acreditando em algo transcendental, onde pode-se depositar sua fé (COSTA, BUYLHÕES e NAGASHIMA,2020). Devemos nos ater que espiritualidade é uma característica da pessoa religiosa (REIS,2017 apud RIBEIRO e MINAYO, 2014).

Muitas vezes relacionados entre si, espiritualidade e religiosidade são constructos que se sobrepõe, pois ambos se referem a experiência, sentimentos e inclinações muito próximas, sendo a espiritualidade um conceito mais amplo e a religiosidade estar-se ia ligado às religiões. Sendo a espiritualidade a capacidade de suportar as limitações, as dificuldades e perdas inerentes ao processo em que passa àquela pessoa que sofre com a Síndrome do Ninho Vazio. Reis (2017) apud Cardoso e Ferreira (2009) se referem tanto a religiosidade quanto a espiritualidade tendo como um papel importante no meio social, pois oferecem um suporte emocional, espiritual e social, promovendo um bem estar, buscado pela pessoa na sua fase adulta de sua vida, na qual muitas vezes se lança em estratégias de resiliência para a superação deste momento delicado de suas vidas (COSTA, BULHÕES e NAGASHIMA, 2020). Muitos utilizam-se da Igreja como lugar de promoção de saúde, um lugar de refúgio, onde sentem-se seguras, estabelecendo um lugar de diálogo, podendo muitas vezes anular dúvida, conversar com pessoas, interagindo na vida social do

indivíduos, fortalecendo o desenvolvimento da autoestima dada a essa interação com pessoas, reforçando de certa forma a identidade e a contribuição de cada um dentro do ambiente ao qual atuam (COSTA, BULHÕES e NAGASHIMA,2020). É importante ressaltar que a religião exerce influência sobre o comportamento humano de forma profunda e abrangente direcionando as condutas, sendo fonte de conforto e esperança, fortalecendo e promovendo o tão procurado bem-estar para o enfrentamento da Síndrome do Ninho Vazio (REIS, 2017).

Quando as relações familiares são abaladas pela Síndrome do Ninho Vazio comprometendo o vínculo familiar, far-se-á necessário um acompanhamento psicológico, onde todos os envolvidos, ou seja, toda a família se envolva neste tratamento, para que o mesmo cumpra os seus objetivos em prol da superação dos sintomas da Síndrome do Ninho Vazio. A ação do psicólogo deve pressupor a superação da Síndrome do Ninho Vazio, evitando maiores prejuízos para a saúde e para as relações familiares (SANTIAGO et all, 2020). A busca por ajuda médica e psicológica serve para diminuir as dores físicas, quanto psicológicas causadas pelo estresse da saída do filho de casa. A duração e a intensidade dos sintomas podem apresentar tais como quadro de depressão profunda, uma crise de identidade e conjugal, afetando diretamente a qualidade de vida dessa mulher (FERRREIRA, 2012). O psicólogo dentro da abordagem fenomenológica deve pautar sua relação entre ele e o paciente, no amor e na confiança, sendo desse modo de relacionar-se que possibilitará ao paciente a ampliação de horizontes de sentido, seja consigo mesmo, seja com o mundo (FEIJOO e SILVA, 2018).

O climatério sendo a fase de transição da vida reprodutiva da alterações metabólicas e hormonais que envolvem esta fase da vida da mulher, desconstruindo a individualidade da mulher, tornando-a mais vulnerável, é necessário que se reajuste o equilíbrio interior feminino, se este não for reajustado pode levá-la a desencadear problemas psicológicos, dentre eles a depressão, a perda de interesse ou prazer em suas atividades, assim far-se-á necessária a intervenção do profissional de saúde, que ajudará à superação da Síndrome do Ninho Vazio. Este profissional deve auxiliar à procura de soluções e mudanças na rotina diária, para a superação, desvelando o que lhe traz

desconforto, investigando várias possibilidades de abarcar a totalidade da nova existência que se revela para aquele que sofre com a Síndrome do Ninho Vazio. Ressalta-se a necessidade de um bom acolhimento, com uma escuta qualificada, estimulando a mulher a investir em novas possibilidades para o enfrentamento desta nova fase da vida (FREITAS, SANTOS e MEDEIROS, 2019).

Quando as relações familiares estão abaladas pela Síndrome do Ninho Vazio destaca-se a importância de um acompanhamento psicológico atuando de forma respaldada no saber no qual a Psicologia está baseada, auxiliar tanto a pessoa acometida pela síndrome, quanto também a família para que todos os que estão envolvidos possam passar de forma positiva esta fase. Faz-se necessário de acordo com o caso, que a família se mantenha presente, mesmo que de forma não tão presencial quanto antes, utilizando-se de encontros, almoços, telefonemas para a manutenção da convivência familiar, evitando maiores prejuízos para a saúde e nas relações familiares, levando aos atores à superação da Síndrome do Ninho Vazio (SANTIAGO et all, 2020). Investigar com uma boa anamnese, esclarecer a dinâmica familiar, ressignificar o que cada ator sente, possibilitar-se -á a totalidade da existência dos envolvidos promovendo uma qualidade de vida a todos. É dentro desse acompanhamento na clínica fenomenológica que a insuficiência do existencial *Sorge* (cuidado), deva ser substituído pelo amor, para que o ser-aí se abra pra o seu caráter de poder ser, pois quando o paciente já se encontra transtornado, como um anúncio de negatividade, esta deve ser direcionada em uma caminhada de relação afetiva e amorosa, propiciando a retomada da saúde. (FEIJOO e SILVA, 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste trabalho em forma de artigo científico, procurou buscar na literatura existente os aspectos que englobam a Síndrome do Ninho Vazio. Comumente relacionada às mães, que sofrem com a saída de seus filhos de casa. Mães essas que dedicaram, muitas vezes de forma exclusiva a criação de seus filhos,

deixando de lado, aspirações, desejos e sonhos. Já existem relatos que demonstram que certos pais também sentem a saída de seus filhos de casa.

Geralmente a saída dos filhos de casa ocorre numa fase da vida do casal, onde a mulher pode encontrar-se na menopausa e o marido na aposentadoria, período de grandes mudanças que podem levar a sentimentos de tristeza, baixa autoestima, depressão, sendo esta fase que se encerra na vida do casal.

A surpresa foi, o que encontramos é parco, em se tratando de um assunto que engloba tanto homens e mulheres na fase adulta. A maioria dos artigos base foram escritos há mais de uma década, e de lá para cá só houveram releituras. O sentimento que engloba a Síndrome do Ninho vazio é um assunto presente que deve ser abordado e recorrentemente estudado de forma mais pontual.

Homens e mulheres enfrentam dificuldades durante toda a sua vida adulta, no caso das mulheres a menopausa é um período de oscilações hormonais, e em alguns casos um não se reconhecer no espelho. Para os homens, estes geralmente podem encontrar-se na fase a aposentadoria, onde os mesmos não se sentem mais vivos e provedores de seus lares. Vimos que na cultura brasileira não há tão arraigado a preparação da saída dos filhos de casa, não sendo vista como natural, e aos mais apegados tendem a sofrer mais.

As principais questões que se levou a escolha do tema foram bem resolvidas, mas entendemos a necessidade de explorar mais o campo da vida adulta, madura desses pais, para que a saída dos filhos de casa possa ser encarada como um novo desafio, nesta etapa de vida, que é a mais longa. Até porque este desafio será tomado por mudanças, aprendizagens e conquistas.

Observamos que tanto homens quanto mulheres estão em busca de uma vida mais saudável, dentro de uma longevidade crescente, desta feita percebemos, que devemos olhar também de forma mais atenta a esses indivíduos, que buscam conforto e plenitude nesta fase da vida. A presença de um psicólogo auxiliará no desvelar de novas conquistas e no autoconhecimento necessário.

Como cada indivíduo é um ser único, e como este é visto pela Psicologia Fenomenológica como um ser-no-mundo, que pode descobrir e revelar para a sua condição essencial e que, através da palavra podemos reconquistar a possibilidade de novas experiências, diante daquilo que se mostra. Lembrar que devemos prestar atenção no mundo à nossa volta. Construir novos objetivos e

metas a serem realizadas, pois estamos diante de um novo desafio, retomar alguns projetos deixados de lado durante todo o trabalho de criação dos filhos.

Este novo caminho tornar-se-á mais significativo e mais eficaz com o acompanhamento de um psicólogo que atuará de forma embasada no saber da Psicologia, auxiliando todos os protagonistas acometidos e envolvidos na Síndrome do Ninho Vazio.

Portanto a Psicologia Fenomenológica vai nos fazer entender que este homem está sempre se projetando em possibilidades de ser, que são constituídas no seu próprio ser, e assim trilhar um novo caminho de possibilidades após a Síndrome do Ninho Vazio.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AOYAMA Elisangela de A., SANTANA Fabiano A.A, MAGALHÃES Kelle R.M., CALUDINO Kelly C.S,” **Aspectos epidemiológicos da síndrome do ninho vazio como agravante aos riscos de depressão**”, **Revista Brasileira Interdisciplinar de saúde**, 2019, 1 (2): 46-52.
- BEAUVOIR, Simone; **”A mulher desiludida”**; Editora Nova Fronteira, 6ªedição, Rio de Janeiro, 2019.
- CEVERNY, Ceneide M.O., BERTHOUD, Cristiana ME., **”Ciclo Vital da família brasileira”**, **Manual de terapia familiar**, 2009.
- COSTA Viviany B.S., BULHÕES Camila de S.G., NAGASHIMA Alynne M.S. **”Quando os pássaros voam”**: a família em momento de ninho vazio”. **Rev. Enferm. UFSM**, 2020; vol.10 e:1-20
- CRUZ Alcione B., HOLANDA, Indira F.S.; **”Síndrome do ninho vazio: o impacto causado aos pais quando os filhos saem de casa”**, Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Trabalho de conclusão de curso, Juazeiro do Norte, CE, 2018.
- DALGALARRONDO, Paulo, **”Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos mentais”**, ARTMED, 2019.
- DICIONARIO OXFORD.
- DONATO,F.M.M.;BALIEIRO, C.R.B, **”O ninho vazio e as suas implicações na vivência familiar”**, UNESP 2007.
- DONIDA Naiara P., STEFFENS Sandra R., **”Síndrome do ninho vazio: Sentimentos das mães em relação a saída dos filhos de suas casas”**, **Anuário Pesquisa e Extensão UNOESC- São Miguel do Oeste**, 2018.
- FAGULHA, Teresa; **”A meia-idade da mulher”**; **Psicologia**, v.19,nº1-2, Lisboa, 2005.
- FEIJOO, Ana M.L.C.de; SILVA, Émerson D.; **”Daseinsanalyse: Ludwig Binswanger e Medard Boss”**, Edições IFEN,2018.
- FERREIRA, Tatiana L. **”Aspectos psicossociais na vivência do ninho vazio em mulheres: uma compreensão da Psicologia analítica”**, PUC-SP, 2012.

FREITAS, Anny C.M., SANTOS, Jaysa S.; MEDEIROS, Micaella D., **“Quando os pássaros criam asas; síndrome do ninho vazio na mulher idosa”**; **Anais VI CIEH**, Campina Grande, Realize Editora, 2019.

GOMES, Luciana A., MEIS, Carla D., MARQUES, Valéria; **“Menopausa, ninho vazio e subjetividade feminina: relato de um atendimento numa enfermagem”**; **Psicol. Hosp.** Vol.12, nº1, São Paulo, jan/2014.

JR. Luis MSM, **“Desconstruindo a definição de saúde”**, **Jornal do Conselho Federal de Medicina (CFM)**, jul/ago/set,2004, pág.15-16.

KIRKPATRICK, Kate, **“Simone de Beauvoir, uma vida”**, São Paulo, Planeta do Brasil, 2020.

MOREIRA, Virgínia; BLOC, Lucas; **“Sintoma e fenômeno na psicopatologia de Arthur Tatossiani”**, **Revista Latino-Americana de Psicopatologia Fundamental**,16(1), mai 2013.

PIMENTA, Arlindo C.; Ferreira, Roberto A.; **“O sintoma na medicina e na psicanálise – notas preliminares”**, **Revista Médica de Minas Gerais**, vol.13.3,2021.

REIS, Luana A.; **“Sentidos da religiosidade e espiritualidade no vivido da pessoa longeva”**, Universidade Federal da Bahia, Escola de Enfermagem,2017.

ROEHE, Marcelo; DUTRA, Elisa; **“Daisen, o entendimento de Heidegger sobre o modo de ser humano”**; **Av. Psicol. Latinoam. (on line)** vol. 32, nº1, pág. 105-113,2014.

SANTIAGO, Daniela E.; ALMEIDA, Larissa C. da; GREGIO, Mariane C., SANTOS, Moira K.R. dos; OLIVEIRA, Pedro H.R.; **“A síndrome do ninho vazio: reflexões e aproximações teóricas ao conceito”**; **Revista Científica Intr@ciência**, edição 20, dez.2020.

SARTORI Adriana C.R. ZILBERMAN; **“Revisitando o conceito de síndrome do ninho vazio”**, **Revista psiquiatr. Clín.** vol.36 no.03 São Paulo 2009.

SEGRE, Marco; FERRAZ, Flávio C.; **“O conceito de saúde”**, **Revista Saúde Pública**; 31(5), pág. 538-42; 1997.

SOUZA e SILVA, Marcelo J., SCHAIBER, Lilia B; MOTA, André; **“O conceito da saúde na saúde coletiva: contribuições a partir da crítica social e histórica da produção científica”**, **Physis; Revista de saúde coletiva**, UERJ, Rio de Janeiro, 2019.

UNASUS – www.unasus.gov.br.

VIRGULINO Fernando S.S.; SILVA, Amanda B. da; PORTO ,Sarah C.de . S;
SOUZA NETO, Vinícius L.; SARAIVA, Alynne M.; “ **A mudança no ciclo familiar
diante da síndrome do ninho vazio: uma revisão**”, **Revista da Universidade
Vale do Rio Verde**, Três Corações, M.G., vol.10, n.1, p.456-464, jan./jul.2013.