



| | |
|-------------------|--|
| Evento | Salão UFRGS 2020: SIC - XXXII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS |
| Ano | 2020 |
| Local | Virtual |
| Título | Sentido de Vida e suas reflexões com Autorreflexão e Insight |
| Autor | CAMILA JACQUES PEDROSO |
| Orientador | ANA CRISTINA GARCIA DIAS |

Sentido de vida e suas relações com Autorreflexão e Insight

Autor: Camila Jacques Pedroso

Orientadora: Ana Cristina Garcia Dias

Co-orientadores: Marco Antônio Teixeira e Cláudia Sampaio Corrêa da Silva

Instituição: Universidade Federal do Rio Grande do Sul

O sentido de vida pode ser definido como a percepção de significância que as pessoas têm sobre suas próprias vidas. Dois aspectos têm sido identificados nas pesquisas que tratam desse tema: a presença e a busca de sentido. A presença refere-se à percepção de que a vida, no momento atual, tem um sentido. Já a busca indica um processo de estar procurando um significado para a existência. A percepção de sentido de vida depende de uma avaliação subjetiva individual e, portanto, de reflexão sobre a própria experiência. Alguns estudos sugerem existir dois processos reflexivos da consciência que variam em grau de pessoa para pessoa: a autorreflexão (tendência a pensar sobre os próprios pensamentos, sentimentos e comportamentos) e o insight (percepção de clareza e compreensão acerca dos próprios pensamentos, sentimentos e comportamentos). O objetivo deste estudo foi investigar as possíveis relações entre presença e busca de sentido de vida com os processos de autorreflexão e insight, sendo um recorte de uma pesquisa mais ampla. Participaram do estudo 88 adultos com média de idade de 27,7 anos (DP=9,3), sendo 60,2% mulheres. Como instrumentos foram utilizados o Questionário de Sentido de Vida e a Escala de Autorreflexão e Insight. A presença de sentido correlacionou-se positivamente com insight ($r=0,43$, $p<0,001$), mas não com autorreflexão ($r=0,09$, $p=0,413$). Já a busca de sentido correlacionou-se positivamente com autorreflexão ($r=0,43$, $p<0,001$), mas não com insight ($r=-0,06$, $p=0,560$). Presença e busca de sentido apresentaram uma correlação negativa ($r=-0,28$, $p=0,010$). Estes resultados sugerem que a percepção de sentido está associada a uma maior capacidade de compreender os próprios comportamentos e motivações (insight). Por outro lado, a busca de sentido parece mais associada a processos de pensar sobre si mesmo (autorreflexão), mas sem necessariamente levar a uma compreensão. Estes resultados são discutidos à luz da literatura.