



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq
ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Vol. 15, número 1, jan-jun, 2022, pág.330-375.

AUTOCONSCIÊNCIA, COPING E ESPIRITUALIDADE: SENTIDOS E VIVÊNCIAS DE SOFRIMENTO EM TEMPO DE PANDEMIA COVID-19 - PERSPECTIVAS DA PSICOLOGIA COGNITIVA

Alexsandro Medeiros do Nascimento
Antonio Roazzi
Girlane Karla Rodrigues Coutinho
Lamartine Joaquim da Silva Filho
Natália de Queiroz Ramos
Walber José da Silva

Resumo: A crise epidemiológica e sanitária que assolou o mundo nos últimos meses impôs diversas transformações nas dinâmicas psicológicas e intersubjetivas. Se por um lado, a pandemia da COVID-19 evidenciou a fragilidade humana frente a imperiosa e destrutiva força do antígeno viral, por outro, escancarou a necessidade de um olhar psicológico acerca das habilidades cognitivas (tais como o enfrentamento, *coping* religioso/espiritual, produção de sentidos, autoconsciência e autorregulação) implicadas na vivência da pandemia, assinalando também, o caráter epistemológico do fenômeno pandêmico. O campo emergente é, antes de tudo, a possibilidade de tecer novos olhares sobre o sujeito frente ao ineditismo próprio da pandemia. O que nos move, pois, é atentar para o atual contexto e suas novas demandas psicológicas enquanto campo que faz emergir as vicissitudes do sujeito, seus tensionamentos intra e interpsicológicos, suas potencialidades na reconstrução dinâmica do *self* e as possibilidades de recomposição da vida cotidiana ante as indeterminações do tempo presente. Assim, percorremos um caminho que, embora novo, apresenta-se como promissor para a Psicologia Cognitiva.

Palavras-Chave: Pandemia COVID-19, Psicologia Cognitiva, Autoconsciência, *Coping*, Espiritualidade.

Abstract: The epidemiological and health crisis that has plagued the world in recent months has imposed several psychological and intersubjective dynamics changes. If, on the one hand, the COVID-19 pandemic highlighted human fragility in the face of the imperious and destructive force of the viral antigen, on the other, it opened the need for a psychological look at cognitive skills (such as coping, religious/spiritual coping, meaning construction, self-awareness, and self-regulation) involved in the experience of the pandemic, also highlighting the epistemological character of the pandemic phenomenon. The emerging field is, above all, the possibility of weaving new perspectives on the subject against the uniqueness of the pandemic. What moves us, therefore, is to pay attention to the current context and its new psychological demands as a field that brings out the vicissitudes of the subject, its intra- and



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

interpsychological tensions, its potential in the dynamic reconstruction of the self, and the possibilities of recomposing daily life before the indeterminacies of the present time. Thus, we followed a path that, although new, presents itself as promising for Cognitive Psychology.

Keywords: COVID-19 Pandemic, Cognitive Psychology, Self-Awareness, Coping, Spirituality.

Os meios que se enfrentam situações desagradáveis são variados, em especial quando estas prorrompem em sofrimentos, para si e para outrem, o que pode levar a comportamentos inesperados, disfuncionais, e/ou uma adaptação atípica, tendo sempre um esforço que parte da própria pessoa diante de tais situações. Tendo em vista o momento de calamidade sanitária mundial da COVID-19, que veio ceifando milhões de vidas em todo o globo e efetivando uma situação de sofrimento sem igual para toda a população, encontramos a causa para um tipo de sofrer peculiar. A Pandemia da COVID-19 teve seu início em meados de março de 2020 perdurando até hoje, fazendo com que o mundo parasse e buscasse abrigo de um vírus mortal até então desconhecido, se isolando dentro de casa, saindo apenas para o essencial. A incerteza, o medo, o isolamento social, o lidar com a morte tão frequentemente, são estressores que passaram a ser recorrentes neste momento da pandemia, juntamente com a desestabilização da economia, de governos, o alto índice de desemprego e falta de informação.

Estes entre vários outros fatores têm levado muitas pessoas à angústia e falta de perspectiva de futuro, no entanto, todos tiveram de usar meios possíveis para enfrentar este momento. Por isso, nesta presente reflexão teórica



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

em forma de ensaio livre, à luz da Psicologia Cognitiva, buscou-se analisar os sentidos e as vivências geradas diante deste quadro de sofrimento. Muitas pessoas encontram conforto de diversas maneiras, como vendo mais filmes e séries, brincando com seus *pets*, com um contato maior com a família, com exercícios físicos e com sua religiosidade e espiritualidade, entre outros modos de enfrentar tal situação. Assim, é relevante analisarmos o conceito de como a pessoa pode se ver diante desta situação estressora, como analisa seus pensamentos e emoções e qual melhor perfil de comportamento para enfrentar este sofrimento.

Voltando o olhar a como o indivíduo se percebe, direcionando sua atenção para si mesmo e sua consciência focada em si é o que chamamos de Autoconsciência: quando a pessoa se percebe além da própria visão do espelho, mas a pessoa que passa a se ver definido com termos opostos em situações diferentes; desta pessoa que se vê de modo diferente em cada situação escondendo ou não suas características, para uma pessoa que passa de diversas visões de si localizadas à visão de acordo com a percepção de cada situação que se altera a cada nova informação que recebe (Nascimento *et al.*, 2019). Ou seja, o sujeito se torna alvo da própria atenção olhando para si e reconhecendo possíveis mudanças que podem resultar.

Em conjunto à Autoconsciência encontramos o aspecto do *Self*, ou seja, o olhar para si mesmo levando em consideração o que se percebe, seus pensamentos, suas emoções e seus comportamentos. Entretanto, não apenas um olhar de si, mas de um outro, diante de um outro, sendo influente na



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

capacidade de agenciar responsivamente suas ações, criando uma representação mental em virtude de experiência pessoal (Nascimento *et al.*, 2019). Assim, é importante traçar este aspecto cognitivo do *Self* e Autoconsciência à saúde e como pela mediação cognitiva de tais processos o indivíduo tem reagido à imensa gama de situações estressoras durante esta crise epidemiológica.

Os meios pessoais vivenciados em busca de uma resiliência é descrito na literatura psicológica como *coping* (enfrentamento), ou seja, como o sujeito lida e/ou administra as exigências de situações estressoras (Folkman & Lazarus 1980; 1988). É um processo dinâmico em que a pessoa busca esforços para minimizar ou inibir as ameaças de uma situação possivelmente danosa ou, no caso de uma calamidade pública, esforços para superar estando imerso em um período mundialmente estressor. Em relação ao *coping*, é encontrado ainda um estilo que tem se apresentado como um importante meio para manejo: o *coping* religioso/espiritual.

Este estilo de enfrentamento tem sido de grande valia, sendo tanto para pessoas religiosas com suas práticas, orações, crenças e devoções, como também para pessoas não religiosas mas que encontram formas de espiritualidade laica para encontrar um sentido a sua vida, a seus sofrimentos e formas de lidar com as situações (Esperandio *et al.*, 2017). Assim, diante destes aspectos cognitivos elucidamos os meios que o *Self* e a consciência agem diante da calamidade mundialmente vivenciada, buscando compreender o *coping* e meios de práticas religiosas e espirituais para superar esta demanda.



1. Crise Epidemiológica e Sanitária Mundial da Pandemia COVID-19: Histórico, Enfrentamento e Impactos à Sociedade Brasileira de 2020 ao Presente¹

O primeiro caso de COVID-19 foi notificado no Brasil em fevereiro de 2020, pondo-nos em alerta quanto à ameaça viral que se disseminava em escala planetária. Antes mesmo da confirmação da primeira infecção em território nacional, o Ministério da Saúde, através da portaria n. 188, de 3 de fevereiro de 2020, declarou Situação de Emergência em saúde pública de importância nacional (ESPIN). Em seguida, o alerta da OMS, emitido em 11 de março daquele ano, reconhecia o estado de pandemia, previa aumento vertiginoso de contaminação e óbitos nas semanas subsequentes e convocava os países a adotarem rígidos protocolos de controle sanitário. Já naquela ocasião, o número de infecções por COVID-19 ultrapassava a marca dos 100 mil indivíduos, com ampla distribuição geográfica, com mais de 100 países do mundo com confirmação de casos de COVID-19 (Cavalcante *et al.*, 2020). Era o começo de uma crise epidemiológica com inevitáveis consequências no plano subjetivo que alteraria drasticamente as formas de vida até então vigentes.

Com vista na contenção efetiva do vírus SARS-CoV-2, causador da COVID-19, e a preservação de vidas humanas, o Governo brasileiro lançou mão dos primeiros protocolos de vigilância sanitária para refrear a circulação do vírus, inibindo sua transmissão interna e comunitária (quando mais de um

¹ Isto é, o mês de Outubro de 2021, mês em que este ensaio teórico foi concluído.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

sujeito é fonte de transmissão). Dentre as medidas sancionadas no dispositivo jurídico, a aquisição de EPI's destinados a profissionais de saúde, reforço das Unidades de Saúde da Família (USF) com contratação excepcional de médicos com CRM - Brasil, assim como a ampliação da lista de países com risco de exportação de casos de COVID, configuraram as medidas iniciais anunciadas pelo Ministério da Saúde, ainda na primeira quinzena de março de 2020.

Em função do alastramento das infecções por transmissão interna, em 13 de março do mesmo ano, foram tomadas decisões relativas à regulamentação do isolamento social, da quarentena e da triagem de brasileiros vindos do exterior. Inicialmente, a imposição da quarentena era restrita a pacientes com diagnóstico laboratorial com testagem positiva para SARS-CoV-2, ou com proximidade domiciliar com pacientes sintomáticos submetidos a teste laboratorial com resultado positivo. Também foi levado em consideração a realização de viagem internacional nas duas últimas semanas. Nesse caso, a quarentena também tinha caráter obrigatório, constituindo crime contra a saúde pública a recusa dos protocolos recomendados pelas autoridades médicas.

A segunda quinzena de março de 2020 foi marcada pela consolidação do *lockdown* em todos os entes federados. As determinações do Executivo, por meio do decreto 10.282, de 20 de março de 2020, definiu os serviços essenciais à população, autorizando, por conseguinte, o fechamento dos serviços não essenciais. Escolas, universidades, transporte público e grande parte do setor comercial e industrial foram imediatamente paralisados. Até o momento a



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

pandemia vitimou quase 600 mil brasileiros e o número de infecções beira os 21 milhões e meio (Ministério da Saúde, 2021).

A pandemia em curso, alterou significativamente a estrutura socioeconômica brasileira, desmantelando os dispositivos de educação, trabalho, saúde e lazer, escancarou problemas estruturais, como as desigualdades, que historicamente nos assombram, e a vulnerabilidade das populações originárias e tradicionais no que concerne ao acesso ao sistema de saúde. Apesar disso, temas alusivos a precarização do trabalho, insegurança alimentar, genocídio da classe trabalhadora, sobretudo, aqueles em condição de subemprego ou trabalho informal; os inegáveis impactos na educação, do ensino básico a pós-graduação, dentre outros, tem sido coerentemente problematizados por autores do campo da psicologia e educação (Guimarães *et al.*, 2021; Menezes & Francisco, 2020; Oliveira & Ribeiro, 2021).

A pandemia teve um impacto transversal no cotidiano em escala global. Cada governo, cada empresa, cada família, cada sujeito teve de se reinventar, se adaptar para este momento incerto e angustiante. No Brasil, o evento pandêmico revelou também as inconsistências políticas do atual governo, que desde o início da pandemia desdenhou do vírus e das suas consequências. Prova de seu descaso com a agenda da saúde é que durante o período de pandemia, por quatro vezes se trocou o Ministro da Saúde, com alguns hiatos durante as trocas (Motta, 2021). Com efeito, os serviços administrativos correspondentes ao cargo ficaram temporariamente comprometidos,



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

impactando fortemente a população que já se encontrava insegura e sem perspectivas de melhor gerenciamento da pandemia.

O impacto na Educação é facilmente evidenciado em função do número gritante de evasão escolar, que segundo Neri e Osório (2021) foi de 290,8% apenas de crianças entre 5 e 9 anos durante 2020. Além disso, dados da Organização das Nações Unidas para Ciência e a Cultura (UNESCO, 2021) apontam que metade dos estudantes do mundo foram afetados pela pandemia, e mais de 100 milhões de crianças terão baixo desempenho escolar. A permanência escolar encontra-se fortemente atrelada às condições materiais e à estrutura familiar. Alunos em situação de vulnerabilidade socioeconômica sem as mínimas condições de acessarem as aulas remotas tendem à evasão (Dias & Pinto, 2020).

O impacto socioeconômico pode ter sido o mais evidente devido ao número desmedido de desempregados. O *lockdown*, medida utilizada em todo mundo para refrear o avanço do vírus, quando não alinhado com políticas públicas assistenciais pode se mostrar desfavorável para as classes menos abastadas. Ademais, no período de pandemia a ausência de políticas efetivas - como concessão de linhas de créditos para pequenas empresas ou diminuição de preços de alvarás - fez com que diversas empresas fechassem as portas, contribuindo ainda mais para o desemprego. Os principais afetados com a crise econômica que se anuncia são as pessoas mais vulneráveis, trabalhadores autônomos, terceirizados, diaristas, entre outros (Costa, 2020). Isto associado ao aumento gradativo no valor de itens essenciais, como o da cesta básica,



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

energia elétrica e gás de cozinha. Não sem muito esforço por parte da oposição, o Governo Federal deu início em abril de 2020 ao programa de Auxílio Emergencial para pessoas em situações de vulnerabilidade financeira, instituído pela Lei nº 13.982, de 2020 (Cardoso, 2020), o qual ainda perdura até o ano de 2021. Entretanto, o descontrole da inflação inviabiliza a subsistência familiar com os ínfimos valores pagos mensalmente, e não substitui o valor de um emprego.

Foram tantos os problemas de gestão da pandemia no Governo Bolsonaro, do manejo de recurso para os municípios e estados, que foi aberta em abril de 2021 a Comissão Parlamentar de Inquérito - a *CPI da Pandemia*, que visa apurar relatos de pessoas que estiveram ativas na construção de políticas institucionais de combate a pandemia em algum aspecto (Senado, 2021), na qual foram explicitadas questões de fraudes, corrupção e negligências às custas da crise sanitária, às custas dos mais de meio milhão de mortos até a presente data em que este ensaio está sendo escrito. Pode-se verificar essa negligência pela fala de uma advogada chamada a depor no dia 28 de setembro de 2021 sobre uma empresa de médicos: “Óbito também é alta!”, desvalorizando a vida de cada uma dessas 600 mil vidas perdidas; por causa dessas e outras negligências todas essas vidas foram perdidas, um verdadeiro genocídio sem precedentes na nossa história republicana, e mesmo imperial anterior.

A pandemia trouxe vários problemas governamentais, sociais, econômicos, educacionais, relacionais e principalmente sanitários e de saúde



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

pública, e ainda é um grande evento estressor que afetou, e afeta, aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais. Foi necessária uma adaptação nunca vista dentro de cada casa com os recursos limitados e com um futuro incerto, com medo da morte, da doença, da perda. Este escopo mostra uma realidade que ainda está sendo vivenciada pelo mundo, mas em especial pela sociedade brasileira. No entanto, desde meados de abril de 2021 a esperança foi renovada com o início da vacinação contra a COVID-19, mesmo com todo o negacionismo e negligências das autoridades e da população, a vacinação segue dando esperança e novo foco de futuro para todas as pessoas.

Vale pontuar que também as esferas subjetiva, intersubjetiva e relacional passaram por uma considerável transformação. A proximidade com a morte e a vivência do luto incompleto, a constância do medo da infecção por COVID-19, associada à redução das interações sociais frente o imperativo do confinamento domiciliar, impôs ao sujeito a mobilização de recursos psicológicos para seu enfrentamento (Crepaldi *et al.*, 2020). Tais processos emergentes na dinâmica psicológica atual requerem um olhar acurado da psicologia contemporânea.

O pensamento corrente sobre os impactos psicológicos da pandemia tem evocado duas concepções estruturantes. A primeira, diz respeito a pandemia propriamente dita no que se refere à iminência do risco de desenvolver sintomas ligados ao estresse, ansiedade e depressão. A segunda, por sua vez, diz respeito às medidas de contenção do vírus que, do mesmo modo, tem potencializado o sofrimento psíquico, instaurando quadro



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

psicopatológico até então ausente, ou agravando quadros já estabelecidos (Crepaldi *et al.*, 2020). Contudo, é preciso presentificar também aspectos alusivos à capacidade de reinvenção, resiliência, adaptação e criatividade que instrumentalizam o sujeito para o enfrentamento efetivo do fenômeno viral.

É preciso, pois, atentar para o atual contexto e seus impactos na história de vida do sujeito, caracterizando o período desta vivência sanitária como momento de rupturas. Todas as esferas da existência humana foram impactadas pela emergência do fenômeno pandêmico, de modo tal, que seus efeitos de curto, médio e longo prazo tem sido alvo de progressiva especulação teórica e acercamento empírico, e ganhando robustez na literatura científica, consolidando, assim, um terreno fecundo para reflexão em psicologia. Paulatinamente, multiplicam-se a cada dia o número de publicações das mais diversas áreas, dedicadas ao entendimento do complexo fenômeno vivenciado no contexto pandêmico, perscrutando seus limites e possibilidades no engendramento de novas formas de viver. A reinvenção do cotidiano, ante a ruptura generalizada com os modos de vida pré-virais, sinaliza as potencialidades do sujeito na superação da crise intermediada pela operacionalização de recursos psicológicos que o permitam tornar suportável o atual contexto.

Cada pessoa foi convidada a (re)criar modos próprios de enfrentamento para superar o flagelo do atual momento, que já dura quase dois anos. Foi necessário buscar um ordinário para o extraordinário, uma busca homeostática em meio a incerteza e tragédia suscitadas pela pandemia. O cotidiano da vida



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

humana foi abalado, a rotina abruptamente transformada, vivências interrompidas e a presença real dos corpos transplantados para o ambiente virtual, subvertendo as concepções de presença e ausência. No entanto, muitas pessoas tiveram de se reinventar para poder superar e ir para frente com tal situação, pois o amanhã sempre vai chegar e o cotidiano vai perdurar. Assim, passamos a viver, o que o senso comum chama de o ‘Novo Normal’, marca linguística do esforço coletivo para ressignificar o momento.

Para tanto, o sujeito teve de ousar transformar seu modo de vida. Em função de características da personalidade, algumas pessoas encontraram seu modo de enfrentamento depois de muito sofrer, outros, por sua vez, foram se adaptando logo no começo das restrições. Como foi dito, o número de pessoas que adquiriram, ou tiveram agravadas, psicopatologias ou doenças psicossomáticas é alto, e também tendo em vista o número de suicídios percebe-se que foi e ainda continua um momento delicado que mudou o cotidiano de todos. Sem dúvida recorrer a si mesmo foi uma estratégia de enfrentamento. Cultivar um olhar introspectivo que as permitisse estar consciente da situação para ser consigo e com os outros. Passaram a ler livros, assistir séries e filmes, brincar mais com os pets, resgataram antigos hábitos, criaram outros. A hiperconvivência durante o confinamento, as forçou a conversar mais, ora se aproximavam ora se afastavam (quando a própria família também era um estressor), aprender a cozinhar ou aprender algum trabalho artesanal são alguns dos diversos modos que as pessoas encontraram para lidar com a pandemia. Da maneira mais difícil aprenderam, mesmo sem



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

perceber, que o modo de pensar influencia o modo de agir e as emoções, e o modo de agir influencia no modo de pensar e nas emoções (Wright, Basco & Tasso, 2008), assim, passaram a buscar na própria casa algo que os agradasse, perscrutando novas formas de se relacionar o espaço doméstico, que os fizesse viver este ‘novo normal’ como exercício de resiliência.

Todos os impactos descritos não são apenas motivo de desesperança, é antes a possibilidade de evocar habilidades de enfrentamento necessárias pela família, pela saúde física e mental, pelo futuro que se avizinha. Faz com que se busque a resiliência, assim como foi necessário a criatividade, a paciência e a aceitação de que um novo cotidiano tem que surgir. O pensamento teve que superar o desespero e muitas pessoas recorreram à espiritualidade, à religiosidade, a um modo de vida meditativo. Esta prática religiosa/espiritual faz o indivíduo encontrar um sentido, um alento, onde pode encontrar aquela ressignificação do momento vivido e sendo um forte escudo para os impactos da pandemia, juntamente com as atividades descritas acima.

Examinam-se, pois, estes modos cognitivos de enfrentamento, cada um por vez, na reflexão em curso.

2. Cognição, Autoconsciência e Self: Interfaces na Autorregulação em Comportamentos de Saúde

A pandemia trouxe em seu bojo a necessidade de que pesquisadores direcionassem o seu olhar ao fenômeno do vírus que assola a humanidade e através dos estudos e pesquisas poder documentar e analisar os modos de



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

enfrentamento e a maneira que a população tem construído sentidos e vivenciado o ineditismo da pandemia. As ciências, evidenciando a psicologia, possui um lastro de possibilidades que contribuem para alavancar a construção de sentidos e significados atrelados à compreensão do “novo normal” e os consequentes comportamentos acarretados por ele.

Nesse contexto, a contribuição da psicologia cognitiva é fundamental pois lança seu olhar aos processos cognitivos e revela de que maneira estes são acionados e como os sujeitos respondem e sentem toda a vivência pandêmica. Neisser (2014) aponta que todo fenômeno psicológico tem contraparte cognitiva e que os fenômenos cognitivos são inúmeros. No que se refere à cognição reflexiva, âmago da produção da experiência humana, para Morin (2006) os modelos explicativos da consciência são representados em uma escala de níveis, que a depender do pensador e da área da psicologia, recebem nomenclaturas distintas. Apesar das diferentes nomenclaturas em sua estrutura, a progressão tem início em fases de não-consciência, passando para estágio de consciência perceptual e pôr fim, a um nível de consciência conceitual, reflexiva, caracterizada como um nível superior de consciência, denominadas de *self-awareness*. Existem modelos que apresentam ainda, um estágio mais avançado denominado *meta-self-awareness*, que está relacionado a quando o sujeito tem consciência de sua própria consciência, trata-se de um estágio sofisticado de abstração.

Seu estado mais simples de consciência (*consciousness*) não compreende maiores elaborações e reflexões, toda atenção é voltada para fora,



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

sem a prerrogativa de pensar sobre o dinamismo do viver, respirar, andar, interagir (Morin, 2006; Nascimento, 2008). Apenas quando o foco da consciência se volta para o ambiente interno, privado, o sujeito passa a ser um expectador de si mesmo, em seus níveis superiores de consciência, chamado de autoconsciência, que se manifesta através dos processos cognitivos, e torna o indivíduo objeto da própria consciência, seu objeto de internalização é o próprio *self* (Morin, 2006; Nascimento & Roazzi, 2013).

O *self* se apresenta através do desenvolvimento humano sendo o componente cognitivo primordial do “eu”, chamado de autoconceito. O autoconceito é a simbolização do próprio conhecimento sobre nós mesmo, sobre os nossos traços e características, assim como a percepção de que existimos enquanto sujeitos (Nascimento *et al.*, 2021). O autoconceito é desenvolvido por meio de uma gama de processos cognitivos do *self* que são conhecidos como auto-esquemas, que estão ligados diretamente ao desenvolvimento mediado da percepção da aprendizagem de si mesmo (ver Jhangiani & Tarry, 2014).

Segundo Jhangiani e Tarry (2014) o autoconceito exerce uma influência grande sobre o comportamento, sentimento e pensamento do indivíduo, mas por ser um esquema mental, sua natureza pode variar em seu acesso cognitivo, direcionado a lucidez do próprio autoconceito no indivíduo. Outro esquema diz respeito ao autofoco, que se encontra diretamente ligado a forma como o indivíduo direciona sua atenção ao seu próprio autoconceito. A autoconsciência possui também escalas diferentes de autofoco que se mostram em vários



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

formatos e assim, atribui ao *self* formas de desferir em autotemporalidades observadas pela percepção de si no tempo e na criação de sua memória autobiográfica (Morin, 2006). Nesse sentido, o desenvolvimento dos autoesquemas são mecanismos primordiais para os modos de enfrentamentos da pandemia do COVID-19.

Através do autoconhecimento e do acúmulo de informações de si, produzidas pelo meio social e físico, o indivíduo passa a ter condições de realizar ações reflexivas sobre si, e por meio desta autoconsciência, do autoconceito de si o indivíduo produz ferramentas que promovem a condução e controle do seu próprio comportamento, modificando-o quando necessário e desejável. No entanto, essa autorreflexão está intrinsecamente ligada ao contexto vivenciado no momento, e pode desencadear situações agradáveis ou desagradáveis, nomeadas de autoconsciência reflexiva ou ruminativa, em que os aspectos reflexivos estão ligados a características positivas do *self* e a ruminativa aos aspectos negativos da consciência (Morin, 2006; Trapnell & Campbell, 1999).

Em meio a pandemia do COVID-19 e necessária reorganização na rotina e comportamentos dos indivíduos, visando um controle da disseminação do vírus, a autoconsciência se mostra como um potente processo cognitivo de enfrentamento às mazelas e consequências acarretadas pela vivência pandêmica, uma vez que, segundo Morin (2004) o sujeito poderá avaliar diferentes aspectos do *self* e por meio deste desenvolver operações produtivas, saudáveis e adaptativas de suas experiências.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Assim, a autoconsciência se estabelece como um rebuscado sistema cognitivo que dá condições ao *self* de dirigir atenção para si mesmo, contribuindo para estados de autorregulação e autorreflexão se mostrando primordial para ao equilíbrio do *self* e da cognição, contribuindo para que os indivíduos através de sua dialética a condição de prever, monitorar e controlar seus comportamentos (Duval & Wicklund, 1972; Morin, 2004; Nascimento, 2008; Jiménez, 1999).

3. Coping, Cognição de Alta Ordem e Respostas Agentivas em Momentos de Crise

Uma das pressuposições fundamentais da psicologia cognitiva, embora pareça óbvia, é que as pessoas pensam, e também pensam sobre o pensar². Entender como elas pensam, os diferentes mecanismos mentais implicados no pensar, conhecer, entender; suas conexões com a personalidade e com fatores situacionais, é imprescindível para uma compreensão holística de como as pessoas agem.

Desde a revolução cognitiva e o conseqüente resgate da consciência nas ciências psicológicas, muitos autores têm enfatizado a mente como um agregado de processos ou habilidades cognitivas interconectadas (Neufeld & Stein, 1999). Dentre esses, os processos cognitivos de alta ordem como a

² Ou metacognição (*metacognition*). Ver o significado e importância de metacognição para a pesquisa básica e aplicada na psicologia em Norman *et al.* (2019).



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

autoconsciência, parecem guardar íntima relação com o modo do sujeito lidar com as adversidades inerentes à pandemia. Em seu aspecto indeterminístico, o evento viral requer a mobilização constante de recursos adaptativos que possibilitem o amoldar-se às intempéries e discontinuidades que lhe são próprias. O processo de *coping* (enfrentamento) é um destes.

Segundo Folkman (1984) e Folkman e Lazarus (1980, 1988), o *coping* compreende um conjunto de processos, de natureza cognitiva e comportamental, por meio do qual o sujeito lida e/ou administra as exigências de situações estressoras. Assim, o *coping* pode ser concebido como um processo dinâmico pelo qual o sujeito empreende esforços para minimizar ou neutralizar as ameaças de uma situação potencialmente estressora ou percebida como tal. Por definição, situações estressantes são aquelas avaliadas como potencialmente danosas ao bem-estar do sujeito. Os estilos de *coping* são considerados ainda fatores de saúde física e mental, associados à adaptabilidade, surgimento de sintomas de ansiedade e depressão, e mesmo doenças somáticas (Folkman & Lazarus, 1986).

Enquanto processo, o *coping* é dinâmico e passível de aprendizagem e reaprendizagem. Uma vez que pressupõe ações deliberadas e intencionais que podem ser usadas, descartadas ou modificadas no decurso da ação para melhor atender ao fim desejado, pode-se afirmar que o *coping* atua como mediador psicológico entre o evento estressante e sua superação que, se exitosa, gerará uma resposta adaptativa a ser incluída no repertório comportamental. Além disso, destaca-se que o *coping* (1) é um processo de caráter interacional, isto é,



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

ocorre mediante a interação do sujeito com o ambiente; (2) pressupõe as interpretações, representações e significados cognitivamente elaborados pelo sujeito mediante sua avaliação do fenômeno; (3) o sujeito tem papel ativo na operacionalização de recursos internos e externos para efetiva administração da situação estressora e, por fim, (4) o *coping* é um recurso adaptativo que permite a utilização de estratégias para superação de adversidades e crises (Antoniazzi *et al.*, 1998).

Diferentes quadros teóricos focalizam distintos aspectos do *coping*, das estratégias aos resultados, enfatizando, cada qual ao seu modo, os fatores que julgam definidores do processo. Mais uma vez destaca-se que na abordagem de Folkman e Lazarus o *coping* constitui um mediador entre a situação estressante e sua efetiva superação, de modo que diferentes análises podem ser feitas dependendo das variáveis que se deseja focalizar. Há teorias de *coping* que ressaltam os estilos de *coping*, padrões de *coping* e outras ainda que enfatizam os resultados de *coping*.

Na perspectiva cognitivista de Folkman e Lazarus, o processo de *coping* começa com a avaliação do sujeito diante de um evento potencialmente estressor ou percebido como estressor, extenuante e/ou desgastante. A avaliação da situação remete ao processo cognitivo integrador e sintético que caracteriza o julgamento ou juízo, pelo qual as informações precedentes, oriundas da experiência, são utilizadas para definir o quão ameaçador e estressante é a circunstância posta, em termos de perigo físico e/ou psicológico (dissociação do *self*), etc. Portanto, o exercício avaliativo está umbilicalmente



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

ligado às relações que o sujeito consegue estabelecer entre o evento, suas causas imediatas e as consequências futuras, possibilitando-o selecionar o repertório acional/comportamental que melhor se adequa às demandas da situação. Quanto mais unívoca e livre de ambiguidade for a avaliação, mais eficientes serão os planos traçados. Além da experiência prévia, alguns autores têm destacado também importante papel da personalidade, aprendizagem e dos fatores situacionais, como rede de apoio, expectativas sociais, crença no controle, dentre outros, como diretamente implicados no ato de avaliar (Antoniazzi *et al.*, 1998).

A relação entre os traços de personalidade e a crença no controle são fatores determinantes da avaliação cognitiva. A crença no controle ou expectativa de controle diz respeito à autoavaliação do sujeito em termos de suas habilidades ou recursos para lidar com o evento estressor. Segundo Folkman (1984), os estudos experimentais realizados por Archer (1979) sinalizam correlações significativas entre personalidade ansiosa, expectativa de controle e prejuízos à avaliação cognitiva. O alto traço de ansiedade remete a menor expectativa de controle da situação. O sujeito se percebe como menos capaz de lidar com as demandas do evento estressor, sobretudo, se ele é completamente novo, e portanto, pouco conhecido. Essa baixa expectativa de controle, por sua vez, atrapalha a avaliação e conseqüentemente todo o processo de enfrentamento. Embora não se possa estabelecer uma relação unidirecional entre crença no controle e o *coping*, há fortes indícios experimentais que corroboram a tese de que maiores expectativas de controle



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

reduzem o estresse, aumentando o bem-estar e a crença na eficácia da estratégia de *coping* adotada.

Vale reforçar que a avaliação, dentro do modelo do processamento do estresse, proposto por Folkman e Lazarus, é dividida em duas subfases: avaliação primária e avaliação secundária. A primeira, se qualifica como genérica e ampla, requerendo menos esforço cognitivo. O sujeito questiona-se a despeito das consequências do evento para seu bem-estar, explorando seus significados, se é irrelevante, benigno ou estressante (desafiador, prejudicial ou ameaçador). Grosso modo, a avaliação primária relaciona-se às representações e significados que o sujeito possui do evento, assim como a disponibilidade de recursos internos e externos de *coping*. Ainda segundo Folkman e Lazarus (1988) um mesmo evento pode ser significado de diferentes maneiras e, por conseguinte, suscitar diferentes respostas de *coping*. Decorre dessa perspectiva, que os significados atribuídos a situações adversas têm papel importante na avaliação cognitiva.

Após a avaliação, segue-se o recrutamento dos recursos socioecológicos e pessoais do *coping*, com os quais os dispositivos comportamentais serão mobilizados para redução ou eliminação do estímulo estressor. Dentre os recursos ditos socioecológicos, destacam-se os elementos que compõem o ambiente microsocial do sujeito, como a família e as redes sociais e de apoio. Ademais, o padrão típico de relacionamento que se estabelece dentro da família e dos grupos também são considerados, além do nível socioeconômico. O plano dos recursos pessoais, por seu turno, aglutina



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

características pessoais físicas e psicológicas, nos quais a saúde geral, física e mental, crenças, valores morais, autoestima, ideologia e experiência anterior adquirem relevo (Rudolph *et al.*, 1995). O quão disponíveis e acessíveis são tais recursos ao sujeito influenciará sua avaliação secundária, e conseqüentemente do processo de *coping*. Com efeito, se verifica um caráter multidimensional do *coping* e de seus subprocessos, no qual há atuação mútua de um sobre o outro, e não em uma linearidade contínua como pode num primeiro momento parecer.

Levando-se em consideração que o *coping* é um processo consciente e intencional, orientado para um objetivo antecipadamente definido, é fundamental pontuar que no decorrer do processo de *coping* novas avaliações são feitas (avaliação secundária), delineando diferentes rumos para a ação do sujeito. Essa avaliação secundária tem caráter mais específico, visto que objetiva a operacionalização efetiva das estratégias de *coping*. Busca responder à questão: “Quais as minhas opções de enfrentamento?”. Desse modo, as indagações do sujeito giram em volta da prospecção dos resultados. Ele faz um balanço dos custos da ação (do que preciso para?) e, sobretudo, o que pode ser feito (o que farei para?), visualizando mentalmente seus resultados. A partir daí, desenvolve diferentes estratégias dirigidas para tal finalidade. Por definição, estratégia de *coping* compreende ações deliberadamente pensadas com vistas na superação de uma situação estressora. Na base da conceituação está a noção de ação planejada, premeditada ou deliberada. Se os resultados alcançados forem benéficos, em conformidade com os objetivos previamente



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

definidos, então, cria-se uma resposta adaptativa positiva que passa a integrar o repertório comportamental do sujeito (Rudolph *et al.*, 1995).

Além do *coping*, a vivência da pandemia exige do sujeito a capacidade de agenciar responsivamente suas ações, especialmente no que se refere às medidas de biossegurança e as práticas de autocuidado e cuidado do outro. Nesse sentido, a noção de *self* ganha relevo. O *self* é entendido como a instância da consciência que permite o sujeito responder a si próprio como a um outro, resultante de sua capacidade de tomar a experiência pessoal de si como uma representação mental. Assim, o *self* é capaz de julgar a si mesmo sem perder, contudo, o senso de unidade e identidade que lhe caracteriza (ver Nascimento, 2008).

Mesmo sendo uma instância exclusivamente individual, a perspectiva do *self* dialógico enfatiza a construção socialmente distribuída dessa instância psíquica. Sob influência da teoria bakhtiniana, o *self* dialógico representa a soma progressiva das vozes e percepções de outros atores sociais acerca do sujeito, que oferecem um lastro para autopercepção de si mesmo. Apesar da constituição polifônica, o *self* singular e irrepetível do sujeito é o único capaz de equalizar as vozes que o compõem e harmonizá-las de modo a criar um senso de agenciamento. Graças a essa característica, o *self* é capaz de antecipar as consequências de seu comportamento de modo a corrigi-lo de acordo com sua previsão, além de agir com responsabilidade frente ao outro (ver Hermans, 2001; Cresswell & Sullivan, 2018; Salgado & Clegg, 2011). Em momentos de



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

crise epidemiológica e sanitária, há que se considerar tal característica como extremamente vantajosa ao bem-estar coletivo.

4. Religião, Espiritualidade e Sentido: Significando o Sofrimento Humano em Tempos de Calamidades Coletivas

Em várias culturas, das mais antigas, sejam orientais ou ocidentais, às da atualidade, a prática devocional, religiosa e espiritual sempre esteve presente. As pessoas buscavam um sentido aos acontecimentos da natureza, do corpo, da mente, acreditando em uma organização da vida em geral, com seus mistérios fundantes sobre o início e o fim de tudo, entre vários outros desejos de conhecimento do ser humano (Nascimento & Roazzi, 2017). Atualmente as práticas religiosas e de espiritualidade são ativas, com um certo declínio em comparação aos tempos passados, mas não uma extinção já que a religiosidade ainda é forte na vida das pessoas fazendo com que o contato com o transcendente, algo maior, uma divindade, seja um aspecto recorrente na sociedade contemporânea.

A religiosidade/espiritualidade (RE) tem sido foco no estudo em diferentes áreas da psicologia, principalmente no que diz respeito à cognição, em autoconsciência e modelamento do *self*. Faz parte da ontologia humana. Percebe-se este aspecto da sociedade como um modo de autoconhecimento, de enfrentamento (*coping*) com um potencial para dar sentido à vida (Siqueira, 2012).



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Buscando analisar a religiosidade e a espiritualidade vale ressaltar a nuance entre essas práticas. No que diz respeito à religiosidade, podemos conceituá-lo como o envolvimento da pessoa com uma instituição e tradição religiosa enquanto a espiritualidade se refere a crenças, valores e comportamentos. A religiosidade e a espiritualidade, sendo distintas, muitas vezes se sobrepõem ou se pressupõem mutuamente, fazendo com que na religiosidade se tenha uma grande espiritualidade e a espiritualidade concretizar as práticas e ideias religiosas (Nascimento & Roazzi, 2017).

Segundo Siqueira (2012), citando Meslin, a Religião tem um sentido geral, que podemos destacar sob alguns aspectos. Inicialmente, em um sentido sociológico, como uma união da sociedade e o mundo a uma finalidade sagrada; em um sentido pessoal, como um ato de devoção a Deus e atitudes para com outras pessoas; e por fim em um sentido existencial onde o indivíduo se relaciona e se entrega ao divino como uma identificação. A religiosidade, no entanto, é concebida como adesão a certas práticas que a pessoa crê e segue, como a templos, leitura de livros religiosos e rezas e orações, ou seja, um sistema de adoração e imersão em uma doutrina e dogmas partilhados por um grupo (Forti *et al.*, 2020).

Em contrapartida, Siqueira (2012), citando Valle, demonstra o que é a Espiritualidade, explicando que não é algo que se opõe ao corpóreo, nem um ‘estado de alma’ que foge do mundo, mas é algo encarnado na vida de cada pessoa e de cada época, que “expressa o sentido profundo da vida, permitindo que o homem ultrapasse o nível biológico e emocional de suas vivências[...] é



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

a busca pessoal de sentido para o próprio existir e agir, sendo uma necessidade psicológica constitutiva do humano” (p. 39). A Espiritualidade também se caracteriza como manifestações humanas que visam uma superação de si ou de impasses e obstáculos, e por vezes não encontra uma necessidade com o sagrado (Forti *et al.*, 2020). Por outro lado, a espiritualidade também pode necessitar de uma linguagem, e a religiosidade pode vir ao seu encontro para poder haver essa expressão, assim os objetos de tradições religiosas se tornam símbolos vivos, então se articula os sentidos da espiritualidade e religiosidade.

Em vários estudos foi visto que esta prática da RE tem sido benéfica para evitar situações de risco ou para manejo das mesmas. Em comprovação a isso foi visto que pessoas com um nível alto de religiosidade são pouco propensas a uso de substâncias ilegais ou abuso de álcool e tem um bom índice de saúde mental e física, juntamente com a satisfação com a vida, propenso a um *coping* eficaz diante de estressores e menores índices de depressão, somando com controle de ansiedade e nervosismo (Nascimento & Roazzi, 2017; Forti *et al.*, 2020; Stroppa & Moreira-Almeida, 2008; Oliveira & Junges, 2012). À vista desses fatores, se faz necessário um estudo cognitivo diante de um resultado aparentemente positivo para a psicologia, como analisa Nascimento (2008) ao falar que a religiosidade tem

motivado modelação de técnicas de alteração dos estados da consciência como meditação, contemplação, ritual e oração, nos quais ocorrências de estados místicos possibilitam a emergência de profundos *insights* sobre a mente humana e sobre o estofa do universo, experiências que tem levado conforto e



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

segurança interior a milhões de seres humanos ao redor do globo em todas as eras. (p. 84).

Podemos analisar em aspectos cognitivos do *self* humano, tendo a religiosidade como um fator para o desenvolvimento da cognição, afetando de maneira positiva os níveis de autoconsciência reflexiva e qualidade de experiência interna em estados incomuns de consciência; podemos destacar também os estados da consciência diante da morte de maneira fenomenal, as habilidades imaginativas, o apego, a interação social, o fator desenvolvimental à mediação cognitiva de autofoco e fator protetivo à ruminação e pensamento ruminativo em adultos (Nascimento & Roazzi, 2017). Somando ao estudo da autoconsciência encontra-se a importância da RE na vida de cada sujeito, no seu desenvolvimento, na forma como a pessoa vai lidar com certas situações e como ela vai ver a si (*self*) e ver o mundo, se autorregulando e automonitorando, se valendo, assim, para um manejo em situações de sofrimento e um passo para emergência de um valor existencial.

Frente a tudo isto, podemos destacar que a religiosidade/espiritualidade é um modo de *coping*, o qual pode-se encontrar meios para enfrentar situações estressoras, como afirma o psicólogo da religião Kenneth Pargament, segundo Esperandio e colaboradores (2017), que chama de *Coping Religioso/Espiritual* (CRE). Neste *coping*, as práticas religiosas e de espiritualidades passam a ser fatores que auxiliam efetivamente na saúde mental, tanto que a OMS descreve a qualidade de vida como multidimensional, nas dimensões física, psíquica, social e espiritual (Forti *et al.*, 2020).



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Tanto o coping propriamente dito como o CRE tem esta tarefa de (re)significar o sofrimento para um autoconhecimento, uma superação, um manejo. O sofrimento é uma parte constitutiva do ser humano, seja no componente físico com dores e doenças; no psicológico com angústias, transtornos, psicopatologias; no social, com a pobreza, preconceitos, indiferenças; e também está presente no meio ambiente, onde há catástrofes, calamidades, pandemias (Siqueira, 2012). Na teoria evolutiva este processo de dor, medo, ansiedade é puramente para sobrevivência, onde por estímulos o organismo os gera para a perpetuação da espécie e manejo de vida. No entanto, com o ser humano autoconsciente e livre dos mais variados perigos de outrora, foi percebendo as emoções que o incitavam, além disso, a avaliação cognitiva de um evento cria as condições da experiência emocional, inclusive o sofrer (Nascimento, 2008; Reeve, 2006).

Este padecer é um processo vital que interpela ao homem uma resposta, faz com que ele busque um sentido pois ele está em um devir, orientado a um fim, enquanto que, se se encontrar imerso nesse sofrimento, pode experimentar sua impotência, limites e finitude, o que gera a angústia e o fechar-se em si mesmo, por isso é necessário encontrar o sentido a ser vivido, uma abertura à esperança (Siqueira, 2012). Sentido este que pode ocasionar o amadurecimento, a ver na vida o que é essencial e também o que não é.

Como apresentado, o sofrimento está presente em todos os aspectos do ser humano, no entanto, quando ocorrem calamidades coletivas este sofrer não é só no âmbito do meio ambiente, mas reflete no humano como todo. Como é o



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

caso da pandemia do COVID-19, onde não só produz o sofrimento físico devido ao vírus, mas em consequência de sua magnitude, causa todos os demais aspectos sendo hodiernamente documentados nas pesquisas psicossociais e psicológicas. No físico, em vista da síndrome respiratória aguda, devido ao agravamento do vírus SARS-CoV-2, que pode levar à morte ou sequelas. No social, por isolar as pessoas de suas convivências, tendo contato apenas online, o que gerou mais segregação, desemprego e preconceitos, pauperização das massas, já historicamente fragilizadas, às vezes ao ponto da inanição, e insegurança alimentar. E, não menos importante, no psicológico, onde pode-se associar a todos esses fatores anteriores e entender o agravamento de pessoas com depressão, ansiedade, ideias suicidas e sofrimento psicológico em todo o mundo.

Com um olhar transversal ao apresentado até agora, é válido notar que diante deste momento delicado iniciado em 2020 um meio pertinente para o enfrentamento de tal evento foi o recorrer à religiosidade/espiritualidade, buscando a fé e o cultivo espiritual para fortalecer a resiliência, buscando um equilíbrio e um sentido para a existência. Visto que, segundo Forti e colaboradores (2020), práticas religiosas/espirituais têm levado a um conhecimento subjetivo e uma atribuição de um sentido à vida, percebendo que “levam a um aumento da motivação para o enfrentamento e superação de crises” (p. 1464). Logo, com o *coping* religioso/espiritual muitas pessoas têm ressignificado esta aflição para buscar uma união com uma divindade, a busca pelo amor e proteção de Deus, pelo conforto de sentirem que algo ou alguém



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

esteja cuidando de tudo; tem levado também pessoas a *insights* sobre si mesmas e o momento vivido gerando um autoconhecimento e uma homeostase psíquica. Os meios que líderes religiosos passaram a ter com *lives* e programas diários auxiliaram na saúde, onde o senso de comunhão com a comunidade buscou-se não ser perdido, assim, mesmo virtualmente, tendo uma interação grupal.

O CRE é um esforço para o bem-estar e saúde diante da pandemia, onde cada pessoa em sua religião busca os meios para seu equilíbrio; onde cada pessoa com sua espiritualidade busca métodos e vivências para dar um significado à sua existência. Estes dois aspectos se interligam para um desenvolvimento cognitivo de alta ordem, de níveis de consciência, uma auto-avaliação tanto em dimensões situacionais quanto disposicionais, juntamente com fatores de autofoco e *self*, ou seja, voltando um olhar para si, seus pensamentos, emoções e comportamentos e também para o outro, em função dos pensamentos, emoções e comportamentos deste, onde ocorre uma compreensão de si, de outros e de toda a situação.

Em suma, este *coping* apresenta um grande meio para o enfrentamento da pandemia, pois como apresenta Nascimento e Roazzi (2017), a religiosidade pode vir a ser um potente organizador de ambientes físico e social, e ainda mais do meio cognitivo interno de cada ser humano, precisamente na ontogênese da autoconsciência em suas dimensões de traço e estado. A pandemia abalou todas as estruturas da sociedade e principalmente as estruturas do indivíduo como um todo, logo, um apego ao que conforta se torna



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

necessário, e a busca por um sentido e alento é encontrado em sua espiritualidade e religiosidade, se valendo deles para superar e enfrentar este momento delicado.

5. Pandemia COVID-19 como Evento Epistêmico para a Psicologia Cognitiva: As Vicissitudes do Sujeito Cognitivo no Enfrentamento Pessoal em Tempo Pandêmico

Em primeiro lugar, o que se entende por Psicologia Cognitiva? Ulric Neisser (2014), pioneiro na divulgação do cognitivismo define-a como o estudo de como as pessoas aprendem, organizam, armazenam e utilizam o conhecimento. Algumas perguntas que são feitas neste campo, são: o que nos faz associar ideias e eventos e fixá-los? O que nos faz aprender? Qual a mediação cognitiva sobre o comportamento? Os processos cognitivos interagem entre si e com outros processos não-cognitivos? Qual a aplicabilidade do conhecimento cognitivo? Como solucionar problemas mais eficientemente?

Ciência multiparadigmática (Caparros, 1978), a Psicologia se funda na dialética de saberes e, como em toda ciência viva, é natural que o debate psicológico avance, se transforme e se atualize a partir de sínteses. Para Gardner (2000, citado por Arias, 2021), o movimento cognitivo se consolidou a partir dos aportes da filosofia, da antropologia, da linguística, das neurociências, das ciências da computação e da psicologia. E é como síntese de perspectivas múltiplas na história da ciência psicológica (Empirismo e



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Racionalismo, Estruturalismo e Funcionalismo, Pragmatismo,

Associacionismo, Psicologia da *Gestalt*), e em contraponto ao behaviorismo, que o Cognitivismo surge como uma episteme própria, com o objetivo de estudar como as pessoas pensam e aprendem, de forma a entender e prever atitudes, compreendendo as representações mentais e os sistemas de pensamento como organizadores do comportamento.

O cognitivismo acredita que quando nos atemos apenas ao observável o trabalho se limita a um conjunto de reflexos, portanto, quando se deseja estudar operações complexas que não são observáveis diretamente se faz necessário utilizar modelos que forneçam um esquema abrangente de um fato (Castellaro, 2011). Alguns dos métodos mais aplicados na Psicologia Cognitiva, sensíveis à complexidade e imaterialidade, são: experimentos controlados (em laboratório ou não), pesquisa psicobiológica, autoavaliações, estudos de caso, observação naturalística, e simulações por computador e Inteligência Artificial (IA) (Sternberg, 2010).

Castellaro (2011) estipula o início da Ciência Cognitiva em meados de 1948, com os trabalhos de Lashley, Von Neumann e McCulloch na Fundação Hixon, que inauguraram um nível de análise psicológico apartado do biológico-neurológico e social ao postular a base das explicações sobre o funcionamento da mente no conceito de representação mental. Durante as décadas de 1940 e 1950, o movimento cognitivista foi amadurecendo e ganhando mais espaços, encontrando apoio na psicobiologia e na teoria da informação, mas foi na década de 1960, com associações na linguística, na



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

antropologia e na inteligência artificial (IA), que o cenário científico se viu pronto para uma revolução cognitiva (Sternberg, 2010).

Em meados da década de 1970, a Psicologia Cognitiva já havia se estabelecido como um campo próprio de estudos respeitado na comunidade científica e foi nessa época que se iniciou seu segundo momento: o período conexionista, que tentou se aproximar de modelos de processamento de informação com características mais parecidas com as das redes neurais, buscando, assim, superar modelos lineares do processamento da informação herdados da primeira geração de estudos de inteligência artificial (Arias, 2021). Ainda de acordo com o autor, uma terceira fase teve lugar no desenvolvimento da Psicologia Cognitiva: o cognitivismo emocional, que tematiza processos como processamento e autorregulação emocional, autoconhecimento, inteligências múltiplas, criatividade, para citar alguns exemplos.

Discutimos até então sobre as bases fundantes da Psicologia Cognitiva, o que ela estuda e de que forma estuda. Mas é importante se perguntar também sobre quem ela estuda: o sujeito cognoscente é um ser do conhecimento, inteligível, pensante, que apreende o mundo e o teoriza, que reflete sobre a própria condição humana e lhe confere sentido (Passos, 1992). Ele não só interroga, interpreta e responde ao mundo, mas é agente na criação de novos símbolos e realidades. Sua experiência no mundo é teia viva de intencionalidade pulsante. Da simples focalização da atenção em um ponto no espaço-tempo à complexidade da aprendizagem, da fixação de memórias e



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

biografias, todos os aspectos de sua vida subjetiva são selecionados e organizados ativamente, através de modelos mentais.

Em se tratando da particularidade deste artigo, perspectivamos este sujeito na pandemia de COVID-19, que para além de ser um evento no mundo, com todos os seus desdobramentos sanitários, políticos e sociais, constitui também um evento epistêmico para a Psicologia Cognitiva. Fazemo-nos a seguinte questão: como o prisma da cognição pode contribuir para o entendimento do fenômeno?

Sabemos que sob o ponto de vista cognitivo, entre a apreensão do mundo (percepção/entrada/*input*) e a ação no mundo (comportamento/saída/*output*) existem componentes mediadores: as representações mentais - constituídas por abstrações, assimilações de conteúdo significativo, imaginação, inferências, significações, atribuições e relações de nexos (Leahey, 2006; *apud* Arias, 2021). De acordo com Sastre, Moreno e Fernandez, citados por Souza e Vasconcelos (2003), os modelos organizadores do pensamento constituem o que cada indivíduo tem por realidade, objetiva e subjetiva, a partir da qual interpreta o mundo e produz condutas, explicações e teorias. Para tais autores, a ação no mundo não tem como base a realidade, mas o que cada um acredita que é a realidade: nossos modelos explicativos da realidade.

Identidade, autoconsciência, orientação no tempo-espço, capacidade de juízo, reflexividade e agência no mundo, mecanismos de *coping*, todas essas operações são componentes centrais na tessitura do sujeito cognitivo. Modelos



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

cognitivos têm contribuído consistentemente para o entendimento do que aprendemos e internalizamos, bem como para a resolução de problemas práticos e, mais do que nunca, o conhecimento sobre processos situados pode ajudar a compreender dinâmicas inéditas que temos observado na sociedade contemporânea, que vive e sobrevive à pandemia.

Um exemplo de tópico de interesse, o sistema de crenças individuais e culturais influencia o comportamento adotado, o que pode constituir uma importante bússola para previsão de dinâmicas sociais. Por que algumas pessoas adotaram tão prontamente as recomendações de cientistas e de organizações de saúde, enquanto outras se recusam a usar proteção? Por que, num período de desconfiança social e polarização sociopolítica, as pessoas gravitam em torno de vieses de confirmação que lhes trazem maior senso de segurança? Como a indústria da informação está influenciando condutas? Como o sujeito cognitivo se situará diante da complexidade do fenômeno comunicacional contemporâneo em que conhecimento científico e verdade factual se misturam de modos complexos a *fake news*, discursos de ódio ideológicos e senso comum?

De acordo com Corga e Rodrigues (1988), as emoções sentidas por uma pessoa após uma experiência têm sua intensidade influenciada tanto pelo resultado (*outcome*), como pela mediação cognitiva atribucional (causas internas, externas, estáveis, instáveis, controláveis ou incontroláveis), realizadas a partir da percepção e juízo de valor do sujeito. O estilo atribucional pode ser uma chave de entendimento tanto para a aprendizagem como para a



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

“desaprendizagem” de comportamentos. Sabe-se também que na era da mediação digital e em tempos de pós-verdade, o apelo a emoções, crenças pessoais e convicções apresenta mais influência que fatos objetivos (Moreno *et al.*, 1999, *apud* Souza & Vasconcelos, 2003). Quanto mais satisfatório e consonante com o sistema de crenças um dado for, e quanto maior sua repetição (Sternberg, 2010), maiores serão as chances de haver assimilação e fixação.

Outra possibilidade de investigação está no estudo da atribuição de sentido a partir de referenciais culturais. A mente é social, e o aprendizado se dá por observação social (Sternberg, 2010). Para Bruner (2001, *apud* Correia, 2003), cultura é o repertório de técnicas e procedimentos que o indivíduo acessa para entender e resolver problemas em seu mundo: as transações humanas resultam em símbolos. Assim, a narrativa e a construção de significados têm um papel central na organização da experiência. Narrativas hegemônicas ou amplamente disseminadas, assim, podem ter grande poder sobre a fabricação de crenças populares. É claro que a criticidade e a afetividade têm papéis mediadores na aquisição de conhecimentos, afinal o ser humano é ativo na assimilação do mundo. Mas é importante pontuar que o que seja mais disponibilizado, valorizado e hegemônico coletivamente, será potencialmente mais influente no comportamento social. Seja numa dinâmica de assimilação por contiguidade e similaridade, seja por contraste (Sternberg, 2010).



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

A amplitude do diálogo também foi tematizada por Bruner (2001, *apud*

Correia, 2003) como um dos preceitos que equipa as mentes com habilidades de compreensão, sensibilidade e atitude no mundo cultural. O que observamos no cenário contemporâneo brasileiro, em tempos de pandemia, é uma contrastante polarização sociopolítica. Neste artigo nos deteremos a indagar se esse fechamento em modelos compreensivos muito delimitados poderia significar uma espécie de clausura cognitiva que está nos direcionando a um achatamento do mundo experiencial. Ora, se o avanço do conhecimento implica uma dialética entre teses contrastantes, como poderemos nos lançar a uma nova forma coletiva coesa e sintética se encontramos pólos indispostos ao diálogo?

A pesquisa em Psicologia Cognitiva tem um passado de sínteses e vislumbra na dialética do conhecimento um caminho para o futuro. Como diria Kastrup (1997): o tempo é um devir inventivo e a cognição é uma prática de mediação e criação de híbridos. Para a autora, trabalhar com uma cognição isolada é perder a possibilidade de entender como ela se comporta ao ser inquietada por algo que a força a se reinventar.

Invencionista por natureza e criação, a ciência cognitiva tem sua potência amplificada quando extrapola a virtualidade teórica e gera objetos técnicos e novas realidades, encontrando aplicabilidade e gerando efeitos no coletivo (Kastrup, 1997). A pandemia, enquanto evento epistêmico, traz consigo novas interrogações e um cenário de imprevisibilidade generalizada. Assim como os sujeitos saem transformados deste cenário, também sairá a



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Psicologia Cognitiva, se ela se dispôr à inovação reflexiva que o momento convoca. Antes de mais nada, devem ser refeitas as questões-base que lhe instituíram e refletir: o que a Cognição tem para dizer neste momento?

Como exemplo deste esforço contemporâneo, podemos citar estudos sobre: relação entre comportamentos de acumulação e gasto de comida com necessidade de fechamento cognitivo (Brizi & Biraglia, 2021); autoliderança como recurso cognitivo chave para a formação de comportamentos protetivos de saúde (Maykrantz *et al.*, 2021); o papel mediacional de crenças e construção de significado na depressão e ansiedade pandêmicas (Milman *et al.*, 2020); flexibilidade cognitiva e aderência a recomendações de saúde (Seiter & Curran, 2021); influência da confiança no conhecimento científico e na medicina no comportamento em crise pandêmica (Sailer *et al.*, 2021); efeitos do *lockdown* no envelhecimento cognitivo durante a pandemia (Amanzio *et al.*, 2021); modelo de mediação múltipla na autoestima coletiva e estresse percebido entre público não infectado (Chen *et al.*, 2021); modelo de cognição social preditor de distanciamento social (Hagger *et al.*, 2020); preditores e mediadores de *coping* e tolerância a incerteza (Rettie & Daniels, 2021); entre outros. Assim se vê que muitos pesquisadores já responderam ao chamado e se dedicam ao fazer reinventivo da ciência cognitiva em tempos de pandemia da COVID-19.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo se propôs a suscitar questões e reflexões acerca dos sentidos e vivências de sofrimento em meio ao período pandêmico, à luz da



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

contribuição da psicologia cognitiva, evidenciando os processos de autoconsciência, *coping* e espiritualidade. A pandemia abarcou inúmeras consequências sociais, físicas, econômicas e psíquicas e exigiu um novo funcionamento comportamental da população. Assim, considerar o processo cognitivo para compreender como os sujeitos estão enfrentando e experienciando o momento atual, contribui para o conhecimento e para o aprimoramento de ferramentas de enfrentamento para o evento atual e futuros.

Desse modo, a autoconsciência se lança como um rebuscado processo cognitivo que possibilita ao sujeito transportar sua percepção e consciência para si mesmo e, uma vez que não existe autoconsciência sem *self*, o indivíduo por meio do acúmulo de conhecimentos e vivências experienciadas, a partir do meio físico e social tem condição de emitir respostas com elevada abstração e por meio da autorreflexividade se adaptar e comportar através de respostas adaptativas, evidenciando a essência do sujeito cognitivo.

O *coping*, por sua natureza dinâmica, também se mostra como um alto recurso de enfrentamento diante de situações de agravos, como o caso da vida cotidiana e suas vicissitudes em tempos de pandemia. Desse modo, age como mediador de comportamentos e atitudes que podem ser avaliadas e reavaliadas durante as situações e eleger o melhor comportamento que se adapte às situações vivenciadas. Nesse sentido, para uma melhor adaptabilidade e responsividade dos indivíduos, e conseqüente minimização de prejuízos e sofrimento, é preciso pensar a relação autoconsciência, *self* e *coping*, pois



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

quanto maior o investimento no autoconceito de si, melhor serão as respostas e os modos de enfrentamento em situações semelhantes.

Assim como o *coping*, a espiritualidade se apresenta como uma manifestação humana e possível recurso positivo de enfrentamento de situações estressoras, agindo muitas vezes como um fator de proteção e de conforto em meio à desorganização mental, além de favorecer ao aprimoramento cognitivo, através de uma autorreflexividade positiva e da compreensão de como o *self* se vê no mundo e se comporta diante dele, potencializando a condição de autorregulação e automonitoramento das suas vivências e comportamentos.

Ainda há muito para ser estudado, uma vez que a pandemia COVID-19 se trata de um evento inédito que impactou severamente as vivências e sentidos na população mundial. Neste contexto de inquietação científica, o campo da Psicologia Cognitiva prossegue se reinventando, de forma a produzir novos conhecimentos aplicáveis, novas sínteses integradoras e, quem sabe, algumas mensagens esperançosas para o enfrentamento e resolutividade dos desafios pandêmicos, deixando assim seu legado para o patrimônio humanitário e civilizacional.

REFERÊNCIAS

- Amanzio, M., Canessa, N., Bartoli, M., Cipriani, Giuseppina E., Palermo, S. & Cappa, S. F. (2021, maio). Lockdown effects on healthy cognitive aging during the COVID-19 Pandemic: A Longitudinal Study, *Frontiers in Psychology*, 12. Recuperado de: <<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.685180>>
- Antoniazzi, A. S., Dell'aglio, D. & Bandeira, D. R. (1998). O conceito de coping: uma revisão teórica. *Estudos de psicologia (Natal)*, 3(2), 273- 294.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

- Arias, Walter Lizandro. (2021) Antecedentes, desarrollo y consolidación de la psicología cognitiva: un análisis histórico. *Tesis Psicológica*, 16(2), 1-38.
- Brizi, A. & Biraglia, A. (2021). “Do I have enough food?” How need for cognitive closure and gender impact stockpiling and food waste during the COVID-19 pandemic: A cross-national study in India and the United States of America. *Elsevier*, 168. Recuperado de: <<https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110396>>
- Caparros, Antonio. (1978). La Psicología, ciencia multiparadigmática. *Anuario de Psicología. Barcelona*, 19, 80-109. ISSN 0066-5126. Recuperado de: <<http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/98273/1/019477.pdf>>
- Cardoso, B. B. (2020). A implementação do Auxílio Emergencial como medida excepcional de proteção social. *Revista de Administração Pública [online]*, 54(4), 1052-1063. Recuperado de: <<https://doi.org/10.1590/0034-761220200267>>
- Castellaro, Mariano. (2011). El concepto de representación mental como fundamento epistemológico de la Psicología. Límite. *Revista de Filosofía y Psicología*, 6, 24, 55-67.
- Cavalcante, J. R., Cardoso-dos-Santos, A. C., Bremm, J. M., Lobo, A. P., Macário, E. M., Oliveira, W. K. de & França, G. V. Araújo de. (2020). COVID-19 no Brasil: evolução da epidemia até a semana epidemiológica 20 de 2020. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29(4), e2020376. Recuperado de: <<https://doi.org/10.5123/S1679-49742020000400010>> ISSN 2237-9622.
- Chen, H.,; Zhao, X., Zeng, M., Li, J., Ren, X., Zhang, M., Liu, Y., & Yang, J. (2021, janeiro) Collective self-esteem and perceived stress among the non-infected general public in China during the 2019 coronavirus pandemic: A multiple mediation model. *Elsevier*, 168. Recuperado de: <<https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110308>>
- Corga, D. & Rodrigues, A. (1988, jul-set). Internalidade, motivação à realização e mediação cognitiva atribucional ao sucesso e ao fracasso. *Arq. bras. Psic., Rio de Janeiro*, 38(3), 78-90.
- Correia, Mônica F. B. (2003). A constituição social da mente: (re)descobrimo Jerome Bruner e construção de significados. *Estud. psicol., Natal*, 8(3), 505-513.
- Costa, Simone da Silva. (2020). Pandemia e desemprego no Brasil. *Revista de Administração Pública*. 54(4), 969-978. Recuperado de: <https://doi.org/10.1590/0034-761220200170>
- Crepaldi, M. A., Schimidt, B., Noal, D. S., Bolze, S. D. A., & Gabarra, L. M. (2020). Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e 200090.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

- Cresswell, J., & Sullivan, P. (2018). Bakhtin's chronotope, connotations, and discursive psychology: towards a richer interpretation of experience. *Qualitative Research in Psychology*, 7(1), 121-142.
- Duval, S. & Wicklund, R. A. (1972). *A theory of objective self-awareness*. New York: Academic Press.
- Dias, É. & Pinto, F. C. F. (2020). A Educação e a COVID-19. *Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, 28(108), 545-554. <https://doi.org/10.1590/S0104-40362019002801080001>
- Esperandio, M., Michel, R., Trebien, H. & Menegatti, C. (2017). Coping religioso/espiritual na antessala de UTI: reflexões sobre a integração da espiritualidade nos cuidados em saúde. *Interações*, 12(22), 303-322. ISSN: 1809-8479. Recuperado de: <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=313054587007>>
- Folkman, S. (1980). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466-475. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.3.466>
- Forti, S., Serbana, C. A., & Scaduto, A. A. (2020). Mensuração da espiritualidade/religiosidade em saúde no Brasil: uma revisão sistemática. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(4), 1463-1474. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020254.21672018>
- Junior, S. D. G., Gonçalves, L. R. & Cardoso, A. J. S. (2021). Do sujeito à sujeição: Apontamentos reflexivos à psicologia organizacional e do trabalho em contexto de pandemia pela COVID 19. *R. Laborativa*, 10, 40-76.
- Hagger, M. S., Smith, S. R., Keech, J. J., Moyers, S. A. & Hamilton, K. (2020). Predicting social distancing intention and behavior during the COVID-19 Pandemic: An integrated social cognition model. *Ann. Behav. Med.*, 54(10), 713-727.
- Hermans, H. J. (2001). The dialogical self: Toward a theory of personal and cultural positioning. *Culture & psychology*, 7(3), 243-281.
- Jhangiani, R. & Tarry, H. (2014). *Principles of Social Psychology – 1st International Edition*. Victoria, B.C.: BCcampus. ISBN: 978-1-77420-015-5 Recuperado de: <https://opentextbc.ca/socialpsychology/>
- Jiménez, J. A. (1999). Autoconciencia, personalidad sana y sistema autorreferente. *Anales de Psicología*, 15(2), 169-177.



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

- Kastrup, V. (1997). A invenção de si e do mundo - uma introdução do tempo e do coletivo no estudo da cognição. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, SP.
- Maykrantz, S. A., Langlinais, L. A., Houghton, J. D. & Neck, C. P. (2011). Self-Leadership and Psychological Capital as Key Cognitive Resources for Shaping Health-Protective Behaviors during the COVID-19 Pandemic. *Administrative Sciences*, 11(2). Recuperado de: <<https://doi.org/10.3390/admsci11020041>>
- Menezes, S. K. O. & Francisco, D. J. (2020). Educação em tempos de pandemia: aspectos afetivos e sociais no processo de ensino e aprendizagem. *Revista Brasileira de Informática na Educação*, 28, 985-1012. Recuperado de: <<https://www.br-ie.org/pub/index.php/rbie/article/view/v28p985>>
- Milman E., Lee S. A., Neimeyer R. A., Mathis A. A., & Jobe M. C. (2020). Modeling pandemic depression and anxiety: The mediational role of core beliefs and meaning making. *J. Affect. Disord. Rep.*, 2, 100023. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2020.100023>
- Ministério da Saúde. (2021). *Coronavírus Brasil: Painel Geral*. Recuperado de: <https://covid.saude.gov.br/>
- Morin, A. (2004). Levels of Consciousness. *Science & Consciousness Review*, 2. Recuperado de: <https://philpapers.org/rec/MORLOC-3>
- Morin, Alain. (2006). Levels of consciousness and self-awareness: A comparison and integration of various neurocognitive views. *Consciousness and cognition*, 15(2).
- Morin, A. (2011a). Self-awareness Part 2: Neuroanatomy and importance of inner speech. *Social and Personality Psychology Compass*, 5, 12, 1004–1017.
- Motta, Anaís. (2021). Mandetta, Teich, Pazuello e Queiroga: os 4 ministros da Saúde da pandemia. *Uol*. 13. Recuperado de: <https://noticias.uol.com.br/saude/ultimas-noticias/redacao/2021/03/15/mandetta-teich-pazuello-e-queiroga-os-4-ministros-da-saude-da-pandemia.htm>
- Nascimento, A. M. (2008). Autoconsciência Situacional, Imagens Mentais, Religiosidade e Estados Incomuns da Consciência: um estudo sociocognitivo. Tese de Doutorado, Pós-Graduação em Psicologia Cognitiva, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.
- Nascimento, A. M., & Roazzi, A. (2013). Autoconsciência, Imagens Mentais e Mediação Cognitiva / Self-Awareness, Mental Imagery and Cognitive Mediation. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(3), 493-505. DOI: 10.1590/S0102-79722013000300009 DOI: 10.13140/RG.2.1.4590.2485 Recuperado de: <https://bit.ly/2yUYfwg>
- Nascimento, A. M., Roazzi, A., Nascimento, L. E. A. B. & Savoldi, R. (2021). Linguagem, conceitos e consciência: diálogo entre a psicologia cultural de Vygotsky e o cognitivismo. *Revista EDUCAmazônia - Educação Sociedade e Meio Ambiente*, 13(2), 266-291. ISSN 1983-3423



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

- Nascimento, A. M., & Roazzi, A. (2017). Religiosidade e o desenvolvimento da autoconsciência em universitários. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 69(2), 121-137. Recuperado de: <https://bit.ly/2LQuSzU>
- Nascimento, A. M., Roazzi, A., Ribeiro, H. E. A., Lopes, I. M. S. F., Martins, V. B. C., & Silva, L. N. S. (2019). Dimensões fenomenais da Autoconsciência e do Autoconceito e os Elementos do Self: Enlaces funcionais. *RECH - Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem-Estar*, 5(2), 677-704. ISSN 2594-8806 Recuperado de: <https://bit.ly/2S5YrDI>
- Neisser, Ulrich. (2014). *Cognitive psychology: Classic edition*. New York: Psychology Press.
- Neri, M. & Osório, M. C. (2021). Evasão escolar e jornada remota na pandemia. *Rev. NECAT*, 10(19). ISSN 2317-8523.
- Neufeld, C. B., & Stein, L. M. (1999). As bases da psicologia cognitiva. *Revista da Saúde – URCAMP*, 3(2).
- Norman, E., Pfuhl, G., Sæle, R. G., Svartdal, F., Låg, T., & Dahl, T. I. (2019). Metacognition in psychology. *Review of General Psychology*, 23(4), 403-424.
- Oliveira, G. L. & Ribeiro, A. P. (2021) Relações de trabalho e a saúde do trabalhador durante e após a pandemia de COVID-19. *Cadernos de Saúde Pública [online]*, 37(3).
- Oliveira, M. R. & Junges, J. R. (2012). Saúde mental e espiritualidade/religiosidade: a visão de psicólogos. *Estudos de Psicologia (Natal) [online]*, 17(3), 469-476. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2012000300016>
- Passos, Eduardo. (1992). O sujeito cognoscente entre o tempo e o espaço. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade Federal do Rio de Janeiro, RJ.
- Reeve, Johnmarshall. (2006). *Motivação e emoção*. 4ª edição. Rio de Janeiro: LTC.
- Rettie, H. & Daniels, J. (2021). Coping and Tolerance of Uncertainty: predictors and mediators of mental health during the COVID-19 Pandemic. *American Psychologist*, 76(3), 427-437. Recuperado de: <<https://psycnet.apa.org/fulltext/2020-52963-001.pdf>>
- Rudolph, K. D., Denning, M. D., & Weisz, J. R. (1995). Determinants and consequences of children's coping in the medical setting conceptualization, review, and critique. *Psychological Bulletin*, 118, 328-357.
- Sailer, M., Stadler, M., Botes, E., Fischer, F., & Greiff, S. (2021). Science knowledge and trust in medicine affect individuals' behavior in pandemic crises. *European Journal of Psychology of Education*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s10212-021-00529-1>
<https://link.springer.com/article/10.1007/s10212-021-00529-1#citeas>
<https://doi.org/10.1007/s10212-021-00529-1>



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Salgado, J., & Clegg, J. W. (2011). Dialogism and the psyche: Bakhtin and contemporary psychology. *Culture & Psychology, 17*(4), 421-440.

Seiter, J. S., & Curran, T. (2021). Social-distancing fatigue during the COVID-19 pandemic: a mediation analysis of cognitive flexibility, fatigue, depression, and adherence to CDC guidelines. *Communication Research Reports, 38*(1). Recuperado de: <<https://doi.org/10.1080/08824096.2021.1880385>>

Siqueira, Marília Parreiras Maia. (2012). Enfrentamento religioso em situação de sofrimento. Dissertação de Mestrado. São Paulo: PUC.

Souza, L. L. & Vasconcelos, M. S. (2003). Modelos organizadores do pensamento: uma perspectiva de pesquisa sobre o raciocínio moral com adolescentes autores de infração. *Psicologia em Estudo, 8*(2), 47-59.

Sternberg, Robert J. (2010). *Psicologia Cognitiva*. São Paulo: Cengage Learning.

Stroppa, A. & Moreira-Almeida, A. (2008). Religiosidade e Saúde. In: Salgado, M. I. & Freire, G. (Orgs.), *Saúde e Espiritualidade: uma nova visão da medicina* (pp. 427-443). Belo Horizonte: Inede. Recuperado de: <http://www.espiritualidades.com.br/Artigos/M_autores/MOREIRAALMEIDA_Alexander_et_STROPPA_Andre_tit_Religiosidade_e_Saude.pdf>

Trapnell, P. D. & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the Five-Factor Model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*(2), 284-304. DOI: 10.1037//0022-3514.76.2.284

Unesco. (2021). Educação: da interrupção à recuperação. *Unesco*. Recuperado de: <<https://pt.unesco.org/covid19/educationresponse>>

Wright, J. H., Basco, M. R. & Thase, M. E. (2008). *Aprendendo a Terapia Cognitivo-Comportamental*. São Paulo: Artmed.

Recebido: 20/10/2021. Aceito: 10/12/2021.

Sobre autores e contato:

Alexsandro Medeiros do Nascimento

Doutor, Departamento de Psicologia – Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) – Coordenador do Laboratório de Estudos de Autoconsciência, Consciência, Cognição de Alta Ordem e Self (LACCOS)

E-mail: alexmeden@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0002-9981-8384>



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq
ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Antonio Roazzi

Ph.D., Departamento de Psicologia – Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

E-mail: roazzi@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-6411-2763>

<http://lattes.cnpq.br/6108730498633062>

https://www.researchgate.net/profile/Antonio_Roazzi

Girlane Karla Rodrigues Coutinho

Graduada em Psicologia (Bacharelado) pela UNICAP – Secretaria Executiva da Família e Políticas sobre Drogas de Jaboatão dos Guararapes (PE)

E-mail: karlinharo08@gmail.com

Lamartine Joaquim da Silva Filho

Graduando em Psicologia (Bacharelado) pela UFPE

E-mail: lamartine.silva@ufpe.br

Natália de Queiroz Ramos

Graduanda em Psicologia (Bacharelado) pela UFPE

E-mail: natalia.qramos@gmail.com

Walber José da Silva

Graduando em Psicologia (Bacharelado) pela UFPE

E-mail: walber.silva@ufpe.br