



REDAÇÃO

Prof. João Saraiva e Prof. Sousa Nunes



REDAÇÃO



TEMA: O MEDO DE INOVAR E SEUS EFEITOS.

MAR, PERIGO E CÉU

Tendência natural do ser humano, a busca por proteção, equilíbrio e estabilidade rege a existência na Terra. Nesse processo, o medo atua como aliado, quando impede o agir compulsivo e descontrolado. O excesso de prudência, no entanto, pode limitar-lhe a vida, quando, por receio de enfrentar novos desafios, ele prefere manter-se na “zona de conforto”. Isso se deve, sobretudo, a um modelo educacional e familiar ortodoxo, que não admite falhas e pune quem pensa de modo diferente. É preciso superar esse modelo, já que os desafios do mundo contemporâneo exigem cidadãos proativos, dinâmicos e inovadores, excluindo social e profissionalmente os que não conseguem vencê-los. Com efeito, para sobressair em uma sociedade cada vez mais exigente, é preciso inovar, o que se explica pela Teoria de Darwin, segundo a qual sobrevivem apenas os que melhor se adaptam às mudanças



TEMA: O MEDO DE INOVAR E SEUS EFEITOS.

MAR, PERIGO E CÉU

Contudo, uma educação inflexível e punitiva desestimula o processo criativo, como se vê através da História. Na Idade Média, por exemplo, imbuída de um viés religioso, a Igreja esforçou-se por reprimir veementemente as ideias que iam de encontro aos seus interesses, condenando à morte os que ousaram pensar diferente. Hoje, de certo modo, esse viés ainda persiste em muitas famílias e escolas, quando obrigam crianças e jovens a seguir, cartesianamente, certos paradigmas, condenando à inércia suas habilidades criativas e, conseqüentemente, incapacitando-os para o concorrido mercado de trabalho que os espera no futuro.



TEMA: O MEDO DE INOVAR E SEUS EFEITOS.

MAR, PERIGO E CÉU

Em consequência disso, formam-se indivíduos limitados, “adestrados” apenas para reverberar pensamentos alheios. Quando pressionados pelas contingências da vida moderna, esses indivíduos ficam paralisados, com medo de agir por se terem escravizado a uma “bússola” indicadora do caminho a seguir, das decisões a tomar, o que lhes pode resultar em isolamento social, fobia que pode levar a outros bloqueios. Isso, enfim, poderá criar um mecanismo de fuga diante do inusitado da vida, que assim perde o seu significado, reduzindo-se a uma mera existência. Urge, portanto, que família e escola, juntas, busquem formar cidadãos atuantes, capazes de lidar com a vida social e profissional de modo inovador. Para tanto, devem incentivar nesses indivíduos a livre iniciativa, permitindo-lhes agir com certa independência nas mais prementes circunstâncias, sem autoritarismo nem interferência naquilo que eles podem fazer por si mesmos. Isso pode ser alcançado por meio de projetos sociais e educacionais que envolvem cidadania ativa e participativa. Desse modo, eles se tornarão comandantes da sua própria nau. Afinal, é isso que recomenda Fernando Pessoa, em “Mar Português”, ao destacar o espírito destemido, empreendedor e desbravador dos portugueses diante do desconhecido, à época das grandes navegações: “Deus ao mar o perigo e o abismo deu, mas nele é que espelhou o céu.”

Wallyson Pablo.



REPERTÓRIO TEMÁTICO



IMPORTANTE

A depressão e o suicídio têm sido pautas frequentes devido ao aumento exponencial de casos no mundo inteiro, sendo expressivo também entre os jovens. Inúmeros dados comprovam a gravidade da situação. Veja abaixo:

- Dados da **Organização Mundial da Saúde (OMS)** revelam que a **depressão afeta 350 milhões de pessoas no mundo**, de acordo com uma **pesquisa feita em 2015**. Em um período de 10 anos, de 2005 a 2015, esse número cresceu 18,4%.
- **A depressão está diretamente relacionada ao suicídio**, e esta doença psicológica tem crescido de forma expressiva entre os jovens. Ainda **segundo a OMS, até 2020 a depressão passará a ser a segunda maior causa de incapacidade e perda de qualidade de vida na população mundial**.



IMPORTANTE

- A organização também estima que, **no Brasil**, ocorram **12 mil suicídios por ano**. **No mundo, são quase 800 mil ocorrências**, ou seja, **a cada 40 segundos** acontece uma morte por suicídio, conforme o primeiro relatório mundial sobre o tema, divulgado no ano de 2014.
- Em 2015, 788 mil pessoas morreram por suicídio, o que representa quase 1,5% de todas as mortes no mundo, ficando entre as 20 maiores causas de morte do ano. **Entre jovens de 15 a 29 anos, o suicídio foi a segunda maior causa de morte em 2015.**
- **Estima-se que as tentativas de suicídio sejam pelo menos 10 vezes mais frequentes do que os suicídios consumados.**
- De acordo com um levantamento nacional da USP, **um terço da população brasileira apresenta sintomas de depressão.**



Definição e estatísticas

s.m. Suicídio, do latim sui (próprio) e caedere (matar), é o ato intencional de matar a si mesmo. Sua causa mais comum é um transtorno mental que pode incluir depressão, transtorno bipolar, esquizofrenia, alcoolismo e abuso de drogas.

- O comportamento suicida pode ser entendido como **todo ato pelo qual o indivíduo causa lesão a si mesmo, qualquer que seja o grau de intenção letal e de conhecimento do verdadeiro motivo desse ato.**

(Werlang e Botega, 2004)

- Esta noção permite conceber o comportamento suicida como um *continuum* que inicia com pensamentos de autodestruição, passa das ameaças e gestos às tentativas de suicídio e, finalmente, consoma o ato suicida.



Definição e estatísticas

- É compreendido hoje como um **transtorno multidimensional**, que resulta de uma interação complexa entre fatores ambientais, sociais, fisiológicos, genéticos e biológicos.
- O **comportamento de suicidar-se também possui causas sociais**. A sociedade é que explica o comportamento do indivíduo
- Independente do ponto de vista pelo qual é analisado, o comportamento suicida **contempla uma dimensão central relacionada ao sofrimento**.
- Não é somente uma tragédia no âmbito pessoal, **é também um sério problema de saúde pública**.
- Em média um único suicídio afeta pelo menos outras seis pessoas. E se cometido em uma escola ou local de trabalho, tem impacto em centenas de pessoas.



PERFIL

- No mundo, **homens cometem mais suicídio** que mulheres. Entretanto, **mulheres cometem mais tentativas**
- 75% dos suicídios ocorrem em países de baixa e média renda.
- A **ingestão de pesticida, enforcamento e armas de fogo** estão entre os **métodos mais comuns de suicídio em nível global**.
- As taxas de suicídio também são elevadas em **grupos vulneráveis que sofrem discriminação, como refugiados e migrantes; indígenas; lésbicas, gays, bissexuais, transgêneros e intersexuais (LGBTQI+); pessoas privadas de liberdade, ateus e desempregados**.
- **Estado marital**: Solteiros, viúvos ou divorciado.
- **Ocupação**: Veterinários, farmacêuticos, dentistas, médicos e fazendeiros.



Fatores de risco na adolescência

- Diagnóstico psiquiátrico (ex: depressão e alcoolismo);
- Perdas recentes e perdas de figuras parentais na infância;
- Dinâmica familiar conturbada;
- Personalidade com fortes traços de impulsividade e agressividade, com mudança de personalidade, irritabilidade, pessimismo ou apatia;
- Doença física crônica, limitante ou dolorosa e certas situações clínicas (ex: doenças terminais, HIV);
- Ter acesso fácil a meios letais;
- Tentativas prévias de suicídio;
- Comportamento retraído, inabilidade para se relacionar com a família e amigos, pouca rede social;
- Sentimento de culpa, menos-valia ou vergonha;
- Desejo súbito de concluir afazeres pessoais;
- Cartas de despedida;
- Sentimentos de solidão, impotência, desesperança.



Fatores de risco (Sinais de alerta)

- Afastamento da família, dos amigos e atividades sociais;
- Perda de interesse em atividades antes prazerosas;
- Descuido com a aparência;
- Mudança significativa de peso e alterações do sono;
- Comentários auto depreciativos constantes;
- Uso de substâncias lícitas ou ilícitas;
- Tristeza intensa e desesperança;
- Irritabilidade ou agressividade aumentadas;
- Descontrole emocional, imprudência e impulsividade aumentadas;
- Preocupação excessiva com a morte ou pessoas que cometeram suicídio;
- Auto extermínio, morte e desesperança como temas de conversas e trabalhos escolares.



Sentimentos de quem pensa se matar



DURKHEIM e as *Regras do Método Sociológico*

- O sociólogo francês **Émile Durkheim (1858-1917)** comparava a sociedade, aos demais organismos vivos, que apresentam **estados normais** (saudáveis) e **patológicos** (doentios).
 - ✓ **Estado Normal:** (consenso entre os indivíduos).
 - ✓ **Estado Patológico:** (ruptura do consenso - anomia).
- As **causas do suicídio seriam sociais**, dependendo do maior ou menor grau de coesão social. Tipos: egoísta, anômico, altruísta e fatalista.

O conceito de
anomia



Situações em que se observa a ausência de regras, crise das formas de controle social e aumento do individualismo



Art. 122 do Código Penal - Decreto Lei 2848/40

CP - Decreto Lei nº 2.848 de 07 de Dezembro de 1940

Art. 122 - Induzir ou instigar alguém a suicidar-se ou prestar-lhe auxílio para que o faça:

Pena - **reclusão, de dois a seis anos**, se o suicídio se consuma; ou reclusão, **de um a três anos**, se da tentativa de suicídio resulta lesão corporal de natureza grave.

Parágrafo único - A pena é duplicada:

Aumento de pena

- I. - se o crime é praticado por motivo egoístico;
- II. - se a vítima é menor ou tem diminuída, por qualquer causa, a capacidade de resistência.



Repertório Sociocultural – Autores e obras

- Na obra **"Inferno"**, de **Dante Alighieri**, o escritor escreve que os suicidas estão condenados a se transformarem em árvores e os melancólicos são *"uma seita de fracos, importunos ante Deus e seus inimigos"*. Já para os monges, ela seria uma virtude que levaria a uma reflexão sobre a consciência interior.
- O filósofo sul-coreano **Byung-Chul Han** no livro **"A sociedade do cansaço"**, mostra como o indivíduo se auto explora na tentativa de otimizar o seu desempenho profissional. E essa cobrança causa frustração por ele não conseguir aquilo que realmente deseja. Em sua opinião, passou-se do "dever fazer" para o "poder fazer". *"Vive-se com a angústia de não estar fazendo tudo o que poderia ser feito"*, e se você não é um vencedor, a culpa é sua. A consequência de tudo isso é "a alienação de si mesmo", que no físico se traduz em anorexias, compulsão alimentar, consumo exagerado de produtos ou entretenimento, depressão.



Repertório Sociocultural – Autores e obras

- **Charles Bukowski** (poeta americano): *“Quando era jovem, eu vivia deprimido. Mas, agora, o suicídio não era mais uma saída pra mim. É o que parecia. Na minha idade, já não sobrava muito que matar”*.
- Para o escritor, filósofo, romancista, dramaturgo, jornalista e ensaísta francês **Albert Camus**, **“só há um problema filosófico verdadeiramente sério: é o suicídio”**. Dizia ainda: *“Muitas pessoas morrem por considerarem que a vida não merece ser vivida. Outros vejo que se fazem paradoxalmente matar pelas ideias ou pelas ilusões que lhes dão uma razão de viver (o que se chama uma razão de viver é ao mesmo tempo uma excelente razão de morrer)”*.
- Nos grandes romances realistas do século XIX, o suicídio parece ser uma alternativa para as heroínas adúlteras de **Tolstói** e **Flaubert**, Anna Karenina e Emma Bovary (de Madame Bovary) que, desesperadas, recorrem à morte como única saída: a primeira joga-se à frente de um trem; a segunda se envenena.



Repertório Sociocultural – Outros Teóricos

Outros teóricos que podem ser relacionados com a temática:

- Arthur Dapieve - *Suicídio e imprensa*.
- José Carlos Rodrigues - *Suicídio como liberdade e dignidade*.
- Tom Beauchamp - *Suicídio e bioética*.
- Sigmund Freud - *Modernidade e depressão*.
- Daniel Bando - *O excesso de normas e o suicídio*.

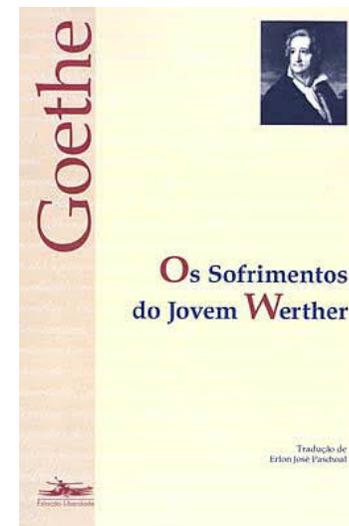
Aprofundando a temática com algumas obras:

- *O suicídio*. Émile Durkheim. Martin Claret. 2003.
- *Sobre o suicídio*. Karl Marx. Boitempo. 2006.
- *O suicídio e sua prevenção*. José M. Bertolote. UNESP. 2012.
- *História da morte no ocidente: da Idade Média aos nossos dias*. Philippe Ariès. Ediouro. 2003.
- *Mais Platão, Menos Prozac*, de Lou Marinoff (Record, 2001)
- *A Era da Loucura*, de Michael Foley (Alaúde, 2011)
- *Sol Negro: depressão e melancolia*, de Julia Kristeva (Rocco, 1989).



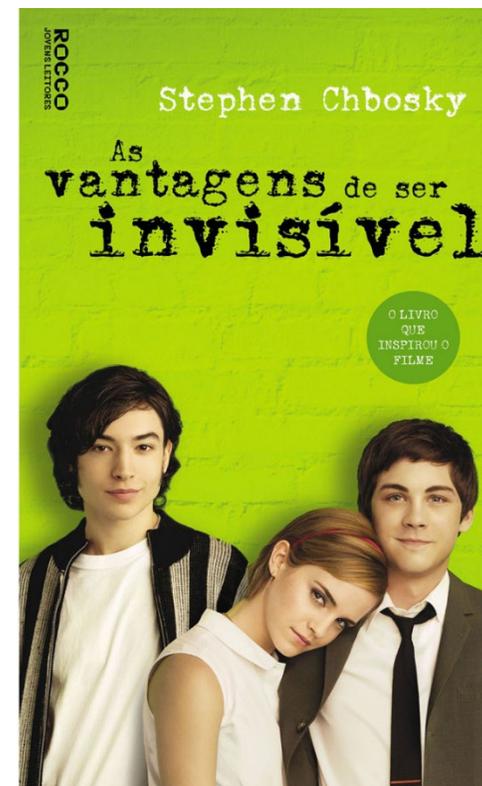
Repertório Sociocultural – Livros e filmes

- Na literatura, ***Os sofrimentos do jovem Werther***, publicado em 1774 pelo alemão **Goethe**, retrata a história de um jovem apaixonado e que, **após ser frustrado em suas expectativas amorosas, tira a própria vida**. Na época, houve uma onda de suicídios de jovens que se identificavam com a situação do protagonista, o chamado **“Efeito-Werther”**, que fez com que a obra fosse proibida em diversos países europeus. Isso nos mostra como a romantização do tema do suicídio é extremamente perigosa.



Repertório Sociocultural – Livros e filmes

- No livro **“As Vantagens de Ser Invisível”**, de **Stephen Chbosky**, Charlie, um adolescente de 15 anos, começa a estudar em uma escola nova. **Ele acabou de perder o melhor amigo, Michael, que cometeu suicídio, e claramente sofre de depressão**, não sabendo exatamente como “se encaixar”. Ao fazer amizade com Sam e Patrick, Charlie começa a vivenciar novas experiências e revela, ao longo do enredo, suas instabilidades emocionais. No decorrer da história, Charlie começa a ser “visto”, de fato, deixando, portanto, de ser invisível.



- Traumas passados passam a ser revelados e sua condição tratada. A história demonstra a importância do apoio familiar e dos amigos, além da ajuda médica, essencial a ser pensada.



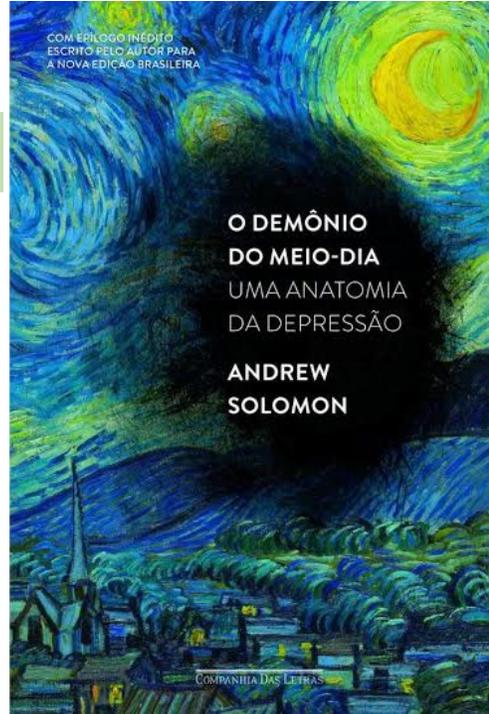
Repertório Sociocultural – Livros e filmes

- O romance “**Extraordinário**”, de **J.R. Palacio**, explora a questão do *bullying* sofrido por Auggie, um garotinho que possui uma síndrome que causa deformação facial, a **síndrome de Treacher Collins**. O livro possui uma mensagem motivadora e reflexiva, que nos mostra pontos de vistas diferentes das relações humanas e a importância de estar rodeado de pessoas que querem o nosso bem, essencial para superar situações como a depressão.



Repertório Sociocultural – Livros e filmes

- Lançado em 2000, **O demônio do meio-dia** continua sendo uma referência sobre a depressão, para leigos e especialistas. O premiado autor **Andrew Solomon** convida o leitor a uma jornada sem precedentes pelos meandros de um dos temas mais espinhosos e complexos de nossos dias. Entremeando o relato de sua própria batalha contra a doença com o depoimento de vítimas da depressão e a opinião de especialistas,



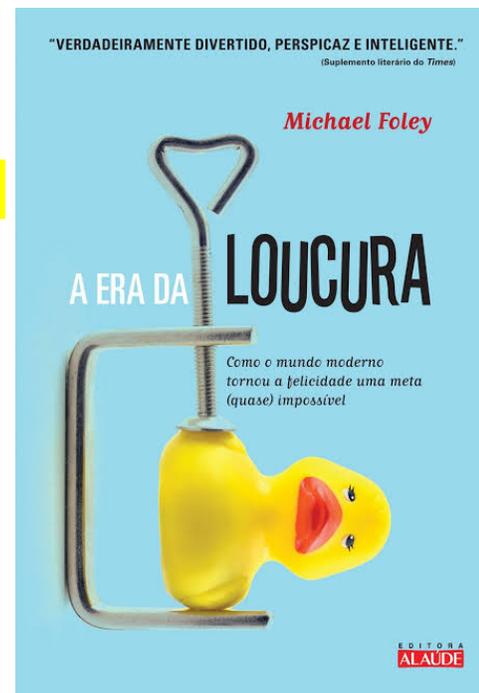
Solomon desconstrói mitos, explora questões éticas e morais, descreve as medicações disponíveis, a eficácia de tratamentos alternativos e o impacto que a depressão tem nas várias populações demográficas (sejam crianças, homossexuais ou os habitantes da Groenlândia).

- No epílogo inédito escrito exclusivamente para a nova edição brasileira, conhecemos o que aconteceu com Solomon, com os entrevistados e com os tratamentos da depressão desde a publicação de *O demônio do meio-dia*. A inteligência, a curiosidade e a empatia do autor nos permitem conhecer não só as doenças mentais, mas a profundidade da experiência humana.



Repertório Sociocultural – Livros e filmes

- O escritor **Michael Foley** remete ao **mito de Sísifo** (que foi condenado a empurrar uma rocha por toda a eternidade) como representação da epidemia de depressão da sociedade atual. No livro **"A Era da Loucura"**, ele escreve: *"A depressão é muitas vezes o destino da personalidade moderna – ambiciosa – faminta por atenção e ressentida, sempre convencida de merecer mais, sempre perseguida pela possibilidade de estar perdendo algo melhor, sempre sofrendo pela falta de reconhecimento e sempre insatisfeita"*.



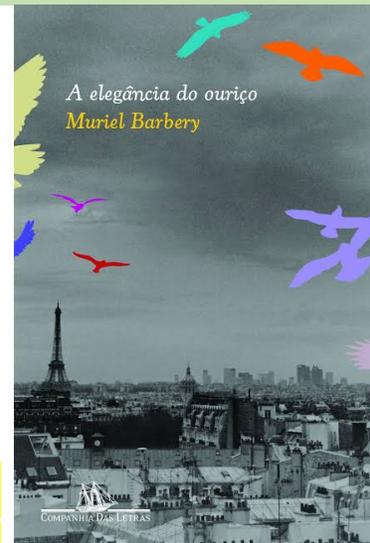
- O sociólogo **Zygmunt Bauman** fala sobre a **ansiedade e a angústia que é viver em nossa atual condição sociocultural**, marcada por infinitas possibilidades de escolhas e pela falta de solidez e durabilidade (as relações são cada vez mais descartáveis, gerando um vazio).



Repertório Sociocultural – Livros e filmes

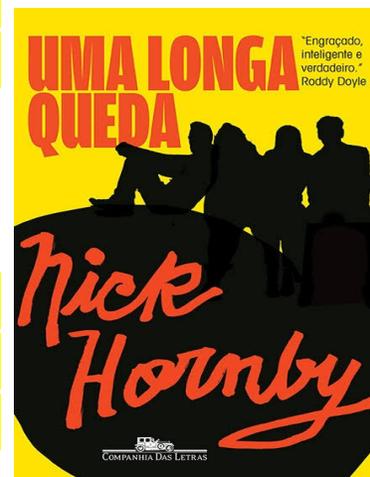
- **A elegância do ouriço (Muriel Barbery)** – Companhia das Letras, 2008

Romance filosófico cheio de ironia e bom-humor, *A elegância do ouriço* tem como protagonistas uma mulher de meia-idade, zeladora de um prédio em Paris, aparentemente sem instrução mas surpreendentemente culta e a moradora de um de seus apartamentos, uma jovem de 12 anos, Paloma. Impetuosa, Paloma decide que irá se matar no seu aniversário de 13 anos, pois não vê sentido na vida senão como uma sucessão de fracassos e pousa um olhar cínico sobre toda a hipocrisia de sua família, rica e tradicional.



- **Uma longa queda (Nick Hornby)** – Rocco, 2006

O enredo de *Uma longa queda* é construído em torno de quatro pessoas que se encontram por acaso no terraço de um prédio de Londres, na noite de réveillon, com a intenção de se suicidar. O livro é narrado pelos quatro suicidas que descrevem suas experiências e anseios e, juntos, buscam um sentido para viver.

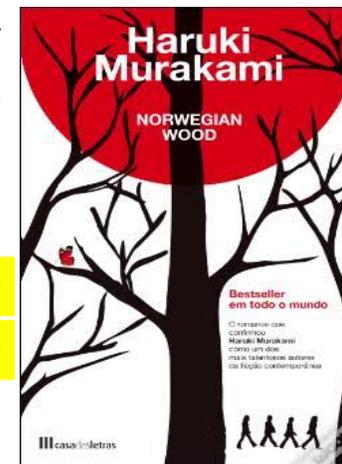


Repertório Sociocultural – Livros e filmes

- **Suicídios Exemplares (Enrique Vila-Matas)** – Cosac Naify, 2009

Uma coletânea de dez contos sobre personagens suicidas que não levam a cabo suas tentativas – ao menos não como nós, leitores, esperamos. Como diz o escritor espanhol no início do livro, parafraseando Fernando Pessoa, “viajar, perder suicídios; perdê-los todos. Viajar até que se esgotem no livro as nobres opções de morte que existem”. Seus personagens flertam com o suicídio, arquitetam cada passo, mas fracassam em suas tentativas. Tais tentativas podem, inclusive, acabar dando sentido ao absurdo da existência.

- **Norwegian Wood (Haruki Murakami)** – Alfaguara, 2008
Em Norwegian Wood acompanhamos a trajetória do jovem universitário Toru Watanabe, que carrega no passado o suicídio do seu melhor amigo, Kizuki. Toru reencontra Naoko, antiga namorada de Kizuki, uma alma também atormentada por um inexplicável vazio existencial, que acaba por se internar em um hospital psiquiátrico. Do escritor japonês Murakami.



Repertório Sociocultural – Série *13 Reasons Why*

É uma série americana disponível gratuitamente aos assinantes do serviço streaming Netflix. A série **gira em torno de uma estudante que se mata depois de ter sofrido várias agressões no ambiente escolar**. Antes de tirar a própria vida, ela grava fitas cassete explicando para treze pessoas como elas desempenharam um papel na sua morte: os treze motivos.

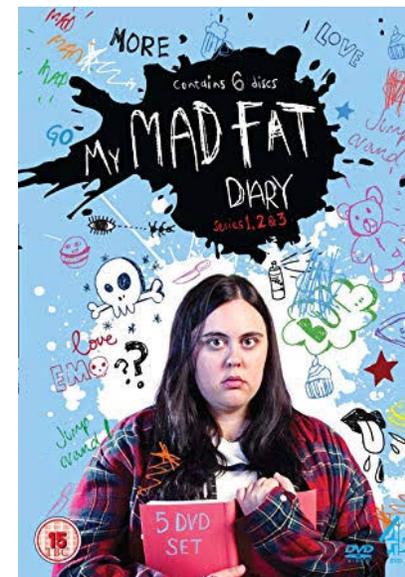
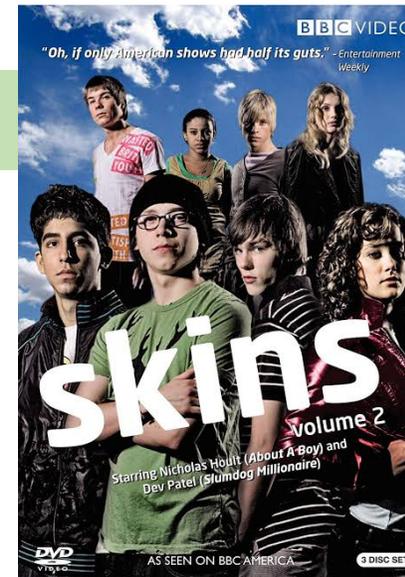
Algumas recomendações importantes:

- A série tem classificação indicativa de 16 anos. Menores devem assisti-la acompanhados dos pais ou responsáveis.



Repertório Sociocultural – Séries

- **Skins** (Netflix) é uma série inglesa, de temas adolescentes, que mostra o drama vivido pelos jovens em inúmeros contextos e situações. É interessante por mostrar a visão de mundo da juventude moderna e expõe como eles lidam ou não com os problemas cotidianos.
- Em **My Mad Fat Diary** (Netflix), a luta diária de Rae, após uma tentativa de suicídio, coloca em debate sérios assuntos, como obesidade, depressão, homossexualidade, *bullying* e sexo. A importância do convívio com pessoas que compreendem e vivenciaram problemas semelhantes, além da terapia, ensinam valiosas lições e fazem da série uma excelente fonte de inspiração para contextualizar problemas relacionados à depressão ou suicídio entre os jovens.



Repertório Sociocultural – Música

- **Raul Seixas, “Suicídio”**, bem evidencia o tédio, claramente expresso na vida do personagem inspirador da canção, que diz: *“Mas quando acorda assustado está pronto o suicídio...”* (...)
Cada dia que passava na pensão do seu lar / Nos porões da alma era menos um motivo / Havia tão poucos para ele acreditar / (...) Os ponteiros pareciam sempre lhe dizer / O seu tempo já passou”.
- A depressão se mostra asfixiante em **“Essa Noite, Não”**, de **Lobão**: *“A maior expressão da angústia pode ser a depressão / Algo que você pressente, indefinível, / Mas não tente se matar, pelo menos esta noite, não”.* Este último verso confirma o apelo supremo do voluntário do CVV quando, ao despedir-se do outro, ao sabê-lo prestes a suicidar-se, lhe pede: *“na próxima semana gostaria de voltar a falar com você...”*



Repertório Sociocultural – Música

- **Milton Nascimento**, na sua composição **“Travessia”**, acaba por entender que deseja e necessita viver e, não mais declarar, como na canção *“Vou deixar o meu pranto, vou querer me matar”*. E, sim, proclamar: *“Vou seguindo pela vida (...) Já não quero mais a morte / Tenho muito que viver / Vou querer amar de novo...”*.
- A música **“Flores”**, do **Titãs**, descreveria a visão de um suicida em seu velório. Parece um pouco mórbido, mas vários trechos levam a crer nessa teoria: *“Há flores cobrindo o telhado e embaixo do meu travesseiro”*, seria a pessoa se vendo no caixão. *“Os punhos e os pulsos cortados e o resto do meu corpo inteiro”*, uma análise da situação. *“A dor vai curar essas lástimas, o soro tem gosto de lágrimas”*... as pessoas chorando pela perda desta pessoa. *“As flores de plástico, não morrem”*, uma reflexão conclusiva sobre a vida e a morte.
- **Outras músicas sobre a temática: “Suicida”, dos Mutantes e “Suicídio”, de Cazuza.**



Jogo da *Baleia Azul* (2017) / Jogo da *água quente* (2018)

O QUE LEVA AOS “JOGOS”?

- Curiosidade, imaturidade e depressão.

O QUE FAZER CASO ENTRE OU CONHEÇA ALGUÉM QUE PARTICIPA DO JOGO?

- Informar a um responsável
(pai, mãe, professor, diretor e psicólogo);
- Não ceder as ameaças.



Repertório Sociocultural

- Para o **Dia Mundial da Saúde de 2017, lembrado em 7 de abril**, a Organização Mundial da Saúde (OMS) deu início a uma campanha sobre depressão, transtorno que pode afetar pessoas de qualquer idade em qualquer etapa da vida.
- Com o lema **“Let’s talk” (“Vamos conversar”, em português)**, a iniciativa reforça que existem formas de prevenir a depressão e também de tratá-la, considerando que ela pode levar a graves consequências.



ONDE BUSCAR AJUDA?
Centro de Valorização da Vida:
Telefones: 141 (24 horas)
www.cvv.org.br
facebook.com/cvv141



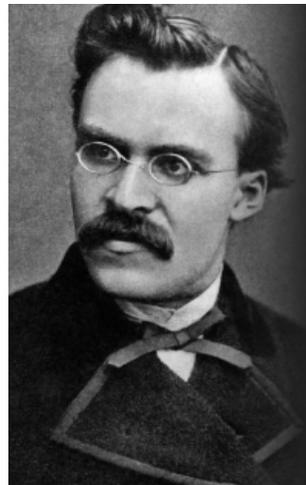
Frases e reflexões



Quando uma pessoa pensa em suicídio, ela quer matar a dor, mas nunca a vida.

Augusto Cury

 PENSADOR



A ideia do suicídio é uma grande consolação: ajuda a suportar muitas noites más.

Friedrich Nietzsche

 PENSADOR

"O suicídio é a mais alta forma de egoísmo. É improvável que um covarde que tira a própria vida tenha coragem de ver a própria morte".

Gil Grissom (William Petensen)

 PENSADOR

Dilema do suicida: "medo de ter coragem do suicídio, ou coragem de ter medo da vida?"

Maurício Nunes Pereira

 PENSADOR





OBRIGADO!

