



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS E NATURAIS
PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

GESSYELLEN MORALES FERREIRA

**REPRESENTAÇÃO SOCIAL DE QUALIDADE DE VIDA PARA PESSOAS
ADEPTAS DA SIMPLICIDADE VOLUNTÁRIA**

VITÓRIA – ES

2021

GESSYELLEN MORALES FERREIRA

**REPRESENTAÇÃO SOCIAL DE QUALIDADE DE VIDA PARA PESSOAS
ADEPTAS DA SIMPLICIDADE VOLUNTÁRIA**

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Espírito Santo, como requisito para obtenção do Grau de Mestre em Psicologia, sob orientação da Prof^ª. Dr^ª. Maria Cristina Smith Menandro e co-orientação do Prof^º. Dr. Hugo Cristo Sant'Anna.

VITÓRIA – ES

2021

Ficha catalográfica disponibilizada pelo Sistema Integrado de Bibliotecas - SIBI/UFES e elaborada pelo autor

F383r Ferreira, Gessyellen, 1995-
Representação social de qualidade de vida para pessoas adeptas da simplicidade voluntária / Gessyellen Ferreira. - 2021. 87 f. : il.

Orientadora: Maria Cristina Menandro.

Coorientador: Hugo Sant'Anna.

Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal do Espírito Santo, Centro de Ciências Humanas e Naturais.

1. Representações sociais. 2. Movimento simplicidade voluntária. 3. Consumo. 4. Redes sociais on-line. I. Menandro, Maria Cristina. II. Sant'Anna, Hugo. III. Universidade Federal do Espírito Santo. Centro de Ciências Humanas e Naturais. IV. Título.

CDU: 159.9



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS E NATURAIS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA - PPGP**

**ATA DA SESSÃO PÚBLICA DE DEFESA DE DISSERTAÇÃO DE MESTRADO
EM PSICOLOGIA DA ALUNA GESSYELLEN MORALES FERREIRA**

Aos seis dias do mês de outubro do ano de dois mil e vinte e um, às oito horas e trinta minutos, com participação remota da mestrandia e de todos os membros da Banca por meio de webconferência, nos termos da Portaria Normativa PRPPG/UFES nº 08, de 1º de julho de 2021, reuniu-se a Banca Examinadora presidida pelo Prof. Dr. Hugo Cristo Sant'Anna (PPGP/UFES) e composta pelas Professoras Dra. Priscilla de Oliveira Martins da Silva (PPGP/UFES) e Dra. Maria de Fátima Souza Santos (UFPE) para a sessão pública da defesa de dissertação de Mestrado de **Gessyellen Morales Ferreira**, intitulada: “**Representação social de qualidade de vida para pessoas adeptas da simplicidade voluntária**”, sob a orientação da Profa. Dra. Maria Cristina Smith Menandro e coorientação do Prof. Dr. Hugo Cristo Sant'Anna. Realizada a arguição, a defesa foi dada por encerrada e os membros da Banca, reunidos, decidiram pela aprovação da Dissertação da aluna. Por fim, o presidente da sessão alertou que a aluna somente terá direito ao título de Mestre após entrega da versão final de sua dissertação, em papel e meio digital, à Secretaria do Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Nada mais havendo a acrescentar, eu, Prof. Dr. Hugo Cristo Sant'Anna, lavrei esta ata que vai assinada digitalmente por mim e pelos demais membros da Banca Examinadora, de acordo com a Portaria supramencionada.

Prof. Dr. Hugo Cristo Sant'Anna
Coorientador e Presidente da Sessão – PPGP/UFES

Prof^a. Dr^a. Priscilla de Oliveira Martins da Silva
Examinadora Interna - PPGP/UFES

Prof. Dr. Hugo Cristo Sant'Anna - Presidente da Sessão
Por Profa. Dra. **Maria de Fátima Souza Santos** (Examinadora Externa - UFPE)

Av. Fernando Ferrari, 514. Vitória/ES –Ed. Prof. Lídio de Souza
Campus de Goiaberas - CEP: 29075-910 - tel.:4009-2501 - E-mail: ppgp.ufes@gmail.com.



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO

PROTOCOLO DE ASSINATURA



O documento acima foi assinado digitalmente com senha eletrônica através do Protocolo Web, conforme Portaria UFES nº 1.269 de 30/08/2018, por
HUGO CRISTO SANT ANNA - SIAPE 2444525
Departamento de Desenho Industrial - DDI/CAR
Em 06/10/2021 às 12:51

Para verificar as assinaturas e visualizar o documento original acesse o link:
<https://api.lepisma.ufes.br/arquivos-assinados/281791?tipoArquivo=O>



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO

PROTOCOLO DE ASSINATURA



O documento acima foi assinado digitalmente com senha eletrônica através do Protocolo Web, conforme Portaria UFES nº 1.269 de 30/08/2018, por
PRISCILLA DE OLIVEIRA MARTINS DA SILVA - SIAPE 1802387
Departamento de Administração - DAd/CCJE
Em 06/10/2021 às 17:42

Para verificar as assinaturas e visualizar o documento original acesse o link:
<https://api.lepisma.ufes.br/arquivos-assinados/282360?tipoArquivo=O>

Agradecimentos

À minha orientadora Prof^a. Dr^a. Maria Cristina Smith Menandro, por ter me acolhido como orientanda e por compartilhar seu rico conhecimento comigo nessa jornada. Minha profunda admiração pela profissional que é.

Ao meu co-orientador Prof^o. Dr^o. Hugo Cristo Sant'Anna pela paciência, pelas valiosas orientações e por aceitar acompanhar esta pesquisa. Obrigada por ter sido facilitador desse processo ao compartilhar um pouco da sua sabedoria comigo.

Ao Prof^o. Dr^o. Rafael Wolter pelos ensinamentos compartilhados durante as aulas e por instigar o pensamento crítico dentro da Psicologia Social.

Ao Corpo Docente do Programa de Pós Graduação em Psicologia da UFES, por sua competência e compromisso com os alunos.

À toda equipe do PPGP, pelo apoio oferecido, em especial ao Arin e Antônio por todo o suporte e excelente atendimento.

À CAPES pela concessão da bolsa que possibilitou a realização desse mestrado.

Aos meus pais pelo apoio incondicional, reconhecimento e por acreditarem nos meus sonhos. Agradeço a minha mãe por me acolher e sempre me dar forças e ao meu pai por ter me ensinado a ser resiliente e determinada.

Ao meu irmão pelo incentivo e suporte sempre que precisei.

Aos amigos que me deram apoio nessa jornada, em especial: Davy Alves, Lais Porto, Amanda Roffes, Lais Pimenta, Lara Sessa, Rafael Guilherme, Luana Curitiba e Thiago Santin. Obrigada por todo suporte intelectual e emocional.

Por fim, aos participantes dessa pesquisa por disponibilizarem o seu tempo e por se dedicarem em responder o questionário. Meu muito obrigada!

Resumo

Ferreira, G. M. (2021). *Representação social de qualidade de vida para pessoas adeptas da simplicidade voluntária*. Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Espírito Santo. Vitória, ES.

O presente estudo buscou conhecer as representações sociais de qualidade de vida para pessoas adeptas da simplicidade voluntária. Pretendeu-se analisar as práticas de simplificação da vida adotadas por este grupo, as motivações que os levaram a aderir a este estilo de vida e os significados atribuídos a qualidade de vida. Para alcançar o objetivo proposto, a pesquisa foi dividida em duas etapas, sendo a primeira etapa uma pesquisa documental na rede social virtual Youtube e a segunda, uma pesquisa de levantamento com 56 participantes. Foi realizada a análise de conteúdo de Bardin como análise de ambas etapas. A execução de duas etapas nessa pesquisa almejou complementar os dados obtidos através de instrumentos diferentes, para ampliar o estudo das representações sociais de qualidade de vida neste grupo. Os resultados indicaram que as redes sociais virtuais tiveram influência na vida de algumas pessoas para adotar esse estilo de vida. Os participantes apontaram que uma boa qualidade de vida representa ter um conjunto de aspectos como: saúde, lazer, vida social, finanças organizadas, tempo disponível, boa alimentação, segurança e educação. Nesse sentido, adotar a simplicidade voluntária como estilo de vida possibilitou ter mais tempo para si e para família, experiências, economia financeira, organização, saúde e consciência ambiental, que são congruentes com o que eles acreditam sobre ter uma qualidade de vida satisfatória. Assim, os resultados indicaram que as representações sociais de qualidade de vida para os participantes parecem estar congruentes com suas práticas diárias. Por fim, os grupos virtuais parecem ter se tornado o principal meio de

fortalecimento do pertencimento a um grupo e de construção dos significados e valores do minimalismo.

Palavras-chave: Simplicidade Voluntária, Representação Social, Qualidade de vida.

Abstract

This study sought to know the social representations of quality of life for people who adhere to voluntary simplicity. It was intended to analyze the life simplification practices adopted by this group, the motivations that led them to adhere to this lifestyle and the meanings attributed to quality of life. To achieve the proposed objective, the research was divided into two stages, the first stage being a documental research on the virtual social network Youtube and the second, a survey with 56 participants. Bardin's content analysis was performed as an analysis of both stages. The execution of two stages in this research aimed to complement the data obtained through different instruments, to expand the study of social representations of quality of life in this group. The results indicated that virtual social networks influenced the lives of some people to adopt this lifestyle. Participants pointed out that a good quality of life means having a set of aspects such as: health, leisure, social life, organized finances, available time, good food, safety and education. In this sense, adopting voluntary simplicity as a lifestyle allowed them to have more time for themselves and their family, experiences, financial savings, organization, health and environmental awareness, which are congruent with what they believe about having a satisfactory quality of life. Thus, the results indicated that the social representations of quality of life for the participants seem to be congruent with their daily practices. Finally, virtual groups seem to have become the main means of strengthening belonging to a group and constructing the meanings and values of minimalism.

Keywords: Voluntary Simplicity, Social Representation, Quality of Life.