

O Idoso e a Ressignificação Emocional do Lazer

Jossett Campagna de Gáspari¹

Gisele Maria Schwartz

Universidade Estadual Paulista Julio de Mesquita Filho – Rio Claro

RESUMO – A sociedade contemporânea vê-se desafiada a responder qualitativamente às demandas da ciência e da tecnologia, cujas ressonâncias afetam as múltiplas dimensões humanas. Uma delas, o aumento da longevidade, vem requisitando políticas e programas sociais voltados à qualidade de vida, incluindo o âmbito do lazer. Este estudo qualitativo objetivou identificar aspectos emocionais na percepção de idosos, durante vivências no lazer. Os dados foram coletados por meio de questionário misto, aplicado a uma amostra de 20 participantes, de ambos os sexos. Foram analisados descritivamente pela Técnica de Análise de Conteúdo, revelando recorrências de crescimento positivo como a relação interpessoal e o respeito mútuo, a contemplação, a sensação de harmonia com a natureza, o elemento lúdico, entre outros, também responsáveis pelo vínculo afetivo do grupo. Conclui-se que experiências significativas no âmbito do lazer, capazes de contemplar a gama de necessidades e expectativas do homem, contribuem para a ressignificação emocional do lazer nesta fase do desenvolvimento.

Palavras-chave: emoção; idoso; lazer.

The Elderly and the Emotional Resignification of Leisure

ABSTRACT – Today's society is being challenged to respond qualitatively to the demands of science, technology and automation, affecting the various dimensions of man. One of these dimensions, the increase in longevity, requests politics and social programs focusing life quality, including leisure ambit. This study aimed to identify emotional aspects of elderly perception during leisure activities. Data were collected through a mixed questionnaire, applied to a sample of 20 individuals of both sexes, and descriptively analyzed using Content Analysis Technique. They show recurrences of positive grow in many aspects such as interpersonal relationship and mutual respect, contemplation, sense of harmony with nature, and playfulness, among others, which are also responsible for the affective bond of the group. It has been concluded that significant experiences during leisure time, which are capable of contemplating men's necessities and expectations in cultural contents, can contribute to emotional resignification of leisure in this phase of the development.

Key words: emotion; elderly; leisure.

No século XX, considerado o século da “Terceira Idade”, a sociedade contemporânea viu-se desafiada em suas instâncias pública, privada e do terceiro setor a responder, rápida, qualitativamente e quantitativamente, às inusitadas demandas nele geradas, para o homem do século XXI.

Antecipando-se e, também, em resposta à acelerada projeção dos dados estatísticos concernentes ao aumento mundial da população idosa, a adoção de conceitos e métodos sistemáticos na ciência fez com que fossem impulsionadas as investigações sobre o envelhecimento e a velhice, tomados como objetos de estudo nas mais diferentes áreas do conhecimento.

Assim, após a difusão das perspectivas teóricas precognizando o desenvolvimento na vida adulta, maturidade e velhice numa continuidade de etapas e, portanto, ao longo de toda a existência, no campo da Psicologia, ganham projeção aquelas especificidades concernentes à Psicologia do Desenvolvimento, do Envelhecimento e a Gerontologia.

Na Sociologia (De Masi, 2000), as novas demandas decorrentes do progresso tecnológico, da redução da taxa de natalidade, das avançadas conquistas no campo da biogenética, da elevação da expectativa média de vida e do aumento do

tempo livre, entre outros fatores sem precedentes na história, têm sensíveis ressonâncias nas múltiplas dimensões bio-psico-socio-culturais do homem, exigindo, para minimizar alguns efeitos negativos de tais ecos, uma ressignificação de seus valores, a (re)introdução de atitudes da vida cotidiana, inclusive, diante de suas experiências sensíveis no âmbito do lazer.

Esses deslocamentos acelerados de valores, nas mais diversas esferas de ação e inserção humanas, reforçam a hipótese defendida por Betto ao dialogar criativamente com De Masi (De Masi, D. & Betto, F., 2002) que, atualmente, não se vive uma época de mudança e sim, uma verdadeira mudança de época. Além disto, ele reitera De Masi (2000), que justifica o freqüente uso da expressão “pós” (pós-moderno, pós-capitalista, pós-materialista), para caracterizar algo, ainda indefinido, que está se desencadeando e cuja evolução permanece envolta por inúmeras interrogações.

Neste novo panorama que caracteriza o período “pós-industrial”, apesar da substituição dos contornos axiológicos desta sociedade por outros e da visibilidade de seus atributos, não é possível, ainda, defini-lo com precisão (De Masi, 2000), sublinhando o fato de que estamos imersos numa trama de pressupostos qualitativos sociais, ainda difusos, sejam eles de natureza política, econômica e psicológica, entre outros, nitidamente distintos dos modelos industrial e agrário que o antecederam e dos valores neles considerados centrais.

1 Endereço: Rua Maria Madalena de Souza Campos, 248, Araras, São Paulo, Brasil 13604-120. E-mail: jossett@linkway.com.br

Vale ressaltar que toda essa gama de subjetividades, nem sempre se deixando conhecer, explicitamente, precisa ser desvelada porque afeta a vida, o enredo psicológico da pessoa, a sociedade como um todo, os tipos de competências que o homem deverá cultivar, criativamente, para poder se adaptar à nova realidade e prosseguir no processo de desenvolvimento de suas múltiplas potencialidades, as quais, associam emoção-razão.

Neste sentido, identificar, desvelar e inferir valores sociais, centrais e/ou subjacentes, colocam “em cena” as atitudes, aprendidas ou adquiridas, por meio das quais torna-se possível obter pistas significativas no estudo e a intervenção de fenômenos sociais.

Atitudes e valores

A concepção de atitude consistindo em componentes afetivo, cognitivo e conativos correlacionados (Reich & Adcock, 1976), reiterada por Atkinson (1995), explícita que os valores defendidos pelo ser humano são expressos pelas atitudes, sendo esta, a expressão de valores, justamente, uma de suas funções. Além disso, para que ocorra uma mudança de atitude é necessário que o sujeito esteja convencido de que uma outra atitude, alternativa, pode traduzir de modo mais consistente, suas crenças atuais. Segundo esta última autora, predizer comportamentos será tão mais próximo do real quanto mais a observação da atitude se fizer calcada nas experiências diretas da pessoa.

Esta antecipação de hipóteses sobre atitude, comportamento e conduta, individuais e/ou coletivas, pautadas em indícios, deve considerar toda a gama de sensações, percepções, sentimentos e emoções que os permeiam. Tal “aguçamento” ganha destaque nas situações nas quais estão em jogo as complexas tramas de (re)ações e interações emergentes durante os processos vitais do ser no e diante do mundo, das coisas, da natureza, das outras pessoas.

Embora calcadas em valores, as atitudes humanas não podem ser confundidas com eles. Valores distinguem-se das atitudes por serem menos específicos e servirem como uma referência a ser atingida, tendo uma conotação axiológica (Reich & Adcock, 1976). Neste sentido, há um reconhecimento da capacidade humana de fazer escolhas, de optar por ser livre ou subjugada àquelas que lhes são impostas.

Atitudes aprendidas, de todos os tipos, por sua vez, associam-se aos comportamentos, crenças e sentimentos e, sendo aprendidas, são relativamente persistentes e tendem a permanecer no repertório de respostas humanas por um período de tempo significativo (Davidoff, 2001). Mesmo assim, comumente, as pessoas tentam modificar as atitudes alheias, utilizando-se de dois mecanismos descritos por Chaiken e Petty, Cacioppo (conforme citado por Davidoff, 2001): um cognitivo e outro vinculado ao sentimento.

No mecanismo cognitivo, a pessoa (re)examina a mensagem, (re)avalia dados e fatos para confirmar ou modificar seu posicionamento atual. Se tudo sinaliza positivamente para confirmar sua concepção, ela resiste à mudança de atitude. Caso contrário, poderá se tornar presa fácil na armadilha da persuasão, situação frequente que chega a patamares massificadores.

O segundo mecanismo, defendido pelos autores anteriormente citados, tange menos ao pensar e mais ao sentir e, sendo assim, as mudanças de atitudes parecem ser mais vulneráveis e menos duradouras.

Para Davidoff (2001), as atitudes dizem respeito a objetos, eventos, grupos e símbolos, “socialmente significativos” porque, contemplando crenças ou cognições (componente intelectual) e tendências para que a pessoa se comporte de determinada maneira (ações propriamente ditas), têm implicações nas sensações e percepções presentes nas relações humanas. A exemplo do que ocorre com os valores e as atitudes, frequentemente, sensação e a percepção, como “funções especiais da vida psíquica”, também, são confundidas.

A sensação é uma ação localizada resultante de impressões orgânicas, que oscilam no conteúdo e na intensidade, mas que não podem ser alteradas apenas pela vontade humana. Em seu estado puro, a sensação capta as qualidades sensíveis das coisas e não as coisas, propriamente ditas. Para Santos (1976) ela é mais “(...) o resultado de uma abstração mental do que fruto espontâneo de uma experiência psíquica” (p. 149), pois, raramente, ocorre de forma isolada. Por isso, ele defende que a sensação deva ser considerada como um elemento da percepção e uma manifestação simplesmente intuitiva da consciência.

A percepção, nessa perspectiva, é um fenômeno complexo que conjuga uma gama de operações que se processam no enredo psicológico humano perpassando, não apenas pelas sensações como, também, pela memória, pela comparação, pela associação, pelo juízo, entre outros.

Esta complexidade da percepção pode ser justificada pelo fato de que, implicando em uma crença na realidade exterior e num sentimento de objetividade, faz-se, também, acompanhada de um juízo de exterioridade e que, portanto, as reações mentais que se desencadeiam e se processam, não resultam apenas da mera visão do objeto exterior. Mais que isso, envolve todo repertório de experiências introjetadas pelo ser humano, ao longo de sua existência, seja nos espaços formais ou informais nos quais esteja ou tenha estado inserido, abarcando aquelas vivências no âmbito do lazer.

Braghirolli, Bisi, Rizzon e Nicoletto (1997), ao abordarem sobre os processos básicos do comportamento humano, enfatizam que, embora seja possível a distinção entre sensação e percepção, estes se constituem num “*processo único: que é o da recepção e interpretação das informações*” (pp. 73-74). Sensação e percepção, para eles, são dois níveis nos quais as informações do meio externo são processadas.

No entendimento destes estudiosos, a sensação refere-se a “(...) uma simples consciência dos componentes sensoriais e das dimensões da realidade (mecanismo de recepção de informações)” (p. 74). A percepção, por sua vez, “*supõe as sensações acompanhadas de significados que lhes são atribuídos como resultado de uma experiência anterior*” (p. 74). Deste modo, na percepção ocorre uma relação dos dados sensoriais com experiências anteriores, conferindo-lhes significado (mecanismo de interpretação de informações). Como a maioria das atividades humanas, a percepção “*resulta de uma interação complexa entre tendências inatas, maturação e aprendizagem*” (p. 74), incluindo a sensação, em seu sentido amplo.

Elucidados alguns dos referenciais que se constituem base deste estudo, o qual focaliza a ressignificação emocional do lazer para a pessoa “idosa”, termo utilizado nos estudos de Weineck (1991) para caracterizar a pessoa neste estágio de desenvolvimento, vale, ainda, trazer à discussão outras questões igualmente pertinentes, como os sentimentos, as sensações e percepções, desencadeados nas situações de convívio/relacionamento interpessoal e nas “subliminadas” que conferem (ou não) coesão a este grupo, em termos de semelhanças atitudinais e comportamentais.

Estados emocionais

Embora diferentes, os sentimentos estão intimamente ligados às sensações. A exemplo dos demais estados afetivos, os sentimentos não são fenômenos meramente biológicos ou psicológicos. A maioria dos psicólogos concorda que as emoções são complexos estados de excitação, dos quais participa o organismo todo (Braghirolli & cols., 1997).

Para Woodworth (1973) “*sentimento e emoção são estados individuais passageiros, associados a motivos*” (pp. 412-413), formando com eles os chamados desejos. Considera, ele, que sentimentos são estados conscientes que variam em espécie e intensidade e que as emoções são estados individuais exaltados, relacionados ao sentimento (medo, a cólera, a alegria, o pesar, entre outros), à preparação motora para a reação, ao estado orgânico e ao tipo de situação que a desencadeia.

Corroborando com Woodworth (1973), Statt (1986) explicita que, embora comumente utilizados como sinônimos, os termos emoção e sentimento são distintos. Para ele, emoção implica numa carga de sentimentos, não se restringindo a eles, porque contempla, também, o aspecto cognitivo. Ressalta Statt (1986), que é este elemento cognitivo o responsável pela associação entre sentimentos e meio ambiente onde o sujeito se insere e que, em situações de convivência, podem fornecer pistas sobre as emoções e sentimentos do(s) outro(s).

Tais pistas sociais, como expõem Braghirolli e cols. (1997), podem ser relatos verbais, observação do comportamento (gestos, postura, expressões faciais, etc...) e indicadores fisiológicos (alteração na pressão arterial e na temperatura, tensão muscular, tremor, alteração dos batimentos cardíacos, e respiratórios, sudorese, entre outros) e serão tanto mais próximas dos reais estados emocionais da pessoa quanto maiores forem estes indícios.

Com base nas atitudes humanas, todos os aspectos perceptivos, sensoriais, afetivos e emotivos, aqui pontuados, são imprescindíveis à compreensão dos processos de desenvolvimento e, nas fases do envelhecimento e velhice focalizadas neste estudo, precisam ser observados com atenção especial, pois, curiosamente, traduzem muitas inquietações, ansiedades, expectativas e conflitos, decorrentes de uma maneira singular de encarar a vida, nem sempre coincidente e conivente com a manutenção dos estigmas, estereótipos e preconceitos gestados e cultuados na sociedade para com este segmento da população.

O cenário da velhice

Paradoxalmente, a pessoa “idosa” experimenta algo que se imagina ser privativo ao adolescente. Tal como nesta fase

de transição entre a juventude e a fase adulta do ser humano, o “idoso” enfrenta uma verdadeira crise de identidade durante a qual é afetado em sua auto-estima positiva e, inclusive, na aceitação de si mesmo. Numa reação em cadeia, o rebaixamento da auto-estima e as inseguranças quanto à identidade refletem-se na autonomia, liberdade, convívio social e afetam não apenas a frequência como, também, a qualidade dos relacionamentos interpessoais e dos vínculos afetivos no grupo.

Neste cenário, torna-se fácil decifrar a importância de ações educativas formais ou informais, pois, ao elaborar no coletivo as questões geradoras desta crise, o “idoso” tem oportunidade de colocar-se frente a frente com fatos, idéias e realidades, que contrastam com o cotidiano normalizador, de incorporar novas atitudes diante do envelhecimento, da velhice e da própria vida, de (re)encontrar-se e (re)edificar sua própria identidade.

Neste aspecto, então, a identidade individual intimamente associada à identidade social, reforça a importância das relações com o(s) outro(s) e com o mundo, como oportunidade de ressignificação da auto-imagem e da auto-estima (Santana & Sena, 2003).

Esta importância ganha dimensão e magnitude, diante dos panoramas mundial, nacional e local. Pesquisas da ONU (Organização das Nações Unidas), divulgadas em março de 2002, revelam uma tendência inédita na humanidade: a população idosa será maior que a dos menores de 15 anos; a população mundial de idosos, hoje (12%), em 2050 chegará a dois bilhões.

No Brasil, dados divulgados pelo IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), em setembro de 2002, revelam um país “de cabelos brancos”, onde, nos próximos 20 anos, a população idosa poderá ultrapassar 30 milhões de pessoas (quase 13%). Além disso, as estatísticas projetam uma população idosa crescente, que chega a ser inversamente proporcional ao quadro detectado em censos anteriores. Em 1980, era 16 o número de crianças existentes para cada grupo de 100 idosos e, em 2000, já eram 30 idosos para 100 crianças.

Em Araras, cidade em que a pesquisa exploratória se desenvolveu, num universo de 104.196 habitantes mapeados em 2002 pelo Censo do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), 10.139 (9.73%) pertencem às pessoas com 60 anos ou mais e 18.774 (18.01%), àquelas com 50 anos ou mais.

Portanto, nos âmbitos internacional, nacional e local são complexas as conseqüências das projeções do crescimento populacional feitas para as próximas décadas, não permitindo mais a isenção de responsabilidade social. Isto explica a crescente preocupação dos diversos campos do conhecimento humano por assuntos (in)diretamente ligados ao prolongamento das experiências e aprendizagens humanas.

Urge, também, a adoção de medidas políticas, sociais e econômicas diante do grito que ecoa deste grupo, até então, considerado uma dentre as “minorias sociais” e que, apesar de estar ganhando maior visibilidade nos últimos anos, insiste em romper as barreiras da exclusão.

Neste quadro inusitado, no âmbito do governo federal brasileiro, em parceria com as esferas estaduais e municipais, estão sendo priorizadas várias medidas, ainda que de maneira

sutil e lenta, visando dar início à equalização desta situação. É o caso, por exemplo, da Reforma da Previdência e do Estatuto do Idoso (Lei 10.741/2003), da constituição dos Conselhos Federal, Estadual e Municipal do Idoso, entre outros.

Todos os aspectos subjetivos presentes no enredo psicológico do “idoso” e seus processos de ressignificação emocional de todos os âmbitos, inclusive no que tange ao lazer, focalizado neste estudo, requisitam pedagogias específicas, norteadas por uma concepção de educação permanente ou continuada, isto é, que prossegue ao longo de toda a vida, escolarizada ou não.

Ao defender este tipo de pedagogia, Giubilei (1993) expressa seu conceito sobre idoso, como

aquele que vê no amanhã a continuidade do trabalho do hoje, aquele que não fica à espera do descanso eterno, que vai à luta, que busca preencher os espaços da vida, que se vê como elemento útil à sociedade. Enfim, aquele que acredita e demonstra que tem experiências a serem relatadas e que, acima de tudo, é ainda capaz de grandes realizações. (p. 11)

Esta perspectiva de o processo de aprendizagem humana perdurar a vida inteira e da importância das experiências educativas significativas duradouras (ao invés de mero acúmulo de saberes passíveis de medida) foram, posteriormente, exaltadas no contexto da Teoria das Inteligências Múltiplas defendida por Gardner (1994, 1995, 2000) e pela perspectiva educacional sugerida por Assmann (1998), ao expor sobre a necessidade de “Reencantar a Educação”, associando-a à questão da qualidade de vida do sujeito e da sociedade aprendente atual.

Sobre as novas demandas presentes no mundo atual, Diskin (2000) alerta para o fato de que a qualidade de vida, nos níveis individual e coletivo, está diretamente condicionada às oportunidades de conhecimento e escolha de uma gama de valores, os quais nem sempre pertencem à sociedade onde o ser humano se acha inserido:

a qualidade de vida pessoal, institucional ou social depende em grande escala da capacidade de se relacionar com o outro (diferente), o entorno e o planeta de maneira respeitosa e responsável, promovendo o legítimo direito de oportunidades para usufruir os bens naturais e culturais que todas as comunidades humanas têm disponibilidade ao longo da nossa história. (p. 37)

Na visão de Nahas (2001), a qualidade de vida é a condição humana resultante de um conjunto de parâmetros individuais e socio-ambientais, que pode ou não ser modificado, caracterizando as condições em que vive o ser humano.

No âmbito do lazer do idoso, elemento que tem vital importância pelo fato do aumento abrupto do tempo livre das obrigações trabalhistas, também, crescem as preocupações e tênues iniciativas voltadas às questões da qualidade de vida e do preenchimento qualitativo deste tempo livre, no sentido de libertá-lo dos estereótipos sociais que o afligem e rotulam, tanto mais improdutivo e decadente, quanto mais avança em sua idade cronológica. Algumas destas iniciativas, dispensando recursos financeiros, como expõe De Masi (2000), vêm ao encontro da satisfação das necessidades qualitativas radicais

humanas (convivência, introspecção, brincadeira, amizade, amor), no sentido de reduzir as distâncias que segregam determinados grupos sociais.

Preocupada com as ressonâncias deste panorama social e sensível a estas demandas inusitadas do período pós-industrial, uma das unidades da rede municipal de educação de Araras – São Paulo, dialogando com a comunidade local onde se insere, vem operacionalizando, a curto, médio e longo prazos, um conjunto de ações denominado *Programa Ativa “Idade”*: uma proposta de ação educativa, no âmbito do lazer, visando a conferir qualidade aos anos adicionais de que desfruta o ser humano atualmente, neste município.

Diante da realidade de um novo perfil de homem exigido para este milênio, esta Unidade, situada numa das regiões mais carentes do referido município, reitera a concepção de educação como um processo bem mais amplo, não encarcerado nos espaços arquitetônicos formais da instituição e que pode transformar as vivências no âmbito do lazer em ricas oportunidades de intervenção.

Esta instituição, assumindo o duplo aspecto do lazer como “veículo” e “objeto” de educação e, abarcando não apenas o descanso e o divertimento, mas o desenvolvimento humano nos âmbitos pessoal e social defendidos por Marcellino (1990), investe na possibilidade de que o idoso pode ressignificar emocionalmente seu lazer nesta etapa de sua vida, reverter atitudes cristalizadas, valores, comportamentos e/ou condutas que exterioriza, e, tendo como parâmetro apenas suas opções e preferências pessoais, deixar fluir a espontaneidade, a alegria, o prazer de viver e o elemento lúdico que lhe é inerente, redefinindo os níveis qualitativos existenciais.

Ao planejar vivências lúdicas significativas e intervir, a partir do lúdico, sinalizando a (re)humanização do homem e da própria educação, como demonstra De Gáspari (2004), este Programa toma como matriz teórica os conteúdos culturais do lazer propostos originalmente por Dumazedier (1980) e, posteriormente, complementados por Camargo (1998) e Schwartz (2003), enfatizando-os nos encontros sistemáticos que promove junto ao seu público-alvo.

Deste modo, aos conteúdos físico-esportivo, manuais, sociais, artísticos, intelectuais de Dumazedier (1980), acrescidos do turístico de Camargo (1998) e do virtual, recentemente proposto por Schwartz (2003) “*como elemento do tempo presente, com linguagem própria*” (p. 29) e, portanto, como um outro conteúdo que não representa apenas uma nova “roupagem” para os demais conteúdos, formam as bases práticas das opções oferecidas neste Projeto para a convivência entre os idosos.

Uma destas oportunidades lúdicas, subsidiadora desta reflexão, tange aos interesses social (Dumazedier, 1980) e turístico (Camargo, 1998) e diz respeito a uma experiência vivenciada junto à Floresta de Rio Claro, São Paulo, durante a qual foi constituída a amostra participante deste estudo interessado nos aspectos subjetivos e subliminares que permeiam as vivências do lazer da pessoa idosa.

Objetivo e Natureza da Pesquisa

Este estudo teve por objetivo identificar alguns aspectos psicológicos e sociais presentes na percepção de um dos

segmentos da população do município de Araras – São Paulo, a população idosa, durante vivência de lazer oportunizada junto à Floresta Navarro de Andrade, Rio Claro – São Paulo.

A opção metodológica deste estudo recaiu sobre os procedimentos de natureza qualitativa, os quais, de acordo com Andre (1995) permitem penetrar no universo conceitual e na base de pensamento dos participantes amostrados, identificando os significados que estes atribuem aos fatos e às interações sociais no cotidiano da vida humana. Acerca da validade do procedimento qualitativo, Minayo (1994) ressalta que o mesmo permite desvelar processos sociais pouco elucidados, reconhecer grupos específicos, inquietações sociais complexas, universos simbólicos do comportamento humano, permeados por sentimentos, crenças, atitudes, valores, emoções, percepções e sentidos. Essa gama de subjetividades, não se dando a conhecer de maneira explícita, precisa, então, ser desvelada e este tipo de procedimento pode facilitar a penetração no universo pesquisado (Patton, 1990).

Instrumento

O instrumento utilizado para a coleta dos dados foi o questionário, com uma série ordenada de 10 questões mistas, o qual, conforme explicitam Marconi e Lakatos (1982), abre possibilidades de o informante responder livremente e com linguagem própria, emitir opiniões, independentemente da presença do pesquisador. O referido instrumento foi validado por três especialistas da área, com titulação de doutor e aplicado no local da atividade, logo após as vivências programadas, com a anuência dos participantes, os quais assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido, para a utilização dos dados para a pesquisa.

Amostra

Fizeram parte da amostra deste estudo 20 participantes, adultos, de ambos os sexos, na faixa-etária entre 60 e 80 anos, regularmente matriculados no *Programa Ativa "Idade": uma proposta de ação educativa, no âmbito do lazer*, da cidade de Araras – São Paulo.

Procedimento

Para esta investigação foi realizada uma revisão de literatura visando compreender o fenômeno destacado e dar sustentação à discussão dos dados coletados. Para tanto, foram consideradas fontes bibliográficas, à luz do pensamento de Gil (1991) os livros de leitura corrente, como obras de literatura, em seus vários gêneros; obras de divulgação científicas/técnicas; livros de referência, como os dicionários, além de periódicos científicos e especializados, como jornais e revistas.

Além da pesquisa bibliográfica, o estudo utilizou-se de uma pesquisa exploratória, desenvolvida para adentrar, mais densamente, no universo em questão. O protocolo adotado para a constituição da amostra de 20 participantes, de ambos os sexos e na qual foi aplicado o referido instrumento de pesquisa, foi o da espontaneidade presente entre os idosos alfabetizados.

Os dados foram coletados pessoalmente pelos pesquisadores, imediatamente após as atividades propostas e as

respostas, sequencialmente organizadas, consideraram aspectos explícitos e aqueles alcançados por meio da aplicação da técnica de análise do conteúdo temático.

Após a coleta, os dados foram analisados descritivamente, por meio da técnica de análise de conteúdo temático, descrita por Richardson (1999), trazendo resultados significativos sobre o fenômeno lazer na atualidade.

Resultados

Dos 20 respondentes *da primeira questão concernente ao sexo*, 13 pertenciam ao sexo feminino e seis ao masculino, sendo que um deles não assinalou quaisquer alternativas. Na questão seguinte, sobre a caracterização da *faixa-etária* os indivíduos entre 60 a 70 anos concentraram 13 participantes e, na de 70 a 80 anos, sete pessoas.

Ao serem indagados, na terceira questão, *sobre a importância de participar de um Programa de ação educativa voltado para sua idade*, 19 pessoas responderam afirmativamente e uma negativamente. Das alegações afirmativas figuram, entre outros, registros como o de que nele aprendem várias coisas, sentem-se importantes, valorizados, incentivados e animados. Além disso, afirmam que podem fazer novas amizades e conhecer mais pessoas. Além de se divertirem, de se distraírem e de se sentirem bem, acreditam ser este um jeito novo de aprender a viver e que, mesmo depois de “velhos”, sempre estão abertos a aprender alguma coisa. Tais afirmações corroboram com o pensamento de Giubilei (1993) sobre o indivíduo idoso e a possibilidade da educação de forma continuada e, ainda que parece haver um encaminhamento rumo à sociedade “aprendente” vislumbrada por Assmann (1998).

Quanto à quarta questão, versando sobre o que este *grupo buscou nessa vivência de lazer*, constataram-se argumentos sobre a diversão, a ampliação do rol de amizades, o conhecimento de lugares novos, a convivência com a natureza, a troca de experiências de vida com outras pessoas, além da possibilidade de melhorar a qualidade de vida (Assmann, 1998; Nahas, 2001) mudar a rotina, combater a depressão e a tristeza, ter um tempo só para si mesmo, sair do isolamento, entre outros aspectos levantados nos depoimentos. Esta preocupação com os níveis positivos existenciais vem reafirmar as propostas de Assmann (1998) e de Nahas (2001), os quais dimensionam o valor dos conteúdos relacionados à qualidade de vida, inclusive quando se toma em foco este segmento do desenvolvimento humano.

Em resposta à quinta questão, referente *às sensações, emoções e sentimentos vivenciados durante essa experiência*, inédita para alguns membros do grupo, foram registrados elementos como a total ausência de medo, de depressão, de tédio, de fracasso, ao lado da unânime manifestação dos sentimentos de alegria e respeito pelo(s) outros(s). Esses indicadores significativos remetem à gama de reflexões discutidas por Santos (1976) e também por Diskin (2000), particularmente, quando este último evidencia a sensação de harmonia com a natureza e a abertura de oportunidades para o exercício da contemplação, cooperação e do sentimento de êxtase diante de sua exuberância, compartilhado na percepção dos envolvidos neste estudo. Em menor incidência, foram registrados dados concernentes à percepção de alguns

elementos relativos à competição e ao individualismo, os quais não serão aprofundados no momento, merecendo maior destaque particular em futuros estudos.

A sexta questão explorando o *significado da visita à Floresta*, na ótica dos respondentes, desvelou valores concernentes ao ver coisas diferentes das habituais, ao conhecer novos lugares e pessoas, ao olhar e contemplar a beleza da natureza, a assimilação da tranqüilidade sem perceber o dia passar, ao (re)encontro com amigos, aos sentimentos de satisfação, ao divertimento, à distração, à alegria, ao prazer e às oportunidades para “refrescar” a idéia, conversando com as pessoas. Também foi identificada a sensação de que os problemas haviam ficado menores.

Na sétima questão referente ao *melhor momento da vivência, destacaram-se*, na amostra analisada, a brincadeira, a diversão, o contato com a natureza e diversos outros elementos, os quais reiteram De Gáspari (2004) quanto ao elemento lúdico desvelado, nestas situações, com papel decisivo no desenvolvimento de seus protagonistas, em toda a gama de suas potencialidades.

A *concepção* que fazem esses investigados sobre *qualidade de vida* pode ser resumida nas expressões associadas a uma vida melhor, ao viver unido, ao amar a si mesmo, ao viver com dignidade, ao respeito, a um tratamento médico especial, à saúde, à alimentação adequada, ao viver em harmonia, ao sair da rotina, ao conviver com o(s) outro(s), ao viver bem, ao ter saúde, paz, felicidade, tranqüilidade e disposição para trabalhar e lutar pela família, ao amar a Deus e a vida, entre outras, que também nos remetem às concepções expressas por Assmann (1998), Diskin (2000) e Nahas (2001), quando apontam as principais características associadas ao termo qualidade de vida, explicitadas na revisão de literatura.

Quando indagados sobre o *significado do envelhecimento*, na nona questão, estes sujeitos da pesquisa apontaram muita experiência, sabedoria, muito trabalho e doença, mas, também, o prazer de estar de bem com a vida e com as pessoas, de ter sempre pessoas para orientá-los e incentivá-los, o amadurecer junto aos amigos sem nada para contrariar, a constante aprendizagem, a paciência, o amor, o orgulho e outros elementos. Alguns deles, conseguindo estruturar ainda mais precisamente o pensamento, chegaram a propor algumas definições sobre o envelhecimento como: “*o rejuvenescer do espírito*”; “*o cansaço do tempo em nossas vidas*”; “*uma experiência de vida*”; “*uma coisa da vida*”; “*charme e saúde*”; “*com o passar dos anos, ter conhecido muito da vida e ter sido feliz*”; “*amadurecer no tempo, experiência de vida*”; “*esquecer que estou ficando velho e ter a esperança em lutar, segundo as minhas forças; significa que ainda vivo e que é bom viver*”.

Percebe-se, então, nessas alegações, algumas congruências entre a concepção singular que esses idosos fazem acerca de si próprios e os elementos contidos na concepção anteriormente exposta por Giubilei (1993), a qual aponta a importância de atitudes positivas de enfrentamento ou luta neste estágio de vida como a necessária negação do esperado conformismo com a situação social vigente.

Na décima questão, ao serem questionados sobre o *que mudou em suas vidas, desde que vêm participando do Programa Ativa “Idade”*, os registros revelam que os sujeitos aprenderam outro modo de ver a vida, tornando-a mais

prazerosa e divertida, pelo fato de notarem que, no cotidiano, acontecendo muitas coisas especiais têm a oportunidade de se modificarem interiormente, porque estão se atualizando mais, desenvolvendo sentimentos de afeto e respeito para com o(s) outro(s) membro(s) do grupo, mudando hábitos, (re)aproximando-se mais das pessoas, tendo, inclusive, com quem conversar.

A possibilidade de conhecer amigos nos quais podem confiar como irmãos, a participação, o compartilhar, o divertir-se, o sentir-se bem, a recuperação da alegria de viver, também, foram outros pontos destacados e que remetem às idéias de Giubilei (1993) e De Masi (2000). Apenas um dos participantes manifestou-se por não ter, ainda, opinião definida sobre a questão, porque este foi seu segundo momento de encontro com o todo o grupo.

Estas alterações percebidas pelos idosos, ao participarem do Programa, representam um forte indício de que tais experiências podem ser capazes de ressignificar, não apenas as vivências no âmbito do lazer, mas, inclusive, proporcionar um novo dimensionamento em todos os aspectos da vida em geral, também neste outro segmento da população, conforme evidenciaram De Gáspari e Schwartz (2001) em estudo anteriormente realizado com adolescentes no mesmo município.

Considerações Finais

Com maior acesso à informação e à participação ativa em diferentes vivências, outra marca da sociedade globalizada, o idoso vem tendo oportunidades, nos mais diversos âmbitos, inclusive no contexto do lazer, de ressignificar sua existência, sua aprendizagem, sua importância como cidadão detentor de direitos e garantias legais, seu envelhecimento, sua própria velhice e os níveis de sua efetiva participação dentro da sociedade.

Gradativamente, o idoso parece estar, também, se conscientizando sobre a importância de adotar hábitos saudáveis de alimentação, de praticar exercícios físicos regulares, de estar inserido em programas de valorização e convívio social e de buscar por atividades mais significativas como forma de preservar e melhorar sua vida, sua saúde e seu bem-estar.

Com isso, aquelas imagens de inércia, sedentarismo, acomodação, tristeza, indisposição, fadiga, dores sem fim, isolamento, depressão e falta de perspectivas diante desta etapa de vida, paulatinamente, vão perdendo espaço para a crescente participação e adesão às inúmeras oportunidades que são oferecidas ao segmento idoso nos espaços públicos e/ou privados, formal e/ou informal. Este fato vem chamando a atenção da sociedade porque, em cada espaço/lugar dos parques e jardins, teatros, cinemas, restaurantes, família, escola, partidos políticos, igreja, equipamentos de esporte, recreação e lazer, pode-se constatar a presença do idoso, cada vez mais (cons)ciente de sua capacidade de reverter o atual quadro de exclusão social que o estigmatiza à condição de cidadão de segunda categoria e modificar os patamares de sua qualidade de vida.

Com alguns dos pontos-chave deste estudo recorrentes na percepção do grupo investigado, enfatiza-se o aspecto relativo às possibilidades de desenvolvimento das “*inteligências múltiplas*” (Gardner, 1994, 1995, 2000), especialmente as

denominadas como “intra e interpessoais” e “naturalista”; a presença do elemento lúdico como um componente da cultura historicamente situada e que, portanto, apresenta-se com um fim em si mesmo e não, apenas, de maneira funcionalista (Marcellino, 2000). Juntos, o relacionamento interpessoal e o elemento lúdico, balizados pela descontração, alegria e divertimento, parecem funcionar como fatores de coesão e vínculo afetivo entre os membros deste grupo engajado na ação educativa ararense, especialmente no que concerne ao âmbito do lazer em suas inúmeras opções.

Esses dados corroboram para a tese sobre a importância da relação lazer- educação exposta por Marcellino (1990); da educação para o lazer, evidenciada por Camargo (1998); da educação para o tempo livre, salientada por De Masi (2000); de De Gáspari (2004), a respeito da relação entre as inteligências múltiplas e lazer; de Schwartz & Silva (1999), acentuando as perspectivas de redimensionamento da relação homem-natureza, por meio das práticas educacionais provenientes das vivências nas atividades na natureza e das reflexões de Schwartz (2003), acerca da verdadeira simbiose entre corpo e natureza, evidenciando o corpo sensível como próprio espaço ecológico e de uma pedagogia para o idoso, que leve em consideração os aspectos cogitados por Giubilei (1993).

Ratifica-se, então, a possibilidade de o ser humano, em todos os espaços de educação, especialmente no que concerne aos espaços informais do lazer, ressignificar e usufruir a vida a partir de parâmetros qualitativos, encontrar-se consigo mesmo e com o(s) outro(s), fundir seu eu natureza e resgatar a natureza de seu eu, recuperar sua auto-estima positiva, promover o desenvolvimento de suas múltiplas inteligências, aguçar e desenvolver seu pensamento crítico, sua criatividade, como armas poderosas citadas pelos próprios sujeitos do estudo para a reversão dos diversos antagonismos sociais que o afetam frontalmente.

Pelos resultados anteriormente expostos pode-se, ainda, reafirmar as idéias de Santin (1998) e Assmann (1998), quanto à validade de uma ação educativa extravasada, para além dos muros institucionais tendo, no lazer, um campo rico para ação/intervenção.

Conclui-se, então, que experiências emocionais significativas no âmbito do lazer, sob a ótica de “veículo” e “objeto” de educação, como expõe Marcellino (1990), contemplam em seus conteúdos culturais uma gama de necessidades radicais do ser humano (De Masi, 2000) as quais podem contribuir para o processo de desenvolvimento humano, ao longo de todo seu período vital, bem como, para a elevação dos patamares qualitativos de vida da população, especialmente, daquelas concentradas nos centros urbanos da sociedade contemporânea.

Referências

- Andre, M. E. D. A. (1995). *A etnografia da prática escolar*. Campinas: Papirus.
- Assmann, H. (1998). *Reencantar a educação: Rumo à sociedade aprendente* (7ª ed.). Petrópolis: Vozes.
- Atkinson, R. L. (1995). *Introdução à psicologia* (11ª ed.). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Braghiroli, E. M., Bisi, G. P., Rizzon, L. A. & Nicoletto, U. (1997). *Psicologia geral* (9ª ed.). Petrópolis: Vozes.
- Camargo, L. O. (1998). *Educação para o lazer*. São Paulo: Moderna.
- Davidoff, L. L. (2001). *Introdução à psicologia* (3ª ed.). São Paulo: Makron Books.
- De Gáspari, J. C. (2004). O lúdico e as inteligências múltiplas: Caminhos a desvelar. Em G. M. Schwartz (Org.), *Dinâmica lúdica: Novos olhares* (pp. 147-169). São Paulo: Manole.
- De Gáspari, J. C. & Schwartz, G. M. (2001). Adolescência, esporte e qualidade de vida. *Motriz*, 7(2), 107-113.
- De Masi, D. (Org.) (2000). *A sociedade pós-industrial* (3ª ed.). São Paulo: Editora Senac.
- De Masi, D. & Betto, F. (2002). *Diálogos criativos*. São Paulo: De Leitura.
- Diskin, L. (2000). Qualidade de vida é possível? *Revista E*, 41, 36-38. São Paulo: Sesc.
- Dumazedier, J. (1980). *Valores e conteúdos culturais do lazer*. São Paulo: Sesc.
- Gardner, H. (1994). *Estruturas da mente: A teoria das inteligências múltiplas*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Gardner, H. (1995). *Inteligências múltiplas: A teoria na prática*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Gardner, H. (2000). *Inteligência: Um conceito reformulado*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Gil, A. C. (1991). *Como elaborar projetos de pesquisa* (3ª ed.). São Paulo: Atlas.
- Giubilei, S. (1993). Uma pedagogia para o idoso. *A Terceira Idade*, 5(7), 10-14.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Retirado em 18/05/2004 de <http://www.ibge.gov.br/cidades/sp>
- Marcellino, N. C. (1990). *Lazer e educação* (2ª ed.). Campinas: Papirus.
- Marcellino, N. C. (2000). Mirando la educación desde la recreación. *Recreando*, 16, 2-6.
- Marconi, M. de A. & Lakatos, E. M. (1982). *Técnicas de pesquisa: Planejamento, execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisa, elaboração, análise e interpretação de dados*. São Paulo: Atlas.
- Minayo, M. C. S. (1994). *O desafio do conhecimento científico: Pesquisa qualitativa em saúde* (2ª ed.). São Paulo: Hucitec & Abrasco.
- Nahas, M. V. (2001). *Atividade física, saúde e qualidade de vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. Londrina: Midiograf.
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods* (2ª ed.). Califórnia: Sage Publications.
- Reich, B. & Adcock, C. (1976). *Valores, atitudes e mudanças de comportamento*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Richardson, R. J. (1999). *Pesquisa social* (2ª ed.). São Paulo: Atlas.
- Santana, H. B. & Sena, K. L. (2003). O idoso e a representação de si. *A Terceira Idade*, 14(28), 44-53.
- Santin, S. (1998). Corporeidade e educação motora. Em Faculdade de Educação Física/Departamento de Educação Motora (Org.), *Anais do I Congresso Latino-Americano de Educação Motora, II Congresso Brasileiro em Educação Motora* (pp. 134-142). Campinas: Unicamp.
- Santos, T. M. (1976). *Noções de psicologia*. São Paulo: Cia. Editora Nacional.
- Schwartz, G. M. (2003). O conteúdo virtual do lazer: Contemporizando Dumazedier. *Licere*, 6(2), 23-31.

Schwartz, G. M. & Silva, R. L. (1999). Lazer, turismo, ecologia: Contribuições para uma nova atitude. Em Universidade Estadual do Oeste do Paraná (Org.), *Anais do Encontro Nacional de Recreação e Lazer* (pp. 418-422). Foz do Iguaçu: Unioeste.

Statt, D. A. (1986). *Introdução à psicologia*. São Paulo: Harbra.

Weineck, J. (1991). *Biologia do esporte*. São Paulo: Manole.

Woodworth, R. S. (1973). *Psicologia*. São Paulo: Cia. Editora Nacional.

Recebido em 19.07.2004
Primeira decisão editorial em 13.01.2005
Versão final em 18.02.2005
Aceito em 09.04.2005 ■