

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO SÓCIO-ECONÔMICO
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO
ÁREA DE CONCENTRAÇÃO: POLÍTICAS E GESTÃO INSTITUCIONAL**

DISSERTAÇÃO

**PREPARAÇÃO PARA
APOSENTADORIA E QUALIDADE
DE VIDA**

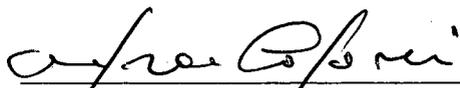
EMILIANA DEBETIR

Florianópolis, junho de 1999.

PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA E QUALIDADE DE VIDA

EMILIANA DEBETIR

Esta dissertação foi julgada adequada para a obtenção do título de Mestre em Administração (Área de Concentração: Políticas e Gestão Institucional) e aprovada em sua forma final pelo curso de Pós-Graduação em Administração.


Prof. Nelson Colossi, Dr.
Coordenador do Curso

Apresentada à Comissão Examinadora, integrada pelos professores:


José Carlos Zanelli, Dr.
Orientador


Luiz Antonio dos Santos Monteiro, Mestre
Co-Orientador


José Baus, Dr.
Membro


Nelson Colossi, Dr.
Membro

**“Mais importante do que acrescentar anos à vida
é acrescentar vida aos anos”**

AGRADECIMENTOS

A todas as pessoas que participaram desta fase da minha vida, tornando-a exitosa, em especial:

- ao coordenador do CPGA, professor Dr. Nelson Colossi, que acreditou em meu potencial, dando-me a oportunidade de cursar o mestrado e apoiando-me nos momentos difíceis durante o curso;
- ao professor Dr. José Carlos Zanelli pela sugestão do tema da dissertação e por indiretamente incentivar meu crescimento pessoal;
- ao professor Dr. José Baus pelo interesse, sugestões e simpatia com que sempre me recebeu;
- ao doutorando Luís Antônio dos Santos Monteiro pela co-orientação, caracterizada por sua disponibilidade, sugestões, discussões, palavras de incentivo e também pelas “brincas”, sempre num ambiente de crescente entrosamento e amizade;
- ao amigo Vad pelas orientações e sugestões na área de psicologia;
- aos meus pais que sempre acreditaram em minha capacidade;
- ao Júnior pelo carinho e compreensão nos muitos momentos roubados pela dedicação ao estudo;
- aos amigos Otto, Patrícia e Fernanda pelo apoio nos momentos felizes e tristes;
- ao professor Dr. Joel Souto-Maior que despertou em mim o interesse pela pesquisa e pelo magistério;
- aos entrevistados por me ajudarem a construir esta pesquisa;
- as pessoas amigas que torceram por mim;
- as bibliotecárias Sílvia do CPGA/UFSC, Célia do Instituto de Psicologia/USP, também, a Sueli bolsista da Gerontologia/UNICAMP. Todas foram muito prestativas;
- aos servidores alocados na secretaria do CPGA pela atenção e cordialidade que sempre me dispensaram;
- ao CNPq pelo apoio financeiro concedido.

SUMÁRIO

LISTA DE TABELAS E QUADROS.....	viii
RESUMO.....	ix
ABSTRACT.....	x
1 INTRODUÇÃO.....	01
1.1 Objetivos da Pesquisa.....	03
1.2 Justificativa.....	04
1.3 Organização dos Capítulos.....	06
2 APOSENTADORIA.....	07
2.1 A Ruptura com o Trabalho Formal.....	07
2.2 Alguns Significados da Aposentadoria.....	09
2.3 Aposentadoria e Velhice.....	12
2.4 Modos de Vivenciar a Aposentadoria.....	15
2.5 Fatores de Decisão e Planejamento.....	20
3 QUALIDADE DE VIDA E IDADE MADURA.....	23
3.1 Qualidade de Vida na Aposentadoria.....	23
3.2 Fatores Considerados para Análise da Qualidade de Vida na Aposentadoria.....	26
3.2.1 Contexto da Aposentadoria.....	27
3.2.2 Contexto Econômico.....	30
3.2.3 Contexto de Saúde.....	31
3.2.4 Contexto Familiar.....	33
3.2.5 Contexto Social e de Lazer.....	35
4 PROGRAMAS DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA – PPA.....	39
4.1 Considerações Preliminares.....	39
4.2 Condições e Características para o Funcionamento dos Programas.....	43
4.3 Planejamento e Avaliação de um PPA.....	46

5 METODOLOGIA.....	52
5.1 Pressupostos da Pesquisa.....	52
5.2 População e Amostra.....	53
5.3 Perguntas de Pesquisa.....	54
5.4 Instrumentos de Coleta de Dados.....	54
5.5 Organização e Análise dos Conteúdos das Entrevistas.....	57
5.6 Outros Procedimentos de Análise.....	58
6 O PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA – PPA-UFSC	59
7 APRESENTAÇÃO DOS CONTEÚDOS DAS ENTREVISTAS	66
7.1 Relação de Similaridade n ° 01 – Respondentes p8H e np8T.....	66
7.2 Relação de Similaridade n ° 02 – Respondentes p6Z e np6Z.....	75
7.3 Relação de Similaridade n ° 03 – Respondentes p6R e np6A.....	83
7.4 Relação de Similaridade n ° 04 – Respondentes p8M e np8E.....	92
7.5 Relação de Similaridade n ° 05 – Respondentes p7H e np7E.....	99
7.6 Relação de Similaridade n ° 06 – Respondentes p5A e np5A.....	108
7.7 Relação de Similaridade n ° 07 – Respondentes p2C e np2R.....	116
7.8 Relação de Similaridade n ° 08 – Respondentes p10C e np10L.....	124
8 INTERPRETAÇÃO E ANÁLISE DO CONJUNTO DE DADOS.....	132
8.1 Contexto da Aposentadoria.....	132
8.1.1 Satisfação e Compromisso com o Trabalho.....	132
8.1.2 Fatores de Decisão.....	135
8.1.3 Preparação e Planejamento para Aposentadoria.....	137
8.1.4 Percepção de Perdas e Ganhos.....	141
8.1.5 Vivência da Aposentadoria.....	144
8.2 Contexto Econômico.....	147
8.2.1 Rendimentos.....	147
8.3 Contexto de Saúde.....	150
8.3.1 Saúde Física.....	150

8.3.2 Saúde Mental.....	155
8.4 Contexto Familiar.....	162
8.4.1 Relacionamentos.....	162
8.5 Contexto Social e de Lazer.....	166
8.5.1 Grupos de Apoio.....	166
8.5.2 Atividades Ocupacionais.....	170
9 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	174
10 ANEXOS.....	179
11 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	185

LISTA DE QUADROS E TABELAS

QUADRO I	- Modelo de um Programa de Preparação para à Aposentadoria.....	46
QUADRO II	- Classificação Temática da Pesquisa	58
TABELA I	- Distribuição dos Servidores Aposentados da Universidade Federal de Santa Catarina em Relação ao Ano da Aposentadoria.....	61

RESUMO

A presente pesquisa tem como objetivo principal verificar a contribuição do Programa de Preparação para Aposentadoria – PPA, desenvolvido na Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC, para a qualidade de vida dos servidores aposentados desta instituição.

A metodologia adotada é de natureza qualitativa. O estudo caracteriza-se por ser do tipo descritivo/exploratório realizado sob a forma de estudo de caso. A entrevista constitui o principal instrumento de coleta de dados face ao tipo de abordagem utilizada. Para análise e estruturação dos relatos verbais, utiliza-se a técnica de análise de conteúdos.

Como estratégia para avaliar os resultados do referido Programa, foram utilizadas amostras intencionais compostas de dois grupos de servidores aposentados, participantes e não participantes do PPA-UFSC, que apresentavam características de similaridade.

Confirmou-se que o conceito de qualidade de vida não apresenta um sentido unívoco, uma vez que envolve valores subjetivos dos indivíduos remetendo para um conjunto de fatores interrelacionados entre si. Assim, para analisar a qualidade de vida dos servidores aposentados da UFSC, foram utilizados os seguintes indicadores: satisfação e compromisso com o trabalho; fatores de decisão; preparação e planejamento para a aposentadoria; percepção de perdas e ganhos; vivência da aposentadoria; rendimentos; saúde física; saúde mental; relacionamento familiar; grupos de apoio e atividades ocupacionais.

Os resultados da pesquisa evidenciaram que o bem estar subjetivo e o ajuste à aposentadoria relacionam-se aos seguintes fatores: às informações que o indivíduo detém sobre o tema; às características pessoais, expressas por seus valores; à forma de estruturar a distribuição do tempo; ao modo de enfrentar as perdas e de se ajustar às novas situações e, principalmente, à importância do trabalho na vida dos sujeitos pesquisados.

A contribuição do PPA-UFSC para a qualidade de vida da maioria dos servidores que dele participaram evidencia-se pela capacidade que estes indivíduos desenvolveram para lidar com situações de inadaptação ou crise, proporcionada pela internalização das idéias transmitidas pelo Programa, consolidando mudanças atitudinais positivas.

ABSTRACT

This research has the overall objective of verifying the contribution of the Retirement Preparation Program – PPA, promoted by the Universidade Federal de Santa Catarina, to the quality of life of this institution's retired civil servants.

The adopted methodology favors the qualitative approach. The study characterizes itself for being descriptive/exploratory realized under a case study format. The main tool for data gathering is the interview. Content analysis technique has been used for the structuring and analysis of the verbal utterances.

As a strategy for assessing the results of the program already mentioned, intentional samples made up of two groups of retired civil servants, participants and non-participants of the PPA-UFSC presenting similar characteristics, have been utilized

The concept that quality of life does not present a univocal sense has been confirmed, since it involves an individual's subjective values associated with a set of interrelated factors. Therefore, for the analysis of life quality of the institution's retired civil servants, the following indicators have been used: work satisfaction and commitment; decision factors; retirement preparation and planning; perception of advantages and disadvantages; income; physical health; mental health; family relationship; support groups and occupational activities.

The research findings indicate that subjective well being and adjustment to retirement are related to the following factors: information held by the individual; personal characteristics, expressed by his/her values; way of structuring time distribution; way of facing losses and adjusting to new situations and, mainly, importance of the work in the individual's life.

The PPA-UFSC contribution to quality of life for the majority of the civil servants participating in the program is evident in their developed ability to cope with situations of unfitness and crisis. This developed ability was provided by the internalization of the ideas transmitted by the program which, in turn, generated positive changes in attitude.

1 INTRODUÇÃO

O trabalho possui grande importância no desenvolvimento do indivíduo, como marco de referência para a organização de sua vida pessoal e social ao proporcionar o estabelecimento de relações interpessoais, definir a estruturação do tempo dedicado ao lazer e gerar meios para que possa cumprir todos os demais papéis sociais (Forteza, 1980; Martim-Baró, 1985; Santos, 1990; Uvaldo, 1995) decorrentes de uma sociedade movida pelo consumo. Assim, constata-se que as pessoas, em função do significado que representam suas ocupações, têm expectativas diferentes em relação à aposentadoria.

A aposentadoria sinaliza uma nova fase na vida do indivíduo, que pode ser vislumbrada como uma oportunidade de realizar projetos, desenvolver aptidões, ou como um período de crise, um tempo de vazio e de perda de referenciais (Gabriel, 1984; Santos 1990; Zanelli, 1994).

Muller (1992) pontua que é difícil enfrentar o afastamento do trabalho, principalmente quando a pessoa se sente em plena capacidade física, mental e psicológica. Neste caso, a aposentadoria é percebida como uma rejeição, um não-reconhecimento de seu valor, o que diminui a auto-estima e traz um grande sentimento de perda de status, de referências, do companheirismo dos colegas, de seus sentimentos de utilidade e, também, de perdas econômicas.

Se, para alguns, a aposentadoria é bem assimilada e, às vezes, até propiciadora de um renascer, para outros, é significativamente prejudicial, podendo afetar seu equilíbrio. Gabriel (1984) observa que tal comprometimento pode ocorrer por intermédio da manifestação de sentimentos e sintomas desagradáveis, como ansiedade, depressão, irritabilidade e insatisfação com a vida e, conseqüentemente, redução da qualidade de vida que possuíam até aquele momento.

Neste contexto, um número cada vez maior de organizações públicas e privadas vem desenvolvendo programas que visam preparar seu pessoal para vivenciar bem essa fase de transição.

Os programas de preparação para a aposentadoria são programas de desenvolvimento pessoal que possuem um caráter ressocializador, isto é, visam reelaborar disposições e comportamentos por meio da internalização de novos conceitos e valores.

A preparação para a aposentadoria consiste, portanto, na busca de novas áreas de interesse para a pessoa, incentivando-a a conhecer suas limitações, descobrir potencialidades e prevenir possíveis conflitos. Enfim, “ensinar que as possibilidades de ação não se esgotam com o fim de uma carreira” (Zanelli e Silva, 1996, p.32).

Desde o primeiro semestre de 1993 a Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, vem desenvolvendo um Programa de Preparação para a aposentadoria. Este, tem como objetivo principal aprofundar questionamentos de aspectos biológicos, sociais, culturais, psicológicos, políticos e econômicos que se manifestam com maior intensidade no período que antecede a aposentadoria, com vistas a criar condições favoráveis à adaptação de seus funcionários a esta nova fase da vida.

Considerando-se que o referido programa já está na sua décima terceira edição, tornou-se de fundamental importância analisar os resultados gerados pelo mesmo, de forma a contribuir para o aperfeiçoamento de suas atividades.

Neste sentido, o presente estudo propõe-se a **investigar a contribuição do Programa de Preparação para Aposentadoria promovido pela UFSC para a qualidade de vida de seus servidores.**

1.1 Objetivos da Pesquisa

Esta pesquisa tem como objetivo geral analisar a contribuição do Programa de Preparação para Aposentadoria – PPA para a qualidade de vida dos servidores aposentados da Universidade Federal de Santa Catarina.

O objetivo geral será alcançado na medida que os seguintes objetivos específicos forem contemplados :

1. Descrever o PPA desenvolvido na Universidade Federal de Santa Catarina;
2. Levantar indicadores da qualidade de vida na idade madura;
3. Analisar a qualidade de vida de aposentados da Universidade que participaram do PPA/UFSC;
4. Analisar a qualidade de vida de aposentados da Universidade que não participaram do PPA/UFSC.

1.2 Justificativa

O envelhecimento populacional está, aos poucos, se tornando uma realidade no Brasil. A faixa etária de 60 anos ou mais é a que apresenta maior índice de crescimento. Segundo projeções estatísticas, a proporção de idosos no país passará de 7,5 % em 1991 (11 milhões) para cerca de 15 % em 2025. Tal aumento nos colocará, no início do próximo século, em termos absolutos, como a 6ª população de idosos no mundo, isto é, mais de 32 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, conforme dados do Plano Integrado de Ação Governamental para o Desenvolvimento da Política Nacional do Idoso (1997).

Portanto, o Brasil experimenta um fenômeno, vivenciado há algum tempo pelos países desenvolvidos, denominado "transição demográfica", ou seja, um envelhecimento populacional progressivo, resultante do decréscimo das taxas de mortalidade e natalidade.

Apesar deste novo contexto que se configura, a aposentadoria é um campo de pesquisa relativamente recente. No Brasil, o tema é analisado, predominantemente, com relação ao aspecto econômico financeiro, com ênfase na redução do padrão de consumo do contribuinte e nas dificuldades de caixa da previdência social para manutenção do sistema, face ao crescente número de beneficiários e ao decrescente número de contribuintes.

Na área médica, a aposentadoria é tratada sob a ótica da velhice, considerando-a como um fenômeno da natureza, independente de um contexto sócio-cultural. De acordo com Santos (1990), "não se pode negar a influência da idade e suas conseqüências físicas sobre o comportamento do aposentado, porém não se pode subestimar a importância das relações sociais e das características de personalidade da pessoa. Por outro lado, nos estudos sociológicos, a acentuação do contexto social negligencia freqüentemente a influência das características individuais na relação entre a sociedade e o comportamento da pessoa" (p. 5).

No campo da psicologia, os estudos referem-se, sobretudo, à adaptação da pessoa ao novo lugar que lhe é dado na estrutura social, em função da aposentadoria. Portanto, procura-se compreender o comportamento dos aposentados. Com base nestes estudos, foram elaborados os programas de preparação para a aposentadoria, buscando-se, nas diversas áreas de conhecimento, dados e informações que viessem a contribuir para a

manutenção da qualidade de vida dos indivíduos no processo de afastamento de suas atividades profissionais.

Observa-se, ainda, que a bibliografia existente aborda o tema qualidade de vida sob diversos aspectos, como o ambiente de trabalho (Moraes, 1995; Vieira, 1996; Aguiar, 1996; Búrigo, 1997), manutenção da saúde física e mental (Lyra, 1982; Veras, 1995; Alvarez, 1996; Lipp e Rocha, 1997) e boa adaptação à velhice (Skinner e Vaughan, 1985).

Constata-se, no entanto, que as pesquisas sobre qualidade de vida na idade madura parecem estar pouco contempladas na literatura existente. Com isto, esta investigação pretende contribuir para ampliar os estudos empíricos realizados no país sobre aposentadoria, especificamente, no que tange a programas de preparação para a aposentadoria e qualidade de vida na idade madura.

1.3 Organização dos Capítulos

O primeiro capítulo tece considerações preliminares ao estudo, dos objetivos pretendidos à justificativa de sua realização.

O segundo capítulo apresenta aspectos sobre o impacto da aposentadoria nos indivíduos, a partir do rompimento do vínculo profissional, destacando-se os fatores de decisão e a necessidade de planejamento para a aposentadoria.

No terceiro capítulo, conceitua-se qualidade de vida, dedicando-se especial atenção aos contextos de análise utilizados pelos pesquisadores para observar qualidade de vida na aposentadoria.

No quarto capítulo discute-se sobre os programas de preparação para a aposentadoria, identificando-se aspectos gerais sobre o contexto e o surgimento deste tipo de programa, as condições e características necessárias para o seu funcionamento, enfatizando-se as etapas de planejamento e avaliação.

No quinto capítulo, explicitam-se os procedimentos metodológicos utilizados para o desenvolvimento da pesquisa.

No sexto capítulo, descreve-se o Programa de Preparação para Aposentadoria desenvolvido na Universidade Federal de Santa Catarina.

O sétimo capítulo trata da apresentação do material coletado nas entrevistas realizadas.

No oitavo capítulo os dados coletados são interpretados e analisados.

No nono e último capítulo, apresentam-se as considerações finais sobre a contribuição do Programa de Preparação para Aposentadoria para a qualidade de vida dos aposentados da Universidade Federal de Santa Catarina e as sugestões para futuros trabalhos.

2 APOSENTADORIA

Neste capítulo serão apresentadas algumas considerações sobre o impacto da aposentadoria nos indivíduos a partir da ruptura com o trabalho formal, seus significados e preconceitos, aprofundando-se nos aspectos que envolvem as diferentes formas de vivenciá-lo. Na parte final, serão abordados os fatores de decisão e da necessidade do planejamento para a aposentadoria.

2.1 A Ruptura com uma carreira

No decorrer da história, as sociedades se organizaram em função do trabalho, e este tornou-se um importante marco de referência na definição do sentido da existência dos seres humanos, uma vez que o papel ocupacional constitui fator determinante na estrutura de seus papéis sociais, nas suas relações de poder e, até mesmo, nas suas relações com o tempo livre. Por meio do trabalho, a pessoa se torna socialmente significativa e se reconhece como alguém que aporta algo valioso em relação aos demais. Porém, ao ingressar no mundo do trabalho, a pessoa entra num jogo dialético de sua realização, isto é, de seu desenvolvimento pessoal por intermédio de suas atividades, ou de sua alienação, como elemento pouco significante e substituível de uma cadeia produtiva, desenvolvendo o trabalho apenas como meio de sobrevivência. De acordo com Schein (1982), a “ocupação dos indivíduos, o trabalho diário que satisfaz as necessidades econômicas, é um aspecto central no auto-conceito e uma forma de auto-estima” (p. 62).

Neste contexto, o trabalho proporciona a sensação de realização, quando contribui para o desenvolvimento do indivíduo, possibilitando status econômico e social. As pessoas economicamente ativas são valorizadas socialmente. Em contrapartida, as economicamente passivas são discriminadas, pois, como observa Moragas (1995), não contribuem para a produção e distribuição de bens, estando ausentes das grandes decisões que regem a vida contemporânea. Deste modo, complementa o autor, “em uma sociedade predominantemente materialista não surpreende que aqueles que não aportam diretamente para a economia sejam considerados pouco valiosos” (p. 238).

De acordo com Forteza (1980), quando se interrompem bruscamente as imposições e obrigações da atividade laboral, se produz uma crise ou, pelo menos, uma ruptura na vida do indivíduo, o que implica em um período de readaptação, pois, como assinala Santos (1990), o rompimento do vínculo profissional representa, simultaneamente, a perda do lugar no sistema de produção, a reorganização espacial e temporal da vida da pessoa e a reestruturação da identidade pessoal.

O afastamento da carreira profissional, pela aposentadoria, tende a ter implicações significativas no contexto global da vida das pessoas. Muitas sentem uma súbita perda de identidade, decorrente das mudanças que se operam nas várias esferas da vida, principalmente no que se refere aos aspectos econômico, relacional e de lazer.

O dinheiro, que parecia ser suficiente, agora é pouco para tudo que o indivíduo precisa. É tão importante e faz tanta falta que, talvez, seja o grande responsável pelos problemas, atitudes, hábitos e até mesmo pela saúde precária que pode acometer o aposentado (Chatfield, 1974).

Os amigos que o trabalho fornecia tornam-se estranhos, diferentes e escassos. Conforme Little (1981), a impressão sobre a roda de amigos no ambiente laboral já não é mais a mesma.

O lazer, não usufruído no período anterior à aposentadoria por falta de tempo, costume ou dinheiro, depois da aposentadoria passa a ser menos praticado, entediante e com características de lazer solitário, refletindo certa passividade, salientam Kremer e Harpaz (apud Gabriel, 1984).

Assim, o tempo livre de que dispõe a pessoa, enquanto aposentada, pode servir a sua expansão individual, isto é, ao seu enriquecimento pessoal, ou ao contrário, ser apenas um tempo vazio desprovido de significados.

Por outro lado, para aqueles trabalhadores que têm na ocupação profissional a satisfação mínima e inadequada de suas necessidades, a aposentadoria pode representar uma oportunidade de retorno ao mercado de trabalho, possibilitando um rendimento a mais (Gabriel, 1984; Martim-Baró, 1985; Santos, 1990; Ventura, 1995).

Diante do exposto, torna-se evidente que a ruptura com uma carreira, em virtude da aposentadoria, pode gerar, nos indivíduos, conseqüências negativas ou positivas, dependentes do valor atribuído ao trabalho.

2.2 Alguns Significados da Aposentadoria

A aposentadoria é um fenômeno historicamente recente. Surge na sociedade industrial como um direito adquirido pelos trabalhadores. No entanto, esta passagem da atividade laboral ao repouso remunerado, é acompanhada de certas modificações que marcam profundamente a vida da pessoa.

Na percepção de Deps (1994) a “aposentadoria significa ruptura com atividades profissionais desempenhadas, ocasionando afastamento e redimensionamento da natureza interpessoal, bem como, novas formas de ocupação do tempo, e conseqüentemente, novos comportamentos e novas autopercepções” (p. 5). Assim, a aposentadoria caracteriza-se como um evento de transição, que tanto pode oferecer oportunidades para o crescimento pessoal, quanto pode constituir-se em um perigo, relacionado à deterioração psicológica da pessoa.

Com a aposentadoria, o ritmo de vida é transformado e, a partir de um certo momento, a pessoa viverá apenas para e por si mesma, isto é, não existirá mais o papel profissional que possa, por vezes, lhe servir de “máscara” contra problemas em outras esferas de sua vida, destaca Santos (1990). Desse modo, enfrentará a si mesma enquanto pessoa, podendo descobrir novas formas de vida.

Baltes (apud Neri, 1993) enfatiza que todas as pessoas apresentam capacidades de mudança e adaptação que podem ser maiores ou menores, dependendo das suas condições de vida e das experiências anteriores.

Athley (apud Moragas, 1995, p. 171) entende o fenômeno da aposentadoria a partir de quatro fases, descritas a seguir:

* Lua de Mel - é a primeira fase da aposentadoria. Geralmente dura pouco, em torno de alguns meses. Nesta fase, se adotam as seguintes posturas: ocupação-atividade ou descanso-tranqüilidade. Em ocupação-atividade, supostamente com suficiente saúde e dinheiro, o indivíduo empreende uma série de atividades, caracterizando-se por uma

ocupação intensa do tempo. Em descanso-tranqüilidade, o aposentado deseja não fazer nada e desfrutar do descanso de que não pode dispor em sua atividade laboral.

* Estabilização - esta fase caracteriza-se pela realização de atividades rotineiras, de modo que estas substituam as atividades desenvolvidas anteriormente, no contexto do trabalho. Não existem regras sobre que atividades podem dar resposta à necessidade de ocupação, de responsabilidade ou de reconhecimento social, pois a variedade de possibilidades é ilimitada, face a diversidade individual, familiar e a quantidade de atividades que se pode empreender.

* Desencanto-Reorientação - alguns aposentados, ao finalizar a etapa da lua de mel, podem não encontrar atividades rotineiras satisfatórias e passam por uma fase de desencanto que, em certos casos, pode levar à depressão, ou seja, as expectativas sobre a aposentadoria não se cumprem e a pessoa se sente fraudada pela sociedade. Esta fase torna-se mais difícil quando existem fatos negativos que a alimentam, como invalidez, perda da saúde, pensão insuficiente, morte do cônjuge, dentre outros. Para superá-la é necessário o estabelecimento de objetivos realistas para a aposentadoria, de acordo com os recursos disponíveis, tanto econômicos quanto de saúde, e de relacionamentos. Nesta fase, descobrem-se, com frequência, os clubes ou bares de aposentados, anteriormente ignorados.

* Dependência - esta fase afeta uma pequena porcentagem (5 a 7%) do total de pessoas da terceira idade e implica em passar da situação de aposentado saudável e independente à de pessoa com limitações físicas, que necessita de ajuda.

As fases apresentadas demonstram que a possibilidade de êxito na aposentadoria é proporcional à capacidade de adaptação da pessoa a sua nova situação de aposentado.

De acordo com Moragas (1995), os fatores mais importantes para facilitar o ajuste pessoal são: saúde; valor da pensão; motivação e interesse para realizar atividades habituais ou novas. Forteza (1980) corrobora com esta idéia ao enfatizar que, para uma melhor adaptação, o indivíduo deve contar com um estado de saúde e funcionamento corporal aceitável; o mínimo de disponibilidade econômica; algum tipo de suporte afetivo, via integração social, vida familiar, cônjuge ou amigos, e um certo grau de autonomia e

independência para desenvolver-se física e/ou mentalmente, de modo que não precise depender de outros nas decisões que afetam a organização da própria vida. Sobretudo, faz-se necessário que “o futuro aposentado tenha real noção da situação na qual se encontrará e de suas possíveis limitações, de forma a evitar ilusões” (Forteza, 1980, p. 108).

Zanelli e Silva (1996) acreditam que a transição que ocorre na aposentadoria pode ser facilitada, quando se promovem situações ou vivências no contexto organizacional, enquanto a pessoa ainda estiver executando suas atividades de trabalho.

A propósito, Fraiman (1990) constata que há diferenças entre os universos vivenciais dos pré-aposentados, aposentandos e aposentados. No entanto, todos se ressentem de fatores ligados ao envelhecimento biológico e à rejeição social, que estigmatiza a velhice. Segundo a autora, o termo pré-aposentado abrange aqueles indivíduos que estão a poucos anos ou meses da aposentadoria e aqueles que já têm tempo de serviço e ainda não se aposentaram. Nesse caso, se enquadram tanto aqueles que o farão por opção própria, como aqueles que o farão sob pressão do grupo de trabalho ou dos familiares. É típico do pré-aposentado ver-se repentinamente abalroado pela aposentadoria, vivenciando-a com uma surpresa. Os indivíduos que fazem parte deste grupo ainda não entraram em processo de desengajamento do trabalho e mantêm-se identificados com seu papel ocupacional.

Já, o termo aposentando, refere-se àqueles indivíduos que já cogitam desligar-se do seu trabalho, preocupados em preparar-se para reformular a ocupação de seu tempo, e/ou preparar-se para exercer outras atividades, remuneradas ou não. São indivíduos que se percebem integrados ao grupo de trabalhadores, mas cujo grupo de referência já é outro, ainda que somente suposto. Sofrem pressões internas e externas de mudança, já começaram a se desvincular de seu grupo social anterior, mas ainda não se inseriram em um novo grupo.

Fraiman (1990) denomina de aposentados àqueles indivíduos que já requereram a sua aposentadoria oficial e desligaram-se de sua ocupação profissional anterior. O aposentado já tomou suas decisões no que se refere à ocupação do tempo, interesses e perspectivas de vida, podendo dedicar-se a uma segunda carreira, ao trabalho autônomo, à adoção de causas sociais, ou mesmo aos cuidados com a casa e a família. No entanto, ela ressalta que a maioria deixa de exercer qualquer tipo de atividade profissional remunerada,

vivendo exclusivamente dos proventos da aposentadoria. Logo, estes indivíduos já se reconhecem como pertencendo a um novo grupo social, com uma nova identidade, gostando ou não de suas novas experiências.

Convém salientar que esta classificação, proposta por Fraiman (1990), constitui importante elemento para elaboração de programas para a aposentadoria, já que estabelece diferenças nos indivíduos em função do processo de afastamento da carreira.

Os significados que a aposentadoria assume para os autores apresentados demonstram que eles são complementares entre si, especialmente no que se refere à forma de vivenciar a aposentadoria, sempre relacionada com a importância que o papel ocupacional representa para cada indivíduo, remetendo, assim, para as características pessoais em adaptar-se a um novo ciclo de vida, o que requer cautela na sua investigação, já que abrange aspectos da complexidade intrínseca e extrínseca do ser humano.

2.3 Aposentadoria e Velhice

O aposentado pode viver, concomitantemente à sua aposentadoria, experiências de velhice. Estas podem ser cronológica, determinada pelos anos vividos; biológica, quando definida pelo estado do organismo, ou psicológica, demonstrada pelo comportamento. É importante considerar que todas essas formas de velhice não coincidem necessariamente no tempo, mas cada uma delas contribui à sua maneira para fazer da velhice algo muito específico e pessoal (Decken, 1973; Salgado, 1980).

Considerar-se-á como pessoa idosa aquela que, segundo critério adotado pela Organização das Nações Unidas - ONU, tenha atingido a idade de 60 anos, embora a idade cronológica nem sempre coincida com características homogêneas de velhice física ou psicológica. Como a idade está relacionada a regras e expectativas sociais diferenciadas, para o presente estudo serão observadas também as pessoas em idade madura, isto é, aquelas que estiverem na faixa dos 40 aos 59 anos.

A cultura ocidental, em contraste com a oriental, valoriza o jovem, reverencia sua vitalidade e produtividade econômica e não atribui papel significativo ao aposentado que, de certa forma, já não faz parte do sistema produtivo (Salgado, 1980; Moragas, 1995). Como a aposentadoria pode representar a perda da capacidade produtiva, verifica-se a

desvalorização da pessoa. Esta questão, de acordo com Neri (1990), tem contornos sócio-culturais e uma outra perspectiva de aprendizagem social, considerando-se que as pessoas, gradativamente, desenvolvem expectativas em relação à aposentadoria e à velhice, bem como, apreendem desempenhos típicos e esperados deste segmento da população. Entende-se por aprendizagem social o processo de socialização, segundo o qual todo membro de uma sociedade interioriza esquemas de conduta que permitem comportar-se em sociedade conforme as convenções e normas ali estabelecidas.

Faz parte das convenções sociais associar a evolução cronológica do indivíduo ao declínio de sua capacidade física, mental e profissional. Vincula-se a vítima social da expressão “velhice” a um cortejo de perdas, tais como: enfraquecimento físico geral, declínio da percepção, diminuição da atuação, dificuldade de convívio, rebaixamento sexual, diminuição da capacidade de memória e tantas outras, que não correspondem necessariamente à realidade da pessoa, mas que a induzem, sugestivamente e coercitivamente, a sentimentos de menos valia (Skinner e Vaughan, 1985; Beauvoir, 1990).

A percepção negativa sobre este segmento da população reflete-se também nas oportunidades que lhe são oferecidas, como destaca Neri (1993). Segundo a pesquisadora, o investimento no idoso, ou para o idoso, é subestimado, uma vez que não se acredita na possibilidade de retorno. Logo, as oportunidades no mercado de trabalho são reduzidas e os investimentos para a sua reciclagem e atualização são escassos ou inexistentes.

Desta forma, o critério cronológico passa a ter um significado preponderante e representativo na subjetividade pessoal e na concepção social, criando posicionamentos, barreiras e expectativas desfavoráveis ao aposentado. Portanto, este pode sentir-se funcional e fisicamente íntegro, com todas as suas capacidades profissionais disponíveis, mas passa a se ver limitado socialmente e em relação ao trabalho, com grandes reflexos na sua vida subjetiva, especialmente na sua auto-estima (Gabriel, 1984).

Assim sendo, muitos aposentados idosos, e mesmo na idade madura, desenvolvem sentimentos de ineficácia e renunciam a projetos pessoais e profissionais, acreditando que não terão mais condições ou tempo hábil para realizá-los, desprezando o potencial de desenvolvimento inerente à maturidade. Este comportamento é um reflexo do processo de

socialização que induz o grupo social a não valorizar estas pessoas e a não lhes conceder um lugar na sociedade.

Na perspectiva de Gabriel (1984), a aposentadoria representa um fator desencadeante de uma vivência de velhice, independente da idade cronológica da pessoa. Segundo o autor, vários acontecimentos podem precipitar experiências subjetivas de velhice, dentre elas, as primeiras rugas e cabelos brancos, o cansaço no esporte, o crescimento dos filhos ou um lapso de memória.

No entanto, a velhice é um estado de espírito que pode ser evitado ou adiado pela atividade e o lazer (Neri, 1993; Guidi, Moreira, 1994; Shephard, 1994; Veras, 1995). Seguindo esta mesma linha de raciocínio, Escolas e Universidades da Terceira Idade desenvolvem atividades que não implicam necessariamente na formação de pessoas para o mercado de trabalho, mas que, geralmente, abordam temáticas relacionadas à cultura geral, à informações de interesse dessa faixa etária e à complementação sociocultural (França, 1992). Dentre as instituições que oferecem tais atividades destacam-se: o Serviço Social do Comércio – SESC, que foi o precursor, inspirado na experiência americana e europeia; a Pontifícia Universidade Católica de Campinas e a Universidade Federal de Santa Catarina (Leite, 1993).

Os autores são unânimes em afirmar que compartilhar atividades grupais com pessoas da própria geração favorece o bem-estar, facilitando a emergência de significados comuns e, principalmente, a ampliação do universo existencial, com a substituição do tempo ocioso por um tempo prazeroso que, em alguns casos, nunca fora vivenciado. Desta forma, o grupo funciona como suporte social, podendo influir positivamente na solução de problemas.

O desempenho de atividades e o suporte social podem contribuir para reforçar o sentimento de valor pessoal. Consequentemente, reforçam o auto-conceito e o sentimento de auto-eficácia, facilitando o manejo das situações estressantes com as quais o homem se depara em decorrência do declínio de suas forças físicas e de suas perdas pessoais e financeiras (Deps, 1993).

Considerando-se os fatores negativos apresentados, evidencia-se a importância do desenvolvimento de programas e ações que visem a desmitificação e a mudança dos valores da sociedade ocidental em relação à aposentadoria e à velhice.

2.4 Modos de Vivenciar a Aposentadoria

O modo pelo qual a pessoa vivenciará sua aposentadoria será influenciado “por sua história de vida, suas relações com a sociedade, sobretudo com o papel profissional, e seu modo de enfrentar perdas e de adaptar-se às novas situações” (Santos, 1990, p. 13).

Para aqueles indivíduos que sempre confundiram sua identidade pessoal com sua identidade sócio-profissional, a aposentadoria pode vir a representar a ausência de sentido fora do trabalho, um momento difícil e, até mesmo, de uma crise de identidade. Contudo, pode ser vivenciada como um período de transição, como outros que foram vivenciados ao longo de sua existência.

A palavra identidade evoca sempre a noção de singularidade, de especificidade, o que caracteriza alguém ou alguma coisa, “baseia-se na integração do conhecimento que a pessoa detém sobre seu potencial físico e mental, de suas idéias, objetivos, categorias sociais e limitações” (Moragas, 1995, p. 82).

O termo “crise” é utilizado por Erikson (1987) para caracterizar momentos de mudança, de passagem de uma fase à outra, que supõe a adaptação e o ajustamento a novos padrões. O desenvolvimento humano, na percepção deste autor, ocorre por meio de etapas sucessivas que, no todo, formam o ciclo da vida e levam à construção da identidade da pessoa. Cada fase supõe experiências positivas e negativas que são fundamentais para o estabelecimento da identidade e que vão possibilitar o surgimento do indivíduo adulto, saudável de personalidade, que se sente maduro e em condições de interagir com seu meio ambiente, ou do indivíduo que possui distúrbios, nos mais diversos graus em sua relação com o mundo, especialmente frente àquelas pessoas que lhe são mais significativas. Segundo o mesmo autor, a noção de identidade pressupõe a idéia de um processo dialético que implica tanto a pessoa como o ambiente social.

De acordo com Tap (apud Santos, 1990) “a identidade pessoal é um sistema de sentimentos e de representações de si, ou seja, um conjunto de características físicas, psicológicas, morais, jurídicas, sociais e culturais, a partir das quais, a pessoa pode definir-se, conhecer-se, ou a partir das quais o outro pode defini-la, situa-la ou reconhecê-la” (p.

15). Portanto, a identidade é o que possibilita ao indivíduo existir enquanto pessoa, em todos os seus papéis e funções, sentir-se aceito e reconhecido pelo outro.

Independente da idade de escolha, das necessidades individuais, da saúde e das circunstâncias, estando ou não o aposentado preparado para a transição, a aposentadoria representa inevitavelmente uma "crise de identidade", salienta Cooperman (1977). Este ponto de vista é compartilhado por Schein (1982) ao afirmar que muitos dos problemas da aposentadoria provêm dos súbitos questionamentos que acompanham o encerramento formal da vida profissional. Este autor destaca, ainda, que nossa auto-imagem ocupacional é uma parte importante de nossa auto-imagem total, sendo que, para muitas pessoas, é a parte mais importante.

Como a busca da identidade implica na aceitação pelo outro, no reconhecimento e na valorização de si, esses sentimentos passam pela percepção que a pessoa tem ao ser avaliada positivamente por seu grupo social, sobretudo pelos outros que lhe são significativos. Portanto, se a sociedade desvaloriza os indivíduos que não são mais produtivos, o aposentado perderá, com a ausência do papel profissional, o status junto a seu grupo social, devendo refazer sua identidade, o que é dificultado pelos outros, que não o identificam mais do mesmo modo.

Entretanto, se a pessoa pode construir, durante toda sua vida, outras fontes de reconhecimento e de valorização, a perda do papel profissional e as mudanças daí decorrentes serão vividas de modo menos traumático e a pessoa encontrará mais facilmente outros meios de reestruturar sua identidade.

Assim sendo, "é provável que, num primeiro momento, principalmente para as pessoas que superinvestiram no papel profissional, seja por necessidade de sobrevivência, seja por necessidade de prestígio, ou mesmo como um mecanismo de defesa contra as frustrações vividas em outros domínios de sua vida, haverá uma tendência a uma avaliação negativa de si mesmo e, em consequência, uma diminuição do nível de aspiração, que se traduzirá por uma restrição dos projetos de vida. A pessoa deverá refazer sua auto-imagem levando em conta a velhice e a proximidade da morte, dois fatos ameaçadores que são mais ou menos negados durante a vida profissional ativa pela maior parte das pessoas, mas que, na aposentadoria, tornam-se emergentes" (Santos, 1990, p.29).

Convém ressaltar que o papel profissional não tem o mesmo significado para todas as pessoas. Cada uma organiza sua vida de modos diferentes em relação ao trabalho, aos seus valores pessoais e sociais.

Na sociedade brasileira, o papel profissional é um dos mais valorizados, podendo ser a principal fonte de satisfação das necessidades de reconhecimento, prestígio e poder. Acredita-se, no entanto, que a identidade pessoal se desenvolve a partir de diferentes fontes de engajamento, poder e valorização, para a geração que hoje se encontra na idade madura e na velhice.

De acordo com Santos (1990), o trabalho é um importante componente da identidade masculina, enquanto que, para as mulheres, a família e o lar representam o papel central. No momento da aposentadoria esta diferença se torna ainda mais patente. Enquanto para os homens representa a perda dos principais pontos de referência, para as mulheres significa a possibilidade de se dedicar a papéis mais valorizados.

Moragas (1995) pontua que "a mulher nunca se aposenta", destacando que, a maioria das mulheres, ao deixar a população ativa, segue tão ocupada com suas responsabilidades domésticas que os efeitos adversos da aposentadoria pouco a afetam. Santos (1990) tem um ponto de vista semelhante. Segundo a autora, a aposentadoria não representa uma mudança abrupta para as mulheres, porém um novo estágio de um *continuum* sempre ligado à família e à casa. A aposentadoria lhes permite voltar ao "seu lugar", ao seu papel mais valorizado.

Estes autores destacam que os problemas enfrentados pelas mulheres não se reportam a sua aposentadoria, diretamente. De acordo com Santos (1990), o problema desta crise de identidade se coloca no momento da menopausa, quando elas perdem a capacidade de procriar e imaginam, como consequência, que perderam a capacidade de "ser mulher". Na percepção de Moragas (1995), as dificuldades mais importantes para a mulher não são as de sua própria aposentadoria, senão as da aposentadoria do marido, isto é, a aposentadoria possibilita que o marido assuma mais responsabilidades domésticas do que quando trabalhava, ocasionando uma mudança no ritmo doméstico, o que tende a gerar atritos conjugais. Para evitar estes conflitos, o autor sugere que as mulheres assistam aos programas de preparação para a aposentadoria dos maridos, já que a aposentadoria é

assunto de ambos e, se um deles não está preparado para as mudanças de ritmo e relações, aumentam os riscos de dificuldades nesta nova fase.

Constata-se, assim, que homens e mulheres possuem diferentes fontes de engajamento, poder e valorização, que os fazem vivenciar a aposentadoria de formas distintas.

Santos (1990) destaca que existem duas imagens da aposentadoria que se opõem: de um lado, existe a aposentadoria-reposo, a aposentadoria-feliz, a liberação do trabalho, o que configura uma vivência de “não crise”; por outro lado, existe a aposentadoria-vazio, a aposentadoria-solidão, que representa uma vivência de “crise”. Em seu estudo, a citada autora define três tipos principais de vivências da aposentadoria, quais sejam: aposentadoria recusa, aposentadoria sobrevivência e aposentadoria liberdade, relatadas a seguir.

A categoria aposentadoria recusa caracteriza-se pela não aceitação da condição de aposentado e pela ausência de projetos de vida fora do contexto laboral. As pessoas desta categoria, originários de níveis econômicos privilegiados, constroem a identidade pessoal em função da identidade sócio-profissional. O papel profissional é superinvestido enquanto fonte principal de engajamento social, prestígio, auto-valorização, poder e/ou defesa contra a angústia do vazio. O trabalho é ligado à idéia de vida e juventude, inversamente à aposentadoria que representa estar velho, à margem da sociedade, no fim da vida. Com relação aos projetos de vida, não chegam a construí-los fora do trabalho. O tempo do não-trabalho era o tempo da família. Contudo, no momento da aposentadoria, os filhos estão adultos, formaram suas próprias famílias e a pessoa perde seus pólos de investimento: a família e o trabalho.

Para esta categoria a aposentadoria é vivida, como uma situação de crise, independente da situação econômica favorável, que *a priori* favorece o acesso ao lazer. As pessoas deste grupo parecem não ter outra fonte de interesse fora do trabalho; “o trabalho é a vida”, por isso, geralmente, continuam trabalhando após a aposentadoria.

Na categoria aposentadoria sobrevivência as pessoas foram levadas a superinvestir nos papéis profissionais por razões financeiras. Elas têm, em geral, um nível econômico desfavorecido, o que as leva a centrar suas vidas no trabalho, para

satisfazer as condições primárias de sobrevivência. O trabalho é vivido, simultaneamente, como opressão e fonte de alienação.

As pessoas deste grupo tinham, antes mesmo da aposentadoria, uma imagem negativa deste momento. Imaginavam a vida de aposentado triste, difícil e inútil. Para justificar esta representação negativa, invocam, em geral, a inatividade ou a perda do salário. O trabalho é concebido como uma atividade válida e todas as outras atividades são entendidas como “tempo desperdiçado” admitidas para “preguiçosos”.

Para as pessoas deste grupo, a única vantagem em estar aposentado é a regularidade de um salário sem obrigação laboral. a aposentadoria não traz o descanso; ela é a continuação de uma vida marcada por problemas financeiros. Em suma, todos os dias da semana são voltados para o trabalho e não resta tempo para si, nem para o lazer. A ausência de projetos reflete, neste caso, as dificuldades financeiras da pessoa.

Em oposição à vivência da aposentadoria enquanto crise, surge outra categoria de pessoas, cuja aposentadoria não parece ter causado dificuldades, denominada aposentadoria liberdade. Ela é, antes, vivida como um momento de realização, de felicidade e de liberdade adquirida após vários anos consagrados a atividades profissionais.

Os membros desta categoria são originários de níveis econômicos privilegiados, como aqueles da aposentadoria recusa. Mas, contrariamente a estes, puderam construir suas identidades pessoais menos dependentes do papel profissional, pois enquanto trabalhadores ativos possuíam outras fontes de engajamento social, sendo que a escolha destas atividades parece estar ligada a outros papéis desempenhados pela pessoa e/ou determinada por motivações pessoais.

Assim, a aposentadoria não representa o fim da vida, mas o início de uma nova maneira de viver, na qual a pessoa pode se dedicar às atividades que lhe proporcionam prazer e autovalorização. Os sentimentos de liberdade, alívio e felicidade são associados à cessação da atividade profissional. A vivência da aposentadoria caracteriza-se por uma representação positiva da aposentadoria, pela expressão de sentimentos positivos em relação à vivência e pela formulação de projetos de vida fora do trabalho.

Esta categoria agrupa indivíduos cuja identidade pessoal não foi atingida pela aposentadoria. A pessoa pode vislumbrar um futuro, construir projetos e ter o sentimento de poder agir sobre os acontecimentos e sobre a vida.

A aposentadoria liberdade, por sua vez, se subdivide em aposentadoria assistência e aposentadoria prazer, em função das atividades às quais se dedica o indivíduo, buscando um sentido de realização pessoal à sua vida. A aposentadoria assistência caracteriza-se pela presença de pessoas que construíram seus projetos de vida em função de atividades de ajuda benévola a terceiros ou a membros da família. Já, a aposentadoria prazer é vivida como a possibilidade de dedicar-se a si próprio e a seus objetivos. O “tempo para si” é vivido por algumas pessoas como a possibilidade de se engajar em atividades de expansão, isto é, em atividades que ampliem suas relações sociais, ou ainda, este tempo é inteiramente dedicado às atividades de restauração, ou seja, atividades de descanso.

As formas de vivenciar a aposentadoria evidenciam, mais uma vez, a multiplicidade e a complexidade dos fatores que envolvem o afastamento das pessoas de uma carreira, o que reforça a necessidade de refletir, discutir e planejar esta importante fase da vida humana.

2.5 Fatores de Decisão e Planejamento

A decisão pela aposentadoria constitui um fator importante e pessoal, porém, na maioria das vezes, é precipitada por circunstâncias do momento, sem a devida reflexão.

A passagem da pré-aposentadoria para a aposentadoria pode ocorrer de forma brusca e traumática, seja porque hajam fortes pressões econômicas, como pressões expulsivas da empresa ou do grupo de trabalho; seja porque hajam fortes pressões de tempo, devido a problemas de saúde ou familiares (Fraiman, 1992). Nestes casos, o trabalhador despreparado, aposenta-se sem habilidades pessoais para enfrentar sua nova realidade psicossocial.

Deste modo, o momento da aposentadoria é influenciado por fatores econômicos, sociais e pessoais. De acordo com Moragas (1995), caracterizam-se como fatores econômicos e sociais: as tendências da legislação, as mudanças no sistema previdenciário, as políticas da empresa e as exigências do trabalho. Quanto aos fatores pessoais, estão relacionados com o estado de saúde do indivíduo, a motivação e o interesse por outras atividades, as finanças pessoais, a possibilidade de outros rendimentos, a atitude familiar,

as responsabilidades familiares, a existência de dependentes e o desejo de mudança ou de nova atividade.

Por outro lado, constata-se que as atividades de lazer, o bom relacionamento familiar, os aspectos sociais e o descompromisso com o trabalho, são fatores que podem facilitar o ajuste à aposentadoria.

No que se refere ao lazer, Poitrenaud (1979) observa que existe uma concordância de que quanto mais horas de lazer o pré-aposentado despende, maior a probabilidade de êxito, quando da aposentadoria.

Quanto à família, o relacionamento, a receptividade e a boa aceitação do aposentado, associados aos conceitos de que pode ser útil ou companhia agradável à esposa, representam fatores favoráveis e, algumas vezes, o suporte principal da decisão de se aposentar (Kimmel, 1978).

Com referência aos aspectos sociais, relacionados a amigos, vizinhos e parentes, quanto maior for o seu registro, melhores as chances de sucesso, considerando-se que esses relacionamentos podem ser incrementados, por intermédio de uma busca constante e de um esforço dirigido para esse objetivo. Ressalta-se, ainda, que estas relações podem influenciar diretamente o indivíduo, por meio de conselhos ou sugestões, para decidir o melhor momento para aposentar-se (Cox e Bhak, 1979).

Algumas pesquisas focalizam o sucesso da aposentadoria, relacionando-o com o envolvimento ou compromisso com o trabalho, registrando que, quanto maior for o compromisso com o trabalho, menor a previsão de sucesso na aposentadoria (Jans, 1982)

Nem todos os indivíduos planejam sua vida, estabelecendo o que irão fazer ao se aposentar; entretanto, a ausência de planejamento poderá representar um fator de risco. Logo, “preparar-se para a aposentadoria significa conhecer antecipadamente as circunstâncias concretas da nova situação e tomar consciência de como enfrentá-las” (Forteza, 1980, p. 111)

A ausência de reflexão a respeito da aposentadoria pode levar as pessoas ao desenvolvimento de hábitos e comportamentos que não promovem a qualidade da vida. Mesmo entre aquelas pessoas que desejam aposentar-se, e têm planos esboçados para o

futuro. é comum perceber certa ansiedade e despreparo ao lidar com a possibilidade da aposentadoria (França, 1992).

Uma das maneiras de reduzir a ansiedade e o despreparo face à aposentadoria é o planejamento. De acordo com Gabriel (1984), o planejamento é o melhor previsor de sucesso na aposentadoria. Segundo o autor, o status econômico, a saúde física, o lazer e o envolvimento com o trabalho, são os elementos básicos para delinear tal planejamento.

O momento da aposentadoria requer uma preparação que deve proporcionar a seus participantes condições de desenvolvimento, com maior independência econômica, individual e social. Entretanto, como salienta Moragas (1995), apesar de ser uma experiência positiva, apenas uma pequena parte dos trabalhadores que se aposentam participam de programas de preparação para a aposentadoria. Acrescenta, que estes geralmente enfatizam somente os aspectos econômicos da aposentadoria. Considera que, face à globalidade da situação de aposentado, os referidos programas deveriam abordar outros temas, como saúde, equilíbrio pessoal, relações familiares e sociais.

Além disso, verifica-se na bibliografia existente, um reduzido número de relatos de experiências sobre a execução deste tipo de programa, o que sugere uma certa negligência por parte das organizações em relação ao seu principal elemento: o ser humano.

Contudo, torna-se evidente que a aposentadoria é uma fase de transição que traz benefícios e/ou prejuízos às pessoas, podendo comprometer a qualidade de vida necessária à manutenção de seu bem estar físico, social e psicológico.

3 QUALIDADE DE VIDA E IDADE MADURA

Este capítulo apresenta algumas definições de qualidade de vida relacionadas à aposentadoria, tema este pouco contemplado na bibliografia existente, particularmente no que se refere a estudos voltados para qualidade de vida na idade madura e terceira idade. Diante da complexidade dos fatores envolvidos nestes conceitos, e para facilitar o entendimento dos mesmos, foram elaborados alguns modelos e variáveis, apresentados no transcorrer do capítulo. Em seguida, serão discutidos os contextos de análise, utilizados para observar a qualidade de vida na aposentadoria.

3.1 Qualidade de Vida na Aposentadoria

O termo qualidade de vida deve ser considerado abstrato, pois implica na inter-relação mais ou menos harmoniosa de vários fatores que moldam e diferenciam o cotidiano do ser humano (Nahas, 1994).

Kagan e Kagan (1983), ao conceituarem qualidade de vida, consideram como importantes as dimensões profissional, sexual, social e emocional. De acordo com Penckofer e Holms (1984), a qualidade de vida pode ser medida pela satisfação com a vida percebida pelos indivíduos, incluindo satisfação com a família, com a vida social, com as atividades físicas e de trabalho.

Wong (1989) define qualidade de vida como um conceito multidimensional que inclui aspectos como atividade, satisfação subjetiva, percepção de controle e senso de significado pessoal. Alvarez (1996) ratifica alguns pontos da conceitualização de Wong (1989) ao definir qualidade de vida como uma percepção individual relativa ao bem estar físico, funcional, emocional, mental, incluindo, também, elementos como trabalho, família e amigos.

Baker e Itagliata (1982) abordam cinco dimensões gerais que definem qualidade de vida, quais sejam: bem estar físico e material; relacionamento interpessoal; atividades sociais, comunitárias e cívicas; satisfação pessoal e recreação. A estas dimensões, Aguiar (1996) acrescenta relacionamento intrapessoal, que engloba conceitos subjetivos como auto imagem e auto estima.

Qualidade de vida pode ser definida como um conjunto de parâmetros individuais, socioculturais e ambientais que caracterizam as condições em que vive o ser humano (Nahas, 1989).

De acordo com Aguiar (1996), a qualidade de vida pode ser definida como uma percepção subjetiva do indivíduo com relação a sua vida, amplamente influenciada por fatores sociais, culturais, éticos e pelo estilo de vida. Segundo este autor, especificamente em relação ao contexto laboral, a análise da qualidade de vida deve ser abrangente, levando em consideração a satisfação com o trabalho, a garantia de saúde, de segurança física e mental, a remuneração, a possibilidade de ascensão profissional, e o relacionamento com os colegas de trabalho e com a chefia.

Portanto, qualidade de vida é uma definição complexa que varia entre os diversos estudiosos. Chatfield (1974) identifica os rendimentos pecuniários e a saúde como os fatores mais importantes para o alcance da satisfação com a vida. Acrescenta, ainda, a família, o lazer e o círculo de amizades.

A satisfação com a vida também foi estudada em relação ao compromisso com o trabalho, evidenciando-se maior satisfação nos aposentados menos compromissados com o trabalho, ou seja, com menor envolvimento e até aversão pelo mesmo (Dillard, 1982).

O sentimento de "satisfação com a vida" tem sido objeto de investigações nas últimas décadas, por representar um dos componentes importantes na avaliação do sucesso da aposentadoria. De acordo com Edwards e Klemmack (1973), o sucesso na aposentadoria é concebido como bem-estar individual, com suas correlações biológicas, psíquicas e sociais.

Neri (1993) adverte que qualidade de vida, bem-estar psicológico, bem-estar percebido, bem-estar subjetivo e, mais recentemente, envelhecimento satisfatório ou bem sucedido (*successful aging*) são expressões tidas como equivalentes. Parte do pressuposto, de que a qualidade de vida é possível, tanto na idade madura como na velhice, e que a probabilidade de envelhecer bem aumenta em razão da adequada atuação de fatores individuais e socioculturais. Para tanto, faz-se necessário abandonar a visão unilateral da velhice como período de ansiedade, preocupação e solidão, em que bem-estar pode significar meramente ausência de doença.

O estado de insatisfação com a vida advém do malogro adaptativo à situação de aposentado, podendo precipitar vários problemas psicológicos, que num conjunto, servem de referencial para a avaliação do insucesso da aposentadoria.

Dentre as diversas expressões psíquicas que caracterizam o estado de insatisfação com a vida destacam-se, na bibliografia especializada, a depressão, a ansiedade e a irritabilidade. De acordo com Lyra (1982), relacionam-se tais expressões psíquicas ao medo da doença, da morte, da solidão, da insegurança econômica, da perda gradual dos amigos, além de dúvidas quanto à potência sexual.

Na percepção de Solomon e Patch (1975), a depressão pode caracterizar-se nos aposentados, em graus menores, pela perda de interesse por assuntos corriqueiros da vida, desaparecimento da espontaneidade, sensação de fadiga, exagero de preocupações e desconfortos corporais; e, em graus maiores, pelo desânimo, tristeza, sensação de inutilidade, de insegurança, perda do apetite, emagrecimento, queixas somáticas, podendo chegar, em casos extremos, ao suicídio.

A ansiedade faz parte da vida de todos, porém em condições excessivas, torna o indivíduo infeliz, gerando insegurança, nervosismo e perda da estabilidade emocional (Gabriel, 1984). Para este autor, a irritabilidade exerce importante papel, pois pode gerar dificuldades nos relacionamentos sociais do aposentado. Pela proximidade, a família é a primeira a senti-la, partindo da esposa que, de velha companheira, passa agora à condição de "trabalhadora fiscalizada", alvo da irritação do aposentado, até o enfoque nos filhos que, pelo conflito de gerações, também são vítimas de descargas emocionais, terminando nos amigos.

A ansiedade e a depressão estão muitas vezes relacionadas com a perda de status, a perda de relacionamentos, a ociosidade e a própria perda do trabalho, o que, para muitos, pode constituir-se no principal fator de prazer e realização.

Portanto, o estado de insatisfação com a vida tende a se relacionar à aposentadoria pelos aspectos de privações a ela afetos, principalmente nas pessoas despreparadas para enfrentar esta fase da vida, que muitas vezes vem associada aos problemas da velhice.

Com base no exposto, verifica-se que, face à subjetividade do tema, para que se tenha um perfil da qualidade de vida individual, é necessário um enfoque amplo que

contemple indicadores objetivos, como o contexto do trabalho, da vida social e familiar, e subjetivos, relacionados a aspectos de felicidade e de satisfação, com a vida ou bem estar psicológico.

Assim, entender-se-á qualidade de vida, no presente estudo, como um valor subjetivo, atribuído pela pessoa, de acordo com seus valores e características pessoais, a sua saúde física, mental e condições financeiras.

3.2 Fatores Considerados para Análise da Qualidade de Vida na Aposentadoria

Gabriel (1984) estudou os comprometimentos psíquicos que o aposentado pode apresentar, superpostos ou não à velhice, destacando os seguintes níveis de análise: história de trabalho, vida social, lazer, saúde física, história sócio-econômica, ajustamento familiar, convicções filosóficas e religiosas, vida psíquica e velhice.

Ryff (apud Neri, 1993) em sua pesquisa sobre qualidade de vida e continuidade do desenvolvimento pessoal na terceira idade, propôs um modelo baseado na auto-aceitação, nas relações positivas com os outros, na autonomia, na intencionalidade e direcionalidade na busca de metas na vida, no senso de domínio e na competência sobre os eventos do ambiente e da própria vida.

Wong (1989), em estudos sobre envelhecimento bem-sucedido, cita como fatores de análise: saúde física, bem estar psicológico e competência para a adaptação.

Santos (1990) estudou as repercussões da aposentadoria na identidade do indivíduo, distinguindo os seguintes fatores de análise: vida profissional, atividades desenvolvidas fora do trabalho e condições materiais da aposentadoria.

Rudinger e Thomae (apud Neri, 1993) destacam em seus estudos sobre ajustamento e satisfação na velhice, as seguintes categorias analíticas: saúde biológica, saúde percebida, satisfação com a família, situação psicológica, situação econômica, atividades desempenhadas fora da família, status social, capacidade de iniciar e manter contatos sociais e avaliação da situação atual.

Bertoncini (1992) estudou o processo de engajamento e desligamento da atividade profissional de pessoas precocemente aposentadas, abordando os temas trabalho, identidade e aposentadoria.

Alvarez (1996), em sua pesquisa sobre os fatores que interferem na qualidade de vida relacionada à saúde, destacou as doenças crônicas degenerativas (principalmente cardiovasculares), a nutrição, o diabetes, a obesidade, o estresse no trabalho, as dores lombares, o fumo, o consumo de álcool e o sono.

Deps (1994) estudou a transição do trabalho para aposentadoria utilizando como variáveis de análise os fatores determinantes da aposentadoria, a percepção de ganhos e perdas e a satisfação no trabalho anteriormente desenvolvido.

De acordo com Neri (1993), vários elementos são apontados como determinantes ou indicadores de bem-estar na terceira idade: longevidade, saúde biológica, saúde mental, satisfação, controle cognitivo, competência social, produtividade, atividade, eficácia cognitiva, status social, renda, continuidade de papéis familiares e ocupacionais e continuidade de relações informais em grupos primários, principalmente rede de amigos.

Nahas (1994) corrobora com Neri (1993) ao identificar a saúde física, saúde mental, longevidade, satisfação no trabalho e relações familiares como fatores que moldam e diferenciam a percepção sobre qualidade de vida, acrescentando ainda, disposição, dignidade e espiritualidade.

Após a comparação das variáveis utilizadas nas pesquisas citadas, observou-se congruência entre elas, sendo que os indicadores utilizados por Gabriel (1984), Santos (1990), Neri (1993) e Deps (1994) são mais abrangentes e objetivos e mostram-se melhor estruturados. Assim sendo, optou-se por utilizá-los como referência para este estudo. Desta forma a qualidade de vida na aposentadoria será observada a partir dos seguintes contextos de análise: da aposentadoria, de saúde, econômico, familiar, social e de lazer.

3.2.1 Contexto da Aposentadoria

A aposentadoria representa o fim de um período profissional e pode ocasionar mudanças significativas no mundo social e pessoal do indivíduo. De acordo com Santos (1990), o afastamento da atividade laboral pela aposentadoria implica, simultaneamente, na

reestruturação da identidade pessoal, na reorganização temporal das atividades ocupacionais e na busca de novos objetivos para a vida. Fatos estes que denotam a importância do planejamento e da preparação para a aposentadoria, de modo a evitar o desenvolvimento de comportamentos que não promovam a qualidade de vida (ver itens 2.5 e 3.1). Portanto, o modo de vivenciar a aposentadoria relaciona-se ao grau de comprometimento com o papel profissional, aos interesses e motivações pessoais e a condição econômica do aposentado.

Schein (1982) tem um ponto de vista semelhante ao enfatizar que a aposentadoria pode ser vivenciada de maneira construtiva ou restritiva, dependendo da capacidade pessoal de enfrentar problemas e das possibilidades que o ambiente proporciona para o crescimento individual.

Assim sendo, a aposentadoria pode ser percebida como um tempo de liberação do trabalho, de liberdade, de investimento no desenvolvimento pessoal. A época ideal para executar o que até então não se tinha tempo de realizar, o direito de conquistar o tempo livre (Ventura, 1995). Por outro lado, pode ser percebida como um período desprovido de significados, de vazio e solidão, caracterizando-se pela manifestação de sentimentos de inutilidade e autodesvalorização (Fraiman, 1990; Zanelli e Silva, 1996).

Para compreender o contexto da aposentadoria-faz-se necessário analisar em que circunstâncias a mesma ocorreu. Para tanto, pode-se inicialmente averiguar o grau de satisfação e comprometimento do indivíduo em relação ao trabalho anteriormente realizado, no que se refere a aspectos de natureza intrínseca à profissão, como gosto ou vocação pela mesma; e a aspectos de natureza contextual, decorrentes do exercício profissional, como relacionamento com colegas e com a chefia; identificação com as políticas da empresa; oportunidades de crescimento pessoal e autonomia no trabalho, dentre outros.

Na seqüência, podem-se identificar os fatores que influenciam a decisão pela aposentadoria. De acordo com Deps (1993), tais fatores classificam-se em coercitivos e não coercitivos. Os primeiros, referem-se a eventos externos que de certa forma pressionam o pré-aposentado a solicitar sua aposentadoria, como as possíveis mudanças nos aspectos normativos da legislação previdenciária. Fatores não coercitivos são aqueles que não se relacionam diretamente às propostas de mudança na legislação, como ter

completado o tempo de serviço exigido em lei para requerer a aposentadoria; ter a expectativa de exercer com mais intensidade atividades lúdicas; desejar dedicar-se mais à família; iniciar outra carreira, dentre outros. Também, as percepções com relação a perdas e ganhos decorrentes da aposentadoria são relevantes. Pode-se questionar sobre as expectativas com relação à aposentadoria, verificando quais foram ou não concretizadas, e suas implicações. Parte-se do pressuposto que o ganho decorre do maior controle do uso do tempo, na flexibilização do mesmo para satisfação de necessidades pessoais, e/ou da segurança financeira. As perdas referem-se, geralmente, aos relacionamentos afetivos decorrentes do afastamento do ambiente de trabalho; ao risco de estagnação intelectual; à redução de rendimentos e perda de status profissional. Para melhor categorizar a percepção de perdas e ganhos, pode-se utilizar a Escala de Valores de Thurnher (apud Deps, 1993) interpretada da seguinte forma:

*Valor Instrumental Material: relaciona-se à percepção de perda decorrente da descontinuidade do papel profissional, à perda de status laboral e/ou redução dos proventos, ao sentir-se não produtivo e pouco útil.

*Valor Expressão Interpessoal: diz respeito às relações interpessoais. Pode significar oportunidade de maior convívio com a família e/ou amigos, podendo ser de natureza afetivo/social, quando há maior presença do aposentado nos acontecimentos do dia-a-dia, e afetivo/utilitária, quando este procura contribuir para solução de problemas e/ou desempenho de tarefas. Pode significar também ganho decorrente de afastamento de ambiente laboral desfavorável, em termos interpessoais.

*Valor Social: significa desenvolver trabalho voluntário em prol da comunidade e/ou amigos e/ou familiares e obter como ganho satisfação pessoal e ocupação produtiva do tempo.

*Valor Facilidade e Contentamento: significa descanso, tranquilidade, segurança financeira. Viver com mais liberdade, com mais tempo e disponibilidade para si; ter uma vida menos cansativa, menos estressante, e/ou com segurança financeira. Poder optar por quaisquer atividades, independente da utilidade econômica do fazer.

*Valor Hedonismo: significa busca de satisfação sem fins lucrativos, produtivos ou utilitários. A satisfação está ligada ao desenvolvimento de atividades prazerosas, ao

manter-se ativo. É o fazer pelo prazer de fazer. A pessoa sente-se livre para desfrutar do lazer.

*Valor Crescimento Pessoal: diz respeito à auto-realização e ao bem estar psicológico, significa preocupação e/ou interesse em dar continuidade ao crescimento pessoal e/ou profissional, ser sempre mais e melhor do ponto de vista intelectual e emocional.

Os valores apresentados demonstram que a percepção de perdas e ganhos é pessoal e eclética, relacionando-se à relevância do papel laboral para o indivíduo, ao seu relacionamento familiar e aos seus objetivos pessoais.

3.2.2 Contexto Econômico

A aposentadoria representa uma ruptura com o mundo do trabalho formal, acarretando uma modificação no sistema de relações sociais, no sistema de papéis e status. A vida do aposentado é profundamente influenciada pelas atividades sócio-profissionais desenvolvidas quando trabalhador formal, na medida em que determinam as condições de vida social e econômica, bem como as relações sociais e o acesso ao lazer. Neste sentido, a passagem à aposentadoria evidencia as desigualdades sociais e as contradições do sistema social ao qual o indivíduo pertence, visto que a posição sócio-econômica está diretamente ligada à qualidade de vida da pessoa. (Matim-Baró, 1985; Santos, 1990; Leite, 1993; Ventura, 1995).

A maioria dos aposentados tem a sua renda diminuída quando da passagem para a aposentadoria, o que compromete significativamente o padrão de consumo, agravando este momento crítico e previsível, mas, em geral, não programado (Gabriel, 1984; Moragas, 1995; Santos, 1990).

Por outro lado, a conquista da aposentadoria integral pelo conjunto dos servidores públicos federais, incluindo os servidores docentes e técnicos administrativos das universidades federais, estabelecida na Constituição de 1988 e regulamentada pelo Regime Jurídico Único, por intermédio da Lei n.º 8112, de 12 de dezembro de 1990, minimizou as perdas salariais desta categoria, afastando-a, em tese, dos problemas advindos da redução dos rendimentos na condição de aposentado (Monteiro, 1996).

Na vida familiar, a perda ou dificuldade financeira do aposentado se evidencia no clima de cobrança de seus membros, que, por meio de pressões diretas ou indiretas, o fazem sentir sua condição de insucesso, gerando frustração e revolta, por ter trabalhado durante anos e não ter conseguido o suficiente para manter o prestígio, a dignidade ou até mesmo a sobrevivência (Sá Júnior, 1980). O problema tende a agravar-se, quando movido por estímulos de consumo, impingidos pelo meios de comunicação, o aposentado começa a comparar-se com outros aposentados que possuem uma situação sócio-econômica melhor. Segundo o referido autor, a tendência é o surgimento de sensações de insuficiência, de vazio, quer pela casa própria que não possui, pelo carro que deseja, pela falta de dinheiro que não lhe possibilita acesso a outras formas de lazer que não a televisão.

3.2.3 Contexto de Saúde

Neste contexto, a saúde será analisada em relação à saúde física, mental e à inter-relação do indivíduo com seu ambiente social, conforme definição da Organização Mundial de Saúde (1948), onde saúde é o estado de bem-estar físico, psíquico e social, e não somente a ausência de enfermidade.

Os problemas físicos do aposentado geralmente se relacionam com as condições de trabalho a que foram submetidos, nem sempre salutar, ou à falta de atenção a fatores importantes da vida, já que muitos viveram em busca de maiores rendimentos e deixaram de lado a prática de esportes, a busca da natureza, a manutenção da saúde e hábitos alimentares saudáveis.

Uma das maneiras de alcançar melhor qualidade de vida é a realização de atividades físicas regulares. O exercício regular reduz a idade biológica, bem como retarda o processo de envelhecimento e minimiza a dependência de pessoas idosas (Deps, 1993; Shephard, 1994). De acordo com Deps (1993), não só as atividades físicas, mas também as atividades sociais, têm efeitos preventivos e terapêuticos em relação ao estresse e à doença.

A saúde pode ser amplamente afetada por vários fatores, definidos por hábitos e atitudes saudáveis. A inatividade física é hoje considerada como fator de risco. Um estilo de vida que combina alimentação balanceada, atividade física regular e controle do estresse

pode aumentar a expectativa de vida e principalmente proporcionar uma vida mais saudável (Alvarez, 1996).

Para Cooper (1982), a dieta é o alicerce para o bem estar físico e emocional do indivíduo. Segundo este autor, sem hábitos alimentares adequados, todo o exercício, repouso e exames médicos não serão suficientes para a obtenção de um corpo saudável.

Conforme Gabriel (1984), aposentados que possuem um posicionamento favorável em relação à auto-imagem da saúde física estimulam o surgimento de sensações de bem-estar, de capacidade e mobilidade, que podem propiciar um sentimento existencial de distanciamento da velhice e morte, e levar as pessoas a usufruir melhor deste período quando, finalmente, dispõe de tempo para aproveitar a vida. No entanto, aposentados que possuem uma auto-imagem de saúde física precária, talvez por condições inadequadas do antigo trabalho, se vêem num período difícil, propício a manifestações negativas.

Em relação às patologias, pode-se dizer que elas podem precipitar ou limitar a aposentadoria e que o período é favorável ao incremento de doenças, com maior procura pelos serviços e produtos médicos. Portanto, várias patologias emergem, com destaque acentuado para moléstias cardiovasculares e o alcoolismo (Poitrenaud, 1979; Lipp e Rocha, 1997).

A saúde mental pode ser denominada também de bem estar emocional ou psicológico. Refere-se ao estado da mente, incluindo sentimentos de felicidade, contentamento, satisfação com as condições de vida atuais e manutenção de expectativas positivas em relação ao futuro (Dillard, 1982). A capacidade de delinear projetos fora do contexto de trabalho sinaliza a diversidade de interesses pessoais, conseqüentemente a possibilidade de uma melhor adaptação à aposentadoria, desde que vivenciada com suficiente saúde e rendimentos. De acordo com Neri (1993), o bem estar subjetivo relaciona-se ao envolvimento em outras atividades, à busca de significantes e à capacidade de adaptação.

Os problemas psicológicos do aposentado, geralmente, estão vinculados à perda do amor próprio, aos sentimentos de frustração e de impotência provocados pelo término do trabalho formal. Relacionam-se, também, às percepções pessoais sobre aposentados, aposentadoria, velhice e morte.

A aposentadoria, via de regra, apresenta dificuldades pelas imposições de mudança no mundo social e pessoal do indivíduo, sendo comum a ocorrência de desajustes familiares e/ou conjugais, enfermidades físicas e psicológicas, isolamento social e, até mesmo, mortes inesperadas em períodos imediatamente posteriores ao desligamento do trabalho (Salgado, 1980; Fraiman, 1990). Este ponto de vista é compartilhado por Moragas (1995), que denomina estes desajustes de "síndrome da aposentadoria". Porém, ressalta que é difícil identificar entre os aposentados aqueles que já estavam doentes antes da aposentadoria e aqueles para quem a aposentadoria constitui a causa da perda de saúde.

O desenvolvimento de atividades físicas e mentais favorece à obtenção de satisfação pessoal, contribui para a interação social e pode ser visto como um meio de contrabalançar perdas comuns a este estágio da vida (Deps, 1993).

3.2.4 Contexto Familiar

As repercussões psíquicas do papel familiar do aposentado podem variar. Registram-se frequentemente modificações na dinâmica em família, que começam com a presença quase que constante do aposentado em casa, após longo período em que grande parte de seu tempo foi dedicado à atividade profissional. Esta "volta ao lar" pode gerar sérios atritos conjugais, quando o marido passa a exercer a função de fiscal da esposa ou vice-versa. Por outro lado, tal retorno pode ser vivenciado como uma companhia agradável, habilidosa, cuja presença e o bom senso são necessários e valorizados (Salgado, 1980; Gabriel, 1984; Fraiman, 1990; Moragas, 1995).

Em relação aos filhos, observam-se alguns desajustes decorrentes do conflito de gerações, que se exacerbam com o tempo e são vivenciados pelo aposentado como envelhecimento. De acordo com Gabriel (1984), por um mecanismo normal, compensador, tentando manter o status anterior, o aposentado passa a interferir mais na vida dos filhos já crescidos, gerando discórdias e aumentando seus sentimentos de frustração e rejeição. Nestes casos, verifica-se também, que o aposentado despreparado tenta dedicar-se a função de avô, mostrando dificuldades para exercê-la, pois fica proibido

de interferir na autoridade paterna. Permanece, então a incoerência de ter educado o filho e não poder falar aos netos (Mello Wagner, 1981).

Acrescenta-se, ainda, que a aposentadoria pode coincidir com o período em que os filhos crescem e constroem suas próprias famílias, o que gera nos aposentados sentimentos de inutilidade e de desvalorização, ratificados pelo grupo social, onde as pessoas idosas são percebidas como inúteis e ultrapassadas (Santos, 1990). Forma-se então, um círculo vicioso que influencia a resolução dos problemas advindos com a aposentadoria. Por outro lado, há os aposentados que interagem com os filhos, ouvindo-os, dando sugestões, e que encontram na família a razão da existência, determinando o sucesso deste período de transição.

Com base nas situações que podem surgir no contexto familiar e social, face à aposentadoria, Fraimam (1990) sugere que os programas de preparação para aposentadoria abordem o relacionamento conjugal e familiar em suas várias facetas e etapas, buscando, assim, a reflexão e a revitalização deste vínculo.

Considera que a interação conjugal na aposentadoria apresenta-se de maneira contraditória. Alguns estudos afirmam que o relacionamento conjugal tende a uma melhoria a partir da meia idade; outros, identificam abalos na saúde conjugal. Para compreender a dinâmica conjugal na vivência da aposentadoria, a autora cita o Modelo Dialético Existencial de Israel W. Charny.

Este modelo postula que, no curso normal de um casamento, existem papéis chave na relação, isto é, necessidades a serem satisfeitas para que o casamento seja bem sucedido, destacando-se as seguintes: a administração da família, voltada para uma variedade de tarefas administrativas básicas que são realizadas pelo casal, tais como prover a alimentação, a saúde e a recreação; companheirismo/companhia, que se traduz como o estar junto, como casal, prestando cooperação e ajuda mútua em qualquer tarefa; relacionamento e comunicação no que se refere a experiências de prazer e apreciação em estar um com o outro, associadas à habilidade de comunicar-se livremente; atração e sexualidade, significando ser uma presença física atraente e com sexualidade hábil e criativa e a “maternagem” e a “paternagem” que dizem respeito aos cuidados e a competência do casal em cuidar dos filhos.

Conforme o modelo acima é possível, e freqüente, a co-existência de um ou mais papéis chave. Assim sendo, casais de idosos podem não se comunicar livremente sobre seus sentimentos e experiências, mas, simultaneamente, podem desfrutar da companhia um do outro.

Das concepções e atitudes do aposentado, do preparo e formação familiares, do conhecimento e da conscientização desta dimensão da vida, advêm algumas das possibilidades para garantir a qualidade de vida em quaisquer fases de transição.

3.2.5 Contexto Social e de Lazer

De acordo com Gabriel (1984) e Santos (1990), os pré-aposentados que estão habituados a preencher seu tempo livre desenvolvendo atividades não laborais encontram maior facilidade na transição à aposentadoria mantendo tais atividades, mesmo que não remuneradas, porém, motivantes e enriquecedoras. Em contrapartida, os pré-aposentados que não realizaram atividades de lazer ou pouco tempo dedicaram às mesmas, por falta de recursos financeiros ou devido à concepções economicistas que os impediram de desenvolver uma estrutura pessoal para usufruir do lazer, provavelmente enfrentarão problemas para reestruturar seu tempo livre e suas relações sociais.

Por concepções economicistas, entendem-se a responsabilidade em trabalhar associada ao espírito consumista que a sociedade incute ao homem, levando-o a um envolvimento cada vez maior com o trabalho. Assim, resta pouco tempo livre para o desfrute intelectual, físico e prazeroso da vida, reforçando a idéia de que o trabalho é o desfrute maior da existência (visão de Lafargue, citada por Gabriel, 1984).

Os aposentados, por terem se desincumbido de uma série de obrigações impostas e dispondo de mais tempo livre, podem desenvolver atividades que lhes são potencialmente agradáveis. Dentre estas, enquadram-se as atividades domésticas, principalmente para algumas mulheres, que tem nas atividades ligadas ao lar e à família o seu cerne.

A aposentadoria se enquadra numa categoria de tempo denominada "tempo liberado do trabalho profissional" ou "tempo livre". Nesta dimensão de tempo é que se deve considerar o lazer do aposentado, que é muito diferente daquele do trabalhador, que tem

seu tempo de lazer institucionalmente determinado, ritmado pelo próprio trabalho (Donfut, 1980). Entretanto, Moragas (1995) faz uma ressalva ao tempo livre, enfatizando sua ambivalência de significados, em função do preparo atitudinal do aposentado e das condições do meio ambiente onde está inserido. Adverte que o tempo livre pode ser vivenciado de maneira positiva, como fonte de descanso e recuperação ou de desenvolvimento pessoal, quando utilizado em atividades culturais ou recreacionais desde que a pessoa disponha de saúde, autonomia, personalidade positiva, amplo campo de interesses, equilíbrio emocional e recursos financeiros.

Em contrapartida, aquelas pessoas que possuem limitações físicas ou psíquicas, personalidade negativa, campo de interesse reduzido, desequilíbrio emocional e baixo status econômico, tendem a vivenciar a aposentadoria de maneira negativa, como um período de relações conflitivas e de indefinições.

Destaca-se a relevância do lazer para um bom relacionamento conjugal na meia idade e na velhice. Na perspectiva de Fraiman (1990), as atividades de lazer podem provocar satisfações ou frustrações, pois possibilitam aos indivíduos se auto-revelarem por meio de novas facetas e habilidades. A aposentadoria, como mencionado no item anterior, coincide com o período em que os filhos do casal já estão adultos e possuem suas próprias famílias, o que possibilitará, em tese, a aproximação do casal que, nesta fase, passa a viver como uma família nuclear novamente. Este momento pode ser vivenciado com satisfação, quando, por exemplo, um ajuda ao outro nas tarefas domésticas para que ambos usufruam do lazer em conjunto, ou, ao contrário, pode se caracterizar pela acentuação de insatisfações mútuas, quando um deles desenvolve atividades de lazer sem participar ao outro, excluindo-o. A união conjugal pode se acentuar, na medida em que ambos participam da mesma atividade de lazer, ou, então, quando cada qual respeita as atividades, locais e horários do lazer do outro.

As atividades de lazer se relacionam ao círculo social, à saúde física, à motivação interna e às condições financeiras do aposentado. A falta de um destes fatores pode conduzir à alienação do indivíduo, face a não promoção do crescimento pessoal, à impossibilidade de trocas criativas ou à expansão de interesses (Gabriel, 1984).

Pessoas que mantêm uma atividade estão mais conectados com o presente, engajados nas relações e no mundo atual. A inatividade pode ser sinônimo de vazio, vinculando-se à idéia da morte (Santos, 1990). Portanto, quaisquer atividades ocupacionais dentro de casa, como carpintaria, consertos elétricos, ocupações criativas, ou mesmo fora de casa, como participação na comunidade, esportes, clubes, são significativas. Propiciam ao aposentado a sensação de participação, de independência, de movimento e vida, fundamentais num período de disponibilidade de tempo (França, 1992).

Convém ressaltar que, com o passar dos anos, variam as atividades ociosas, reduzindo-se o ócio ativo e incrementando-se o passivo. Moragas (1995) destaca que ocorre uma transição no tipo de atividades desenvolvidas pela pessoa na medida que o tempo transcorre: passa-se de atividades obrigatórias à voluntárias, de externas ao lar às realizadas no âmbito do mesmo, de sociais ou individuais às realizadas com o cônjuge. De acordo com Neri (1993), as atividades grupais têm impacto maior que as atividades solitárias, em decorrência da oferta de suporte social, o que também pode influir na habilidade de solução de problemas, por meio de conselhos, sugestões e do engajamento em outras atividades. Grupos de suporte ajudam o indivíduo a manter o auto-conceito positivo, face ao declínio de energia e às dificuldades emergentes.

Assim como as relações sociais e as atividades de lazer, as concepções filosóficas também sofrem alterações com o passar do tempo, evidenciando-se, com a aposentadoria. Atribui-se grande parte do sucesso das experiências de vida do aposentado à sua maneira particular de vivenciar a velhice e a morte, que, se para alguns é temida, para outros é aceita com naturalidade, como um ciclo a completar. De acordo com Oliveira (1982), encontra-se maior capacidade de integração e reestruturação do bem estar subjetivo entre aqueles aposentados mais ajustados diante dos fatos universais da existência: a velhice e a morte.

Alguns aposentados, sentindo-se incapazes de enfrentar tais fatos, lançam mão de apoios, buscas ou soluções, recorrendo a apelos místicos, religiosos e filosóficos. Dessa prevalência de sentimentos, explica-se, de certa forma, o incremento da religiosidade interna atribuída aos aposentados, acompanhado ou não de práticas religiosas subsequentes (Gabriel, 1984).

O possível incremento da religiosidade na aposentadoria, segundo Neri (1993), é um reflexo da meia idade, ou seja, é nesta fase que os indivíduos passam a dar maior atenção aos aspectos internos do “eu”, pois outras atividades e envolvimento são diminuídos devido ao término de papéis ligados à parentalidade, à viuvez, o que tende a despertar sentimentos e comportamentos religiosos. De acordo com a autora, o papel da religião na vida do homem é favorável, já que propicia senso de significado e entendimento, melhorando, em princípio, a sensação subjetiva de bem-estar e de satisfação com a vida, podendo ser também orientado para a busca de interações sociais.

Verifica-se, pelo exposto, que as definições de qualidade de vida na aposentadoria estão relacionadas com as diversas áreas que permeiam todo o processo de afastamento dos indivíduos do trabalho formal e com sua relação com a vida, aqui identificadas pelos contextos: da aposentadoria, da saúde, econômico, familiar, social e de lazer.

4 PROGRAMAS DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA

Para auxiliar na busca e manutenção da qualidade da vida dos aposentados foram estruturados os programas de preparação para a aposentadoria. No presente capítulo, serão abordados aspectos gerais sobre o contexto destes programas e as condições e características necessárias para que funcionem, destacando-se as etapas de planejamento e avaliação de suas atividades.

4.1 Considerações Preliminares

Os primeiros registros sobre os programas de preparação para a aposentadoria datam dos anos 50, nos Estados Unidos, e limitavam-se a prestar informações sobre o sistema de aposentadorias e pensões (Salgado, 1980).

Com o crescimento das organizações e o desenvolvimento das relações trabalhistas, estes programas foram incluindo novos conteúdos, de modo a contemplar os vários aspectos que envolvem a ruptura com o trabalho formal. Atualmente, desenvolvem um trabalho interdisciplinar, de caráter bio-psicossocial, de modo que as pessoas possam construir sua própria concepção de aposentadoria, mais positiva e condizente com a realidade.

Zanelli e Silva (1996) afirmam que a realização de programas que visem preparar os indivíduos para a reconstrução de suas identidades face à ruptura com o mundo do trabalho, são importantes na medida em que buscam provocar uma mudança atitudinal no participante, objetivando facilitar o processo de transição a aposentadoria, despertando novas áreas de interesse para a pessoa, incentivando a descoberta de potencialidades e prevenindo conflitos emergentes.

O contexto de um programa de preparação para aposentadoria deve estar sempre condicionado ao indivíduo, à empresa e à sociedade onde será implantado, observa (França, 1992).

O mapeamento das características do público alvo (os aposentáveis) é um dos pontos chave para o desenvolvimento do programa. De acordo com Bernhoeft (1987), algumas questões cruciais devem ser levantadas, quais sejam: o que o indivíduo já faz,

hoje, quanto à sua preparação para a aposentadoria ? quais seus interesses pessoais ? que planos concretos tem nesse sentido ? o que o indivíduo faz além do seu trabalho ? há alguma atividade que possa gradativamente começar a realizar ? vive só, tem família ? como estrutura seu tempo pessoal e profissional ?

O programa precisa ser estruturado de forma a atender a grande diversidade de interesse dos envolvidos. Para tanto, deve contar com o comprometimento da empresa; das chefias, que devem ser preparadas para que o trabalho não sofra solução de continuidade; com o envolvimento da família do participante, que necessitará de orientações; com uma equipe interdisciplinar de profissionais, que ministrará palestras sobre temas de interesse do público alvo; com a participação de outros aposentados, que desenvolveram experiências positivas após a efetivação da aposentadoria e, principalmente, com a preparação dos participantes para o futuro, por meio de atividades de sensibilização em grupo e sessões de aconselhamento individual.

Com referência às palestras, destaca-se que as mesmas têm como finalidade primordial propiciar aos participantes informações relevantes e pertinentes a aposentadoria. Segundo Zanelli e Silva (1996), as palestras, seguidas de reflexões e análises, buscam propiciar aos aposentados, de forma gradativa, a ampliação de seus campos cognitivos, contribuindo positivamente para possíveis modificações quando do afastamento do trabalho formal.

França (1992) enfatiza que, além das palestras de informação geral, um programa de preparação para a aposentadoria - PPA - deve conter dinâmicas de grupo que possibilitem à reflexão, à descoberta e ao desenvolvimento de novos interesses no indivíduo, relacionados aos aspectos intelectual, profissional, social, afetivo e de lazer. Zanelli e Silva (1996) compartilham das idéias de França (1992), ao enfatizarem que em um PPA devem ser desenvolvidas vivências grupais, vinculadas aos temas abordados em cada encontro, pois possibilitam aos participantes experienciarem os conceitos apresentados, facilitando a expressão dos sentimentos, expectativas, ansiedades e temores.

Na visão de Bernhoeft (1987), os grupos de participantes devem ser homogêneos, com interesses pessoais e nível cultural semelhantes, para que ocorra troca de experiências intra-grupo; o programa deve atender tanto os interesses da empresa quanto dos participantes, de modo que o mesmo não seja percebido como uma atividade filantrópica

ou assistencial da empresa; deve ter um caráter preventivo, em vez de corretivo, ou seja, as mudanças de atitudes que o programa precisa focar são lentas e não podem ser esperadas de uma hora para outra e, por fim, o programa deve ter abordagens diferenciadas de acordo com as especificidades dos grupos de participantes, como, por exemplo, os de executivos, que geralmente possuem planos de aposentadoria complementar e que tendem a não se preocupar com relação ao aspecto econômico-financeiro. Neste caso, o programa deve enfatizar outros aspectos da aposentadoria.

França (1992) tece, também, algumas considerações sobre o planejamento e a implementação de um PPA. Segundo a autora, a primeira etapa para a elaboração de um programa é o diagnóstico da situação, que inclui a história, a intenção e a política da instituição, acrescido de dados relativos à clientela, ou seja, os pré-aposentados, além do treinamento do pessoal que irá implementar e gerir o programa. Nesta fase, observa a necessidade de definir se os indivíduos desejam ou não se aposentar e quais são os seus interesses com relação à área social, cultural, profissional, afetiva, familiar, financeira e de lazer. Sugere a adoção de metodologia de grupo operativo para o desenvolvimento das dinâmicas de grupo.

Zanelli e Silva (1996) têm uma perspectiva semelhante à de França (1992), ao conceberem os programas de preparação para a aposentadoria como uma iniciativa que visa o desenvolvimento pessoal do indivíduo e defendem o uso da mesma metodologia de grupo, pois esta atende às necessidades de associatividade, próprias do ser humano, predispõe sentimentos de identidade, preserva a auto-estima, estimula à união para superação de problemas, reduz inseguranças e ansiedades, favorece à discussão de aspectos da realidade e permite revisar conceitos.

Os programas de preparação para a aposentadoria constituem uma prática recente, no Brasil, e têm sido implantados basicamente pelo setor de recursos humanos de grandes empresas estatais, multinacionais e do setor bancário. Tais programas devem ser instituídos, preferencialmente, quando a questão econômica dos pré-aposentados estiver de certa forma solucionada, ou seja, quando a organização oferecer uma complementação ou suplementação salarial da aposentadoria, por meio de instituições de seguridade ou pelas instituições e fundações governamentais, nas quais o indivíduo venha a se aposentar, de modo a provê-los dos mesmos rendimentos obtidos quando na ativa. Há registro de

algumas empresas públicas e privadas que desenvolvem esses programas, como a Fundação Companhia do Desenvolvimento do Estado de Santa Catarina de Seguridade Social, em 1986; as Centrais Elétricas de Santa Catarina, em 1989; a Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos, em 1990 e as Centrais Elétricas do Sul do Brasil, em 1991 (Ventura, 1995).

Constata-se que existe um interesse por parte das empresas em renovar seu quadro de pessoal, mas, por outro lado, há uma grande preocupação com a ansiedade dos pré-aposentados face à proximidade da aposentadoria (França, 1992).

Assim, os referidos programas são oferecidos a funcionários da ativa, com tempo para requerer a aposentadoria oficial ou próximos à data. Entretanto, tais programas despertam, a princípio, muita desconfiança, senão hostilidade, sendo freqüente ouvir de pré-aposentados frases como: “Eu é que não vou fazer este programa. De repente vocês cismam de achar que eu já estou preparado e me pressionam para sair, como é que eu fico?” (Fraiman, 1990, p. 296)

Na tentativa de superar esta imagem negativa e de esclarecer que os programas não têm um caráter expulsivo, outras denominações alternativas foram surgindo: Programa de Preparação para a Fase Pós-Trabalho, Projeto Tempo Livre, Programa de Reflexão sobre a aposentadoria - PRA, Programa de Preparação para a aposentadoria - PPA. Fraiman (1990) salienta que as denominações são geralmente utilizadas como sinônimos, no entanto, o termo “preparação” é entendido pelos pré-aposentados como coercitivo, enquanto que o termo “reflexão” é aceito com mais simpatia.

Os autores são unânimes em afirmar que um programa de preparação para a aposentadoria deve ter um caráter informativo, de crescimento pessoal e não de terapia, possibilitando ao participante a oportunidade de refletir e discutir os temas abordados (Bernhoeft, 1987; França, 1992; Zanelli e Silva, 1996). Na tentativa de focar os múltiplos aspectos da vida na aposentadoria, o PPA deve incluir temas como: saúde física e mental (França, 1992; Moragas, 1995; Zanelli e Silva, 1996); implicações legais e financeiras da aposentadoria; perspectivas de novas atividades profissionais; ocupação do tempo livre em atividades assistenciais, culturais e de lazer (Bernhoeft, 1987; França, 1992; Zanelli e Silva, 1996); relações familiares e sociais (Bernhoeft, 1987; Moragas, 1995; Zanelli e Silva, 1996); equilíbrio pessoal (Moragas, 1995; Zanelli e Silva, 1996);

mudanças na estruturação do tempo (Bernhoeft, 1987; Zanelli e Silva, 1996); condutas, hábitos alimentares e questões existenciais (França, 1992; Zanelli e Silva, 1996); prevenção odontológica (França, 1992).

Embora constituam uma experiência ainda recente nas organizações do país, verifica-se que os PPA contemplam, na sua estrutura, os múltiplos aspectos e fatores que envolvem a transição para a aposentadoria, configurando-se como um avanço no fortalecimento das relações homem-trabalho-organização.

4.2 Condições e Características para o Funcionamento dos Programas

A implementação de programas de preparação para a aposentadoria pode variar dentre as empresas. Cada qual utiliza o método que mais se adapta aos recursos de que dispõe e às características de seu público alvo. Estes programas estão inseridos no contexto das estratégias de desenvolvimento pessoal, onde o indivíduo é estimulado a buscar seu crescimento, num processo de educação continuada (Zanelli e Silva, 1996).

Portanto, a viabilização de um programa desta natureza está diretamente relacionada à política de recursos humanos da organização. De acordo com França (1992), a clara intenção política da empresa, a disposição em conceder recursos humanos e materiais e a preocupação em melhorar a imagem institucional são imprescindíveis, bem como uma equipe apta de profissionais para gerir e executar o programa. Outro requisito a ser previsto, é a existência de um plano de benefícios que favoreça à complementação da aposentadoria ou uma seguridade que garanta a estabilidade econômica daquele que irá aposentar-se.

O clima organizacional tende a tornar-se mais saudável, na medida em que os empregados sentem que os interesses da empresa não estão voltados apenas para o momento presente, mas também, demonstram uma preocupação com o bem estar futuro de seus membros. Deste modo, investe-se qualidade de vida do trabalhador, o que constitui fator significativo no cenário da administração moderna.

A capacitação da equipe que irá desenvolver o PPA é obtida por intermédio de um treinamento prévio à implantação do programa. Esta etapa deve contemplar aspectos

relacionados ao envelhecimento, ao trabalho e à aposentadoria, enfatizando o significado do trabalho, a importância do lazer, a possibilidade de exercer uma segunda carreira, o voluntariado, dentre outros. A preparação de equipe deve incluir ainda a formulação de diagnósticos, a definição de estratégias para a implantação e a avaliação do programa e a discussão sobre o conteúdo programático a ser transmitido aos pré-aposentados (França, 1992).

Zanelli e Silva (1996) caracterizam um programa de preparação para aposentadoria como um trabalho interdisciplinar, do qual participam profissionais oriundos de diversos campos de conhecimento que, ao abordarem o tema aposentadoria, o fazem a partir de seus referenciais de conhecimento e de forma conjugada de modo a prevenir enfoques contrários aos objetivos propostos pelos Programas. Para isso, os palestrantes devem ser contactados antecipadamente e esclarecidos a respeito dos princípios norteadores e tópicos essenciais a serem abordados.

De acordo com Fraiman (1990), empresas com programas mais avançados têm estendido os benefícios médico - assistenciais e sociais para os cônjuges dos participantes, além da formação de núcleos e associações de defesa de seus interesses. Algumas chegam a criar bolsões de emprego "part-time", facilitando a prestação de serviços de consultoria e assessoria à empresa de origem ou ainda a outras, com o aval da própria empresa quanto à idoneidade moral e à competência profissional do ex-funcionário.

Em algumas destas organizações, o empregado é solicitado a definir, com antecedência de um ano, a data de sua aposentadoria e a treinar aquele que vai substituí-lo. Assim sendo, o empregado percebe-se apoiado pela empresa e, por ocasião de sua saída, retribui repassando seus conhecimentos. Registra-se, neste caso, uma significativa minimização de situações de pressão, resistência e desconforto, seja por parte dos pré-aposentados, seja por parte dos colegas e mesmo das chefias.

Um PPA, portanto, pode ser realizado de diferentes maneiras, conforme as condições materiais e humanas disponibilizadas pelas empresas.

Quanto à justificativa para criação de programas que visem a preparação para aposentadoria, Bernhoeft (1987) afirma que a empresa, ao preparar as pessoas para saírem da organização, não o faz por razões filantrópicas. Segundo o autor, além da responsabilidade social da empresa para com seus funcionários e respectivos familiares,

um dos principais argumentos passíveis de sensibilizar os dirigentes a se interessar por um programa de preparação para a aposentadoria é a preservação, pela empresa, de seu “know-how”, representado, em parte, pela experiência profissional dos funcionários que se aposentam. Além disto, a renovação inevitável do quadro de pessoal que deve ser precedida, quando do interesse da empresa, de um planejamento estruturado, para que as sucessões nos cargos não acarretem soluções de continuidade operacional ou rupturas no nível de conhecimento tecnológico existente. Por outro lado, segundo Bernhoeft (1987) e Fraiman (1990), o que motivaria a participação dos funcionários seria a inevitabilidade do advento da 3ª Idade e as decorrências psicológicas, sociais, econômicas e familiares da mudança da condição de profissional ativo para inativo além das expectativas da sociedade em relação aos mesmos.

Já, os critérios para definição do público alvo são bastante flexíveis. De acordo com Fraiman (1990), há empresas que convidam, algumas coagem e outras incentivam os empregados que estejam a no máximo 5 anos da aposentadoria, ou já tenham completado 50 anos de idade cronológica, a participarem de um PPA. Bernhoeft (1987) destaca que o programa deve abranger funcionários a partir dos 55 anos de idade (ou a 5 anos da idade limite para a aposentadoria) até aproximadamente 63 anos (ou cerca de 3 anos após efetivada a aposentadoria). Zanelli e Silva (1996) definem como critério convidar todos os empregados que manifestem a intenção de concretizara aposentadoria nos próximos 2 anos, sem que a idade cronológica seja um dado delimitador. Defendem que o programa deve ser amplamente divulgado e atender a todos aqueles que se interessem, sem coagir para participar.

Torna-se evidente que, dentre os requisitos básicos para a implantação de um PPA, estão a intenção política da empresa, a presença de uma equipe de profissionais apta para desenvolver o programa e a existência de um plano de benefícios que favoreça a complementação dos rendimentos da aposentadoria.

Para tornar mais claras as relações entre o indivíduo, a empresa e a sociedade, no que se refere às condições necessárias para a implementação e o desenvolvimento de um PPA, apresenta-se, em seguida, um modelo que contempla os aspectos levantados neste tópico.

QUADRO I - Modelo de um Programa de Preparação para a aposentadoria (PPA)

CONTEXTO DO PPA		
INDIVÍDUO	EMPRESA	SOCIEDADE
Relação com o trabalho	Política de RH	Aumento da expectativa de vida
Tempo após a aposentadoria	Imagem institucional	Aumento do tempo da aposentadoria
Questões existenciais	Função social	Preocupação com essa clientela
Saúde física	Clima organizacional	Preocupação dos profissionais
	Aumento da produtividade	
CONDIÇÕES IDEAIS PARA IMPLANTAÇÃO DO PPA		
Intenção política		
Capacidade técnico gerencial		
Plano de benefícios/seguridade		
ELEMENTOS NECESSÁRIOS AO DESENVOLVIMENTO DO PPA		
Diagnóstico da situação (da empresa e do público alvo)		
Preparação da equipe		
Formulação do programa e definição da estratégia de implantação		
Avaliação (durante a execução do PPA e após o desligamento do trabalhador)		

Fonte: Adaptado de França (1992).

4.3 Planejamento e Avaliação de um PPA

O planejamento e a avaliação formam um sistema de orientação e controle necessários para a execução de programas de preparação para a aposentadoria. Note-se que, cada uma destas fases pressupõe uma seqüência de etapas a realizar, para que se obtenha êxito no âmbito geral destes programas.

De acordo com Zanelli e Silva (1996), a primeira etapa do planejamento de um PPA caracteriza-se pela pesquisa preliminar (ou diagnóstico da situação), quando se identificam as percepções do público alvo no que tange à aproximação da aposentadoria e às perspectivas que se abrem para este período. O objetivo principal da pesquisa preliminar é personalizar o futuro programa, ou seja, adequá-lo às características da organização. A etapa seguinte consiste no estabelecimento do conteúdo do Programa, em consonância com as percepções identificadas e, na seqüência, o desenvolvimento do

programa. A última fase caracteriza-se pela avaliação do programa. Esta, tem por finalidade básica verificar se os objetivos iniciais foram alcançados. Dentre os procedimentos utilizados, citam-se as entrevistas individuais ou grupais, as discussões em pequenos e grandes grupos e os questionários. Para Zanelli e Silva (1996), a avaliação deve ocorrer ao nível dos participantes, dos coordenadores, dos palestrantes, do Departamento de Recursos Humanos, dos gerentes e supervisores no local de trabalho e da administração central da instituição.

De acordo com Tripodi (1975), o desenvolvimento de um programa é um processo com estágios consecutivos e inter-relacionados, que abrangem iniciação ou planejamento, contato, implementação e avaliação. Durante o estágio de iniciação, os recursos materiais, sociais e tecnológicos são assegurados. Embora as atividades de iniciação possam variar segundo o programa, devem lidar com tarefas voltadas para a formação de uma equipe competente, para a obtenção de recursos financeiros e físicos e para assegurar legitimação social. Também inclui-se nesse estágio a especificação dos objetivos e do método apropriado para alcançá-los, a identificação do público alvo e o estabelecimento das funções da equipe gestora do PPA. No segundo estágio, é estabelecido contato com os participantes potenciais. Os esforços para viabilizar esse estágio podem envolver publicidade, contato com outras organizações que possam ser fontes de encaminhamento, panfletos etc. Além disto, os gestores do programa devem, neste estágio, examinar quais fatores dificultam ou facilitam os contatos. Já, o terceiro estágio se caracteriza pela implementação do programa em que deve ser aplicada uma tecnologia de mudança.

Por fim, o último estágio, que corresponde à avaliação, visa, basicamente, responder a indagações referentes à efetivação dos objetivos, à continuidade do programa, às possíveis alterações e aos parâmetros escolhidos para mensurar os resultados.

Segundo Tripodi (1975), a avaliação é um dispositivo de *feedback* de informação para os responsáveis pelo desenvolvimento do programa que, sob condições ideais, é um processo contínuo. Hamblin (1978) descreve a avaliação como o ato de julgar se a realização de um programa foi válida ou não, em termos de algum critério de valor, à luz das informações disponíveis. Avaliar consiste em medir o grau de congruência entre o que era esperado e o que foi efetivamente alcançado, afirma Macian (1987). Em suma, o processo de avaliação possibilita verificar não só a qualidade do trabalho desenvolvido,

como também a consistência do programa dentro da política de recursos humanos da instituição.

Ao avaliar-se um programa, coletam-se informações sobre as mudanças provocadas pelo mesmo. Assim sendo, é necessário que se reflita sobre os tipos de efeitos que o programa terá (se obtiver sucesso) e a seqüência em que estes efeitos ocorrerão. Hamblin (1978), propõe cinco níveis de avaliação, apresentados a seguir:

a) Avaliação de Reação: neste nível, procura-se verificar a reação do participante com relação ao conteúdo desenvolvido (natureza, profundidade, pertinência, distribuição e volume), metodologia, atuação do instrutor, carga horária, valor prático e aplicabilidade, material didático utilizado, etc. Esta avaliação pode ser efetuada ao final de cada sessão (para possibilitar possíveis alterações nos processos) e/ou ao término do programa, mediante depoimentos verbais ou preenchimento de formulários apropriados. Os participantes devem ser orientados sobre a importância desta avaliação para que ofereçam dados objetivos, isentos de simpatias ou receios de possíveis represálias. O ideal é que seja mantido o anonimato;

b) Avaliação de Aprendizagem: visa medir até que ponto houve mudança de comportamento pela aquisição de novos conhecimentos, sendo o aprendizado dividido nas categorias de conhecimentos, habilidades e atitudes. Isto corresponde ao aprendizado cognitivo, psicomotor e afetivo. As técnicas mais utilizadas para avaliação de aprendizagem são testes de lápis e papel, para mensuração de conhecimentos; testes de desempenho, para mensuração de habilidades; e entrevistas, observações e técnicas projetivas, para mensuração de resultados em termos de atitudes. É desejável que a avaliação de aprendizagem seja objetiva, estruturada e, se possível, quantificável. Boog (1994) sugere que, para tornar o processo mais confiável, sejam utilizados o pré-teste e o pós-teste, além da comparação entre o grupo que passou pelo programa com um grupo de controle.

Boog (1994) e Hamblin (1978) têm perspectivas convergentes ao pontuarem que os participantes possuem expectativas iniciais quanto ao programa e que estas são fundamentais para determinar a reação destes ao mesmo. A avaliação pré-programa pode ser comparada com as reações pós-programa e ser utilizada para estabelecer objetivos de reações.

c) Avaliação de Comportamento ou Resultado Intermediário: este nível de avaliação é mais complexo que os anteriores. Em primeiro lugar, a avaliação nem sempre pode ser imediata. É necessário algum tempo para que as mudanças de comportamento possam ser observadas. Não é incomum encontrarem-se casos de pessoas que avaliam positivamente o programa (reação), demonstram que aprenderam (aprendizagem), mas não alteraram seu comportamento. Boog (1994) enfatiza que para haver mudança de comportamento são necessárias outras variáveis. Além do programa, o participante precisa reconhecer suas limitações e querer mudar, precisa de apoio e orientação para a mudança, bem como de um clima permissivo que permita a experimentação de novos comportamentos. As mudanças de comportamento podem ser mensuradas por meio de grupos de controle, avaliação de desempenho (antes e depois), observação de desempenho algum tempo depois do programa e utilização de depoimentos dos próprios participantes, de supervisores e subordinados.

d) Avaliação de Resultados Finais: trata-se de uma avaliação global dos efeitos do programa. Para a empresa, a avaliação de resultados finais visa verificar se o retorno em desempenho compensou os investimentos realizados. Para os participantes, esta avaliação visa verificar se suas metas pessoais foram alcançadas.

O administrador do programa, os avaliadores e as demais pessoas que têm interesses no planejamento e nos resultados de uma avaliação, podem apresentar diferentes ideologias e sistemas de valores, conseqüentemente, apresentarem diferentes concepções sobre avaliação. Por exemplo, o avaliador pode estar preocupado com a generalização dos resultados para outros programas e com a elaboração de um trabalho que seja respeitável aos olhos de seus colegas profissionais. A equipe do programa pode estar mais interessada em oferecer serviços à sua clientela e pode encarar a avaliação como uma usurpação do seu tempo, enquanto os patrocinadores podem estar mais interessados nas despesas e no rendimento do programa. Assim, o consenso e a cooperação de todos os envolvidos no processo é fundamental para uma avaliação mais ampla (Macian, 1987).

Os dados obtidos no processo de avaliação nem sempre são confiáveis, pois podem ser manipulados e interpretados de diversas maneiras (Tripodi, 1975; Macian, 1987). Questionários de avaliação da reação, ou mesmo depoimentos verbais, oferecem uma gama de respostas que nem sempre podem ser computadas como evidência de determinados resultados. Em respostas do tipo “Foi muito descontraído e divertido”; “Foi ótimo para

promover novas amizades”; “Apresentou excelente material didático”; “Enriqueceu minha experiência de vida”, quais são mais pertinentes para a análise ? Depende, portanto, da maneira como forem analisadas. De acordo com Boog (1980), um meio para uma interpretação mais segura é pesquisar os resultados em duas dimensões: validação e avaliação. No processo de validação, mede-se quão bem utilizados são os recursos colocados à disposição do programa, referindo-se à eficiência. No processo de avaliação, verifica-se em que medida foram alcançados os objetivos do programa, o que corresponde à eficácia.

Há, portanto, programas válidos por não ter ocorrido desperdício de recursos, que no entanto, podem não ter atingido os objetivos propostos e serem ineficazes. Assim, para evitar distorções, é necessário que se estabeleçam objetivos claros e que a avaliação seja realizada em função destes objetivos.

Os instrumentos utilizados para efetuar a avaliação, em qualquer das dimensões ora comentadas, são variados. Eles incluem questionários, entrevistas e observações. Independente da técnica utilizada, um aspecto significativo, segundo Macian (1987), é a postura do avaliador. Este deve prevenir-se quanto a certas ilusões que são freqüentes no processo de avaliação, dentre as quais pode-se citar:

- a) Confiar exclusivamente nos dados da avaliação de reação. Segundo a autora, os resultados obtidos logo após a realização do programa podem retratar apenas uma reação mecânica que não garante a retenção e, conseqüentemente, a transferência da aprendizagem para situações reais. Tais resultados podem estar configurando mudanças de comportamento apenas aparentes, que não se mantêm com o passar do tempo. É recomendável que a avaliação imediata seja complementada pela avaliação mediata, isto é, aquela feita mais tarde;
- b) Contagiar-se com o entusiasmo dos participantes, que freqüentemente, estimulados pela situação de descontração e pelas novas amizades superestimam o valor dos encontros;
- c) Esperar mudanças muito significativas de comportamento no participante;
- d) Esquecer-se de que a avaliação deve focalizar sempre os objetivos propostos, pois dissociada deles, perde o sentido.

Tendo em vista a multidimensionalidade dos fatores que envolvem o PPA, não é possível definir até que ponto os resultados obtidos decorram exclusivamente do programa. Diante disso, Macian (1987) sugere que o processo de avaliação combine diferentes instrumentos para a coleta de informações.

De acordo com França (1992), a avaliação de um PPA deve ser realizada sistematicamente com a equipe gestora do programa e com os participantes, sendo prevista a participação de uma consultoria e/ou membros de outros grupos de trabalho. Acrescenta, também, que sejam inseridas estratégias e mecanismos que garantam o acompanhamento dos aposentados durante um período de 12 meses após o desligamento da empresa.

Demonstra-se, assim, a importância que o planejamento e o processo de avaliação representam para garantir a manutenção e o desenvolvimento de programas de preparação para a aposentadoria.

Considerando-se as diversas formas de avaliação apresentadas, decidiu-se, no presente estudo, avaliar os resultados finais de um PPA, detendo-se na contribuição prestada à qualidade de vida dos aposentados.

5 METODOLOGIA

Neste capítulo, explicitam-se os procedimentos metodológicos utilizados para o desenvolvimento da pesquisa que privilegiam a abordagem qualitativa para a analisar a contribuição de um PPA para a qualidade de vida de seus participantes.

5.1 Pressupostos da Pesquisa

A presente pesquisa caracteriza-se como um estudo de caso, pois visa retratar a realidade de um programa de preparação para aposentadoria desenvolvido na Universidade Federal de Santa Catarina. O estudo de caso é indicado quando o pesquisador procura responder às perguntas “como” e “por que” certos fenômenos ocorrem, quando há pouca possibilidade de controle sobre os eventos estudados e quando o foco de interesse é sobre fenômenos atuais, que só poderão ser analisados dentro de algum contexto da vida real (Triviños, 1987; Godoy, 1995).

As técnicas utilizadas para coleta e tratamento dos dados privilegiam a abordagem qualitativa. De acordo com Richardson et al (1985), “os estudos que empregam uma metodologia qualitativa podem descrever a complexidade do problema, analisar a interação de certas variáveis, compreender e classificar os processos dinâmicos vividos por grupos sociais, contribuir no processo de mudança de determinado grupo e possibilitar, em maior nível de profundidade, o entendimento das particularidades do comportamento dos indivíduos” (p. 39). Esta abordagem propicia uma inter-relação entre participante e pesquisador na construção e reconstrução do conhecimento. A pesquisa qualitativa parte do pressuposto de que as pessoas agem em função de suas crenças, percepções, sentimentos e valores, sendo que seu comportamento tem, sempre, um significado que não se dá a conhecer de modo imediato, precisando ser desvelado, como afirma Alves (1991).

A escolha desta abordagem deve-se ao fato de que é uma alternativa compatível com o estudo de caso e, principalmente, porque “preocupa-se em retratar a perspectiva dos participantes” (Ludke e André, 1986, p. 13), entendida neste estudo como essencial para compreender o fenômeno em observação. Assim, numa “compreensão crítica da realidade social, a realização de pesquisas não é vista somente como processo unilateral. Ao

contrário, é concebida como um processo multidirecional e de ampla interação entre o participante e o objeto do conhecimento” (Franco, 1986, p. 32).

5.2 População e Amostra

A população desta pesquisa constituiu-se de servidores docentes e técnico-administrativos da Universidade Federal de Santa Catarina que se aposentaram no período compreendido entre o segundo semestre de 1993 e o segundo semestre de 1997.

Selecionaram-se duas amostras intencionais, sendo uma composta de servidores aposentados que participaram do programa de preparação para a aposentadoria da UFSC e outra de servidores aposentados da UFSC que não participaram do referido programa.

O critério de intencionalidade adotado para a escolha dos sujeitos componentes destas amostras foi a similaridade existente entre eles, identificadas através dos seguintes fatores:

- Fatores pessoais: sexo, idade e estado civil
- Fatores profissionais: formação profissional, grau de instrução, função que exerceu na UFSC, tempo de trabalho e tempo de aposentadoria.

Foram identificados 26 (vinte e seis) servidores em cada amostra que possuíam características de similaridade. Deste total, 04 (quatro) recusaram-se à entrevista por motivos tais como: “meu marido é candidato as eleições e eu estou muito envolvida na campanha”; “meu tempo é restrito e eu sou muito ocupada”; “estou saindo para o trabalho e não tenho tempo agora”; “eu não gostaria de dar entrevista, gostaria que você procurasse outra pessoa”. Outras 06 (seis) pessoas não foram localizadas, devido a mudança de endereço e/ou por não constarem da lista telefônica de Florianópolis.

Registra-se, ainda, que o Departamento de Pessoal da Universidade Federal de Santa Catarina não possui uma listagem atualizada dos dados cadastrais de seus servidores ativos e inativos.

5.3 Perguntas de Pesquisa

Para orientar o processo de investigação deste estudo, foram formuladas as seguintes questões :

1. Como se desenvolveu o Programa de Preparação para Aposentadoria – PPA na Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC ?
2. Que conjunto de indicadores expressam a qualidade de vida na aposentadoria ?
3. Com base nos indicadores de qualidade de vida identificados, qual a percepção dos participantes em relação à aposentadoria ?
4. Que diferenças podem ser observadas entre aposentados participantes e não participantes do PPA-UFSC, em relação à qualidade de vida ?
5. Qual a importância do PPA-UFSC para a qualidade de vida dos aposentados ?

5.4 Instrumentos de Coleta de Dados

Face ao delineamento da pesquisa, optou-se por utilizar a entrevista como instrumento de coleta. Triviños (1987) afirma que “a entrevista, ao mesmo tempo em que valoriza a presença do investigador, oferece todas as perspectivas possíveis para que o informante alcance a liberdade e a espontaneidade necessárias, enriquecendo a investigação” (p. 146). Neste estudo, adotou-se a entrevista individual semi-estruturada, definida como aquela que parte de certos questionamentos básicos, apoiados em teorias e perguntas que interessam à pesquisa e que oferecem um amplo campo de interrogativas, fruto de novas perguntas que vão surgindo na medida que se recebe as respostas dos informantes. Assim, a pesquisadora elaborou um roteiro de temas a serem explorados (anexo 1) que serviu de base para as perguntas destinadas aos participantes. As questões

foram formuladas de maneira aberta, do tipo: "O que o trabalho representou em sua vida?", ou "Por que resolveu se aposentar?", ou "Como é o relacionamento com seu esposo, houve mudanças no mesmo após a aposentadoria?", ou "Como se sente com a sua idade?" ou "O que significa viver com qualidade de vida?". Portanto, as questões elaboradas buscavam caracterizar a qualidade da vida dos servidores aposentados da Universidade, verificando a contribuição do PPA neste sentido.

As entrevistas foram previamente agendadas, por meio de contato telefônico, oportunidade na qual procedia-se a identificação da pesquisadora, informavam-se os objetivos da pesquisa e a metodologia a ser utilizada, enfatizando-se a grande importância que representava a participação do contactado (a) para o êxito da investigação. Procurou-se desse modo estabelecer um "rapport" adequado, que permitisse vencer as resistências iniciais. Alguns entrevistados externalizaram, a princípio, alguma resistência, com expressões do tipo: "Onde você conseguiu o meu nome e endereço?" ou "Por quê você me escolheu?" ou, ainda, "Não me sinto à vontade com um gravador!" Contudo, no desenrolar da entrevista, tais resistências foram vencidas, quando o conteúdo da mesma passava a interessar aos entrevistados, dando-lhes um sentido de utilidade e entretenimento, revelados por expressões faciais, expressões verbais e, principalmente, quando ao final da entrevista, manifestavam a intenção de discorrer sobre outros aspectos para eles significativos, mas não abordados no roteiro pré-estabelecido.

O processo da entrevista iniciava-se pelo preenchimento de uma ficha de caracterização do respondente, que continha perguntas referentes aos fatores do critério de similaridade utilizado (anexo 2), o que possibilitou ratificar e/ou complementar os dados anteriormente coletados no Departamento de Pessoal da UFSC.

Em seguida, abordavam-se questões referentes ao contexto de trabalho, procurando coletar dados sobre o envolvimento ou comprometimento com o mesmo, por meio de perguntas como: "Gostava do que fazia?" "Como era o ambiente de trabalho?" As respostas a estes questionamentos permitiram aos informantes um grande extravasamento de sentimentos, lembranças e até mesmo de protestos.

Dando continuidade, a pesquisadora solicitava informações sobre os fatores de decisão, destacando as expectativas e a percepção de ganhos e perdas com a aposentadoria. Desta forma, buscava-se verificar se houve planejamento, reflexão e as circunstâncias que

motivaram a solicitação da aposentadoria. O pressuposto básico era de que, para aqueles que optavam pela aposentadoria de modo contingencial, sem a devida preparação, vivenciariam esta mudança com maior dificuldade.

Em relação ao contexto de saúde, foram elaboradas questões que não só evidenciassem o estado de saúde física dos aposentados, como também o significado que este estado pudesse ter no psiquismo dos mesmos. Assim, pretendia-se ter uma avaliação geral da capacidade, da disposição, bem como da sensação de bem estar, tão importantes para uma vivência positiva desta etapa da vida.

Na seqüência, a entrevista focalizava o contexto familiar em dois momentos distintos: o antes e o depois da aposentadoria, buscando detectar possíveis alterações no que tange ao relacionamento com o cônjuge, filhos e parentes mais próximos. Partiu-se do pressuposto de que a dinâmica familiar sofre alterações, tanto positivas quanto negativas, devido à presença mais constante do aposentado em casa.

Questões relacionadas à ocupação do tempo e aos relacionamentos sociais foram formuladas partindo do pressuposto de que a falta de planejamento para a aposentadoria leva à inadaptação, à sensação de vazio, de inutilidade e ao isolamento social.

A religiosidade e questões existenciais, como a velhice, a morte e a solidão, foram contempladas. De acordo com a bibliografia consultada, a religiosidade tende a intensificar-se nesta fase, como um suporte para enfrentar as dificuldades da adaptação à aposentadoria. Além disto, partiu-se do pressuposto de que o aposentado que possui um posicionamento favorável a aposentadoria, à velhice e à morte não desenvolveria expectativas e comportamentos negativos socialmente esperados, tampouco sentir-se-ia limitado para executar atividades e projetos.

As entrevistas foram gravadas e realizadas nas residências dos entrevistados. Quanto ao registro das informações coletadas, ficou assegurado o sigilo. Neste sentido, cada uma das entrevistas foi codificada de forma alfanumérica, isto é, os primeiros dígitos representam o grupo a que pertence o entrevistado (“np” representa o grupo dos servidores que não participou do PPA e “p” representa aqueles que participaram do Programa, seguidos de um dígito numérico que representa o número da edição do Programa), enquanto que o último dígito, representado por uma letra, identifica o entrevistado. Assim, o código “p2C”, significa que o entrevistado pertence ao grupo que participou do 2º PPA e

é identificado pela letra C. A propósito o tempo médio de duração das entrevistas foi de 1 hora, sendo realizadas no período de agosto a novembro de 1998.

Nesta pesquisa, além das fontes primárias (entrevistas), utilizaram-se fontes secundárias para a coleta de dados, como consulta a documentos internos da UFSC e consulta a periódicos e livros especializados, que permitissem entender a macro-estrutura social e política na qual a organização e os seus servidores aposentados estavam inseridos.

5.5 Organização e Análise dos Conteúdos das Entrevistas

O conjunto de dados foi analisado por meio da técnica de análise de conteúdo, que possibilita compreender melhor o discurso, aprofundar suas características e extrair os momentos mais importantes, por meio de procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição dos conteúdos das mensagens (Richardson, 1985; Triviños, 1987).

Entre as diversas técnicas de análise de conteúdo, a mais antiga e a mais utilizada é a análise por categoria (ou temática). Esta se baseia na decodificação de um texto em diversos elementos, os quais são classificados e formam agrupamentos analógicos. Entre as possibilidades de categorização, a mais utilizada e eficaz, sempre que se aplique a conteúdos diretos (manifestos), é a análise por temas ou análise temática, destaca Vieira (1996).

Assim sendo, as fitas com as entrevistas foram transcritas na íntegra, tão fielmente quanto possível. Em seguida, realizaram-se várias leituras das mesmas, o que permitiu identificar e destacar trechos comuns e/ou significativos para compor as unidades de conteúdo. Para Franco (1986), estas podem ser uma palavra, um tema ou um item. Neste caso, optou-se por estabelecer as unidades de conteúdo a partir dos temas abordados nas entrevistas.

Delimitadas as unidades de conteúdo, procedeu-se à reunião e colagem dos trechos selecionados da fala de cada entrevistado referente às unidades estabelecidas. Para facilitar este procedimento, cada trecho recortado e reagrupado recebeu um código de identificação, o que possibilitou à pesquisadora, em caso de dúvida, recorrer ao texto na sua redação original.

Para facilitar a apresentação das verbalizações e à objetividade no processo de análise, decidiu-se agrupar as unidades de conteúdo em torno de temas e subtemas, abaixo configurados.

QUADRO II - Classificação Temática da Pesquisa

TEMAS	SUBTEMAS
1 Contexto da Aposentadoria	1.1 Satisfação e Compromisso com o Trabalho
	1.2 Fatores de Decisão
	1.3 Preparação e Planejamento para a Aposentadoria
	1.4 Percepção de Perdas e Ganhos
	1.5 Vivência da Aposentadoria
2 Contexto Econômico	2.1 Rendimentos
3 Contexto de Saúde	3.1 Saúde Física
	3.2 Saúde Mental
4 Contexto Familiar	4.1 Relacionamentos
5 Contexto Social e de Lazer	5.1 Grupos de Apoio
	5.2 Atividades Ocupacionais

Desta forma, a apresentação, discussão e análise dos dados coletados nas entrevistas foram desenvolvidas conforme a classificação acima definida.

5.6 Outros Procedimentos de Análise

Salienta-se ainda que, para a apresentação dos conteúdos das entrevistas, foram elaborados quadros sintetizados das características de similaridade dos sujeitos entrevistados. Os mesmos antecedem as falas sistematizadas por categoria de análise. Para garantir o anonimato dos respondentes, decidiu-se suprimir destes quadros a característica de similaridade “cargo que ocupava na UFSC”.

6 O PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA – PPA-UFSC

O estudo e análise do PPA-UFSC evidencia a necessidade de conhecer alguns aspectos importantes sobre a instituição na qual é desenvolvido. A Universidade Federal de Santa Catarina foi criada pela Lei n.º 3849 de 18 de dezembro de 1960 como uma instituição pública autárquica de ensino, vinculada ao Ministério da Educação, sendo regida por Estatuto e Regime Geral próprios e, seus servidores, pelo Plano Único de Classificação e Redistribuição de Cargos e Empresas, pelo Regime Jurídico dos Servidores Públicos Civis da União, das Autarquias e das Fundações Públicas e Federais (Búrigo, 1997).

O Campus Universitário está localizado no bairro da Trindade, no município de Florianópolis, Estado de Santa Catarina, numa área de um milhão de metros quadrados. Conforme o Decreto n.º 64.824 de 15/07/69, a Universidade Federal de Santa Catarina possui a seguinte estrutura administrativa e acadêmica:

Estrutura Administrativa:

*** Órgãos Deliberativos Centrais:**

- Conselho Universitário;
- Conselho de Ensino, Pesquisa e Extensão;
- Conselho de Curadores.

*** Órgãos Executivos Centrais:**

- Reitoria;
- Vice-Reitoria;
- Pró-Reitorias;
- Secretaria Especial de Planejamento.

*** Órgãos Deliberativos Setoriais:**

- Conselhos Departamentais;
- Departamentos.

*** Órgãos Executivos Setoriais:**

- Diretorias de Centros;
- Chefias de Departamentos.

*** Órgãos Suplementares:**

- Biblioteca Universitária;

- Restaurante Universitário;
- Imprensa Universitária;
- Museu Universitário;
- Hospital Universitário;
- Núcleo de Processamento de Dados;
- Escritório de Assuntos Internacionais;
- Editora Universitária;
- Biotério Central.

Estrutura Acadêmica:

- Centro de Ciências Agrárias;
- Centro de Ciências Biológicas;
- Centro de Ciências da Educação;
- Centro de Ciências da Saúde;
- Centro de Ciências Físicas e Matemáticas;
- Centro de Filosofia e Ciências Humanas;
- Centro de Ciências Jurídicas;
- Centro de Desportos;
- Centro de Comunicação e Expressão;
- Centro Sócio-Econômico;
- Centro Tecnológico.

Fazem parte de sua estrutura administrativa, ainda, o Núcleo de Desenvolvimento Infantil, o Colégio de Aplicação, o Colégio Agrícola de Camboriú e o Colégio Agrícola Senador Gomes de Oliveira, em Araquari.

De acordo com o Guia Acadêmico de 1996, a UFSC ofereceu naquele ano 28 cursos de graduação, 31 cursos de mestrado e 11 cursos de doutorado. Nesse mesmo ano, a UFSC, contava com um quadro efetivo de 3.350 servidores técnico-administrativos e 1.644 servidores docentes.

Na UFSC, o órgão de recursos humanos, é denominado Departamento de Recursos Humanos (DRH), sendo vinculado à Pró-Reitoria de Assuntos da Comunidade Universitária (Búrigo, 1997). Dentre as atividades desenvolvidas DRH está a capacitação dos servidores docentes e técnico-administrativos, onde esta inserido o Programa de Preparação para Aposentadoria.

O processo de aposentadoria dos servidores docentes e técnico administrativos na UFSC vinha ocorrendo de maneira gradual, previsível, com baixa frequência. No entanto, com a publicação do Regime Jurídico Único dos Servidores da União e das constantes ameaças do Governo Federal, no sentido de reestruturar o serviço público do país, a partir

de 1990 constatou-se um grande crescimento no total das aposentadorias, conforme dados da Tabela 1, a seguir.

TABELA I - Distribuição dos Servidores Aposentados da UFSC em relação ao ano da aposentadoria

ANO APOSENTADORIA	FREQUÊNCIA	PORCENTAGEM
1988	17	1,17 %
1989	13	0,90 %
1990	31	2,14 %
1991	402	27,76 %
1992	187	12,92 %
1993	115	7,94 %
1994	123	8,50 %
1995	197	13,60 %
1996	168	11,60 %
1997	195	13,47 %
TOTAL	1448	100,00 %

FONTE: Departamento de Recursos Humanos da UFSC.

Neste contexto, emergiu a necessidade de implantação de um Programa de Preparação para Aposentadoria. Assim, em 1993, surge o PPA-UFSC, resultante da pesquisa coordenada pelo professor José Carlos Zanelli, do Departamento de Psicologia da UFSC (Zanelli, 1994), cujo objetivo era identificar as percepções dos servidores técnico-administrativos aposentáveis da instituição e as perspectivas que se abrem para esse período da vida.

O PPA-UFSC foi viabilizado após apresentação e aprovação de projeto ao Pró-Reitor de Assuntos da Comunidade Universitária e ao Departamento de Recursos Humanos da UFSC, que proveram os meios necessários para sua implantação (Alves e Xavier, 1994).

Este programa tem como objetivo geral “aprofundar questionamentos dos aspectos biológicos, sociais, culturais, psicológicos, políticos e econômicos que se manifestam com maior intensidade no período que antecede a aposentadoria” e, como objetivos específicos, “incentivar a reflexão a respeito de possíveis alternativas de ação na aposentadoria; identificar e facilitar a reelaboração perceptiva e afetiva de estereótipos, estigmas ou

preconceitos, geralmente referidos como características do papel do aposentado; avaliar os efeitos na saúde integral dos participantes, decorrentes da evolução do processo vital; evidenciar a importância da qualidade dos vínculos familiares, como forma de facilitar a transição para a aposentadoria; resgatar nos participantes a valorização do corpo físico, relacionando tal aspecto ao bem-estar emocional; mostrar a importância do esporte e do lazer, como forma de recuperar o sentido lúdico da vida e proporcionar meios ao reconhecimento de possibilidades concretas de emancipação e auto-realização humana durante a aposentadoria” (Zanelli e Silva, 1996, p.44-45).

O PPA-UFSC vem se desenvolvendo por intermédio de palestras ministradas sobre temas diretamente ligados a aposentadoria, acrescido de outros assuntos de interesse para o grupo participante, tendo como público alvo os servidores docentes e técnico administrativos da universidade que estão há dois anos ou menos do período da aposentadoria.

O Programa é oferecido semestralmente e está em sua décima terceira edição. É realizado entre dois a três meses, totalizando dez encontros. Para executar suas atividades conta com uma equipe composta de um coordenador, professor da área de psicologia organizacional; duas estagiárias de psicologia, que desempenham o papel de facilitadoras da expressão dos participantes, em relação às atividades desenvolvidas durante o programa, e duas pré-estagiárias de psicologia, que desempenham o papel de observadoras, para registrar fatos considerados importantes, manifestos ou velados, durante os encontros. Para ministrar as palestras previstas para o programa são convidados profissionais de diversas formações acadêmicas que, a cada encontro, abordam temas vinculados à aposentadoria, como relacionamento familiar, saúde e nutrição na terceira idade, aspectos financeiros e jurídicos da aposentadoria, esporte e lazer, organização de pequenos negócios, dependência de drogas e tendências da aposentadoria.

Zanelli e Silva (1996) sugerem um rol de temas para palestras quando da realização de um programa de preparação para aposentadoria em uma organização universitária. Acreditam, no entanto, que em outras organizações, como as do setor privado, os temas não sofreriam mudanças acentuadas. As palestras têm a duração de 60 minutos, sendo reservados 30 minutos para reflexões, dúvidas e relatos dos participantes. Os temas

abordados pelo PPA-UFSC, segundo aqueles autores, podem ser sintetizados da seguinte forma:

*Aspectos jurídicos e financeiros: informam aos participantes a lei que rege as regras da aposentadoria no Serviço Público Federal; fornece esclarecimentos a respeito de averbações por tempo de serviço em outras instituições ou tipos de trabalho, como também licenças-prêmio não usufruídas; informam a respeito dos procedimentos que devem ser adotados para requerer a aposentadoria e discorre sobre os casos onde é pertinente requerer a aposentadoria.

*Mundo do Trabalho: enfatizam a importância que o trabalho assume ao longo da vida do indivíduo, destacando a influência do mesmo na formação da identidade pessoal; abordam a importância dos vínculos que se formam entre as pessoas a partir das relações de trabalho e as possibilidades de atividade laborativa como fonte de auto-realização ou frustração.

*Aspectos sócio-culturais da aposentadoria: apresentam as diversas concepções e expectativas do contexto social a respeito do papel do aposentado, geralmente vinculados a estereótipos negativos e a estreita associação entre aposentadoria, velhice e morte, e sugerem aos participantes reverem seus valores e evitem internalizações autodepreciativas.

*Aspectos psicológicos da aposentadoria: discorrem a respeito da construção da identidade pessoal; evidenciam o quanto a identidade ocupacional é responsável por grande parte da auto-imagem, e a tendência em gerar problemas psicológicos quando do término formal da vida profissional, explicitadas por sentimentos difusos de mal-estar, de impotência e de baixa auto-estima.

*Aspectos biológicos e nutricionais: procuram enfatizar os procedimentos preventivos necessários à manutenção da saúde, tais como, medicina preventiva, hábitos alimentares saudáveis e dieta balanceada sob orientação médica; ressalta a importância de aceitar as transformações biológicas como um evento natural.

*Esporte e lazer: destacam a importância da prática de atividades físicas e de lazer em qualquer etapa da vida, particularmente na aposentadoria, quando a disponibilidade de tempo é maior; enfatiza a importância dos cuidados com o corpo,

uma vez que seu bom funcionamento é vital para a participação ativa do participante nos eventos que o rodeiam.

*Organização de pequenos negócios: discutem as possibilidades de constituir um negócio próprio, levando em conta as preferências, habilidades e aspirações dos participantes. Discorrem sobre empreendimento, empreendedor, captação de recursos, análise de mercado, dentre outros.

*Família e aposentadoria: enfatizam a importância da família no processo de preparação para a aposentadoria; destacam a influência da família na vida de seus membros, o relacionamento com o cônjuge, o distanciamento gradual do indivíduo da família, face aos compromissos laborais, e a aposentadoria como momento propício à retomada de atividades e vínculos dentro da família.

*Dependência de drogas na aposentadoria: procura alertar os participantes sobre a utilização excessiva de drogas permitidas e não-permitidas, como forma de compensar as perdas oriundas do rompimento das rotinas de trabalho; define os diversos tipos de usuários e aponta alternativas para a superação do uso exagerado de drogas.

*Tendências da aposentadoria: procuram informar sobre as mudanças na aposentadoria em nível internacional e nacional; apresenta as principais questões referentes à reforma da previdência; discute o duplo estigma do funcionário público aposentado: inútil (por aposentar-se) e privilegiado (por aposentar-se como funcionário público com proventos integrais) e a necessidade de desmitificar tais idéias junto à opinião pública; incentiva à participação em organizações de classe.

O planejamento da cada edição do Programa inicia-se com a avaliação da última edição do mesmo. São analisadas e discutidas as sugestões dos participantes e das estagiárias, sobre mudanças de palestrantes, inclusões e exclusões de dinâmicas e palestras, além das formas de divulgação utilizadas. A avaliação final é realizada com a participação das estagiárias, pré-estagiárias, professor supervisor e representantes do Departamento de Recursos Humanos da Universidade (Souza e Rodacoski, 1994).

Ao observar-se os dados das diversas edições do PPA-UFSC, verificou-se a ausência de registro de informações referentes ao 1º e 2º PPA. Quanto aos registros do 3º ao 10º PPA, constatam-se algumas modificações consideradas importantes pela equipe responsável pelo desenvolvimento do Programa, relativas aos temas constantes das palestras, as formas de divulgação e a mudança de palestrantes.

Outra característica identificada no PPA-UFSC refere-se à idade dos seus participantes, oscilando em torno de 49 anos, o que corrobora com os resultados da pesquisa de Monteiro (1996), que aponta a precocidade no fluxo de aposentadoria da UFSC. Portanto, esta deve ser tratada sob o enfoque da idade madura e não da velhice como a maioria dos autores tratam a questão (Lyra, 1982; França, 1992; Muller, 1992; Mello Wagner, 1998). Este fato indica que os fatores apontados como intervenientes nestas pesquisas sejam relativizados para o estudo da aposentadoria na UFSC.

Quanto ao processo de avaliação, realizado para analisar o desenvolvimento das atividades do programa, os registros levantados demonstram que o mesmo se atém à ótica da eficiência, isto é, a avaliação de reação e dos recursos humanos e materiais necessários ao funcionamento do mesmo.

Um outro aspecto presente no PPA-UFSC diz respeito à baixa participação dos servidores docentes em relação aos técnico administrativos. Desde o segundo semestre de 1996 o programa vem ampliando sua abrangência, incluindo em seu público alvo pré-aposentados pertencentes a outras instituições públicas do Estado.

Dado o exposto, pode-se constatar que o PPA-UFSC está em fase de maturação, já que funciona há apenas 5 anos, e possui uma dinâmica de funcionamento flexível, permitindo, assim, uma maior interação entre os participantes e o grupo responsável pela realização do programa, o que contribui para a eficácia do mesmo.

7 APRESENTAÇÃO DOS CONTEÚDOS DAS ENTREVISTAS

Neste capítulo, serão apresentados os conteúdos levantados nas entrevistas, organizados par a par, sendo que a coluna da esquerda contém as verbalizações dos entrevistados que participaram do PPA-UFSC e a da direita as falas dos que não participaram.

Convém lembrar, conforme o item 5.6, que antecedendo o resultado do material coletado, apresentam-se os quadros de similaridade entre os sujeitos participantes desta pesquisa.

Observe-se, ainda, que os conteúdos relatados seguem a classificação temática definida no item 5.5.

7.1 Relação de Similaridade n° 01 – Respondentes p8H e np8T

Código	p8H	np8T
Sexo	feminino	feminino
Idade	50 anos	48 anos
Escolaridade	superior	superior
Estado civil	solteira	solteira
Tempo de trabalho UFSC	23 anos	22 anos
Tempo que está aposentada	2 anos e 3 meses	3 anos e 3 meses
Tipo da aposentadoria	integral	integral
Exerce atividade remunerada	sim	sim

CONTEXTO DA APOSENTADORIA SATISFAÇÃO E COMPROMISSO COM O TRABALHO

As verbalizações revelam o papel central que o trabalho exerce para os entrevistados, inclusive em detrimento da vida pessoal. O compromisso e a satisfação com o trabalho, também foram evidenciados.

“[...] pelo fato de fazer o que sempre quis fazer, dar aula e trabalhar no magistério, me realizei dentro do trabalho [...]”.

“[...] tive a minha fase de querer casar e constituir família. Isso não deu certo, o

“[...] desde que completei 25 anos de serviço poderia me aposentar, mas eu fui indo por que era um trabalho que me recompensava, não só financeiramente, mas psicologicamente, eu gostava do meu trabalho, sempre gostei”.

que deu certo na minha vida foi o trabalho”.

“Eu era muito caxias, não faltava, não saia cedo [...] eu podia ter parado aos 25 anos, mas fui parar com trinta e poucos anos de serviço”.

“[...] eu sempre fui dedicada ao que estava fazendo [...] tu acabas ficando muito voltada para o profissional e eu que não tinha filhos, parece que a gente, de uma certa maneira, compensa com o trabalho de professor [...]”.

FATORES DE DECISÃO

A opção pela aposentadoria mostra-se influenciada por fatores pessoais nos dois grupos entrevistados.

“Mesmo realizada no trabalho, penso que a gente tem um tempo para tudo [...] eu quis me aposentar”.

“A minha mãe adoeceu [...] resolvi parar para acompanhá-la, cuidar dela”.

PREPARAÇÃO E PLANEJAMENTO PARA APOSENTADORIA

Observa-se que p8H planejou sua aposentadoria, afastando-se gradualmente, além de iniciar outras atividades, talvez como uma maneira de precaver-se da inadaptação. As falas desta revelam, ainda, que o PPA-UFSC lhe foi útil, fazendo-a refletir sobre sua vivência como aposentada. Já np8T tinha conhecimento do Programa, o achava interessante, mas desnecessário no seu caso. Ela não planejou sua aposentadoria e, também, iniciou outras atividades.

“Antes de me aposentar, comecei a fazer um curso à noite, de biblioteconomia [...] compromisso além das aulas que eu dou, tenho esta atividade à noite”.

“Eu nunca pensei em me aposentar, nunca fiz planos para a aposentadoria”.

“Eu não saberia [...] preencher o meu tempo com coisas menos produtivas, continuo trabalhando [...] faço traduções, correções de texto”.

“Eu participei do PPA quando já estava aposentada, nos dois colégios [...]”

“Eu gostei do programa, por que ele veio de encontro, as minhas perspectivas, ao tipo de vida que eu vinha levando”.

“Eu tinha conhecimento do programa, mas, não ia me aposentar [...] achava super legal, inclusive para um amigo professor que se aposentou e que estava entrando em depressão, eu disse - Vai

procurar ali na universidade, de repente é isso que tu estas precisando! [...] Eu sempre achei que não teria maiores problemas coma aposentadoria [...] eu sabia que alguma coisa eu iria fazer”.

PERCEPÇÃO DE PERDAS E GANHOS

Há consonância entre as verbalizações sobre a percepção de perdas e ganhos coma aposentadoria. Ambas enfatizam as vantagens em não ter um compromisso tão rígido com o horário. Perdas não são mencionadas.

“Expectativa era de continuar fazendo tudo que fazia antes, cuidar da casa, ler, bordar, viajar, sem me preocupar - poxa são dez horas, vai tocar o sinal ![...]”

“Foi ótimo parar, acordar de manhã, não precisar olhar o relógio. Uma coisa que me deixa satisfeita é o não uso do horário”.

“Eu virei dona do meu tempo, posso trabalhar até às 4:00, 5:00 horas da manhã, se eu quiser, que é o meu momento mais produtivo [...] sem ter a preocupação em levantar cedo [...]”

“Tenho certeza que consegui parar de fumar por causa desta elasticidade do tempo, o cigarro está muito ligado a questão da tensão, do estresse”.

VIVENCIA DA APOSENTADORIA

Pelos relatos analisados a aposentadoria é vivenciada como um processo gradual, o que tende a facilitar a adaptação a esta nova fase.

“A aposentadoria no primeiro colégio, foi ótima- Meu Deus, uma etapa cumprida, que coisa boa! Na segunda eu já tinha gozado aquela expectativa de folga, mas também fiquei contente e procurei ocupar o meu tempo”.

“Momento de tristeza senti na segunda aposentadoria, quando entreguei o processo no DRH, mexe um pouco com a tua cabeça, mas, não o suficiente para derrubar o cara”.

“O meu tempo ficou super ocupado [...] de certa forma transferei a energia do trabalho para minha mãe, quando ela faleceu tive um baque [...] nunca fui de depressões, tristezas [...] me dediquei a jardinagem, viajei com a família, depois voltei a trabalhar”[...]

CONTEXTO ECONÔMICO RENDIMENTOS

As falas evidenciam uma redução salarial. Contudo, os rendimentos são percebidos como bons. Ambas possuem dependentes e procuram manter o padrão de vida dos mesmos. Com a aposentadoria iniciaram atividades remuneradas, e ao que tudo indica, foram motivadas, também, pela necessidade de ocupar o tempo com atividades intelectuais.

“Apesar de ter os meus direitos garantidos [...] dentro do que eu entendo da legislação, no instante que eu me aposentei, fui lesada [...] apesar de achar que fui lesada, eu ganho bem”.

“Estou dando aula, na própria Universidade, é um projeto de supletivo de 2º Grau para os servidores”.

“Embora o meu salário seja bom, para manter a qualidade de vida que eu tinha antes sou obrigada a trabalhar, também gosto, eu não saberia viver sem ter uma atividade extra, só jardinagem, cuidar da casa [...] certamente me frustraria..

“A redução não chegou a afetá-los (dependentes) por que continuo mantendo o padrão que a gente tinha, em função destes trabalhos que eu faço.

CONTEXTO DE SAÚDE SAÚDE FÍSICA

Mais importante do que a real condição de saúde é a percepção positiva da mesma, fato que se evidencia nas falas. Os cuidados com a saúde foram ampliados com a aposentadoria. Ambas fazem exames e exercícios regularmente.

“Ah...me considero muito saudável, sempre tive pressão alta e continuo tendo, sempre comi sem sal e continuo comendo sem sal”.

“Eu vou ao ginecologista uma vez por ano, pego esses exames e levo num cardiologista. A dois anos atrás, fui pela primeira vez num cardiologista [...] e por intermédio dele comecei a caminhar, não tenho nenhuma cobrança maior, estou comendo mais capim”.

“Faço reposição hormonal, mas tirando isso a saúde é perfeita”.

“Eu vou uma vez por ano ao ginecologista e vou no homeopata acupunturista de três em três meses”.

“[...] ao me aposentar voltei a pedalar e a caminhar”

“[...] procuro comer mais verduras, legumes, carnes brancas”.

SAÚDE MENTAL

As falas de p8H revelam a importância do papel laboral em sua vida. a aposentadoria, neste caso, está delineada pela necessidade de compromissos, de realização de atividades de modo a evitar a tristeza e a depressão. Já, às verbalizações de np8T evidenciam maior equilíbrio e adaptação a aposentadoria.

“Uma pessoa, que teve o tipo de vida que eu tive, sempre presa no relógio [...] quando se aposenta e fica em casa, faz um monte de coisa que gosta, mas ao mesmo tempo falta um compromisso [...]”

“As pessoas que não cuidam deste aspecto, facilmente entram numa depressão ou numa tristeza”

“Quando a pessoa trabalha, o local de trabalho é o social dela [...]”.

“Hoje eu não estou dando aula, mas me sinto super bem com o trabalho que venho fazendo, como me sinto bem de ter tempo para cuidar do jardim [...] de conviver mais com as pessoas, com a minha família [...]”

Os relatos revelam, também, uma percepção acurada sobre os possíveis comportamentos dos aposentados. Nota-se o posicionamento positivo face a esta fase da vida.

“Admiro pessoas que se aposentam e continuam com uma atividade, continuam existindo [...] tenho satisfação quando levo um pito das amigas “Eu nunca te encontro em casa ! Isso significa que continuo viva, acontecendo [...]”.

“Conseguí ver com bastante distinção, o cara que se aposentou botou o chinelo e ficou dentro de casa, uma vida horrorosa! E aquele que mesmo botando o seu chinelo, pode sair a hora que quer, tem uma vida ativa. Era essa figura que eu queria ter de mim”.

“A gente sempre desenvolve a idéia de que o aposentado é um velho, que só está se preparando para morrer. Embora eu não pensasse formalmente nisso, este estereótipo está na cabeça da gente [...] nós nos aposentamos por volta dos 45, 50 anos, estamos na metade da vida, então, hoje, acho que a aposentadoria é um prêmio [...] principalmente no nosso caso, que nos aposentamos com salário integral”.

No âmbito geral há sensação de bem estar com a vida atual.

“Eu me sinto muito bem, muito feliz, tranqüila. Estou satisfeita com o que tenho...”

“Com o aspecto familiar estou satisfeita, com a produção intelectual não acho que esteja vivenciando o que poderia, em termos de potencialidades. Estou vivendo uma fase boa, equilibrada”.

O envelhecimento é percebido como natural e inevitável. Para ambas a realização de atividades físicas e mentais é fundamental para uma vida saudável.

“Eu pretendo ter sempre uma coisa para fazer, ser dinâmica, ativa. Eu acho que velhice é não ter objetivo na vida, não importa a idade”.

“ [...] você olha e está enrugada, mas não tem nada que se possa fazer, você vai ter que se adaptar e sem ranço [...]”.

“Acho que é um período em que a gente vai estar mais compreensiva, mais calma, [...] Em termos físicos é um pouco limitador. Se só murchar por fora, e continuar com vitalidade, vai ser uma velhice bonita [...]”

A percepção sobre qualidade de vida é abrangente e compartilhada entre as entrevistadas que a relacionam à saúde física e mental, à liberdade, à tranqüilidade financeira e a possibilidade de convívio com pessoas amigas.

“Qualidade de vida é estar se sentindo bem, porque não tem uma dor aqui, outra ali [...] se sentir bem onde está, não enumerar as coisas negativas, visitar uma biblioteca, uma livraria, poder pegar o carro e dar uma volta por aí, sem ter uma preocupação maior [...]”.

“Qualidade de vida [...] começa por ser dona do seu próprio tempo, viajar, ter direitos de ir e vir, ter tranqüilidade financeira, conviver com os amigos, com os amores, plantar, ter saúde”.

Os projetos para o futuro delineiam-se no âmbito profissional para p8H, o que parece causar um certo conflito interior. Já para np8T o futuro é hoje, expressando sua vontade de viver intensamente.

“Quando terminar meu curso penso em pegar uma biblioteca e dar um jeito nela

[...] o que me puxa pra trás é que se eu assumir uma biblioteca, vou perder uma coisa que me deixou feliz quando me aposentei - Não ter mais horário! [...]"

"O futuro para mim é hoje, parto do princípio que a vida está aí para ser feita. Vou fazer coisas boas, coisas que me realizem, vou continuar fazendo comida gostosa; brincando com as crianças, vou reunir meus poemas e fazer um livro.

A aposentadoria parece ter ocasionado uma mudança ou pelo menos uma tentativa de mudança comportamental nestas pessoas.

"Eu passei a cuidar mais de mim, no sentido de ter mais calma. Antes eu não conseguiria ficar em casa, tinha certeza que precisava estar no colégio, sempre uma responsabilidade, isso não é bom, deixa estressado. Hoje, penso porque eu não era assim calma antes"

"Estou fazendo o que quero, isso é agradável para mim [...] No âmbito profissional continuo a mesma, sempre pontual."

"Procurar ser mais paciente, aprender a dizer não, não assumir tantas coisas [...] Esta elasticidade do tempo, me permite mais reflexão, decidir sem muita loucura, sem neurose".

CONTEXTO FAMILIAR RELACIONAMENTOS

As falas de p8H destacam a dedicação ao trabalho, a relação com a mãe e sua vida independente. Já as verbalizações de np8T revelam seus fortes laços familiares e a boa aceitação de sua aposentadoria pela família.

"Tenho minha mãe e os meus sobrinhos mais de perto [...] tenho uma relação legal com eles. A gente conversava sobre a aposentadoria, mas, eu não esperava alguma idéia ou participação deles, fiz apenas uma comunicação."

"Eu moro em um condomínio familiar [...] no dia que saiu a minha aposentadoria fizeram uma festa".

"Eu acho que dá uma tranquilidade para eles [...] por que eu sou de certa maneira a continuidade do meu pai e da minha mãe".

"Para minha mãe, eu dizia que não iria voltar a morar com ela, pois, existia uma expectativa neste sentido [...] eu moro sozinha".

CONTEXTO SOCIAL E DE LAZER GRUPOS DE APOIO

As amizades são, em sua maioria, originárias do ambiente de trabalho. A aposentadoria não se configura como um elemento restritivo a essas relações. Os grupos aos quais pertence e os amigos parecem ser os elementos de apoio de p8H, enquanto que, para np8T, a família e os amigos desempenham este papel.

“As poucas amizades que tenho, começaram a muitos anos atrás, na minha vida profissional, são amigos que a gente sabe, que quando precisar eles estão ali” [...] a gente se reúne com uma certa frequência, às vezes com um, às vezes com outro, às vezes o grupo todo”.

“Eu sempre fui muito sociável, tenho muitos amigos, e amigos daqueles antigos que sabem – Agora tem que deixar sozinha, agora vamos convidar para sair, a maioria deles feita no espaço profissional”.

Nota-se uma diferença entre as entrevistadas, p8H procura sempre estabelecer compromissos, seja com o grupo de aposentados, com as aulas que ministra, com o curso de graduação que frequenta. Já, as falas de np8T revelam rejeição ao compromisso fixo.

“Faço as coisas que eu sempre fiz, bordo, faço tricô, crochê, vou a aulas de tricô e crochê [...] é um lugar que eu gosto muito [...]participo ativamente, também, da APOPEN. As pessoas devem fazer isso, porque senão ficam isoladas”.

“Sou da associação dos professores. Outros grupos não participo, por falta realmente de vontade. Acho que é um pouco, ainda, rejeição ao compromisso fixo [...]”.

A religiosidade manifesta-se principalmente pela crença em Deus. Note-se que ambas não participam dos rituais e que não houve incremento da religiosidade coma aposentadoria.

“Em termos de religião eu continuo a mesma. Sou católica [...] vou a igreja quando não tem missa. Sermão, essas coisas eu não gosto, leio muito, também livros religiosos, acredito em Deus”.

“Eu acredito em Deus, rezo, tenho fé, sou cristã. Gosto muito de ir a uma igreja quando ela está vazia, sem missa [...] a capacidade de concentração da gente fica diluída.”

ATIVIDADES OCUPACIONAIS

Observa-se que as atividades de lazer permanecem, basicamente, as mesmas. Contudo, face a disponibilidade de tempo são realizadas com maior frequência.

“Nas férias eu ia para casa da minha mãe, conseguia ficar sem pensar nas coisas que estavam me incomodando, era um descanso mental”.

“Gosto de viagens, do tipo pegar a estrada e ir pra frente, conhecer pequenas cidades, antes eu tinha que ver os feriados, agora viajo sem ter aquele compromisso da volta”.

“Gosto de viajar, encontrar com os amigos, ir ao cinema, pegar vídeo para ver em casa, ver um bom programa de televisão, ler um bom livro, escrever”.

7.2 Relação de Similaridade n° 02 – Respondentes p6Z e np6Z

Código	p6Z	np6Z
Sexo	feminino	Feminino
Idade	48 anos	49 anos
Escolaridade	superior	Superior
Estado Civil	casada	Casada
N° Filhos	----	02 Idade: 19 e 17 anos
Tempo trabalho UFSC	19 anos	24 anos
Tempo está aposentada	2 anos e 6 meses	4 anos
Tipo da aposentadoria	proporcional	proporcional
Exerce atividade remunerada	sim	sim

CONTEXTO DA APOSENTADORIA SATISFAÇÃO E COMPROMISSO COM O TRABALHO

A satisfação e o compromisso com o trabalho ficam evidentes nos relatos de p6Z estando relacionados à responsabilidade, à dedicação e ao ambiente cooperativo. Para np6Z os conteúdos revelam constantes mudanças de setor, salientando-se a falta de comprometimento com o trabalho.

“Era um ambiente bom [...] a nível de colaboração, sempre fui uma profissional muito apegada ao trabalho [...] tinha toda uma regra, era tudo muito corrido”.

“Eu não deixava nada por fazer quando eu trabalhava [...]”

“Troquei de setor diversas vezes [...] às vezes, não me sentia bem, então pedia para sair”.

“Não eram muito amigos, sempre tinha alguma falsidade [...]”.

“Me desligava. O trabalho lá e eu aqui”.

FATORES DE DECISÃO

As falas de p6Z denotam uma multiplicidade de fatores intervenientes em sua opção pela aposentadoria, com destaque para a vontade de viver a vida com mais intensidade. Já as verbalizações de np6Z evidenciam o cansaço e a síndrome do pânico.

“Primeiro, vontade de viver a vida com mais intensidade, sem limitações de horário; segundo a possibilidade de mudança da aposentadoria de serviço pela

“Eu estava cansada, depois tenho um problema – a Síndrome do Pânico, comecei a ficar agoniada lá, muitas vezes, eu não queria trabalhar [...] me arranquei!”.

idade e terceira, a expectativa de exercer outra função [...]"

PREPARAÇÃO E PLANEJAMENTO PARA APOSENTADORIA

A opção pela aposentadoria para p6Z foi permeada pela reflexão, face a importância do papel laboral em sua vida e o receio da inadaptação. A entrevistada ressalta, ainda, que o PPA- UFSC contribui para a qualidade de vida do futuro aposentado. Já np6Z não planejou sua aposentadoria, inscreveu-se e posteriormente desistiu do referido programa, não manifestando desejo ou necessidade de preparar-se para a aposentadoria.

"[...] Refleti muito, sofri alguns meses pensando [...] fiz um curso de preparação para a aposentadoria [...] Por que assusta, né ? É o desconhecido. Tu não sabes como vais reagir, quando não tiveres mais o teu horário"

"O PPA te ajuda a tomar decisões pelas experiências que as outras pessoas vem contar, pelo o que te oferecem nas palestras [...] contribui por que é um momento que a gente pára para pensar"

"Não planejei a aposentadoria. Eu queria era me mandar! Foi um alívio, como se tirasse um peso das minhas costas [...]"

"Eu fui mais por curiosidade. Uma amiga minha ia e eu tinha confiança nela. Aí ela não foi mais e eu peguei e não fui. Eu me sentia sozinha lá"

PERCEPÇÃO DE PERDAS E GANHOS

As expectativas de p6Z em relação a aposentadoria eram positivas e transformaram-se em ganhos. Já, np6Z teve suas expectativas frustradas, no entanto, também, percebe a aposentadoria de modo positivo.

"Esperava o momento de fazer tantas outras coisas que eu não havia feito até então, lá pelas tantas pegar a minha bolsa e dar uma volta, crescer mesmo, tentar fazer outra atividade, uma arte [...]"

"Ganhei mais tempo para cuidar de mim, para aprender outras coisas, para me dedicar a outras coisas e pessoas"

"Olha, até o momento eu acho que eu não perdi nada"

"Eu pensava que ia entrar na escola profissional, fazer cursos, no final não fiz quase nada"

"Eu ganhei a liberdade [...] possibilitou não ter compromisso com mais nada, com horário, com serviço"

"Senti falta de algumas pessoas de lá, mas do serviço nem um pouco!"

VIVENCIA DA APOSENTADORIA

A entrevistada p6Z vivenciou a transição a aposentadoria como um processo gradativo de conscientização e adaptação, não isento de conflitos pessoais. Já np6Z não menciona dificuldades, diz-se adaptada a esta nova fase.

“Quanto te aposentas tens ânsia de viver, não sabes o que! [...] queres dar conta de fazer tudo, é uma loucura! Eu cheguei a ter uma inflamação no braço de tanto arrumar a casa [...]”.

“Houveram momentos de tristeza, por que tu podés estar feliz na aposentadoria, mas recordas o que fazias, os amigos, o dia a dia [...] tem um lado que falta, sentes falta da parte técnica, de empregar os teus conhecimentos ”.

“Senti mais disposição. Se a gente não tem mais compromisso, responsabilidade, até se sente melhor, mais tranqüila, tem mais tempo para a família, para o marido [...]. Para mim foi uma boa me aposentar. Me adaptei. Não senti dificuldade”.

CONTEXTO ECONÔMICO RENDIMENTOS

Segundo os registros das entrevistadas houve diminuição nos rendimentos. Entretanto, este não parece ser o principal fator motivador do desenvolvimento de atividades remuneradas por p6Z. As verbalizações de np6Z indicam que tal redução não afetou seu padrão de vida.

“Na hora que te aposentas proporcional sabes que vais ter uma perda [...] tens que administrar e se adaptar aquilo”.

“Trabalho esporadicamente, o retorno é irrisório é mais por satisfação mesmo”.

“Houve redução, mas pra mim não fez muita falta, pois tenho o meu marido [...]”

“[...] Acho que já trabalhei tanto, tenho que dar oportunidade para as outras pessoas que precisam [...] eu já tenho um salário, acho que assim está bom”.

CONTEXTO DE SAÚDE SAÚDE FÍSICA

As verbalizações destacam uma percepção positiva em relação a saúde física. Os cuidados para manutenção desta, evidenciam-se por intermédio de consultas médicas periódicas e hábitos saudáveis para p6Z. Já np6Z não toma estes cuidados, porém, parece que a aposentadoria lhe trouxe benefícios à saúde.

“Saúde é boa, não tenho nenhum problema mais sério [...] vou ao ginecologista anualmente [...] nunca fumei, também não bebo. Meu sono é tranqüilo [...] agora está muito melhor.”
“Quanto a medicamentos, só reposição hormonal.”

“A minha saúde, eu acho que é boa. Não vou ao médico regularmente. Não sou assim de estar procurando. Tomo medicamentos controlados por necessidade, por mim não tomava”.
“Quando eu trabalhava tinha muita enxaqueca, agora dá uma dor de cabeça fraquinha”.

Para p6Z a prática de atividades físicas é uma constante, tanto antes quanto depois da aposentadoria. As verbalizações de np6Z denotam que tal prática é muito rara.

“Faço ginástica, às 3^h e as 6^h na Universidade”.
“A ginástica eu fazia, a um ano, talvez até pensando que iria me aposentar [...]”.

“Caminho um pouco, mas é muito raro, sou muito malandra. Temos bicicleta, aparelho de abdominal, ninguém faz nada”.

As falas revelam que p6Z percebe seus hábitos alimentares como adequados. Já, a alimentação de np6Z parece não ser muito saudável. O aumento de peso, ao que tudo indica, deveu-se ao estresse.

“Tenho uma alimentação boa. Recentemente, estava com anemia, fiz um tratamento especial com verduras [...] a gente corre e esquece das verduras, mas agora estou seguindo uma dieta balanceada e daqui para frente vou ter que segui-la”.

“Não gosto de verduras, só se eu fizer um sopa e botar tudo ali. Fruta uma ou outra”.
“[...] eu comia muita besteira, doce, refrigerante [...] quando me aposentei eu ia todo dia no centro, para não ficar sozinha, o meu marido trabalhava lá. Sabe o que é ir todo dia no centro? Eu já estava cansada, esgotada”

SAÚDE MENTAL

A percepção sobre os aspectos da vida com os quais está satisfeita ou insatisfeita, a qualidade de vida e os projetos para o futuro é positiva, relacionando-se a atividade profissional para p6Z. Já, para np6Z, tais percepções parecem ter como eixo central a superação da insegurança e do medo.

“Estou satisfeita, acho que fiz aquilo que queria fazer [...] tem tempo pra tudo na vida, para estudar, para se dedicar a vida profissional, e agora chegou a hora, de te aposentar, te fazer as tuas coisas”.

“Em termos de relacionamento conjugal, somos só nós dois, acho que une mais. Acho que estou satisfeita”.

“Para mim qualidade de vida é imprimir sentido em tudo que a gente faz. Encarar os problemas. É de manhã acordar e pensar que é um novo dia, já começar a se sentir bem, dar valor as mínimas coisas”.

“Em relação a projeto para futuro procurar alguma atividade remunerada ou continuar esporadicamente trabalhando”.

“Financeira, agora estou satisfeita [...] no relacionamento com o esposo, estou satisfeita também (risos) [...]”.

“Gostaria de mudar. Eu queria superar isso, não tem nada pior do que depender dos outros”.

“Qualidade de vida é ter uma vida saudável [...] se eu saísse dessa rotina, acho que a minha vida seria bem melhor!”.

A velhice é percebida de modo positivo por p6Z, ao contrário de np6Z, que a vislumbra como algo assustador e distante.

“É mais uma etapa da vida, para a qual devemos nos preparar emocionalmente e fisicamente, com acompanhamento. É bonito ver as pessoas da terceira idade desenvolvendo atividades”.

“Ui, tenho pavor da velhice ! Pensar que eu vou ficar velha, Deus me livre ! Eu acho que eu não vou ficar velha, que morro antes! (risos)”

A percepção das duas entrevistadas sobre os aposentados e sua maneira de vivera aposentadoria era positiva.

“Eu tinha duas imagens: aquele que se aposenta e não tem mais vontade de sair, fica com depressão e outra, daquele que inicia uma nova carreira. Vê que ainda

“Eu tinha inveja dos aposentados por que eles estavam em casa e eu estava ali”.

existem alguns horizontes. Era a idéia de poder continuar fazendo o que eu fazia e procurar alguma atividade não rotineira e prazerosa”.

As falas de p6Z denotam que ela, enquanto aposentada, vive uma fase positiva, ao contrário de np6Z, que vive uma fase de desequilíbrio em virtude de seus medos e inseguranças. Ao que tudo indica esse desequilíbrio permanece na fase atual.

“Sinto-me bem, consegui me organizar, botar valor em tudo que faço, nas mínimas coisas”.

[...] “Trabalhar é muito bom, mas ficar como eu estou agora também é bom, não é um rompimento tão grande”.

“Muitas vezes fui parar no hospital, dava um nervoso no trabalho [...] a última vez que me deu foi assim que me aposentei”.

“(fase atual) Ah, de dependência total, para sair tenho que tomar calmante e tem que ir com alguém do lado de preferência o meu marido”.

CONTEXTO FAMILIAR RELACIONAMENTOS

A entrevistada p6Z não tem filhos e é filha única. Assim sendo, o relacionamento familiar está centrado na relação com o cônjuge e com os parentes mais próximos. Parece que houve incremento destes relacionamentos coma aposentadoria. As falas revelam que o cônjuge participou de maneira positiva do processo de adaptação a aposentadoria. O relacionamento com o cônjuge é percebido por np6Z como bom, contudo as falas evidenciam conflitos. O marido não a apoiou quando de sua aposentadoria.

“Ele incentivou bastante para eu me aposentar e diz que só houve melhoras [...] no sentido de que eu era muito presa ao serviço, muito preocupada”.

“Eu me dedico mais a ele, por que tenho mais tempo [...] tenho um grupo de pessoas que dependem de mim, sempre me dediquei a elas, mas agora não tenho período [...] acho que elas têm notado diferença”.

“Tenho mais tempo para ficar enchendo o saco dele (risos) Ele diz que eu encho o saco dele, que sou chata. Por que sou toda chamego, e ele não é muito assim.”

“Ele fica doído comigo, diz que eu não me ajudo [...] queria que eu fosse mais ativa, independente [...]”

“Por ele eu não tinha me aposentado, ele falou que no começo ia ser bom, depois eu não ia agüentar a barra de ficar em casa, por que estava muito acostumada a trabalhar”.

O relacionamento com os filhos é percebido por np6Z como afetuoso. As falas indicam aumento da atenção, dos cuidados e das discussões com os filhos após a aposentadoria.

“[...] Ficar em casa [...] para dar mais atenção, para brigar mais com eles também. Ah, pegar no pé, pego toda a hora, né! [...] para ajeitarem às coisas e estudarem. Antes era mais o meu marido que pegava no pé deles”.

CONTEXTO SOCIAL E DE LAZER GRUPO DE APOIO

Com relação as amizades, p6Z procura cultivá-las. Já np6Z menciona apenas uma amiga da época da faculdade, com quem pode contar.

“Eu tenho bastante amigos chegados. Procuo cultivar amizades e fazer com que sejam duradouras, algumas são do ambiente de trabalho [...]”

“A única pessoa que eu sei que posso contar é com ela, é da época de colégio. [...] Nos visitamos e trocamos confidências”.

“Na época que eu trabalhava tinha bastante amizade, depois quando a gente veio embora, lógico que mudou a vida”.

ATIVIDADES OCUPACIONAIS

Pelo relato, constata-se que p6Z busca integrar-se a novos grupos, percebendo-os como grupos de apoio e acredita que seu lazer sofreu incremento coma aposentadoria. Já np6Z mantém as mesmas atividades de lazer e seus desejos parecem cerceados por sua dependência.

“Esses grupos que frequento, antes participava menos, não me preocupava em fazer parte deles [...] Agora tenho condições de viver melhor o meu lazer”.

“Tenho o grupo que era do colégio, estamos nos encontrando mensalmente e

“Faço o que eu fazia antes. Quando não fico vendo televisão, vou pescar, vou à praia, na casa de um parente, ao bingo, ele gosta muito de bingo [...]”.

o grupo da aposentadoria, a AOPEN, freqüente lá sempre”.

“A gente não sai dessa vida [...] é uma rotina, queria fazer coisas diferentes [...] queria participar de algum grupo ajudar alguém, mas, não consigo sair sozinha [...]”

A religiosidade de p6Z mostra-se como um momento de reflexão. Para np6Z manifesta-se por encontros semanais com um grupo de familiares. As verbalizações enfatizam que não houve incremento dessa prática coma aposentadoria.

“É um momento para tu ficares contigo e com Deus, para pensar em tudo que vives, como tu és. É muito importante, vou a missa geralmente aos domingos. Não houve alteração coma aposentadoria”.

“Sou espírita, a gente se reúne na casa da minha cunhada, toda semana, para ler [...] já faz quase 20 anos, é mais um encontro com a família [...] continua a mesma coisa”.

Ressalta-se que no início da aposentadoria de p6Z ocorreu uma compulsão por atividades domésticas. Atualmente, estas não são percebidas como importantes. Já, p6Z nunca percebeu os afazeres domésticos como relevantes.

“Tira tudo e bota tudo no lugar de novo, às vezes três, quatro vezes, talvez por achar que não haveria outro tipo de atividade [...]”

“Hoje eu acho que tudo é muito, por que me coloco em primeiro lugar, deixa para daqui a pouco e vai deixando”.

“Eu não gosto muito de serviço de casa. Não sou daquelas que não podem ver serviço, faço o essencial e deu !”.

“Eu tenho uma faxineira. Ela ajeita e eu vou conservando”.

7.3 Relação de Similaridade n ° 03 – Respondentes p6R e np6A

Código	p6R	np6A
Sexo	masculino	masculino
Idade	56 anos	59 anos
Escolaridade	superior	superior
Estado Civil	casado	casado
N ° Filhos	02 Idade: 25 e 27	03 Idade: 18, 20 e 23
Tempo trabalho UFSC	27 anos	28 anos
Tempo está aposentado	4 anos	4 anos e 8 meses
Tipo da aposentadoria	integral	integral
Exerce atividade remunerada	sim	não

CONTEXTO DA APOSENTADORIA SATISFAÇÃO E COMPROMISSO COM O TRABALHO

As verbalizações de ambos evidenciam satisfação e compromisso com o trabalho.

O ambiente laboral caracteriza-se pelo profissionalismo nas relações interpessoais.

“Antes o trabalho me remunerava, dava sustento e satisfação. agora ele simplesmente me dá satisfação [...]”

“[...]nunca tive problema de relacionamento, sempre houve cooperação”.

“Dedicação ao trabalho [...] não que fosse imperiosa a minha presença, mas eu sentia que precisava estar presente”.

“Relacionamento normal, nada de muitas intimidades [...] o clima de trabalho era bom”.

“O trabalho representou um meio de vida, o que é para todo mundo - uma obrigação [...] trabalhava muito mais do que as oito horas, levava serviço para casa o tempo todo”.

FATORES DE DECISÃO

As falas revelam que os entrevistados optaram pela aposentadoria movidos por fatores não coercitivos.

“Meu motivo é sui generis, foi para dar mais uma vaga ao Departamento. O fato de ter aposentadoria integral e um adicional [...] foi um rompante que me deu, eu não estava preparado para me aposentar”.

“Eu queria me aposentar quando tivesse chance. É só isso! Quando apareceu a chance (...) isto é, completei o tempo de serviço, requeria aposentadoria”.

PREPARAÇÃO E PLANEJAMENTO PARA APOSENTADORIA

As verbalizações denotam que p6R aposentou-se sem estar preparado, no entanto, tinha conhecimento do PPA-UFSC. O mesmo, após estar aposentado e passar por problemas de adaptação, resolveu participar do referido Programa, percebendo-o como válido. Já np6A acreditava não necessitar deste tipo de programa.

“Eu me aposentei antes de fazer o PPA-UFSC isso foi ruim [...] nem sei se teria me aposentado se tivesse feito esse curso antes”.

“Achei o programa válido, procuro aplicar os conhecimentos”.

“Essa preparação eu não achava que era necessário para mim. Preparar para que? Para arranjar atividades para fazer? Eu já tinha! Quer dizer, eu não precisava me preparar. Eu não me lembro se tinha ou não, este curso mas, se tivesse eu não daria a mínima”.

PERCEPÇÃO DE PERDAS E GANHOS

As falas revelam que a liberdade é percebida como ganho, ora vivenciada como a oportunidade de desenvolver uma atividade não remunerada, segundo p6R; ora, como a oportunidade de não ter compromissos rígidos, destacada por np6A. As perdas referem-se à ausência do status profissional e ao prazer de dar aulas, na percepção de p6R e np6A respectivamente.

“[...] pude me libertar, me doar, vir e colaborar com a universidade durante dois anos, independente de ganhar ou não, pela satisfação de colaborar [...]”.

“[...] o funcionário detecta que o professor está perdendo o cargo, a posição, e já não atende da mesma forma, isso mexe contigo, você tem que trabalhar isso [...]”.

“Senti um alívio muito grande por que eu era muito solicitado o tempo inteiro. Eu gostava de trabalhar, quer dizer gostava de dar aula, mas gostava mais de estar livre para fazer o que quisesse”.

“Perdi aquele prazer de dar aula, quase como uma expressão artística [...] perdi e senti falta, por que não há mas platéia [...]”

VIVENCIA DA APOSENTADORIA

Os relatos de p6R caracterizam-se pela inadaptação a aposentadoria, face a pressões da sociedade e da própria família, que o levaram à enfermidade. Já as falas de np6A denotam a adaptação a aposentadoria. Observa-se que p6R tinha como papel central em sua vida o trabalho, já np6A possuía outras fontes de interesse.

“Quando terminou o meu compromisso com a universidade senti a pressão da sociedade, da família – O que você vai fazer ? Como que um cara desses, jovem, vai botar o pijama e ficar em casa! Entrei num processo de busca do que fazer [...]de depressão, paranóia [...]com terapia e remédios eu consegui voltar ao normal de novo”.

“Passei direto do tempo integral para a boa vida, sem fases, sem transição. Não senti o problema de não ter o que fazer, estou sempre atarefado. Parei de trabalhar e continuo tendo o que fazer. Não vou para praça jogar dominó! Isso não é comigo!”

CONTEXTO ECONOMICO RENDIMENTOS

Para ambos houve aumento e posteriormente manutenção do valor numérico dos proventos. Contudo, a percepção sobre os rendimentos é diferenciada, p6R crê que houve uma alteração negativa em seu status econômico. Já, np6A enfatiza que seus rendimentos são suficientes para manutenção do seu padrão de vida.

“Eu acho que está bom, comparando com colegas de outras organizações”.

“Se fosse para continuar trabalhando seria com remuneração, para voltar a ter o status que eu tinha antes [...]”.

“[...] tive uma gratificação de 25 % sobre o salário [...] mas como há quatro anos não temos aumento, sinto estar ganhando menos”.

“Quando me aposentei era bastante dinheiro, agora já houve uma baixa. Mas dá para viver tranquilamente [...]”

CONTEXTO DE SAÚDE

SAÚDE FÍSICA

As falas de p6R denotam que sua saúde física e mental foi prejudicada pela aposentadoria, levando-o ao estresse e ao uso de medicamentos controlados. Além disso, face à importância do papel laboral, não consegue praticar exercícios físicos regularmente. Porém, seu nível de conscientização parece ter aumentado após um problema de saúde e a participação no PPA-UFSC. Já, np6A desenvolve atividades físicas há muitos anos.

“O PPA-UFSC me chamou atenção para a questão da saúde [...] você vai ter mais tempo de cuidar de si, da saúde. E depois de ter passado por esse estresse vi os erros que cometi, como me dedicar extremamente a uma atividade de leitura, de pesquisa, sem contrabalançar isso com atividades lúdicas, com esporte”.

“Uma coisa eu não consegui fazer são as caminhadas [...] não estou conseguindo botar na cabeça que isso não é perda de tempo, é ganho de vida!”

“[...] eu só ia ao médico quando dava algum problema. Em 1996 tive um câncer raro, isso me deu um baque, depois disso eu estou indo regularmente”.

“Eu acho que está boa, normal, por que eu não sinto nada. Eu não vou ao médico, pois acho que é a melhor maneira de ficar doente, a doença tem muito de psicossomático. Vou ao oculista e ao dentista”.

“Eu faço cooper quatro vezes por semana, seguindo o método do próprio autor há vinte e poucos anos [...]”

Os cuidados com a alimentação de p6R intensificaram-se após a aposentadoria. Já np6A manteve seus hábitos saudáveis. Ambos bebem com moderação.

“Eu tenho cuidado bem mais da alimentação e do peso também. Em função do PPA e do médico estou comendo muito mais vegetais do que comia antes. A minha dieta mudou bastante”.

“Com relação ao álcool eu nunca fui de tomar grandes porres [...] hoje sou muito mais seletivo”.

“Eu sigo as recomendações da dieta proposta por Cooper”.

“Eu tomo vinho todo dia no almoço. Isso não é beber eu suponho? [...] não sou preso a bebida”.

“Eu não tenho horário para dormir nem para acordar [...] antes também era assim, só que eu tinha que acordar às oito da manhã [...]”.

SAÚDE MENTAL

A satisfação com a vida e a percepção sobre qualidade de vida estão relacionados principalmente a saúde para p6R. Este preocupa-se com o declínio de sua capacidade física, relacionando-a à redução do padrão de vida. Já, np6A enfatiza o aspecto financeiro ao caracterizar satisfação e qualidade de vida, demonstrando um certo receio da velhice.

“Estou satisfeito com o que tenho, com a minha vida. Todos aqueles padrões que eu tinha colocado como objetivos de certa forma atingi.”

“[...] no aspecto financeiro, a preocupação é com o futuro, envelhecendo vou tendo cada vez menos capacidade de trabalho, manter o padrão de vida vai ser difícil.”

“Qualidade de vida é um conceito bastante amplo [...] colocaria em primeiro lugar a saúde física, hábitos saudáveis [...] outro aspecto é a questão mental, ter um objetivo, metas a realizar e dentro desse contexto se realizar, depois vem as questões materiais [...]”

“Velhice, acredito que seja não tanto um estado de espírito, mas um problema de envelhecimento das células [...] aceito que isso vem com a idade, tenho que me adaptar [...]”

“Nunca tive problemas com dinheiro [...] com a casa estou satisfeito, com esposa estou satisfeito”.

“Devo estar insatisfeito com alguma coisa, mas nada que seja tão importante que fique pensando nisso”.

“Qualidade de vida é fazer as coisas que quer, se puder! Ter dinheiro e tempo para viajar por exemplo. Vivo com qualidade de vida”.

“[...] Eu não me sinto velho, só pela idade. Talvez o que eu possa entender por velhice é que vai piorando o tempo do cooper. A gente sabe que maior a idade pior, né ! Embora, não sinta que tenha esta idade, eu sei que tenho. Então a gente vê que daqui a pouco as coisas vão começar a não funcionar direito”.

As falas denotam que a atividade docente exigia muito, mas era gratificante, principalmente para p6R que continua exercendo-a e tem projetos para o futuro na área. Parece que p6R não se sente bem priorizando as atividades relacionadas ao lar e aos familiares. Já, np6A ressalta que faz exatamente o que deseja.

“A rotina era a de um professor de tempo integral e dedicação exclusiva [...]”

“(rotina atual) Estou fazendo cursos de vendas, buscando literatura, estudando[...] estou de chofer, levo a esposa no serviço, corrida no supermercado, atender o pessoal que vem fazer algum serviço em casa, sai vai buscar material [...]”.

“A rotina era trabalhar o tempo todo, ter que vir aqui, preparar aula, dar aula [...]de noite corrigir prova, preparar mais aula, e assim ia, o tempo todo”.

“Aos finais de semana era a mesma coisa, preparando aula, estudando. Era tempo integral, por isso que eu senti o alívio”.

Estou sentindo que o tempo está passando e estou atendendo mais os outros [...] os meus compromissos, às vezes vem, por estar aposentado, por não ser nada prioritário, depois dos outros ou pelo menos depois dos da minha esposa, a prioridade é ela que está trabalhando”.

“A rotina agora é não ter rotina! Faço o que quero, na hora que quero”.

Ambos não se sentem aposentados, pois internalizaram um estereótipo negativo destes, delineando-os como inúteis ou pessoas que merecem desprezo.

“O aposentado faz o que quiser da vida dele, mas eu tinha um resquício, de que o cara é um inútil, tem que fazer alguma coisa útil. Essa questão de ser útil, ainda tenho comigo”.

“Eu vejo os aposentados e tenho a mesma sensação de menosprezo de quando estava na ativa. Não me boto no meio deles. Não me considero um deles”

Com relação aos projetos para o futuro, p6R os vislumbra, não mencionando sua idade como um fator restritivo. Já, np6A percebe-se sem perspectivas futuras.

“Seria um tipo de escola diferente, orientação de vendedores, uma forma de resolver o problema de desemprego e dar alento para muitos jovens [...]”.

“Não tenho projetos [...] na minha idade você perde a perspectiva futura, tem que fazer o que pode agora, por que depois será pior [...]”

CONTEXTO FAMILIAR RELACIONAMENTOS

O contexto familiar é multifacetado, para p6R. Embora, enfatize o bom relacionamento com a esposa, que continua trabalhando fora, percebe que não recebeu apoio ao aposentar-se. Sua esposa e sogra não aceitam sua aposentadoria, cerceando suas atividades lúdicas. Já, np6A tem um temperamento mais autoritário, apenas comunicou sua esperada aposentadoria à esposa.

“Eu cheguei lá em casa e disse – olha pedi as contas !”
“Eu sinto que de certa forma atrapalha, ver um homem parado dentro de casa. Para duas mulheres, é um choque!

“Nem comuniquei. A minha esposa sabia, eu dizia - vou me aposentar dentro de tal tempo, até que chegou o momento”.

Se eu abrir de manhã ou de tarde, meus álbuns de selo, aquilo vai dar tremedeira nelas [...] claro que surgem conflitos! A família não fez esse curso preparatório para a aposentadoria. A família também tem que ser trabalhada, por que só se trabalha um lado, por que não se trabalha o outro?”

“O meu relacionamento com a minha esposa, eu acho que é um relacionamento bom, a gente faz coisas que ambos gostamos de fazer [...]”

“Ela prefere o tempo de aposentado [...] não tenho mais desculpas, por exemplo, ir ao cinema à noite, por que – Não dá, tenho que preparar aula!”

“O relacionamento é normal, nunca tivemos problemas [...] continuamos como antes, sem atritos”.

Com relação aos filhos, ao que tudo indica, após assistir as palestras do PPA-UFSC p6R procurou mudar seu comportamento em relação ao filho mais novo. O relacionamento entre ambos não era muito bom. Já, np6A acredita que o relacionamento com os filhos manteve-se sem alterações, visto que o tempo que passam juntos é o mesmo.

“Eu tenho dois filhos [...] o mais moço está dando cabeçada na vida, ele se meteu com drogas, não consegue terminar o que começa [...] buscar maior aproximação com ele, surgiu após o PPA-UFSC, a partir da palestra sobre relacionamento familiar [...] eu estava muito arrogante, não valorizava as idéias dele, quando aquilo não vinha de encontro ao que eu pensava [...] então abri a guarda, no sentido de escutá-lo, não ser tão crítico[...].”

“Eu não estou mais longe ou mais perto deles por causa da aposentadoria. Por que a época que eu estava fora, eles também estavam. Agora, eu estou em casa, só que eles não estão. Para eles não mudou nada”.

“Não notei nenhuma alteração no comportamento deles, parece que é a mesma coisa”.

CONTEXTO SOCIAL E DE LAZER GRUPOS DE APOIO

Quanto as amizades, parece que os dois entrevistados, por dedicarem-se muito ao lado profissional, possuem poucos amigos, convivendo mais com as esposas. Relacionamento de amizade com familiares é problemático ou não é mencionado. Note-se que p6R tenta expandir sua rede de amizades, enquanto que np6A tem um temperamento introspectivo, o que tende a facilitar o isolamento em que vive.

“Só têm um casal, que ela era colega da minha esposa, com quem a gente tem mais contato [...] os outros só quando se encontra no supermercado. Mas, senão nem com os meus irmãos. As cunhadas não se tocam muito”.

“Eu tenho procurado fazer a cada sexta feira do mês, uma janta com os colegas de trabalho, mas devido a uma série questões [...] não fizemos mais”

“No ambiente de trabalho eram mais conhecidos. Há os amigos que jogam xadrez comigo. O meu círculo de amigos não mudou absolutamente nada por que eu me aposentei. A maioria dos meus amigos hoje, são os amigos da minha mulher. Amigos de conversar sobre generalidades, nada de muito íntimo. Eu sou mais reservado”.

As falas revelam que ambos não se identificam como aposentados, tampouco fazem parte de outros grupos.

“A APUFSC tem um setor dos aposentados, há a APOPEN, um movimento do Terceira Idade, existe uma série de ambientes, entretanto eu não me identifico com eles. O problema não está neles, está em mim”.

“[...] jamais fui na tal da APOPEN, e não vou. Se eu vou me meter numa festinha, não sei do que ? De distribuição de brindes! Isso é coisa de aposentado! Entrega de brinde, me interessa isso! Eles fazem por merecer o estereótipo”.

Pode-se dizer que a religiosidade funciona como uma prática que fornece apoio para p6R enfrentar as adversidades. Já para np6A a religião é uma filosofia que parece não influir muito em sua vida.

“Eu sou católico, minha esposa é luterana e minha sogra também. Eu tive que optar, então as acompanho à igreja luterana”.

“Eu acho a religião importante, acreditar em alguma coisa [...] tem me ajudado, no sentido de me tornar mais tranquilo, com situações em que eu não consigo lidar mais (..) Tu entregas na mão de Deus. Que ele vai te iluminar o caminho”.

“Eu sou católico, daquele tipo de missa de sétimo dia, essas coisas assim. Não freqüento”.

ATIVIDADES OCUPACIONAIS

A percepção sobre as atividades de lazer é diferenciada, p6R procurou desenvolver atividades que o mantivessem ocupado, propiciando exercício e desenvolvimento intelectual. Nota-se a influência do PPA-UFSC na concepção destas atividades. Já, np6A desenvolvia outras atividades ocupacionais além das laborais antes da aposentar-se.

“Procurei atividades que me mantivessem ocupado, que me dessem prazer e oportunidade de aplicar meus conhecimentos [...] tenho mais tempo para navegar na Internet, com o projeto “Manual do Estagiário”, que estou ampliando, melhorando, tenho um minhocário, essas idéias surgiram depois do PPA-UFSC”.

“Eu tentei, depois de aposentado, me aproximar dos negócios da família, mas eles não quiseram”.

“De repente o pessoal que se aposenta e sofre um baque é aquele que só fazia aquilo. Eu fazia outras coisas como navegar na Internet, jogar xadrez, ler, viajar. Eu não sou um aposentado típico, não sou como a maioria. Antes de me aposentar eu tinha todas estas atividades só que de maneira muito mais restrita, eu ansiava pela chegada da aposentadoria, para então poder me dedicar a isso [...]”.

7.4 Relação de Similaridade n° 04 – Respondentes p8M e np8E

Código	p8M	np8E
Sexo	feminino	feminino
Idade	50 anos	47 anos
Escolaridade	superior	superior
Estado Civil	casada	casada
N° Filhos	01 Idade: 11 anos	01 Idade: 08 anos
Tempo trabalho UFSC	20 anos	23 anos
Tempo está aposentada	2 anos	3 anos
Tipo da aposentadoria	proporcional	proporcional
Exerce atividade remunerada	não	não

CONTEXTO DA APOSENTADORIA SATISFAÇÃO E COMPROMISSO COM O TRABALHO

A satisfação e o compromisso com o trabalho mostram-se evidentes para ambas. Entretanto, np8E salienta a falta de boas condições de trabalho.

“Me sentia satisfeita com o trabalho [...] gostava do que fazia, inclusive deixei tudo em dia no meu setor, a pessoa que foi lá encontrou tudo organizado”.

“Do trabalho eu gostava, mas acho que a gente não tem na universidade, em geral, boas condições de trabalho, faltava muito material, era tudo muito restrito”

“Tinha épocas que eu levava trabalho para casa, para não deixar nada acumular, o que tem que ser feito, tem que ser feito logo e bem feito”.

FATORES DE DECISÃO

A opção pela aposentadoria apresenta-se claramente delineada. Os fatores de decisão são variados. As falas de p8M enfatizam a falta de disponibilidade de tempo para dedicar-se a outras atividades não laborais. Já, np8E além desse fator, salienta o estresse e as possíveis mudanças na legislação previdenciária.

“Eu estava a fim de mudar, eu gostava do trabalho, mas só fazia aquilo, não tinha tempo de me dedicar a minha casa, ao meu filho [...] não fazia o que eu gostava, ginástica, natação, inglês, não dava para conciliar, então pensei - Ah, deu pra mim. Que! Depois ficar de bengalinha, não!”

[...] anos fazendo o mesmo trabalho a gente se desgasta, no final eu estava doente, já tinha tido uma depressão”.

“Eu queria ler, fazer trabalhos artesanais, cuidar do meu filho, sair mais [...] andar à toa, sem compromisso com horário de trabalho”.

“Eu queria tempo pra mim! Me cuidar, caminhar, ir para natação, sair...”

“[...] O Governo estava acenando mudanças para aposentados, eu fiquei apreensiva, como daí a alguns anos eu ia me aposentar, em tempo integral. Então só antecipei !”

PREPARAÇÃO E PLANEJAMENTO PARA APOSENTADORIA

O PPA-UFSC é analisado de modo diferenciado pelas entrevistadas, p8M enfatiza que participou do referido programa por curiosidade, para sair da rotina de trabalho, não percebendo-o como relevante. Já, np8E achava-o interessante e o faria se tivesse tido tempo.

“Eu fiz o curso por curiosidade, tinha certeza do que queria. Nem precisava ter feito o curso, aquilo de depressão não sei mais o que, não tive nada disso”.

“Das palestras, alguma coisa serviu, mas nada, só me convenceu mais ainda”.

“Era uma vez por semana, legal dar aquela saída, sabe quanto tu tens vontade de fazer alguma coisa diferente [...] mas, não achei tão importante, pra mim não!”

“Acho válido, só que não tive tempo para fazer, senão teria participado, para contribuir também com alguma coisa”.

“Muita gente não está preparada não sabe o que fazer, mas eu já sabia o que fazer há muito tempo!”.

PERCEPÇÃO DE PERDAS E GANHOS

Os relatos das entrevistadas revelam satisfação pelo afastamento das atividades profissionais, além do prazer em dispor de mais tempo, em poder administrá-lo sem restrições.

“Encontrei o que esperava, sabe quando não dá tempo... você é super vaidosa, gosta de se cuidar, fazer a tua comida [...] Agora eu faço e acho ótimo!”.

“Não gosto de lugar que tenha muita gente, eu tinha que ir ao centro no Sábado, eu odiava! [...] Agora não tenho mais esse problema[...] Ai, adoro, adoro!”

“Não tenho a mínima saudade, e olha que eu gostava do pessoal”.

“Ganhei tempo para fazer as minhas coisas e tranquilidade. Antes de qualquer coisa eu achei a minha saúde, até depressão eu tive [...] em função do trabalho.

“Estou mas leve, mais feliz, vivendo mais até. Eu me sinto com mais brilho”.

“A minha família achou ótimo me ter mais, por que eu era muito dedicada ao trabalho”.

VIVENCIA DA APOSENTADORIA

A tarefa de conciliar a atividade profissional com os afazeres domésticos era extenuante para ambas.

“Levantava, fazia café [...] tinha que despachar o F. para o colégio, ia para o trabalho. Depois chegava, fazia almoço [...]. Tinha que voltar às 14:00 e aí voltava às 6:00, putz! Daí morta né! Um bagaço!”

“Eu tirava o Sábado para sair e o Domingo para descansar e fazer comida congelada para semana, arrumar casa”.

“Ah, agora é tudo mais tranquilo, putz, tudo muito melhor. As 8:00 horas vou para ginástica, volto às 9:00, arrumo a casa, quer dizer dou uma ajeitada [...] muita vida, muita coisa que eu gostava de fazer, agora eu faço e antes eu não fazia.”

“À noite chegava cansada, aí fazer a refeição para o outro dia, lavava roupa [...] final de semana, um dia era para fazer faxina, e no outro geralmente eu ia na casa dos meus pais.”

“Agora no final de semana geralmente a gente faz algum programa com o filho, dá uma viajada”.

“Acompanho todos os trabalhos do meu filho, jogo com ele, saio com ele, à noite faço as minhas leituras, artesanatos.”

CONTEXTO ECONÔMICO RENDIMENTOS

Os rendimentos, tanto como trabalhador ativo, como na condição de aposentado, são percebidos como defasados. A possibilidade de mudança em aspectos normativos do sistema previdenciário provoca intranquilidade.

“Ah, é pouquíssimo, imagina ! Mas, dá, por que tenho marido que sustenta [...] aquela quantia é só pra mim”.

“Eu me aposentei com uma série de vantagens, se o Governo retirar as vantagens despenca tudo, né! Isso aí eu temo um pouco !”

“Olha, acabou não implicando, por que a gente sai para trabalhar todos os dias, tem mais gastos [...] acho que eu não tive perdas reais”.

“É pouco, a gente está há muito tempo sem aumento no salário [...]”.

“O Governo tem um projeto de separar os aposentados dos da ativa, e isso preocupa, se eles separarem a gente se dana !”

CONTEXTO DE SAÚDE

SAÚDE FÍSICA

As verbalizações denotam uma percepção positiva da saúde física. A preocupação com a manutenção desta evidencia-se por meio de cuidados com a alimentação e com o corpo. Nota-se, que a execução de atividades físicas no horário comercial trouxe satisfação pessoal para ambas.

“Saúde ótima. Faço ginástica três vezes por semana e caminho sete quilômetros por dia [...]”

“Faço uma vez por ano checkup [...] me cuido muito !”

“Eu como pouco açúcar, não como comida salgada, refrigerante, enlatados, sou natureba a mais de vinte anos [...]”.

“Ginástica, natação, inglês, parei muitas vezes [...] não dava conta, não dava para conciliar! Agora eu faço direto sem interrupções”.

“Olha para minha idade, acho que a saúde está de acordo”.

“Faço checkups anuais, ginecologista, dentista, cardiologista”.

“Comidas basicamente naturais, evitando gorduras, frituras, comendo carne com moderação [...] meus pais já faziam isso”.

“Caminhada faço há uns 20 anos, só que antes eu fazia à noite ou levantava às 5:00 da manhã, agora eu não preciso [...] posso caminhar a hora que eu quiser !”.

SAÚDE MENTAL

A percepção positiva sobre os aposentados, enquanto trabalhador ativo, a sensação de bem estar, o entendimento sobre qualidade de vida, o distanciamento da morte e da velhice, contribuem para a manutenção do equilíbrio emocional.

“Satisfação em relação a disponibilidade de tempo, não ficar presa a horários, poder fazer as minhas coisas”.

“No aspecto psicológico, eu estou com a cabeça legal, com relação aos amigos, está muito bom; o relacionamento em casa está legal”.

“O aspecto financeiro [...] poderia estar melhor. Mas eu acho que a gente tem que ser sensato, [...] aprender a administrar o dinheiro”.

“Qualidade de vida é ter o suficiente para manter o padrão de vida, só, tá bom”.

“Qualidade de vida é viver com saúde, viver bem com relação as pessoas que te cercam”.

“Em geral os aposentados são muito de ficar sem fazer nada. Não era isso que eu queria [...] jamais vou ficar sem fazer nada!”.

“Velhice é ficar acomodado, não ter mais vontade de sair , de passear”

“Eu tinha inveja aposentados, por que é legal tu receberes o teu dinheiro sem ter o compromisso de ficar oito horas no trabalho”.

“Com relação a velhice, saúde e cabeça bem arrumada ajudam muito [...] tenho criança em casa, acho que a gente não tem nem tempo para envelhecer [...] tem que estar sempre atualizado”.

Os projetos para o futuro enfatizam que a aposentadoria é percebida como um período de novas possibilidades.

“Minha casa de praia, que já comecei a fazer, viajar, manter o que a gente já faz”.

“Eu e meu marido pretendemos abrir um negócio [...]”.

CONTEXTO FAMILIAR RELACIONAMENTOS

A perspectiva de uma permanência maior com o cônjuge apresenta-se, como algo favorável para np8E. Já, p8M enfatiza que seu relacionamento não sofreu alterações com a aposentadoria.

“Ele disse que agora tenho mais tempo para me cuidar, fazer as coisas que gosto, cuidar da educação de nosso filho”.

“Relacionamento acho que ficou tudo igual [...] eu sou muito independente, as minhas coisas eu gosto de fazer”.

“Ele disse - Puxa que legal vai se aposentar ! Sempre achou muito bom, diz que estou mais bonita, menos nervosa. A gente conversa mais, está mais um para o outro [...]

A maior disponibilidade de tempo possibilita para ambas um convívio mais próximo com os filhos e implica em dedicar-se a uma tarefa prazerosa – a participação mais efetiva na educação destes.

“Acho que ele gostou– “Ai que bom, agora a mãe me leva!” Antes era o pai sempre que levava na escola. Agora ele leva para o colégio pela manhã e eu à tarde.”

“Agora tenho mais tempo de refletir sobre o que meu filho esta fazendo [...] antes se eu não tivesse tempo – tá F. libero. Agora não, eu explico mais, tenho mais tempo para dar educação mais sólida, controlo melhor”.

“Eu tenho um filho pequeno, quando eu comuniquei que não ia mais trabalhar Ele virou pra mim – Não vai mais trabalhar, nunca mais ! Oba! Foi genial ! Pra mim caiu um peso, não sinto falta. Por que a gente preenche tanto com outras coisas que gosta, que acabam ficando em segundo plano enquanto a gente trabalha”.

“Para ele foi muito positiva a minha presença, ficou mais tranquilo, mais seguro na escola. Eu agora acompanho os trabalhos dele na escola, posso ajudar mais”.

CONTEXTO SOCIAL E DE LAZER GRUPOS DE APOIO

As falas revelam que o círculo de amizades de ambas não é muito grande. Note-se que p8M considera como amigos apenas seus familiares e aprecia o lazer solitário. Já, np8E gosta de compartilhar seus momentos de lazer com a família e os amigos.

“Meus amigos mesmo são a minha família [...], não sou do tipo de conservar amizades, não sou muito - Ah! Vamos nos encontrar, eu não tenho disso...eu gosto de ficar sozinha ! Adoro uma leitura, ver um filme sozinha”.

“Tenho muitos conhecidos e poucos amigos. Tenho um círculo pequeno de amizades [...] eles provem de fora do meu ambiente de trabalho. Conheci perto da aposentadoria, não são de tanto tempo”.

“A gente pesca bastante, com todo esse grupo de amigos, a cada quinze dias em média, a gente está planejando uma pescaria, ai vão os filhos, a gente passa o dia inteiro, é muito legal !”

Não houve incremento das práticas religiosas, tampouco, o desenvolvimento de grupos de apoio ligados a estas.

“Não vou a missa [...] Por que eu vou na igreja se eu posso ficar em casa rezando? Eu acredito em Deus, numa força superior [...] no poder da mente”.

“Eu não freqüentava e não freqüento. Eu tenho a minha fé, rezo todas às noites, é uma coisa íntima minha com Deus”

ATIVIDADES OCUPACIONAIS

As falas denotam que a aposentadoria parece representar um novo estágio de um *continuum* sempre ligado à família e a casa, permitindo a volta ao lar, ao seu papel mais valorizado.

“Eu acho que esse foi um grande fator positivo, de eu ter me aposentado, ficar em casa, posso administrar tudo do jeito que eu gosto”.

“Era o que eu queria experimentar o lado de dona de casa. Dispensei a empregada e a faxineira [...]”.

“Eu não tenho faxineira, empregada, nada disso, faço todo o trabalho de casa [...] eu me sinto bem, por que eu não preciso correr para fazer. Ah, também adoro cozinhar, sempre inventando!”.

Houve incremento das práticas de lazer, anteriormente restritas, quase que exclusivamente aos finais de semana.

“Final de semana era só para descansar porque eu já estava cansada da semana toda”.

“Eu não gosto de nadar à noite, não gosto de caminhar à noite, não gosto de estudar à noite. À noite gosto de ficar em casa. Eu gosto de fazer estas atividades de dia, por isso está muito bom estar em casa !”

“O lazer era muito restrito, às vezes até deixava de ir porque estava sempre cansada ou por que tinha muita coisa para dar conta em casa. Às vezes o meu marido ia sozinho com o meu filho. Hoje estou mais presente, nós vamos juntos, os três”.

“Hoje eu leio, bordo, faço tricô, a gente pesca bastante [...] às vezes viajo, vou muito na casa dos meus pais, são um bom papo”.

7.5 Relação de Similaridade n ° 05 – Respondentes p7H e np7E

Código	p7H	np7E
Sexo	feminino	feminino
Idade	46 anos	46 anos
Escolaridade	superior	superior
Estado Civil	solteira	solteira
N ° de Filhos	01 Idade: 8 anos	-----
Tempo trabalho UFSC	26 anos	29 anos e 6 meses
Tempo está aposentada	2 anos e 6 meses	1 ano e 6 meses
Tipo da aposentadoria	proporcional	proporcional
Exerce atividade remunerada	não	sim

CONTEXTO DA APOSENTADORIA SATISFAÇÃO E COMPROMISSO COM O TRABALHO

Conforme registro das entrevistadas o compromisso e a satisfação no trabalho aparecem interrelacionados a projetos de independência, crescimento pessoal e desempenho de atividades socialmente relevantes. A satisfação ocasiona compromisso e organização. A insatisfação, quando existe, refere-se às políticas internas da Instituição.

“O trabalho representou independência e também realização pessoal”.

“Gostava do trabalho era bem desafiador de importância para a própria comunidade[...]”.

“Quer dizer, com a última chefia, eu tinha um relacionamento muito bom, mas com a anterior não. Políticos sempre tem essas coisas de poder, aí boicotam por que não querem que você apareça”.

“Trabalhei uns 20 dias a mais [...] fiz um relatório de atividades, sugestões e informações para quem ia assumir”.

“O trabalho é fundamental, ele que move a vida da gente [...] relacionamentos, debate outros assuntos, ficar em casa parado não se vive. Tanto que eu continuei a trabalhar. Talvez pelo meu temperamento. Ficar em casa não dá!”

“O relacionamento com o chefe e os colegas de trabalho era bom”.

“Eu e outro senhor solicitamos a aposentadoria praticamente juntos, o serviço ficou desfalcado [...] ensinamos as mocinhas que entraram, ensinar não, não se passa uma experiência de 29 anos assim!

“Eu sempre fui uma pessoa que cumpria horários, era caxias, era Chefe [...] tinha que dar exemplo, não faltava, não chegava atrasada”

FATORES DE DECISÃO

A opção pela aposentadoria aparece claramente delineada, definida em função de possíveis mudanças na legislação previdenciária.

“Foi a política do Governo, essa lei das aposentadorias. Eu estava no final da carreira, sem perspectiva de melhoria”.

“Quando começaram a falar neste negócio [...] de mudança da lei, eu estava prestes a me aposentar, na época eu tinha 44 anos, já pensou ter que trabalhar até os 65 anos! Aí eu apressei a minha aposentadoria”.

PREPARAÇÃO E PLANEJAMENTO PARA APOSENTADORIA

O desejo de desenvolver novas atividades ligadas ao contexto laboral evidencia-se, desde que não seja um trabalho de período integral e desgastante. O PPA-UFSC é percebido por p7H como uma atividade válida, principalmente por procurar ensinar as pessoas a se valorizarem e a buscar novos interesses. Já, np7E apesar de ter conhecimento do Programa, não se interessou em fazê-lo, classificando-o como desnecessário.

“Eu queria procurar emprego trabalhando ainda [...] não queria um emprego de dia inteiro, queria só de meio período, mais para complementar a renda [...] qualquer emprego, eu não queria não, nem procurei muito. Estou bem assim, estou achando muito bom!”.

“Eu acho que PPA-UFSC é válido, mostra que a gente não é um inútil, continua sendo a mesma pessoa, só que tem que achar outros interesses”.

“O programa não é perfeito, mas é uma mensagem boa [...] tem gente que ficou com medo de encarar, ficou achando que aquilo era bobagem e não é tão bobagem assim!”

“O curso em si, quer ensinar a pessoa a se valorizar. Acho que o grande mote do curso, é informar que as pessoas não precisam ter medo de se aposentar”.

“O outro lugar para eu trabalhar já estava certo [...] eu me aposentei na 5ª feira e na 3ª já comecei a trabalhar de novo”.

“[...] agora eu trabalho 15 dias e folgo 15 dias. Eu não queria um trabalho que me prendesse oito horas por dia, eu não queria era essa vida de novo, sem poder folgar, sem poder viajar, sem nada!”

“Eu trabalhei a minha vida inteira [...] ficar parada não dá ! Não me vejo parada dentro de casa [...]”.

“Eu acho que aquilo ali era para ocupar o tempo, e o meu tempo realmente estava ocupado. No meu caso, eu não precisaria me preparar, eu já tinha um outro emprego [...]”.

PERCEPÇÃO DE PERDAS E GANHOS

Para p7H, as expectativas com relação a aposentadoria resumem-se a dedicar-se mais aos cuidados com a filha, a casa e ao namorado. Para np7E, registra-se o interesse em dedicar-se mais a si mesma, continuar sentindo-se “útil” e viver a vida mais intensamente.

“[...] eu esperava que ia trabalhar em outro lugar, aí não trabalhei. No começo fiquei muito chateada, agora já não[...] cuido da minha casa, da minha filha, leio muito. Caminho, umas três, quatro vezes por semana, passeio, viajo”.

“Um pouco mais de tempo pra mim. Estou trabalhando por que me complementa financeiramente, e me dá satisfação íntima. Estou sendo útil, tenho vigor para trabalhar [...] se eu fico em casa uma semana já fico nervosa, não tenho espirito de ficar vendo televisão...”

A aposentadoria é percebida como um prêmio pelos anos dedicados ao trabalho, por possibilitar a realização de atividades, antes restritas pela falta de tempo.

“É bom não fazer nada, para quem passou a vida toda trabalhando”.

“Eu passeio, viajo, tenho mais tempo pra mim, para minha filha”.

“Ganhei qualidade de vida [...] tenho mais tempo pra mim, posso ter mais lazer, cuidar mais da alimentação, antes era tudo muito corrido”.

“Perda, não perdi nada. Por que eu continuei trabalhando”

VIVENCIA DA APOSENTADORIA

As falas revelam que a transição do trabalho a aposentadoria foi vivenciada como uma nova fase da vida, que requer um período de adaptação, sem que isso represente um problema.

“Olha, nos primeiros seis meses eu senti [...] a gente é condicionada, é uma rotina [...] tinha uns dias que eu ficava meio chateada, aborrecida, de não ter o que fazer [...] aí tinha esse curso de aposentados, me chamaram para eu fazer um projeto lá no meu trabalho [...] depois

“Claro que eu senti, trabalhei 29 anos no mesmo lugar, aquilo já fazia parte da minha vida. Claro que tu sentes falta no começo, mas nada dramático. Por que eu apenas mudei de andar. Como eu estou trabalhando foi uma coisa que não me fez falta”.

comecei a namorar, tenho a minha mãe, eu sempre saía para dar uma voltinha com ela, tinha o apartamento na praia, ficou pronto, eu e a minha mãe saíamos para comprar uma coisa ou outra para o apartamento. Fui preenchendo meu tempo, cuidando da casa, da minha filha.”
 “[...] quanto mais velha a gente se aposenta, pior é, por que os teus interesses vão diminuindo pelas próprias limitações físicas, se tu es mais nova tens condições de buscar outras coisas”.

CONTEXTO ECONOMICO RENDIMENTOS

As regulamentações governamentais privilegiam os servidores de nível básico e médio, em detrimento dos de nível superior, o que gera insatisfação e insegurança quanto ao futuro econômico.

“[...] a Universidade deveria prestigiar a capacitação pessoal, na hora de dar aumento [...]”
 “Eu acho uma porcaria. Trabalhei 26 anos para ganhar igual a um servente analfabeto. Só que eles têm aumento e eu não !”

“Trabalhei a minha vida inteira, para ganhar R\$ 1.700,00 isso é muito pouco! [...] estou até com medo, nós não descontamos o INSS, parece que vamos pagar agora, não tem inflação, mas nós estamos há quatro anos sem aumento!”.

CONTEXTO DE SAÚDE SAÚDE FÍSICA

As verbalizações denotam os cuidados com a manutenção da saúde física, por meio de uma alimentação mais saudável, consultas médicas e prática de exercícios físicos.

“Saúde muito boa, sempre foi”
 “Eu faço uma alimentação mais leve, com bastante vegetais. Vou ao médico uma vez por ano, só ginecológico. O geral tenho que fazer, mais estou com preguiça”
 “Depois que me aposentei eu fazia ginástica e caminhava três vezes por

“Tenho uma saúde muito boa, isso me possibilita viver melhor [...] vou ao médico de seis em seis meses, minha mãe morreu de câncer, então eu e minhas irmãs fazemos exames periodicamente”
 “Procuro não exagerar, na gordura, procuro comer mais galinha, peixe”.

semana. Depois fiquei meio preguiçosa, agora só caminho”.

“Procuro caminhar, porque gosto, e por que precisa também. Antes fazia menos, mas fazia.

SAÚDE MENTAL

A percepção positiva em relação às condições de saúde, a atividade física e de lazer, possibilitam a manutenção da auto-estima, a sensação de bem estar, conseqüentemente o distanciamento de hábitos prejudiciais à saúde.

“Gosto de cuidar do meu corpo, por isso faço ginástica e caminho”.

“Não sou muito vaidosa. Ah, depende do dia, para sair eu me arrumo”.

“Não tomo medicamentos”.

“Ah, eu bebo socialmente, quando saio com meu namorado e os amigos dele”.

“Durmo, bem”.

“Me sinto inteira, claro que não é como uma garotinha que vai correr [...] o que eu posso fazer por mim é caminhar para aumentar a resistência”.

“Ginástica eu não gosto, academia também não”.

“Ah, eu gosto de me arrumar, gosto de me pintar, botar um batonzinho”.

“Tomo só vitamina. Mais nada”.

“Gosto de vinho, caipira... Mas beber assim não, só em um festa [...]”

“Durmo bem”.

As noções e sentimentos sobre aposentadoria, aposentados e velhice mesclam-se, no intuito de perceberem-se distantes das concepções que marcam negativamente este segmento da sociedade, pois não se sentem integradas a este grupo.

[...] aposentado é coisa de velho [...] com o passar do tempo, que a gente vê que a aposentadoria não tem essa discriminação, que não é coisa daqueles velhinhos lá ao redor da Praça, jogando dominó”.

“Sou sócia da APOPEN, fui umas duas vezes, achei muito essa coisa de aposentado mesmo, tocando violão, cantando, não faz muito a minha cabeça. Coisas de terceira idade, Deus me livre!”

“Olha, uma vida boa, né. Que não tem compromisso, que já trabalharam, não pensava com demérito, ainda mais agora, que o pessoal vem se aposentando mais moço [...]”

“Não tenho vontade de participar de nenhum grupo de aposentados”.

A construção de projetos para o futuro, a sensação de satisfação com a vida e a percepção positiva sobre a qualidade de vida sugerem uma vivência de aposentadoria equilibrada para ambas.

“[...] nada a nível de projeto, algumas intenções [...] não, trabalho não [...] não estou descartando, de repente até resolvo trabalhar [...] seria viajar, sei lá, mudar de casa.”

“Eu estou satisfeita com a minha vida, claro que eu poderia ganhar mais [...] mas eu faço o que gosto, vivo bem, tenho apartamento, casa de praia, tenho saúde”.

“Qualidade de vida é fazer o que gosta, viver feliz sem ter aborrecimentos terríveis, ter conforto, saúde [...] hoje eu vivo com qualidade de vida, mas teve épocas que não, todo mundo tem problemas”.

“A gente sempre tem projetos para o futuro. Nós estamos (turma de amigos) pensando em abrir um negócio. [...]”

“Olha eu podia ganhar mais um pouquinho. Não por que eu me aposentei que o salário abaixou [...] eu sempre ganhei mal mesmo”.

“Eu estou satisfeita com a minha vida, com as coisas que tenho, com a possibilidade de viajar, com minha casa de praia”.

“Qualidade de vida é ter um trabalho que lhe dá satisfação pessoal e a possibilidade de desfrutar a vida, sem preocupações, sem dar satisfação aos outros”.

A solidão é percebida pelas entrevistadas como uma situação não desejada. A velhice e a morte são percebidas como fatos inevitáveis da vida e aceitas com resignação

“Solidão...é ruim, não gosto de ficar sozinha. Sempre estou com alguém; minha mãe, minha filha, meu namorado.

“Ah, a idade tem uns incômodos, né. (risos) Não enxergar tão bem, tem a pré-menopausa, [...] meio inconformada, mas fazer o quê ! (risos). Enquanto o resto estiver funcionando bem, tudo bem”.

“...Eu gosto de viver, de curtir. Não fico pensando na morte”.

“Eu gostaria de passar a minha velhice com alguém, não necessariamente um amor. Coisa que eu não gosto é de ficar sozinha, gosto de ter companhia”.

“[...] a idade marca uma diferença, certas coisas que fazia com facilidade, agora já não faço mais [...] sinto que tenho mais dificuldade para emagrecer, isso não é por comer mais é pela idade. Acho ruim, mas fazer o que? Procuro controlar o peso e caminhar”.

“A morte em si não me assusta, mas a forma de morrer [...] Se eu pudesse escolher, preferiria uma morte rápida

CONTEXTO FAMILIAR RELACIONAMENTOS

As falas de p7H sinalizam incremento nas relações familiares, com maior dedicação a sua mãe e a sua filha. Já, as verbalizações de np7E revelam que o relacionamento com sua irmã manteve-se como antes, ou seja, parece haver um acordo tácito para a manutenção da boa convivência.

“Passei a dar mais atenção para minha mãe”.

“Quanto a filha, a gente briga mesmo (risos), mas também convivemos mais. Antes era assim, eu largava ela de manhã no colégio, ia busca-la ao meio dia, vinha em casa fazia o almoço correndo, ela fazia um monte de arte e aí eu brigava. Agora não, ajudo a fazer os deveres”.

“Sempre morei com a minha irmã mais velha [...] meus pais já morreram [...] nos damos super bem, ela na dela eu na minha, ela não interfere, eu não interfiro”.
“Ela disse que eu deveria arranjar uma ocupação [...] não por criar tumulto em casa, mas para o meu bem estar”.

As falas denotam que a relação afetiva funciona como um elemento de apoio que favorece o equilíbrio emocional.

“Eu conheci meu namorado um pouco antes da aposentadoria, a gente passeia nos finais de semana, sai de barco, passa o final de semana fora, é bem legal”.

“A gente conversava, ele achou horrível a forma como me trataram na Universidade, me deu a maior força”.

“Eu o conheci um pouquinho antes da aposentadoria. A gente conversava sobre o assunto, ele me apoiava, sempre me incentivou”.

“Quanto ao relacionamento afetivo, esta mais ou menos. Ele não mora aqui. Então, fica difícil, mas quando a gente está junto é legal, vamos ao cinema, ao teatro”.

CONTEXTO SOCIAL E DE LAZER GRUPOS DE APOIO

A religiosidade é percebida como uma importante fonte de apoio. Contudo, não houve incremento desta prática após a aposentadoria.

“Eu não vou a igreja. Gosto de rezar em casa”.

“Continua a mesma coisa”.

“É importante acreditar e contar com um Deus, um ser superior”.

“Vou a igreja, sou presbiteriana. Assiduamente não vou dizer que vou, mas uma vez ou outra assisto”.

“Continua a mesma coisa, eu diria que até menos por que eu vou viajar”.

“Muito importante, acho que tem que se ter um Deus, um ser supremo[...] alguém com que tu podes contar.

ATIVIDADES OCUPACIONAIS

Houve uma intensificação das atividades lúdicas face a maior disponibilidade de tempo. Tais atividades eram e são realizadas na companhia de membros da família, namorado ou amigos.

[...]”Minha atividade de lazer era sair com minha filha [...] que não era lazer meu, na verdade, o lazer era dela. Agora depois de aposentada descobri que eu também tenho direito ao lazer. Comecei a namorar, agora faço coisas com o meu namorado, [...] sair de barco, passar o final de semana fora”.

“Amigos do trabalho, tenho amizade, mas não amigos do convívio social”.

“Eu encontrei uma turma de amigos, pela Internet e a gente se encontra quase todo o mês [...] já fazem quase dois anos. A gente tem um entrosamento muito bom”.

“[...] gosto de computador, fico na Internet, jogando paciência ou lendo [...] continuo, indo ao cinema, à restaurantes com os amigos”.

“Tenho viajado bem mais, pela disponibilidade de tempo e pelas facilidades para pagar o transporte aéreo [...] eu não tenho que ficar pedindo para sair ou dando satisfação [...] quando dá na cabeça pego a minha malinha e vou !”

As falas revelam pouco interesse por atividades domésticas, não demonstrando relevância deste papel para as entrevistadas.

“Eu tenho empregada, não gosto muito destas coisas... apenas supervisiono [...]”.

“Eu tenho uma pessoa que trabalha comigo, então essa parte de arrumar a casa, fazer almoço é com ela. Como moro com a minha irmã, fica só alguma coisa para fazer, aí tu vais deixando, e às vezes nem faz”

Relação de Similaridade n° 06 – Respondentes p5A e np5A

Código	p5A	np5A
Sexo	masculino	masculino
Idade	47 anos	52 anos
Escolaridade	2º Grau	2º Grau
Estado Civil	casado	casado
Nº Filhos	02 Idade: 26 e 28	04 Idade: 20, 24, 24 e 25
Tempo trabalho UFSC	26 anos	26 anos
Tempo está aposentada	2 anos e 6 meses	5 anos
Tipo da aposentadoria	proporcional	proporcional
Exerce atividade remunerada	não	não

CONTEXTO DA APOSENTADORIA SATISFAÇÃO E COMPROMISSO TRABALHO

As falas apontam a importância do trabalho como fonte de recursos financeiros, de realização pessoal ou como uma terapia. Contudo, as verbalizações de np5A, revelam sua insatisfação com o grupo de trabalho.

“[...] Eu tive lá dentro a minha mocidade todinha, o trabalho teve muita ênfase na minha vida.”

“Às vezes, não tinha vontade de trabalhar, era obrigação [...] outras vezes, ia com prazer e outras eu estava com problema em casa [...] chegava lá e esquecia tudo, era uma terapia. Chegava em casa voltava o problema”.

“Eu vestia a camisa da Universidade”

“Pra mim trabalho é garantir a subsistência [...] mas, tu tens que trabalhar com prazer, satisfação e vontade. Mas, se tu es trabalhador, competente, as pessoas se aproveitam [...] o coordenador delegava demais [...] até a incompetência”.

FATORES DE DECISÃO

O principal fator motivador da solicitação da aposentadoria para os entrevistados relaciona-se as possíveis mudanças previdenciárias. As falas de p5A evidenciam, também, sua insatisfação com o ambiente de trabalho.

“Foi pela pressão governamental, por que diz que era 65 anos de idade. Então, eu me antecipei, praticamente fui forçado a sair, devido a pressão do governo”

“Quando começou a política, o jogo de interesses, os grupos partidários, a coisa não andou mais, o objetivo não era mais ver a instituição crescer”.

“Encheu o saco, deu o meu tempo - Vou prá casa, não quero mais e pronto!”
 “Essas mudanças providenciárias [...] também contribuíram bastante para minha decisão”.

PREPARAÇÃO E PLANEJAMENTO PARA APOSENTADORIA

As verbalizações em relação ao futuro, como aposentados, revelam receio da inadaptação, p5A parece ter decidido participar do PPA-UFSC por este motivo. Contudo, apesar de percebê-lo como válido, não aplicou os conhecimentos transmitidos. Já, np5A tinha conhecimento do referido Programa, mas resolveu preparar-se de outra forma, buscando meios de iniciar outra carreira.

“Eu tinha medo de não me adaptar, por isso fiz o curso. Mas, depois, o dia a dia, a gente vai indo”.

“O PPA-UFSC foi praticamente o fim de tudo. Eu estava dentro da universidade, acabou o meu espaço, deu 30 anos [...] Depois que eu fiz o curso me aposentei.”

“O PPA me deu uma certa clareza, assim dizendo, noção de tudo. Fez com que eu refletisse [...] participei das palestras, mas nada daquilo eu fiz”.

“[...]O pessoal começa a falar na aposentadoria, que te assusta “Tu vais ver, vais entrar em parafuso, em depressão...” Então, fiz um curso para corretor de imóveis, pensei se não me adaptar volto a trabalhar. Que nada! Fiz o curso, taí o diploma engavetado. Isso é tudo palhaçada! E só querer arrumar serviço [...]”

“Eu fui convidado, recebi uma carta. Não fiz o curso porque não tive tempo. Tinha que trabalhar de manhã, estudar a tarde e trabalhar a noite”.

PERCEPÇÃO DE PERDAS E GANHOS

As falas de p5A revelam saudosismo do ambiente e dos colegas de trabalho, ganhos com a aposentadoria não são mencionados. Já, np5A percebe a aposentadoria como um prêmio, que lhe proporciona rendimentos sem a contrapartida do cumprimento de horários e principalmente liberdade. Perdas não são citadas.

“Tenho saudade dos meus amigos da Universidade. Eu gosto tanto da universidade”.

“Eu vejo a aposentadoria como um prêmio [...] financeiramente não teria prejuízo, teria oito horas livres, além de abrir espaço para mais uma vaga”.

“Na aposentadoria tu tens liberdade, não tens mais cobrança, problema de horário, se tu estas a fim de viajar, tu viajas, acordas a hora que queres”.

“Não perdi nada, eu só ganhei saindo do trabalho”.

VIVENCIA DA APOSENTADORIA

A vivência da aposentadoria de p5A parece ser caracterizada pela insatisfação com a falta de ocupação. Já, np5A procura ocupar o tempo de forma produtiva.

“Eu vim bastante satisfeito, graças a Deus acabou ! Mas na verdade, no íntimo a gente sente”.

“Sabe, às vezes, me arrependo de ter me aposentado devido a ociosidade. Por que eu sou uma pessoa muito nova - O que eu to fazendo, cara? Não tô fazendo nada! Tanta coisa tenho a proporcionar”.

“Passo a mão no carro e saio. Eu ando por aí, só para ocupar o espaço. Dou uma volta e bebo”.

“Vindo para casa, não vi nada de difícil, sempre tenho coisas para fazer, em casa, ajudar os outros”.

“A única coisa é que o salário não é suficiente para planejar e executar. Eu poderia ter o dobro de atividades se tivesse uma renda maior [...] tenho uma casa que quero desmanchar, quero aumentar o rancho na praia”.

“Não vejo diferença, a única diferença é que eu não preciso prestar serviço lá. O pior era o compromisso de horário. Agora vou trabalhar em outro canto

CONTEXTO ECONÔMICO RENDIMENTOS

Quanto aos rendimentos houve perdas para p5A . Já np5A não sofreu redução em seu salário. Ambos revelam que não ganham bem. Entretanto, optaram por não voltar a trabalhar.

“Diminuiu bastante, perdi vale refeição, insalubridade, o que eu ganho, é pouco, não vou nem falar”.

“Tive convite para trabalhar na Guararema, mas, muito pouco o salário, sair daqui todo o dia para ir pra Barreiros, muito transito”.

“Continuo ganhando a mesma coisa”.

“O que eu ganho, não é o ideal, nós fomos muito rebaixados”.

“Coma aposentadoria eu teria oito horas livres e teria condições de melhorar o salário [...] mas eu não quis”.

CONTEXTO DE SAÚDE SAÚDE FÍSICA

A saúde física é percebida positivamente, embora não costumem ir ao médico periodicamente, não adotem uma dieta balanceada ou façam exercícios regularmente. A diferença principal entre os entrevistados está em que p5A leva uma vida sedentária e é alcoólatra. Já, np5A desenvolve atividades físicas produtivas, o que pode lhe proporcionar um condicionamento físico melhor.

“Eu me considero ótimo, não sinto nada, nunca tive nada, a não ser o cálculo...”

“Só vou no dentista [...] de 4 em 4 meses, mas outra parte do corpo eu não vou”.

“... Sou boêmio, gosto de beber, tenho problema de alcoolismo”.

“Gordura eu não como, nem verdura, adoro macarrão, como demais, bastante queijo, maionese”.

“... Eu nunca fiz atividade física, sou acomodado, como se fosse um obeso”.

“Não tomo medicamentos”.

“Durmo bem, antes também dormia”.

“Eu considero a minha saúde boa, eu não vou ao médico, nem anualmente, se começar com muitos exames acabas encontrando doenças”.

“Não tomo nenhum cuidado com a alimentação [...] a minha filha é nutricionista a gente sabe o que deveria fazer, mas isso não quer dizer que aplique os conhecimentos”.

“Em vez de ir para academia pagar um grana [...] sai capinando, no final do dia estas com um bom preparo”.

“Não tomo medicamentos, durmo bem, antes de me aposentar também dormia bem. Bebo socialmente”.

SAÚDE MENTAL

As falas de p5A apontam conflitos internos ao verbalizar que está realizado, mas insatisfeito com a rotina de vida atual. Já, np5A pauta sua vida na harmonia interior, baseando-se em princípios religiosos.

“Eu me sinto realizado. Fico preocupado com o futuro. Por que parece que tá pra acontecer alguma coisa ruim comigo...”

“Tem hora que vira rotina, tá enchendo o saco todo dia ali, aqui. Já tá pegando a saturar!”

“Em primeiro lugar tens que estar satisfeito com a tua vida. Se tu não entras no jogo da competitividade, do consumismo, tens Cristo dentro de ti, tu vives bem. Tens que estar em harmonia contigo. Então se estou em paz, em harmonia, nada vai me afetar ...”.

Ambos percebem a qualidade de vida de maneira ampla. Talvez para conviver melhor com seus problemas, p5A compara-se com os demais. Já, np5A tem consciência de que alguns aspectos da qualidade de vida não podem ser alterados pela mobilização individual, entretanto, procura fazer a sua parte.

“Qualidade de vida é o cotidiano, é o dia a dia, em termos de saúde, dinheiro. Eu não tenho uma qualidade de vida tão boa assim, mas, a gente tem que olhar para trás e ver que tem gente muito pior”.

“Qualidade de vida abrange desde a alimentação com menos agrotóxico, sistema de saúde, sistema de esgoto [...] Agora se tu estas bem estruturado tu vais buscar qualidade de vida, por exemplo, no supermercado há produtos sem agrotóxico; no trânsito posso evitar rua principal, os horários de muito movimento; posso fazer reciclagem do lixo, desobstruir bueiros da rua [...].

As falas de p5A caracterizam-se pelo pessimismo, enquanto que as verbalizações de np5A, ao contrário, caracterizam-se pelo otimismo.

“Assim que eu me aposentei fui criar galinha. Pensei – Vou me ocupar neste espaço [...] não vou ser mais empregado, [...] botei empregado, ele me roubou. No fim, não deu nada certo, foi uma decepção. Aí não tentei mais nada [...] empregado da universidade, não ganha grandes coisa [...] depois que se aposenta fica mais decadente ainda”.

“Tem que fazer projetos, por que aí tu canalizas todo o teu pensamento e energia para aquilo [...] desmanchar aquela casa [...] fazer um rancho na praia, quando é que vai sair ? Não sei. Se não sair, azar! O dinheiro é pouco, mas as oportunidades aparecem, não fico pensando, me desgastando”.

Os relatos de p5A revelam dissonância cognitiva ao referir-se à morte. Tem dificuldade em aceitar a velhice. Enquanto trabalhador ativo percebia os aposentados de modo negativo. Já, np5A vislumbra a velhice e a morte como fases naturais do ciclo da vida. Sua percepção dos aposentados era positiva.

“A velhice não deveria existir. A pessoa vai se quebrando no dia a dia, para tudo é prejudicial. Sou a favor da morte. Até a aparência vai piorando, eu era tão bonito quando era novo”.

“Velhice é o estágio de final de vida, em que as forças começam a se esgotar [...] é uma coisa natural, isso não me preocupa, porque tenho fé, acredito que a morte é o início de uma nova vida.”

“Estou me controlando (bebida), senão eu vou embora, né! Não quero!”

“Eu achava que os aposentados saiam muito velhos e não podiam mais aproveitar a vida. Eu me aposentei para viver uma vida nova”.

“Eu sempre achei que a aposentadoria era um prêmio [...] tem que haver reciclagem, a alternância é válida para que surjam novas idéias”.

“Eu achava que o aposentado ia pra casa contente, satisfeito. Por que todo mundo adora quando tira férias, quanto mas férias por tempo indeterminado”.

CONTEXTO FAMILIAR RELACIONAMENTOS

A relação de p5A com a esposa é conflituosa, principalmente, devido ao alcoolismo. Ela manifestou-se contra a aposentadoria, remetendo a questão ao maior consumo de álcool e a sensação de inutilidade. Como agravante o entrevistado tem uma relação extra conjugal. Já, as falas de np5A revelam um bom relacionamento conjugal.

“Eu não paro em casa, no momento que estou a gente pega a dialogar certas palavras que não dão certo”.

“Ela não gostou que eu me aposentei, por que eu era muito novo, agora ela está conformada, fazer o que! Saiu no Diário Oficial tudo”.

“Quanto ao relacionamento agravou. Ela viu que eu estou super ocioso, não tenho o que fazer [...]”.

“Ela não participa de festas, nunca foi. Ela se incomoda muito comigo por causa da bebida. A outra vai comigo [...] dali rola mais coisa, né! Coisa da aposentadoria, tem mais tempo”.

“A gente sempre conversava, mas agora conversa mais, por que antes eu quase não tinha tempo, trabalhava e estudava [...]a aposentadoria não veio para prejudicar em nada”.

“A afetividade aumentou, acho que sim, por que tem mais tempo, antes era um corre e corre, sempre preso a horário”.

“A gente passeia mais, por que sobra mais tempo, nós sempre vamos à reunião, jantares e festa dos amigos”.

O relacionamento de p5A com os filhos é conflituoso. Estes não aceitam sua aposentadoria, associando-a a inatividade. Já, as falas de np5A revelam preocupação com a formação dos filhos. O relacionamento parece ser bom.

“Eles me cobram o tempo todo – Vai trabalhar vagabundo, vai trabalhar mandrião! De vez em quando saem umas

“[...]os filhos procuram aproveitar mais, pedem para eu comprar isso, pegar aquilo, ir ao banco, quando vejo que eles

palavras obscenas. Não se conformam”.
 “Eu fico chateado, já fiz a minha função! Trabalhei 30 anos! [...] acho que as pessoas do bar, não sei os meus filhos, têm inveja daquilo que eu fiz [...]”
 “A bebida é uma decadência, eles não aceitam. São super revoltados com isso”.

estão querendo fugir dos compromisso eu não faço. Compromisso é compromisso”.
 “As minhas filhas estão no Grupo Pólen da Catedral, fazem retiro, vão a missa”
 Elas gostam que a gente participe e nós vamos”.

CONTEXTO SOCIAL E DE LAZER GRUPOS DE APOIO

As falas de p5A revelam sua decepção com os ex-colegas de trabalho. A amizade e o apoio para enfrentar os problemas do dia a dia provêm de um único amigo. Já, as verbalizações de np5A enfatizam que possui vários amigos, inclusive, do ambiente de trabalho.

“Saio geralmente só. Eu já tive muita decepção com os amigos, adoro a Universidade, mas não são amigos fiéis, pra mim são tudo falsário”.

“Tenho somente um amigo, o resto são conhecidos, companheiros. Ele não é do ambiente de trabalho. É vizinho. Nossa amizade é chegar todos os dias e conversar, ele conta a vida particular dele, eu conto a minha, os meus problemas”.

“Eu tenho bastante amigos, da escola, da faculdade, do trabalho e também conhecidos [...] sou mais de visitar, mas os caras que não fazem visita [...] percebo um individualismo muito grande, é mais receber do que dar [...]”.

“O pessoal do grêmio me convidou para um almoço no final do ano, me esqueci, eles me telefonaram, e nós fomos. O pessoal fica contente quando a gente aparece [...]. eu sempre procurei fazer um bom ambiente de trabalho [...]”

O entrevistado p5A é sócio da APOPEN, freqüentando-a apenas por ocasião dos jantares, o que não se configura como um grupo de apoio. Já, np5A participa de diversos grupos vinculados a Universidade.

“Sou sócio da APOPEN. Mas não vou, desleixo talvez. Tem chá, uma série de coisas. Agora acontece o seguinte, geralmente vou aos jantares”.

“Eu sou do Grêmio, da Associação dos Volantes e sou da ASUFSC. Na APOPEN eu não quis entrar porque é uma patota, aquela turma de besta da Reitoria, só por isso.”

As falas revelam a devoção de p5A aos ritos religiosos. Já, np5A tem sua vida norteadada por princípios religiosos, que lhe servem de fonte de apoio.

“A religião pra mim é tudo, sou fervoroso de Santo Antônio, toda necessidade peço a ele. Não existe grupo, existe a Irmandade de Santo Antônio, uma vez por mês a gente põe uma roupa vermelha e faz adoração, é uma coisa super tradicional”.

“Eu acho que a religião forma uma base sólida de princípios [...] leio a bíblia e tenho Jesus Cristo como um caminho”.

“A religiosidade se manteve a mesma coma aposentadoria”.

ATIVIDADES OCUPACIONAIS

As falas de p5A indicam que ele buscou uma rotina substitutiva para aquela que tinha, enquanto, trabalhador ativo. Contudo, já está chateado com tais atividades. Como lazer vê televisão e vai a jantares na APOPEN. Já, np5A optou por manter-se sempre ocupado em atividades produtivas. Esta parece ser a sua fórmula contra o sentimento de inutilidade e vazio. Como lazer, às vezes, joga dominó, lê e ouve música.

“Acordo cedo. Quando dá oito horas [...] saio de casa, como se fosse uma obrigação de ir para o serviço. Vou no posto, na oficina mecânica [...] fico lá conversando, para descontrair e o tempo passa [...] venho pra casa, almoço, durmo até as duas e depois saio, vou pra oficina [...] tem sempre uma novidade, fico só observando [...] tem hora que vira rotina, tá enchendo o saco”.

“À noite, eu gosto de ver jornal, e aí vai indo, vai indo, durmo cedo”.

“Sempre tenho atividades, faço quase toda a manutenção da casa, do carro, da moto e fora ajudar os outros [...] Antes de me aposentar eu também fazia [...]”.

“Gostar ? Se eu tivesse condições pagaria para alguém fazer [...] daria empregos”.

“A única coisa que eu faço, às vezes, é jogar dominó, gosto também de ler e ouvir música”.

Relação de Similaridade n ° 07- Respondentes p2C e np2R

Código	p2C	np2R
Sexo	feminino	feminino
Idade	47 anos	45 anos
Escolaridade	superior	superior
Estado Civil	divorciada	separada judicialmente
N ° Filhos	01 Idade: 19 anos	02 Idade: 14 e 10anos
Tempo trabalho UFSC	24 anos	25 anos
Tempo está aposentada	4 anos e 2 meses	2 anos e 5 meses
Tipo da aposentadoria	proporcional	proporcional
Exerce atividade remunerada	sim	sim

CONTEXTO DA APOSENTADORIA SATISFAÇÃO E COMPROMISSO COM O TRABALHO

As verbalizações revelam a importância do papel laboral para os entrevistados. A satisfação e o compromisso com o trabalho evidenciam-se, em ambas. A diferenciação aparece quando np2R sinaliza que sua dedicação não é recompensada a contento.

“Representou desenvolvimento pessoal, intelectual, o meu sustento, e principalmente, não estagnar numa coisa só [...]”.

“Durante a minha vida profissional sempre fiz o que gostei, se começava a ficar cansada daquele tipo de trabalho [...] pedia para trocar, para ter idéias novas, quando vira rotina fica muito chato”.

“O ambiente de trabalho era muito bom, amistoso”.

“Nossa, é importante, as pessoas precisam trabalhar, mas cedo não [...] se eu não tivesse precisado trabalhar, teria investido mais nos meus estudos”.

“Eu me dedicava ao trabalho, pois gostava do que fazia. Isso era bom pra quem? Para a Universidade! [...] eu me vi assim trabalhando e não havia retorno”.

FATORES DE DECISÃO

Os relatos destacam as mudanças nos aspectos normativos da legislação previdenciária como principais motivadores da aposentadoria. Como fatores coadjuvantes p2C menciona a insatisfação com a administração da Instituição. Já, np2R destaca a falta de um plano de carreira e o desejo de dedicar-se mais aos filhos.

“Eu resolvi me aposentar por que estava com medo dessa lei [...] só ia poder me aposentar com 50, 60 anos... “Ah, não

“Eu queria garantir direitos, sempre desconfiei que o Governo iria acabar tirando os direitos [...] me aposentei por

vou morrer dentro da Universidade!" [...] eu também não estava satisfeita com o meu pró-reitor [...]"

que vi que não adiantava [...] por que para o nível superior, não tem um plano de carreira definido".

"Eu queria estar mais perto deles (filhos), conviver mais, conversar, conhecer melhor".

Os sentimentos decorrentes do afastamento trabalho formal são variados, p2C enfatiza a sensação de liberdade e a mágoa com a administração da Instituição; np2R destaca a sensação de alívio por aposentar-se e a preocupação com os futuros proventos.

"Eu me senti livre, mas ficou um ressentimento [...] porque o pró-reitor que assinou meu processo disse - Que estás fazendo aqui ainda? Não estás aposentada, não!"

"Poxa, vesti a camisa, virei noites e noites, dei tudo o que podia por amor à Universidade e taí o pagamento!"

"Eu me senti aliviada, pois foram vinte e cinco anos de trabalho, vinte cinco férias de vinte dias cada ano".

"Missão cumprida, pois, não tive escolha. Tive que começar cedo a trabalhar".

"Saí um pouco preocupada com a questão do dinheiro, tentei sobreviver com aquilo, mas não deu!"

PREPARAÇÃO E PLANEJAMENTO PARA APOSENTADORIA

Com relação ao planejamento para a aposentadoria, há uma grande diferença entre as entrevistadas, p2C planejou sua aposentadoria, desejava manter-se ocupada, mas sem horários rígidos. Já, np2R não planejou sua aposentadoria. Ambas tinham conhecimento do PPA-UFSC e decidiram participar do mesmo, p2C concluiu o Programa, achando-o válido e np2R não se adaptou ao grupo, desistindo do mesmo.

"Planejei que quando me aposentasse compraria um computador [...] eu não queria ficar ociosa, faria trabalhos de tese [...] melhoraria a renda [...] trabalharia".

"Quanto ao planejamento mais ou menos, mal deu tempo, saí correndo!"

"[...] tinha época que eu estava muito cansada conciliar trabalho com criança, quando eu quisesse, quando eu não quisesse, iria viajar [...]"

"Deu certo por uns dois anos, mas depois a informática começou a baratear [...] parei por que não valia a pena [...]"

com casa [...] e comecei a pensar que se tivesse tempo para me aposentar eu sairia [...] a gente não via perspectiva de melhora".

“O PPA alertou, trouxe a realidade. Foi bom por que a gente já ficou preparada que ia começar a ficar aborrecida de ficar em casa o tempo todo”.

“Gostei muito, foi válido [...] acho que uma palestra completava a outra”.

“Acho que se as empresas fizessem isso (o PPA) as pessoas já sairiam mais realistas, não tão iludidas, sabendo o que pode acontecer”.

“[...]não gostei. Só tinham pessoas de muita idade, falavam que queriam se aposentar para ficar em casa, ir para um grupo da Terceira Idade [...] eu não entendia, queria sair devido a reforma da previdência, estava um pouco cansada, queria ficar com os meus filhos. Eu fui para fazer mesmo, acho que a gente deve se preparar para tudo [...] se tem o curso, alguém que é especialista no assunto, que pode te ajudar. Só que eu não gostei, fui só um dia e não voltei mais”.

PERCEPÇÃO DE PERDAS E GANHOS

A aposentadoria era percebida como a oportunidade de realização de projetos antes nunca vivenciados. Contudo, face a necessidade financeira, as expectativas iniciais foram frustradas. As entrevistadas possuíam uma imagem positiva dos aposentados e da aposentadoria. São percebidos como ganho a liberdade e/ou a certeza de um rendimento a mais. As perdas referem-se a falta de contato com o ambiente da universidade.

“Esperava sempre ganhar aquele "X", por isso me decepcionei, de irem tirando o dinheiro da gente aos poucos [...] esperava viajar, curtir a vida, dizer: Oba, estou livre, todo dia feriado pra mim! Mas não deu nada certo!”

“Eu achava que os aposentados tinham uma vida maravilhosa. Não tinham compromisso, podiam fazer o que quisessem na vida, passear, viajar”.

“Ganhei a liberdade para fazer o que eu quisesse”.

[...] sentia falta de contato com as pessoas, no dia a dia, aquela coisa”.

“Eu pensava que se o aposentado saísse com um bom dinheiro, iria ser ótimo [...]. A não ser caminhar tudo tu pagas: yoga, ginástica, hidromassagem. Quando me aposentei vi que não ia poder fazer nada disso! [...] pensei que fosse me livrar de certos compromissos de horário, que o aposentado tinha uma vida boa [...]”.

“(ganho) A certeza de que mesmo pouco, tenho um rendimento merecido depois de vinte e cinco anos de trabalho”

“Sentia falta dessa relação com aluno, professor, desse pessoal que se dedica ao intelectual, ao estudo e a pesquisa”.

VIVÊNCIA DA APOSENTADORIA

As verbalizações revelam que a aposentadoria caracteriza-se por dificuldades financeiras e inadaptação. As falas enfatizam, também, a necessidade de reforçar o orçamento, denotam, ainda, cansaço pelos anos de trabalho.

“Quando me aposentei não perdi muito, mas depois o governo começou a tirar as incorporações e a perda foi muito grande”.

“Eu me via trabalhando no computador, de pijama, de qualquer jeito, relaxada. Não me sentia bem porque virei a motorista da casa, vai na feira, no supermercado, leva no médico, é chato.”

“A gente luta tanto para chegar num certo nível de vida, e quando acontece é obrigada ou a vender as tuas coisas, para sobreviver ou então, ir à luta e procurar emprego, foi o que fiz. Não interessa se estás cansada de trabalhar ou não.”

“Tentei ficar em casa para poder cuidar melhor das crianças, mas tive que procurar emprego, porque pagando quase 400 reais de prestação, o que sobrava não dava para a educação dos meu filhos”.

“À auto estima estava em baixa, me sentia muito ociosa, comecei a ficar muito caseira, olhava na janela 10 vezes por tarde, espiando não sei o que! Começava a usar o telefone, para ligar para minha mãe não sei quantas vezes por dia”.

“Gosto de trabalhar fora, o que pesa é a carga horária, em casa vai ser difícil eu me acostumar, mas um dia eu vou ter que para de trabalhar, a gente já está pegando a idade, até por que cansa ”.

CONTEXTO ECONÔMICO RENDIMENTOS

As falas revelam vidas marcadas pela necessidade financeira. Para np2R a vida centra-se em proporcionar um padrão de vida melhor para os filhos.

“Trabalho no mínimo oito horas por dia [...] trabalho no finais de semana [...] maio e junho eu não tive um dia de folga”.

“[...] o que eu ganho aqui, mal chega ao que eu ganhava”.

“Não adianta dizer que hoje eu poderia ficar só com o dinheiro da aposentadoria, ainda não dá, e não vai dar nunca!”

“Para poder dar um padrão de vida melhor para meus filhos tenho que trabalhar [...]”

CONTEXTO DE SAÚDE SAÚDE FÍSICA

A percepção positiva com relação a saúde física possibilita, principalmente, a continuidade de papel laboral. Nota-se que ambas não tem cuidados especiais com a alimentação e não praticam atividades físicas regularmente.

“Saúde muito boa, me possibilita condições de trabalhar”.

“Alimentação normal, como de tudo”.

“Nunca gostei de atividade física não, sou relaxada comigo”.

“Faço preventivo a cada dois anos [...] quando a gente começa a fazer muitos exames, aparecem doenças, se a gente não faz, não sente [...] detesto médico”

“(beber) Quando saio com as amigas, socialmente”.

“Saúde boa, me possibilita trabalhar mais um pouco para oferecer uma qualidade de vida melhor do que a que eu tive aos meus filhos”.

“Durmo bem. Continuo dormindo como antes”

“Alimentação, meu cuidado é com o peso, tenho tendência para engordar”.

“Atividade física, hoje não. Caminhei durante dois anos e pouco, mas era só o que eu fazia [...] quando voltei a trabalhar parei, devido ao horário”.

“[...] depois dos 40 anos faço exames regulares no ginecologista. Eu não gosto de médico”.

“Não tomo medicamentos, não bebo, durmo bem”.

SAÚDE MENTAL

O significado atual do trabalho, os projetos para o futuro, a sensação de satisfação e insatisfação com a vida, a percepção sobre qualidade de vida, relacionam-se sempre ao contexto laboral e/ou financeiro, denotando assim o papel central do trabalho e a frustração.

“Tristeza e depressão, eu tratei procurando um emprego fora”.

“Não gosto de pensar muito na frente. Estou fazendo isso por que gosto, não sei por quanto tempo [...] se um outro que entrar não gostar de mim vai me mandar embora, aí vou começar a pensar no que eu vou fazer [...]”.

“Qualidade de vida é ter dinheiro para poder suprir as necessidades básicas da família”.

“[...] O salário que se ganha não dá para fazer muito projeto de vida, a gente vive o dia a dia, uma vez ou outra [...] vai almoçar fora, vai um fim de semana em algum lugar”.

“Satisfeita, satisfeita eu não posso dizer que sim, eu tinha vontade de fazer outras coisas, de viajar, passear, de estar ganhando um pouco melhor”.

“Satisfeita de ter voltado a trabalhar, pela questão financeira, pelo fato de estar me ocupando e fazendo um trabalho muito bom”.

“Qualidade de vida é ter dinheiro para o básico com uma folga para escolher o médico, o dentista, comprar revistas. Isso não é o ideal é o possível”.

“Tenho uma certa qualidade de vida - o básico selecionado”.

As entrevistadas não se sentem velhas, pois a velhice representa distanciamento do papel que mais valorizam - o laboral. A morte é percebida como natural, talvez por representar descanso.

“Velha eu não me sinto, por dentro não, me sinto mais experiente [...] queria fazer uma plástica se o dinheiro desse, para ver por fora o que eu estou sentindo por dentro. Um pouquinho de vaidade a gente precisa ter, né?”

“Velhice é não poder mais trabalhar. Me assusta, pois os proventos da aposentadoria não são suficientes”.

“Não, a morte não me assusta”.

“Eu tenho pavor da velhice, acho que a gente vai viver de lembranças e se a gente não tiver boas lembranças... sempre vão ter, afinal a vida da gente não chega a ser um caos [...] a velhice no nosso país é muito triste”.

(morte) “Sou espiritualista, acredito em algo...”

CONTEXTO FAMILIAR RELACIONAMENTOS

O relacionamento familiar de p2C resume-se a filha e aos pais, que são percebidos como fonte de apoio. Suas falas destacam que a permanência maior em casa gerou segurança para os familiares, os atritos são percebidos como normais. Já, np2R centra o relacionamento familiar nos filhos e no ex-esposo. Ao que tudo, indica os primeiros são a razão da sua vida.

“Meus pais me apoiaram a voltar a trabalhar pois, sabiam da necessidade financeira”.

“Não houve atrito com a família, eles até se sentiram mais seguros, porque eu estava ali permanentemente à disposição, para qualquer problema ou vontade deles. Para eles foi bom, mas eu cansei um pouco”.

“Quanto a relacionamento afetivo, antes de me aposentar eu não tinha e agora também não tenho”.

“[...] depois de algum tempo eles sentiram a redução, e ocorreram algumas cobranças e desentendimentos”.

“Meu casamento sempre foi muito complicado, nunca foi uma relação legal, gostosa, mas nós não somos de brigar”.

“A relação depois da aposentadoria piorou porque ele ficou mais desligado de casa, ficou tudo nas minhas costas supermercado, feira. É claro que de vez em quando dava problema, atrito. Eu achava que não podia ser assim [...]”.

“Durante o período que eu fiquei em casa foi pior do que quando eu estava trabalhando”.

“Oito meses em casa, para as crianças estava bom, para mim não estava, por questões financeiras e porque não estou acostumada a ficar muito tempo em casa”

CONTEXTO SOCIAL E DE LAZER GRUPOS DE APOIO

Na transição do trabalho formal a aposentadoria, grupos de apoio são muito importantes. No caso de p2C, o apoio veio do PPA-UFSC e de seus pais. No caso de np2R, ela precisava de apoio, mas não o obteve.

“O apoio foi dado pelo PPA-UFSC, através do que ouvi dos palestrantes, dos depoimentos dos outros que estavam aposentados ou iriam se aposentar”.

“Comentei sobre a aposentadoria e eles (pais) me alertaram e me apoiaram, sobre os possíveis problemas que esta mudança poderia ocasionar, disseram que seria bom ter mais tempo livre, no entanto o trabalho faria falta e eu ficaria chateada de ficar em casa”.

“Senti necessidade de apoio mas, como sempre, me virei sozinha!”.

“Eu sou muito introspectiva, talvez seja um pouco egoísta”.

“[...] nem ele (ex-marido), nem eu temos ajuda da família [...]”.

Os amigos são escassos, representados geralmente pelos familiares. Grupos de aposentados, que poderiam servir como um grupo de apoio, não são procurados, pois as entrevistadas não se sentem integradas a este segmento da sociedade.

“Amigo é difícil de ter [...] você pode contar mesmo é só com a família”.

“Diziam quando nós estávamos trabalhando - Nós vamos ser sempre amigas. Hoje, não vejo, não telefonam”.

“Tenho colegas, ex-colegas, entendeu? A gente continua tendo um relacionamento de amizade, aquela amizade, né... pra sair, por que senão uma não tem a outra pra sair, aquela história de interesse”.

“Faço parte da AOPEN, mas só como contribuinte, não tenho tempo de ir lá, nem vontade por que tem política [...]”.

“Eu não me sinto aposentada, trabalho mais agora do que trabalhava antes!”.

“Tenho muitos colegas, mas não sou de ter uma relação muito aproximada [...] sempre fui assim. Não sou muito sociável”.

“Não tenho um grupo de amigos, se eu tiver que ir em algum lugar, não me importo, vou sozinha”.

“Não participo de nenhum grupo de aposentados por que eles em geral são idosos e os programas deles não me interessam, nem os papos”.

As práticas religiosas não sofreram alteração após a aposentadoria.

“Eu costumo rezar em casa”.

“Acredito em um ser superior, com quem sempre podes contar”.

“As vezes, eu até rezo, faço uma promessa. Acredito muito na força da mente, do pensamento [...]”.

ATIVIDADES OCUPACIONAIS

As práticas de lazer são restritas ao âmbito familiar, sendo coibidas pelo fator tempo e cansaço, no caso de p2C, e pela falta de recursos financeiros para np2R.

“Antes de me aposentar eu gostava de ir à praia, agora já enjoô [...] passeava na casa do irmão, nas férias costumava viajar, quando dava, né?”

“Hoje não tenho mais tanto tempo, né? O tempo livre que tenho é à noite, aí estou cansada e não tenho mais ânimo”.

“Antes de me aposentar passeava com a família”.

“Domingo é um dia que eu detesto sair de casa, adoro ficar no meu canto, até hoje eu sou assim. Ah! Hoje, tenho que trabalhar Domingo!”

“Meu lazer é cinema e leitura. O que gosto não posso fazer, viajar, conhecer lugares diferentes, sua cultura, pois não tenho dinheiro”.

“Nos finais de semana me sinto tão cansada [...] tenho procurado descansar, deitar, alguma coisa que não exija muito de mim”.

(quando estava em casa)“Lazer nenhum, saia para caminhar e pronto”.

(hoje)“Sair com os filhos, para algum programa deles, cinema em casa e umas comprinhas”.

As falas revelam pouco interesse por atividades domésticas. Estas são executadas como tarefas para preencher o tempo, que não trazem satisfação.

“Eu não gosto de serviços domésticos, fazia por obrigação”.

“Eu não gosto de serviços domésticos [...] esse negócio de ficar em casa todos os dias, cuidando da casa, isso me tirava muito tempo [...]”.

Relação de Similaridade n ° 08- Respondentes p10C e np10L

Código:	p10C	np10L
Sexo:	feminino	feminino
Idade:	52 anos	48 anos
Escolaridade:	superior	superior
Estado Civil:	solteira	solteira
Tempo trabalho UFSC:	12 anos	12 anos
Tempo está aposentada:	1ano	1 ano e 8 meses
Tipo da aposentadoria :	proporcional	proporcional
Exerce atividade remunerada:	não	sim

CONTEXTO DA APOSENTADORIA SATISFAÇÃO E COMPROMISSO COM O TRABALHO

Os relatos denotam a importância do trabalho, principalmente, como fonte de realização pessoal. Contudo, as verbalizações de np10L revelam certo grau de insatisfação.

Note-se que ambas destacam a capacidade de desvincularem-se das obrigações laborais.

“Gostava [...] nunca tive problemas de relacionamento, a gente trabalhava em equipe muito bem”.

“O trabalho representou realização pessoal, conhecimento, experiência de vida, me ensinou a lidar com as pessoas, saber aceitar, muita dedicação, carinho, a trabalhar em equipe, ser responsável [...]”

“[...] lá dentro se eu tivesse algum compromisso fora eu esquecia, quando eu saía do trabalho também me desligava [...]”.

“Eu nunca faltei ao serviço, nunca cheguei tarde, eu gostava daquilo [...]”.

“Gostava, mas sei lá, tinham coisas que aconteciam, como a falta de material, muita cobrança [...] isso me deixava insatisfeita, eu ia trabalhar com os músculos do pescoço doloridos [...] não estava mais gostando”.

“Onde trabalha muita gente já viu né ! Sempre tem briguinhas, e a chefia não estava nem aí”.

“Trabalho é tudo, é vida, é uma realização pessoal, é se sentir útil”.

“Eu desligava, não misturo trabalho com vida pessoal. Eu era muito responsável, chegava na hora certa e saía na hora certa”.

FATORES DE DECISÃO

A opção pela aposentadoria mostra-se permeada pelo desejo de repousar e ajudar outro profissional, destaca p10C. Já np10L aponta como fatores determinantes da aposentadoria a insatisfação no trabalho e as possíveis modificações na legislação previdenciária.

“Eu tinha tempo e podia sair, descansar, o salário seria praticamente o mesmo”.

“Penso que a gente trabalha até uma determinada idade, depois chega. Eu dou o meu lugar para outras pessoas que precisam, que estão começando a vida”.

“A insatisfação no trabalho e as possíveis modificações que o Governo pretendia fazer na aposentadoria. Pensei - Vou me aposentar e pronto ! Partir para outra coisa, esse está garantido !”

PREPARAÇÃO E PLANEJAMENTO PARA APOSENTADORIA

As falas de p10C caracterizam-se pela reflexão e pela percepção de que a aposentadoria provocaria mudanças, sendo necessário preparar-se. Constata-se que np10L associa planejamento para a aposentadoria á continuidade do papel laboral. Ao que tudo indica, não participou do PPA-UFSC por ter idéias preconceituosas sobre aposentadoria e velhice.

“Fiquei pensando mais ou menos um ano nesta possibilidade e fui me preparando psicologicamente [...] eu sabia que ia mudar tudo na vida. Eu acho que quem não se prepara é que sente muito a falta de ocupação, né. Eu não sinto, por que me ocupo o tempo todo”.

“[...] O curso deu muitas dicas, que ia mudar o esquema, mas eu também me preparei psicologicamente [...]. Acho que é válido, teve palestra, exercícios, quem quis aproveitar aproveitou.

“Eu estava pensando em me aposentar, pensava em continuar trabalhando, mas em outra área, que não a enfermagem [...] para ser útil, ter satisfação pessoal”.

“Tinha conhecimento do curso, mas não me interessei. A gente fica julgando – Vou querer coisa de aposentado ! Não me sentia aposentada”.

PERCEPÇÃO DE PERDAS E GANHOS

Como ganhos a entrevistada p10C menciona a disponibilidade de tempo e como perda destaca o afastamento dos colegas de trabalho. Já, np10L refere-se à melhoria de seu estado emocional como ganho e não registra perdas em seus relatos.

“Ganhei disponibilidade de tempo, me sinto mais livre, tenho mais calma e tranquilidade, antes a vida era muito agitada, devido ao compromisso de horário e as minhas obrigações como profissional”.

“Ganhei, tranquilidade, não sou tão ansiosa, tensa, como eu vivia. Isso aí mais tarde se reverte em saúde. Por que trabalhando neste clima de tensão, tu ficas doente”.

VIVENCIA DA APOSENTADORIA

A transição do trabalho formal a aposentadoria de p10C foi vivenciada de modo tranquilo, sem períodos de tristeza ou depressão, com o predomínio da sensação de bem estar. Nos registros de np10L verifica-se que esta vivenciou os sentimentos de inutilidade e tristeza. Buscou ajuda profissional e dos amigos para equilibrar-se.

“Como Ser me sinto muito bem”.

“Em nenhum momento fiquei triste ou deprimida, não senti falta do trabalho por que me ocupei com outras coisas”.

“Quando eu trabalhava pensava que quando me aposentasse iria morar na praia [...] e fui”.

“A sensação quando da aposentadoria foi de inutilidade - O que vou fazer agora ? Estava triste, por estar em casa, sem o trabalho te sentes inútil”.

“Senti necessidade de apoio e procurei ajuda profissional, fui fazer análise, então, comecei a pensar - Espera não acabou nada não, isso aqui está garantido, agora vou partir para outra coisa!”

CONTEXTO ECONOMICO RENDIMENTOS

Os rendimentos são percebidos como baixos para ambas, mas valorizados. A diferença entre as falas refere-se ao desempenho de uma atividade remunerada. Enquanto p10C não deseja retomá-las no momento, np10L a está exercendo uma outra atividade profissional e pretende dedicar-se ainda mais, percebendo-a como uma forma de obter satisfação pessoal.

“O meu salário, pelo qual eu lutei a vida toda poderia ser melhor, mas é aquilo que vem estabelecido para a gente, procuro valorizar e aproveitar da melhor forma possível”.

“Não tenho vontade de desenvolver nenhuma atividade remunerada”.

“Eu mereço mais, pelo que eu já fiz. Mas, pensando em como está a situação do país, acho que está bom”.

“Queria ter esse salário como um apoio e desenvolver outra coisa, sem estresse, sem preocupação de ter que trabalhar para ganhar. Voltar a trabalhar por satisfação”

CONTEXTO DE SAÚDE SAÚDE FÍSICA

As verbalizações denotam percepções e atitudes positivas em relação à saúde física.

Ao que parece, tal percepção relaciona-se a atividade laboral anteriormente desenvolvida pelas entrevistadas.

“A saúde, olha para mim, está boa. Eu tenho um pouquinho de triglicerídeos e colesterol, é familiar, mas, eu faço checkup todo ano, ginecológico, mamografia. Tenho estes cuidados em decorrência da minha profissão [...] como alimentos mais naturais, menos gordurosos, não fumo, bebo socialmente. “Durmo bem, antes também dormia”.

“Tomo só hormônios, eu quase não tomo remédios”.

“Faço natação duas vezes por semana, caminho também. Geralmente caminho com o meu cachorrinho”.

“A minha saúde é boa, vou ao médico de seis em seis meses, tenho propensão a ficar com taxas altas de colesterol e triglicerídios, evito carne vermelha, como mais verduras, frutas. Antes também era assim”.

“Faço caminhada e yoga há muito tempo. Não houve incremento da atividade física com a aposentadoria”.

“Nunca fumei, detesto cigarro, também não bebo. Dormia bem, e hoje também durmo bem”.

“O único medicamento que eu tomo é para reposição hormonal”

SAÚDE MENTAL

As falas revelam o predomínio de percepções e sentimentos positivos em relação ao momento atual da vida, ao envelhecimento e a morte. Contudo, registra-se que np10L mostra-se insatisfeita com as atividades desenvolvidas atualmente e que gostaria de incrementar suas atividades laborais, sem estresse.

“Eu estou me sentindo bem, o pessoal me disse que estou mais jovem (risos). Eu

“Eu não me arrependo de ter me aposentado, foi a melhor coisa que eu fiz!

não estou trabalhando. Estou vivendo somente. Estou fazendo o que eu quero!”

(está gostando mudança) “Estou. Por que eu gosto muito do chão, e aqui moro em apartamento. Lá não, tu sais na rua, olhas o mar, dormes com o barulho do mar [...] Me sinto bem, feliz com essa nova vida”
 “Com a minha saúde; com a minha vida; com os bens materiais [...]

“Velhice é apenas o corpo físico que vai se cansando, o espírito tem que ser jovem muita vontade de viver, sei lá coisas positivas. Tem que sempre pensar que tudo vai dar certo”.

(sente com a sua idade) “Muito bem. Por que tenho saúde, energia [...] pude testar quando fiz a reforma lá em casa, senti que tenho resistência ainda”.

“Olha. A gente sabe que um dia tudo tem um fim. Mas eu não quero morrer cedo não, quero aproveitar mais a vida, viver bastante!”

A existência de projetos para o futuro, contribui para dar sentido à vida e equilíbrio às entrevistadas.

“Ah, tenho vários projetos pintar a minha casa [...] eu mesmo vou lixar tudo, e pintar, tem uma porção de coisas para fazer”.

Porque depois daquele período, eu não fico mais tensa, quando volto lá no setor, eles dizem que estou diferente, rejuvenescida. Não sou mais aquela pessoa tensa, nervosa, estou despreocupada, de bem com a vida”.

“Parei de trabalhar num lugar, mas ainda estou em atividade, fechei uma porta e abri outra!”

“Estou bem, de bem comigo mesma. Satisfeita com os amigos que tenho[...] estou apenas começando esta nova atividade, mas eu poderia ter mais clientes, para poder ocupar mais o meu tempo. Mas, ainda vou chegar lá”.

“Eu entendo que o Ser não fica velho, o que fica velho é a carcaça [...] acho que tu vais entendendo melhor as coisas, estas mais amadurecida, percebes melhor”.

“Eu me sinto bem. Em relação a muitas mulheres que tu vês por aí, nossa, eu me sinto bem, quase cinquenta anos!”

“A gente não morre, somos energia. Continuamos vivendo só que de outra forma. Não tenho medo mesmo”.

“Eu quero fazer outros cursos nesta área, ampliar meus conhecimentos, para poder atender melhor meus clientes, saber resolver os problemas, não precisar mandar para outro profissional”.

A visão sobre a aposentadoria de p10C, enquanto trabalhadora, era bastante clara, com relação a opção pelo modo de vida que gostaria de vivenciar como aposentada. Já np10L considerava negativamente os aposentados.

“Eu pensava que a pessoa que trabalhasse o tempo que era devido, merecia descansar, aproveitar, passear, viver, se divertir, fazer coisas que gostaria de ter feito e não fez”.

“Achava que aposentadoria era coisa de velho, me assustava!”

“Agora já não vejo assim. Eu não me sinto velha. As pessoas contribuíram e tem o direito de usufruir”.

As percepções das entrevistadas são similares ao enfatizarem a importância de estar bem consigo para viver com qualidade de vida.

“Qualidade de vida é estar bem comigo, como Ser, ter tranquilidade, fazer o que gosta e ter saúde”.

“Eu vivo com qualidade de vida”.

“Qualidade de vida é viver em paz, em uma cidade que não tenha bandidos, que tenha bastante ar puro, e principalmente estar bem consigo mesmo, depois vais conquistando outras coisas boas”.

CONTEXTO FAMILIAR RELACIONAMENTOS

As entrevistadas são solteiras e vivem sozinhas, sendo o núcleo familiar composto pelos parentes mais próximos. As falas revelam que parece haver mais afinidade e proximidade entre p10C e seus familiares do que entre np10L e sua família.

“Eu só tenho sobrinhos e irmãos, meus pais já morreram [...] eles sempre me valorizaram, como pessoa, como Ser”.

“Eu moro sozinha, mas tenho pai, mãe e irmãos [...] a relação é boa. Vejo meus parentes com frequência, quando não nos telefonamos”.

“A gente conversa mais, por que tem maior disponibilidade de tempo [...]”

“Eles ficaram contentes, pois sabiam que a minha vida profissional era bastante puxada”.

“Não, com eles eu não dividi nada sobre a decisão de aposentar-me. Porque, eu não quis, os amigos já me ajudaram”.

Quanto ao relacionamento afetivo, nota-se que p10C não o deseja, pois sente-se bem como está, sozinha, desfrutando de autonomia e liberdade. Já np10L tinha um relacionamento ao aposentar-se, mas não recebeu do mesmo o apoio que esperava na transição do trabalho formal a aposentadoria.

“Não tenho, dá muita enxada. Gosto de ter o meu próprio espaço, não preciso dar satisfação pra ninguém. Está muito bom assim”.

(período tristeza) “Ele me apoiou só em relação ao trabalho e me indicou a terapeuta”.

“Ele era atencioso, não ficou mais nem menos coma aposentadoria[...] depois já tive outro relacionamento. Mas acabou. (gostaria de conhecer alguém)“Claro, amar sempre é bom”.

CONTEXTO SOCIAL E DE LAZER GRUPOS DE APOIO

As relações de amizade parecem ser bastante significativas, desempenhando o papel de fonte de apoio para ambas.

“Amigos, tem o pessoal do serviço, da juventude e da família [...] eu sou muito ligada a família, somos muito unidos”.

“Todo o final de semana tem visita, da família ou amigos [...]

“Quando comentei, disseram – Ah, tens mais é que te aposentar mesmo! Vai aproveitar a vida ! Para que ficar aí, trabalhando, trabalhando!”

“Tenho amigos são poucos mas, são amigos mesmo. À gente se fala frequentemente, de vez em quando saímos juntos. Conversamos sobre a aposentadoria, até um dele me incentivou, porque eu estava em dúvida, então começamos a pesar os prós e os contras”. [...] do trabalho são apenas conhecidos”

Ambas não participam de grupos de aposentados e, ao que parece, por motivos diferentes; p10C aceita a idéia, no entanto mora muito longe da UFSC, enquanto que np10L não se sente aposentada e rejeita a idéia de participar deste grupo.

“Olha por enquanto não faço parte de grupos de aposentados, mas penso em participar. Tem na Universidade, né ? Por enquanto, estou lá na praia”.

“Eu participo do grupo de mães, toda a 3ª feira a gente se reúne, ganha trabalhos manuais para fazer, joga bingo”.

“Participo do grupo da yoga”.

(pensou em fazer parte da AOPEN) “O que quê é isso ? “(Risos) “Não sabia que existia isso. O que eles fazem ? [...] “Ah, não. Não gosto disso! [...]

Ambas são de formação católica e preferem realizar suas orações em casa. Não houve incremento da religiosidade na transição para a aposentadoria ou após a mesma.

“Eu sou católica, vou a igreja quando estou com vontade. Eu rezo, tenho a minha bíblia. Minha religiosidade continua a mesma coma aposentadoria”.

“Eu sou de formação católica, mas não sou praticante, faço as minhas orações em casa [...] mantive os mesmos hábitos religiosos coma aposentadoria.

ATIVIDADES OCUPACIONAIS

As atividades de lazer foram ampliadas e vividas com alegria por p10L, que coloca prazer nas pequenas coisas que faz. Já para np10L não houve incremento de tais atividades, sendo as mesmas cerceadas pelo fator financeiro.

“Eu caminho, leio, bordo, assisto televisão, viajo. Acho que agora tenho mais lazer. Por que eu trabalhava na emergência à noite, então quando saia do plantão tinha que descansar [...] muitas vezes gostaria de ir a algum lugar, mas não ia, tinha que descansar, dormir”.

“Eu gosto de passear, ficar em contato com a natureza. Sair à noite eu não gosto, talvez porque eu trabalhava à noite [...] viajar eu adoraria, mas com essa aposentadoria não dá. Eu viajava antes, quando tinha dois empregos”.

As atividades domésticas são percebidas como pouco importantes.

“[...] Não sou escrava, o dia que eu estou com vontade de fazer eu faço, o dia que não estou com vontade eu não faço, não houve incremento”.

“Eu moro sozinha e cuido o máximo para não sujar, para não ficar limpando. Tem gente que tem essa neurose de ficar lavando, esfregando, eu não, não gosto!

8 INTERPRETAÇÃO E ANÁLISE DO CONJUNTO DE DADOS

Este capítulo apresenta a interpretação e análise dos conteúdos das entrevistas. Ressalta-se que esta discussão foi estruturada conforme os temas e subtemas determinados no item 5.5, e desenvolvida por intermédio da comparação dos resultados obtidos no grupo dos servidores que participou do PPA-UFSC e do grupo não participante do referido Programa.

8.1 CONTEXTO DA APOSENTADORIA

8.1.1 SATISFAÇÃO E COMPROMISSO COM O TRABALHO

Grupo Participante do PPA-UFSC

As verbalizações revelam que o trabalho ocupa um papel central na vida da maioria dos entrevistados, destacando-se como balizador dos demais papéis sociais ou, então, como elemento fundamental no desenvolvimento pessoal e social:

“o trabalho representou realização pessoal, conhecimento, experiência de vida e ensinou-me a trabalhar em equipe [...]” (p10C).

“[...] tive a minha fase de querer constituir uma família e isso não deu certo, o que deu certo na minha vida foi o trabalho” (p8H).

Evidencia-se o compromisso com o trabalho, observando-se a dedicação à atividade laboral, inclusive fora do horário de expediente, confirmada também pela permanência dos aposentados em seus cargos após a publicação do edital de desligamento, “a fim de transmitir orientações”:

“trabalhei uns 20 dias a mais e fiz uma espécie de relatório de atividades, sugestões e informações para quem fosse assumir” (p7H).

“[...] hoje eu já não durmo pensando que amanhã tem fulano para atender [...] eu sempre fui muito presa ao trabalho” (p6Z).

Aspectos positivos, ou de satisfação, relacionados ao ambiente de trabalho são mencionados pela maioria dos membros deste grupo. Tais aspectos são predominantemente de natureza intrínseca ao exercício da profissão:

[...] pelo fato de fazer o que sempre quis, dar aula e trabalhar no magistério [...] sinto que me realizei no trabalho” (p8H).

“representou desenvolvimento pessoal, intelectual, o meu sustento e principalmente não estagnar numa coisa só, estar sempre procurando melhorar” (p2C).

A satisfação de origem contextual no ambiente de trabalho é citada por alguns entrevistados e refere-se aos bons relacionamentos, quer em relação aos colegas, à chefia e/ou aos alunos:

“o ambiente de trabalho era muito bom, amistoso” (p2C).

“a rotina era envolvente, se você se dedica aos alunos eles te procuram”(p6R).

Aspectos negativos de natureza laborativa foram mencionados em menor escala e vinculam-se a problemas políticos internos à UFSC:

“às vezes, me sentia um pouco desvalorizado pela Instituição em função dos trabalhos que desenvolvia [...] é um problema político” (p2N).

“políticos, sempre tem essas coisas de poder, aí boicotam porque não querem que você apareça” (p7H).

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

As falas destacam o trabalho como uma obrigação, vinculando-o à garantia de sobrevivência, sem contudo, desvinculá-lo da dedicação com que deve ser executado:

“o trabalho representou um meio de vida, o que é para todo mundo, uma obrigação” (np6A).

“trabalho é garantir subsistência, mas, tens que trabalhar com prazer, satisfação e vontade” (np5A).

Em contrapartida, algumas poucas verbalizações evidenciam o papel fundamental do trabalho como marco referencial para a organização da vida pessoal e social dos indivíduos:

“[...] sempre dediquei a maior parte da minha energia para o trabalho” (np8T).

“o trabalho move a vida da gente, conhecemos pessoas, debatemos outros assuntos, ficando em casa parado não se vive (np7E).

A insatisfação no ambiente laboral manifesta-se na quase totalidade das falas, em relação a aspectos contextuais e intrínsecos à profissão. Os primeiros referem-se principalmente a problemas relacionais com os colegas de trabalho e com a chefia:

“se tu és trabalhador, competente, as pessoas se aproveitam [...] o coordenador delegava demais, até a incompetência [...]” (np5A).

A insatisfação quanto aos aspectos intrínsecos é relatada relacionando-a ora à valorização exclusiva de profissionais de nível superior em detrimento de profissionais de nível técnico, ora à falta de uma política institucional que estabelecesse um plano de carreira para servidores de nível superior:

“[...] ter um bom funcionário que produz, isso era bom pra quem ? Eu me vi trabalhando e não havia retorno [...]” (np2R).

Os poucos relatos que expressaram sentimentos positivos, ou de satisfação em relação ao trabalho, citaram aspectos de natureza contextual, vinculados ao bom relacionamento no ambiente de trabalho. Contudo, observou-se, também, satisfação de natureza intrínseca à profissão:

“o trabalho me recompensava, não só financeiramente, mas emocionalmente, psicologicamente [...] eu não tinha filhos, parece que a gente compensa com o trabalho de professor” (np8T).

A forma de vivenciar a aposentadoria relaciona-se diretamente à importância que o papel ocupacional possui para cada indivíduo, como marco de referência para a organização de sua vida pessoal e social, ao proporcionar o estabelecimento de relações interpessoais, definir a estruturação do tempo dedicado ao lazer e gerar meios para que se possa cumprir os demais papéis sociais (Forteza, 1980; Martim-Baró, 1985; Santos 1990; Uvaldo, 1995). Pode-se dizer que, em um primeiro momento, o grupo de servidores que participou do PPA-UFSC teria maior dificuldade na transição a aposentadoria, inclusive com a possibilidade de ocorrência de crises de identidade, pois para aqueles indivíduos que sempre confundiram sua identidade pessoal com sua identidade sócio-profissional a aposentadoria pode vir a representar a ausência de sentido fora do trabalho, um momento difícil e até mesmo uma crise de identidade (Schein, 1982; Dillard, 1982; Santos, 1990).

Este mesmo aspecto não se mostrou de forma tão freqüente em relação à maior parte do grupo não participante do PPA-UFSC, o que, de certa forma, minimizaria os impactos advindos com a transição para a aposentadoria.

8.1.2 FATORES DE DECISÃO

Grupo Participante do PPA-UFSC

As falas evidenciam que a possibilidade de mudanças nos aspectos normativos da legislação previdenciária desencadeou a solicitação da aposentadoria pela maioria dos membros deste grupo. Dentre estes, apenas um percebe este fator, de natureza coercitiva, como o único motivador de sua decisão. Os demais entrevistados, associam ao receio de possíveis alterações na legislação à insatisfação no ambiente laboral:

“praticamente fui forçado a sair devido à pressão governamental” (p5A).

“foi a política do governo, essa lei das aposentadorias, eu estava em final de carreira, sem perspectiva de melhoria” (p7H).

“estava com medo dessa lei, só ia poder me aposentar com 60 anos, também não estava satisfeita com meu pró-reitor”(p2C).

Aqueles que mencionam fatores de natureza não coercitiva como motivadores da decisão pela aposentadoria destacam os seguintes aspectos pessoais: desejo de dedicar-se mais à família e às atividades lúdicas; vontade de descansar e de possibilitar o ingresso de mais um profissional no mercado de trabalho:

“não tinha tempo de me dedicar a minha casa, ao meu filho [...] não fazia o que gostava [...] natação, inglês[...] não dava para conciliar” (p8M).

“eu tinha tempo e podia sair, descansar [...] dou meu lugar para outras pessoas que precisam, que estão começando a vida” (p10C).

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

À semelhança do que ocorreu no grupo que participou do PPA-UFSC, também, para quase todos os entrevistados deste grupo, o ponto principal analisado na tomada de decisão com relação à aposentadoria foi a ameaça de perder a opção de aposentar-se mais cedo ou no momento que julgassem mais conveniente fazê-lo.

Analisando-se os fatores coercitivos, o elemento determinante foi a combinação das possíveis mudanças na legislação a um fator de insatisfação intrínseca ao ambiente de trabalho:

“quando começaram os grupos políticos, as disputas políticas, o jogo de interesses, o objetivo não era mais ver a Instituição crescer [...] encheu o saco, vou pra casa. As mudanças previdenciárias também contribuíram” (np5A).

“queria garantir direitos [...] me aposentei porque vi que minha situação iria ficar sempre nessa, sem plano de carreira definido [...] acabamos fazendo serviço de nível médio” (np2R).

Observaram-se, ainda, as possíveis modificações na legislação associadas a um fator de natureza não coercitiva:

“a minha mãe adoeceu, eu já havia perdido o meu pai, então resolvi parar para cuidar dela, acompanhá-la [...] tinha essa história do Governo acabar coma aposentadoria integral”(np8T).

Apenas um entrevistado destacou prováveis mudanças por parte do governo nos aspectos normativos previdenciários como o único fator desencadeante de sua aposentadoria:

“na época eu tinha 44 anos, já pensou ter que trabalhar até os 65 anos ? Ai, eu apressei a minha aposentadoria” (np7E).

Dentre aqueles que mencionaram fatores de natureza não coercitiva como motivadores da decisão pela aposentadoria, o mais citado foi a vontade de dedicar-se mais a tarefas que proporcionassem satisfação pessoal:

“queria me aposentar quando completasse o tempo de serviço [...] gostava de dar aula, mas gostava mais de estar livre para fazer o que quisesse” (np6A).

Constata-se, portanto, grande similaridade entre os grupos pesquisados no que se refere à categoria fatores de decisão. As falas evidenciam, em ambos, as possíveis mudanças nos aspectos normativos da legislação previdenciária como principal fator de decisão para solicitação da aposentadoria, o que vem a caracterizá-la como circunstancial, repentina e motivada de forma coercitiva, favorecendo, assim à inadaptação. A literatura especializada tem afirmado que os indivíduos se adaptam mais facilmente às transições de origem interna; isto é, quando lhe é permitida a opção de livre escolha (Fraiman, 1992; Deps, 1994).

8.1.3 PREPARAÇÃO E PLANEJAMENTO PARA A APOSENTADORIA

Grupo Participante do PPA-UFSC

Os membros deste grupo, face às estratégias pessoais desenvolvidas para preparar-se ou não para aposentadoria, podem ser classificados em subgrupos com características distintas.

O primeiro subgrupo é formado por aqueles que tinham receio de não se adaptarem à aposentadoria. Representam a maioria. As verbalizações registram expressões veladas ou manifestas de temor face ao malogro adaptativo. Para evitar a inadaptação, este subgrupo desenvolveu diferentes estratégias, tais como aposentar-se gradualmente, adotando uma rotina ocupacional menos rígida, refletir e participar de um curso de preparação para aposentadoria, planejar iniciar outra atividade profissional:

“[...] eu me aposentei primeiro em um colégio e sete anos depois me aposentei no outro, eu não parei assim de uma vez. Antes de me aposentar comecei a fazer o curso de biblioteconomia. Compromisso, além das aulas que dou, tenho esta atividade” (p8H).

“pensei, refleti muito, sofri alguns meses, o período de decisão é horrível [...] fiz um curso de preparação também” (p6Z).

“planejei que quando me aposenta-se compraria um computador, não ficaria ociosa, faria trabalhos de tese, melhoraria a minha renda, trabalharia quando quisesse” (p2C).

O segundo subgrupo é representado por aqueles que se percebiam preparados, cientes de que realmente desejavam aposentar-se: “eu tinha certeza do que queria” (p8M).

Já, o terceiro subgrupo é composto por aqueles que não refletiram sobre as possíveis consequências da transição do trabalho formal a aposentadoria: “[...]a aposentadoria veio abruptamente, eu nunca tinha pensado no que fazer [...] não estava preparado para me aposentar” (p6R).

Dentre os entrevistados, dois participaram do PPA-UFSC após estarem aposentados, mesmo tendo conhecimento de que o referido programa era oferecido à época da pré-aposentadoria dos mesmos. Tais entrevistados alegaram indisponibilidade de tempo, o que veio a reafirmar o relevante papel do trabalho para estes:

“eu ouvi, mas quando é que eu ia fazer ? Tirar uma tarde toda para ir lá [...]” (p6R).

“eu fiz aquele curso depois que eu tinha me aposentado. Eu era assim muito caxias, achava que não dava pra sair do serviço para uma coisa minha”(p8H).

As percepções sobre o PPA-UFSC são em grande parte positivas, uma vez que durante o desenvolvimento de suas atividades o programa, antecipava situações que poderiam ocorrer na fase da aposentadoria:

“quando você está num grupo de pessoas iguais, você faz paralelos [...] sua expectativa de vida balança ali dentro. Eu gostei do programa, ele orienta, dá umas colocações [...] são situações que vão ajudar na sua vida, na sua reflexão” (p8H).

“o Programa te ajuda na decisão, dá outros caminhos [...] contribui na valorização que tu tens que dar em tudo que tu fazes [...] a viver o outro lado, não só o profissional” [...] (p6Z).

“o programa mostra que tu não es um inútil, continua sendo a mesma pessoa, só que tem que achar outros interesses. O programa não é perfeito, mas é uma mensagem boa [...] tem que se estar aberto para receber este tipo de coisa ” (p7H).

A participação no PPA-UFSC possibilitou aos entrevistados algumas sugestões, visando a sua melhoria:

“na palestra sobre drogas a abordagem tem que ser outra [...] remédios, álcool, pijama, o aposentado pode se viciar em pijama e não tirar mais. A gente ficou muito mais na história do fuminho e da maconha” (p8H).

“deveria ter uma duração maior, durante um semestre, por que envolve uma grande reflexão, ou então, fazer em dois períodos, antes e depois da aposentadoria. Além disso, a Universidade poderia trabalhar mais com os professores, nem todos tem a humildade de voltar a aprender. Também, palestras de reencontro, para a gente contar a experiência pessoal [...] a participação da família dos aposentados é importante [...] também, uma sala com melhor estrutura” (p6R).

“se as empresas fizessem isso, as pessoas já sairiam mais realistas, não tão iludidas, sabendo o que pode acontecer” (p2C).

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

Da mesma forma, como o grupo que participou do PPA-UFSC, os integrantes deste grupo também podem ser divididos em três subgrupos, ou seja: aqueles que manifestam receio de inadaptação a aposentadoria; aqueles que se percebiam como preparados para a transição do trabalho formal a aposentadoria e aqueles que não refletiram sobre as possíveis consequências desta mudança em suas vidas. Não houve um subgrupo que predominasse sobre os demais.

De modo a evitar o malogro adaptativo, o primeiro subgrupo adotou como tática principal a continuação de uma atividade profissional, desde que esta estivesse associada a uma rotina menos rígida e/ou à satisfação pessoal:

“o outro lugar para trabalhar já estava certo, me aposentei na 5ª feira e na 3ª já comecei a trabalhar [...] trabalho 15 dias e folgo 15 dias, eu não queria essa vida de novo, sem poder folgar, sem poder viajar” (np7E).

“pensava em continuar trabalhando, mas em outra área que não a enfermagem [...] para me sentir útil, ter satisfação pessoal” (np10L).

O segundo subgrupo é representado por aqueles que se percebiam preparados para a aposentadoria:

“essa preparação eu não achava necessária para mim. Preparar para quê? Para arranjar atividades para fazer? Eu já tinha, quer dizer, eu não precisava me preparar” (np6A).

“muita gente não está preparada, não sabe o que fazer, mas eu já sabia o que fazer há muito tempo!” (np8E).

A falta de planejamento para esta nova etapa da vida, se configura como a principal característica dos integrantes do terceiro subgrupo, associada à insatisfação contextual no ambiente de trabalho, ou associada à insatisfação intrínseca à profissão:

“não planejei a aposentadoria. Eu queria era me mandar ! Foi um alívio [...]” (np6Z).

“planejamento, mais ou menos [...] comecei a pensar se tivesse tempo para me aposentar sairia [...] a gente não vê perspectiva de melhora” (np2R).

Em relação ao programa de preparação para aposentadoria, desenvolvido na UFSC, destaca-se o fato de que todos os entrevistados estavam a par da existência do referido programa. Contudo, decidiram não participar e/ou desistir do mesmo, alegando os mais diversos motivos, como associá-lo a imagens negativas estereotipadas sobre a velhice e/ou sobre a aposentadoria; não dispor de tempo para participar do programa; perceber o programa como desnecessário à sua realidade e, ainda, por não se sentir bem no ambiente do programa.

“me inscrevi no PPA-UFSC, não gostei, fui só um dia e não fui mais. Tinham só pessoas de muita idade, falavam que queriam ficar em casa. Ir para grupo da 3ª Idade [...] nem pensar! Não deu para ficar” (np2R).

“eu fui convidado, não fiz o curso por que não tive tempo, tinha que trabalhar de manhã, estudar à tarde e trabalhar à noite” (np5A).

A análise das verbalizações revela conflitos e atitudes ambivalentes. O receio de inadaptação a aposentadoria, contraposta à resistência em participar de um programa de preparação para aposentadoria, são exemplos disto. A diferença entre os grupos, representada pela preparação e planejamento para esta fase, remete à questões como o papel do trabalho no universo individual, ao estigma da velhice, aos estereótipos negativos sobre a aposentadoria, dentre outros. A ausência de reflexão a respeito da aposentadoria pode levar as pessoas ao desenvolvimento de hábitos e comportamentos que não promovem a qualidade de vida (Gabriel, 1984; França, 1992). Logo, preparar-se para a aposentadoria significa conhecer antecipadamente as circunstâncias concretas da nova situação e tomar consciência de como enfrentá-las, salienta Forteza (1980).

Presume-se, assim, que o grupo participante do PPA-UFSC pode enfrentar em melhores condições a transição para a aposentadoria, o que contribuiria para a qualidade de vida ao desligar-se do trabalho formal.

7.1.4 PERCEPÇÃO DE PERDAS E GANHOS

Grupo Participante do PPA-UFSC

O discurso deste grupo revela diversidade de expectativas e valores pessoais em relação à aposentadoria, vinculando-os às percepções de perdas e ganhos.

As expectativas, em sua maioria, eram positivas. Relacionavam-se, principalmente, à segurança financeira que poderia advir das atividades a serem realizadas, ao desenvolvimento de trabalho voluntário, para aqueles cujo valor social fosse mais marcante, ou também, à viabilização de uma vida mais lúdica e liberta de compromissos rígidos. Neste último caso, a expectativa norteava-se pelo valor facilidade contentamento:

“[...] colaborar com a Universidade, independente de ganhar ou não, pela satisfação de estar colaborando [...]” (p6R).

“eu esperava viajar, curtir a vida, dizer – Oba, estou livre, todo o dia é feriado pra mim!” (p2C).

As falas demonstraram, ainda, expectativas positivas, quando destacaram maior disponibilidade de tempo para dedicar-se a si mesmo. Constata-se, neste caso, haver predominância dos valores hedonismo e facilidade contentamento:

“eu queria tempo pra mim! Me cuidar, caminhar, ir para natação, sair...” (p8M).

“continuar fazendo tudo que fazia antes, cuidar da casa, ler, bordar, viajar, sem horário, sem se preocupar [...]” (p8H).

Apenas um entrevistado manifestou, simultaneamente, expectativas positivas e negativas. Destaca-se neste o valor crescimento pessoal:

“esperava o momento de fazer tantas outras coisas, que não havia feito até então, uma arte, crescer mesmo [...] Como seria depois da aposentadoria ? Será que eu iria me adaptar ?” (p6Z).

A maior parte das expectativas deste grupo se concretizou. Contudo, alguns entrevistados passaram por períodos desfavoráveis antes de conseguir realizá-las. Tais expectativas traduziram-se em ganhos, decorrentes do maior controle do uso do tempo e na flexibilização para satisfação de necessidades pessoais:

“hoje tenho mais calma, mais tranquilidade, antes a vida era muito agitada [...] compromisso de horário, cumprir obrigações como profissional [...] hoje não tenho horário” (p10C).;

“ganhei mais tempo para cuidar de mim, para aprender outras coisas, me dedicar a outras pessoas (p6Z).”.

Quanto às expectativas que não se concretizaram, transformaram-se, geralmente, em sentimentos negativos:

“não deu nada certo [...] me decepcionei com eles (Governo) tirando o dinheiro da gente aos poucos [...]” (p2C).

“assim que me aposentei fui criar galinhas, pensei – Vou me ocupar neste espaço [...] botei empregado, ele me roubou [...] no fim não deu nada certo, foi uma decepção” (p5A).

As perdas, quando mencionadas, relacionam-se a questões afetivas, decorrentes do afastamento do ambiente de trabalho e, em menor escala, ao risco de estagnação intelectual e/ou profissional:

“tenho saudade dos meus amigos da Universidade [...]” (p5A).

“sentes falta da convivência com outras pessoas, de empregar os teus conhecimentos” (p6Z).

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

Para a totalidade deste grupo a aposentadoria significa uma perspectiva positiva para o desenvolvimento de atividades prazerosas e uma vivência maior de liberdade, antes cerceadas face a não disponibilidade de tempo. Tais expectativas norteavam-se basicamente por valores de crescimento pessoal, de facilidade contentamento e hedonístico:

“eu tinha perspectivas de trabalhar em outras coisas, viajar, a gente quase não tinha tempo” (np8T).

“eu ansiava pela chegada da aposentadoria [...] me dedicar à literatura, jogar xadrez, viajar. Antes de me aposentar eu tinha todas estas atividades, só que de maneira muito mais restrita” (np6A).

“eu queria ler, fazer trabalhos artesanais, cuidar do meu filho, visitar amigos, andar à toa, sem compromisso com horário de trabalho”(np8E).

A maior parte das expectativas se concretizou, embora alguns entrevistados tenham passado por períodos negativos antes de conseguir realizá-las. Estas transformaram-se em ganhos pela flexibilidade de horário propiciando redução do estresse e mais liberdade e tranquilidade:

“ganhei mais tranquilidade, não sou tão ansiosa, tensa como eu vivia” (np10L).

“virei dona do meu tempo [...] não tenho mais que sair correndo, pegar trânsito, me submeter aquele rotina louca [...]” (np8T).

“o pior era o compromisso de horário, agora vou trabalhar em outro canto, se quiser viajar vou, durmo e acordo a hora que quero” (np5A).

Um entrevistado acrescentou, ainda, como ganho, a segurança de receber um rendimento certo, mesmo que reduzido.

Quanto às expectativas não realizadas, transformaram-se em percepções desfavoráveis e contribuíram para uma vivência negativa da aposentadoria:

“a não ser caminhar que tu não pagas, tudo tu pagas, yoga, ginástica, hidromassagem.

Quando me aposentei vi que não ia poder fazer nada disso” (np2R).

Perdas são mencionadas por metade dos integrantes deste grupo referem-se a questões afetivas decorrentes do afastamento do ambiente de trabalho e, em menor escala ao risco de estagnação intelectual:

“perdi aquele prazer de dar aula, quase como uma expressão artística [...] isso eu perdi e senti falta [...]” (np6A).

“sinto falta é dos amigos que fiz, alguns eu ainda tenho contato, outros não” (np8E).

“sentia muita falta dessa relação com aluno, com professor, esse pessoal que se dedica ao intelectual, ao estudo, à pesquisa” (np2R).

Observa-se nas verbalizações dos grupos o predomínio de perspectivas positivas em relação a aposentadoria. Estas, em sua maioria, concretizaram-se e transformaram-se em ganhos que se mantiveram no decorrer do tempo. As falas denotam que os pressupostos teóricos desta pesquisa se confirmaram, ou seja, a percepção de ganho decorre principalmente do maior controle do uso do tempo. As perdas referem-se, geralmente, a relacionamentos afetivos, decorrentes do afastamento do ambiente de trabalho, bem como ao risco de estagnação intelectual. De acordo com Deps (1994), quando a decisão de aposentadoria decorre de ameaças externas há tendência à inadaptação, a menos que as percepções de ganho decorrentes da aposentadoria sobrepujem as perdas, a médio e a longo prazo. Entretanto, aqueles poucos entrevistados que tiveram suas expectativas frustradas vivenciaram momentos de crise. Estas ocorreram com maior incidência no grupo que participou do PPA-UFSC.

8.1.5 VIVENCIA DA APOSENTADORIA

Grupo Participante do PPA-UFSC

Os relatos apontam que no processo de transição do trabalho formal à aposentadoria ocorreram períodos de inadaptação ou crise, em diferentes graus de severidade e duração, para a maioria dos integrantes deste grupo:

“[...] a pressão da sociedade, da família – Você vai se aposentar, vai fazer o quê ? Entrei num processo de busca, de depressão, paranóia tudo junto [...] com terapia e remédios consegui voltar ao normal” (p6R).

“quando te aposentas tens ânsia de viver, não sabes o que ! Queres dar conta de fazer tudo, de arrumar os armários, de mudar os móveis, é uma loucura! Cheguei a ter uma inflamação no braço [...] depois vais aceitando, dando tempo pra ti, fazendo tudo com mais calma” (p6Z).

Observa-se, também, que em alguns destes casos, tais momentos de crise foram propulsores do retorno ao mercado de trabalho:

“[...] quem se aposenta tem que sair de casa senão vai perdendo o entusiasmo por si mesmo. Eu não me sentia bem, porque virei motorista da casa, é enjoado, chato[...] então procurei um emprego” (p2C).

Seguindo a classificação de Santos (1990) e Athley (apud Moragas, 1995), a vivência da aposentadoria pode ser subdividida em categorias e fases (item 2.2. e 2.4). No grupo que participou do PPA-UFSC, observa-se que a maioria dos indivíduos, faz parte categoria liberdade prazer, com indivíduos na fase de estabilização e na fase de lua de mel. Os participantes que manifestaram uma vivência de crise fazem parte da categoria recusa ou da categoria sobrevivência

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

O conteúdo das falas analisadas demonstrou que na passagem à aposentadoria a maioria dos integrantes deste grupo não vivenciou períodos de inadaptação ou crise:

“passei direto do tempo integral para a boa vida, sem fases, sem transição [...] de repente o pessoal que se aposenta e sofre um baque é aquele que só fazia aquilo, eu fazia outras coisas, só que de maneira mais restrita [...] eu ansiava a chegada da aposentadoria [...] para mim a aposentadoria foi ótima [...]” (np6A).

“vindo para casa não vi nada de difícil, sempre tenho coisas pra fazer, faço manutenção da casa, do carro, da moto, ajudo os outros [...] para mim não existe coisa melhor do que a aposentadoria” (np5A).

Aqueles para os quais a ruptura com o trabalho formal representou uma vivência de crise, parecem ter sido movidos, principalmente, por sentimentos de vazio e inutilidade, que foram superados mediante a ocupação do tempo em atividades que proporcionassem satisfação pessoal, no caso, atividades laborais:

“[...] era uma sensação de vazio, de inutilidade, mas eu sabia que era um tempo de reorganização. Eu nunca fui de depressões, tristezas [...] depois voltei a trabalhar com coisas que gostava [...] trabalhos de correção, cuidar do jardim [...] hoje me sinto super bem” (np8T).

O sentimento de satisfação com a experiência da aposentadoria predominou sobre os demais sentimentos expressos. Neste grupo, portanto, a vivência da aposentadoria configura-se, predominantemente, de modo positivo, sendo que a categoria de maior incidência é a do tipo liberdade prazer, com indivíduos na fase de estabilização, desencanto reorientação e lua de mel. Apenas um entrevistado continua manifestando uma vivência de crise, enquadrando-se na categoria sobrevivência e encontra-se na fase de desencanto reorientação.

Há uma grande diferença entre os grupos analisados no que tange à vivência da aposentadoria. As falas do grupo que participou do PPA-UFSC revelam a ocorrência, quase unânime, de períodos de inadaptação ou crise, em diferentes graus de severidade e duração. Por outro lado, as verbalizações do grupo que não participou do PPA-UFSC evidenciam, predominantemente, a não ocorrência destes períodos de inadaptação ou crise. Convém lembrar que o termo crise é entendido, neste estudo, conforme definição de Erikson (1987), ou seja são momentos de mudança, de passagem de uma fase a outra, que supõe a adaptação e o ajustamento a novos padrões.

Constata-se que, no grupo participante do programa, os entrevistados que vivenciaram momentos de crise são aqueles cujas falas revelaram o papel central do trabalho como fonte de realização e desenvolvimento pessoal. Incluem-se, ainda, aqueles que solicitaram a aposentadoria receosos e motivados por fatores coercitivos, percebendo, quantitativamente, mais perdas do que ganhos com a aposentadoria. Segundo Schein (1982), muitos dos problemas da aposentadoria provêm da súbita perda de identidade que acompanha o encerramento formal da vida profissional. O autor ressalta, também, que nossa auto-imagem ocupacional é uma parte importante de nossa auto-imagem total, sendo que, para muitas pessoas, é a parte mais importante.

Observa-se, no entanto, que estes momentos de inadaptação já foram superados e que a vivência da aposentadoria configura-se como positiva, haja visto que quase todos voltaram a desenvolver atividades laborais, ocupando o tempo livre com atividades prazerosas e buscando inserir-se em novos grupos sociais. A contribuição do PPA-UFSC evidencia-se nas verbalizações que o destacam como motivador de reflexão e de mudanças

atitudinais. Salienta-se, ainda, que dois dos entrevistados, quando participaram do PPA-UFSC, já estavam aposentados vivenciando períodos de crise.

Com relação ao grupo que não participou do referido Programa, verifica-se que, em sua maioria, não registrou dificuldades na transição do trabalho formal à aposentadoria. Dentre estes, situam-se, portanto, aqueles indivíduos que solicitaram a aposentadoria por motivos não coercitivos; perceberam mais ganhos do que perdas com a mesma; possuíam outros interesses além dos laborais, sendo motivados, principalmente, pelos valores facilidade contentamento e hedonismo; apresentavam uma percepção positiva sobre sua saúde física; seus rendimentos eram tidos como suficientes e dispunham de algum tipo de suporte afetivo. Assim, a não vivência de períodos de crise pode ser relacionada à baixa posição hierárquica ocupada pelo trabalho na vida destas pessoas e o interesse por outras atividades não laborais, enquanto pré aposentados. Forteza (1980) salienta que, para uma melhor adaptação, o indivíduo deve contar com um estado de saúde e funcionamento corporal aceitável, um mínimo de disponibilidade econômica, algum tipo de suporte afetivo, via integração social, vida familiar, conjugal ou com amigos, e um certo grau de autonomia e independência para desenvolver-se física e/ou mentalmente, de modo que não precise depender de outros nas decisões que afetam a organização da própria vida. Segundo Santos (1990), o modo de vivenciar a aposentadoria relaciona-se ao grau de comprometimento com o papel profissional, aos interesses e motivações pessoais e à condição econômica do aposentado.

8.2 CONTEXTO ECONÔMICO

8.2.1 RENDIMENTOS

Grupo Participante do PPA-UFSC

Grande parte dos membros deste grupo optou pela aposentadoria voluntária e proporcional, tendo seus rendimentos diminuídos com a efetivação desta. Tais rendimentos são percebidos como baixos, gerando sentimentos que variam de resignação a revolta, com predomínio desta última:

“o salário pelo qual lutei a vida toda, poderia ser melhor, mas é aquilo que vem estabelecido para gente, procuro valoriza-lo” (p10L).

“acho uma vergonha, profissional de nível superior, em última categoria receber como servidor de nível médio”(p6Z).

Estas percepções parecem ser influenciadas por valores e aspirações pessoais, bem como pelo contexto familiar:

“[...] a perda foi muito grande [...] tu és obrigada a vender as tuas coisas para sobreviver ou ir a luta e procurar emprego, foi o que eu fiz” (p2C).

“ah, é pouquíssimo, imagina! Mas, dá, porque tenho marido que sustenta. Estou bem, porque aquela quantia é só pra mim” (p8M).

A dinâmica familiar parece não ter sido muito afetada pela redução dos rendimentos, apenas dois entrevistados afirmam que a mesma gerou atritos:

“depois de algum tempo eles sentiram a redução e ocorreram algumas cobranças e desentendimentos” (p2C).

A metade dos membros deste grupo retornou ao mercado de trabalho, sendo a busca de satisfação pessoal a motivação mais citada para tal comportamento:

“[...] pude me doar, vir e colaborar com a Universidade, independente de ganhar ou não, pela satisfação [...]” (p6R).

“trabalho esporadicamente, o retorno é irrisório, é mais por satisfação pessoal mesmo” (p6Z).

Possíveis mudanças na legislação previdenciária geram receio em alguns dos entrevistados em relação ao futuro, no que tange aos aspectos financeiros:

“[...] se o Governo retirar as vantagens despenca tudo, né! Isso aí, eu temo um pouco” (p8M).

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

Assim como no grupo que participou do PPA-UFSC, também, neste grupo, a maioria dos entrevistados teve seus rendimentos diminuídos, quando da aposentadoria. Tais rendimentos são percebidos por alguns como baixos, gerando sentimentos de revolta e de receio perante o futuro:

“trabalhei a minha vida inteira para ganhar R\$ 1.700,00 isso é muito pouco! Estou até com medo porque nós não descontamos INSS e parece que vamos pagar agora [...]” (np7E).

“não adianta dizer que hoje eu poderia ficar só com o dinheiro da aposentadoria ainda não dá e não vai dar nunca!” (np2R).

Alguns outros entrevistados percebem seus rendimentos como bons. Observa-se neste caso a manifestação de valores sociais:

“houve redução, mas para mim não fez falta, eu tenho o meu marido [...] além disso acho o meu salário bom, em relação a muitas pessoas por aí, né!” (np6Z).

“no início eu senti a diminuição dos rendimentos, mas depois a gente se adapta [...] pensando em como está a situação do país eu acho que está bom” (np10L).

O relacionamento familiar neste grupo parece não ter sido afetado pela diminuição dos rendimentos, pelo menos não ocorreram comentários desfavoráveis a esse respeito:

“a redução não chegou a afetá-los, porque continuo mantendo o padrão que a gente tinha [...]” (np8T).

Metade dos entrevistados retornaram a desempenhar atividades laborais. Verifica-se que tal comportamento foi motivado basicamente pela necessidade de ocupar o tempo em atividades que propiciassem satisfação pessoal, e, em menor escala, pela necessidade financeira:

“penso que não saberia viver sem ter uma atividade extra, só a jardinagem, cuidar da casa [...] certamente me frustrariam, preciso de alguma coisa no aspecto intelectual” (np8T).

“estou trabalhando porque me complementa financeiramente, dá satisfação íntima, estou sendo útil [...] para ficar em casa não daria pelo meu temperamento”(np7E).

Conforme registra a literatura especializada (Gabriel, 1984; Santos, 1990; Moragas, 1995) a maioria dos entrevistados teve seus rendimentos reduzidos quando da passagem para a aposentadoria, o que veio a afetar o padrão de consumo de alguns. Destaca-se nos grupos o retorno de boa parte dos entrevistados ao mercado de trabalho, motivado pela busca de satisfação pessoal e, com menor frequência, pela necessidade financeira. O primeiro aspecto corrobora os estudos anteriores que procuraram investigar a satisfação dos indivíduos quando retornam ao mercado de trabalho em tempo parcial, após a aposentadoria. Os resultados mostraram que aspectos como autonomia e habilidade tiveram efeito positivo sobre a satisfação, enquanto outros fatores, como nível salarial, não tiveram relação significativa (Eichar, Norland, Brady e Fortinsky, apud Neri, 1993).

Salienta-se, ainda que, para aqueles trabalhadores que têm na ocupação profissional a satisfação mínima e inadequada de suas necessidades, a aposentadoria pode representar uma oportunidade de retorno ao mercado de trabalho, possibilitando um rendimento a mais (Gabriel, 1984; Martim-Baró, 1985; Santos, 1990; Ventura, 1995).

Na vida familiar, a perda financeira do aposentado evidenciou-se, no grupo que participou do PPA-UFSC, detectada pelo clima de cobrança de seus membros que, por meio de pressões diretas ou indiretas, fazem o aposentado sentir sua condição de insucesso, gerando frustração e revolta, por ter trabalhado durante anos e não ter conseguido o suficiente para manter o prestígio, a dignidade e até mesmo a sobrevivência (Sá Júnior, 1980).

8.3 CONTEXTO DE SAÚDE

8.3.1 SAÚDE FÍSICA

Grupo Participante do PPA-UFSC

Neste grupo há predominância da percepção positiva em relação a saúde física, o que tende a contribuir para uma melhor adaptação à aposentadoria, pois este fator possibilita a sensação de vitalidade, de disposição, inclusive, para o desenvolvimento de atividades laborais:

“ah, me considero muito saudável, sempre tive pressão alta e continuo tendo, sempre comi sem sal e continuo comendo [...] admiro as pessoas que se aposentam e

continuam com uma atividade e não ficam por aí dizendo que estão com artrite, artrose [...]”(p8H).

“a saúde é boa, me proporciona viver bem, fazer as atividades que gosto, ter disposição, despreocupação”(p6Z).

“minha saúde é muito boa, me possibilita condições para trabalhar” (p2C).

A maioria dos entrevistados vai ao médico e faz exames de rotina anualmente. Dentre estes, três começaram a desenvolver tais procedimentos após terem participado do PPA-UFSC, o que parece indicar uma contribuição do programa à qualidade de vida dos mesmos. Observa-se, nas verbalizações, que o envolvimento e dedicação ao trabalho cerceavam os cuidados com a própria saúde:

“a dois anos atrás fui pela primeira vez num cardiologista e a partir de então comecei a caminhar, emagreci 15 quilos, estou comendo mais capim” (p8H).

“o PPA me chamou atenção para a questão da saúde, a partir dele fui procurar um médico, eu tinha mais tempo, mesmo porque eu não tinha mais que tirar 15 dias de licença, não tinha mais compromisso com o trabalho[...]” (p6R).

“numa palestra sobre saúde e lazer houve depoimentos dizendo que após a aposentadoria procurou um médico, um dentista, foi fazer ginástica. Tu achas que não és capaz de fazer isso e quando se aposenta vê que aqueles depoimentos e palestras são uma verdade [...]”.

Os exercícios físicos eram desenvolvidos por grande parte dos membros deste grupo, enquanto ainda trabalhadores ativos. Suas falas denotam que houve incremento destas atividades após a aposentadoria, principalmente face à maior disponibilidade de tempo:

“hoje faço mais, por que na época muitas vezes eu desistia [...] faço ginástica três vezes por semana e caminho 7 km por dia”(p8M).

Aqueles que não praticam atividades físicas atualmente tampouco as praticavam quando trabalhadores ativos (03):

“eu nunca fiz atividade física, sou acomodado” (p5A).

“uma coisa que eu não consegui fazer são as caminhadas [...] não estou conseguindo botar na cabeça que isso não é perda de tempo, é ganho de vida!”(p6R)

Ressalta-se nesta última verbalização a dissonância cognitiva entre o valor intrínseco do tempo dedicado à atividade laboral e o nível de conscientização do entrevistado.

Quanto à alimentação, quase todos os membros deste grupo adotam práticas alimentares saudáveis. O cuidado com a alimentação é atribuído ora aos conhecimentos profissionais, ora ao hábito adquirido no decorrer dos anos, ou ainda, pelas informações trazidas pelo PPA-UFSC:

“a minha alimentação eu cuido, como alimentos mais naturais, menos gordurosos, tenho estes cuidados em decorrência da minha profissão” (p10C).

“em função do PPA-UFSC e do médico estou comendo muito mais vegetais [...] a minha dieta mudou bastante” (p6R).

Ao que tudo indica a aposentadoria proporcionou uma melhoria na qualidade da alimentação:

“a gente corre e esquece as verduras, mas agora estou seguindo uma dieta balanceada e daqui para frente vou segui-la” (p6Z).

Dentre os entrevistados, apenas um utiliza psicotrópicos sob orientação médica. Os demais relatam que praticamente não fazem uso de medicamentos alopáticos, exceção feita aos destinados a reposição hormonal, no caso das entrevistadas.

As falas não evidenciam distúrbios no sono. O mesmo é percebido como normal, tanto antes como depois da aposentadoria. Apenas um entrevistado relatou alteração positiva no sono após a aposentadoria:

“meu sono agora está muito melhor que antes, porque quando tu trabalhas tens uma série de responsabilidades, que te fazem pensar mais do que hoje [...]” (p6Z).

O consumo de bebidas alcoólicas é percebido pelos entrevistados como normal, dentro dos padrões sociais, não havendo alteração do mesmo com a aposentadoria, exceção feita àquele que já tinha problemas de alcoolismo.

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

As falas revelam, a semelhança do grupo que participou do PPA-UFSC, o predomínio da percepção positiva em relação à saúde física:

“eu já tive miomas e cistos, faço reposição hormonal, mas tirando isso, a saúde é perfeita [...]” (np8T).

“tenho uma saúde muito boa, graças à Deus! Não tenho, assim, nenhum problema mais sério” (np7E).

Apenas um entrevistado associou tal percepção à continuidade de atividades laborais. Neste grupo há um equilíbrio quantitativo entre os indivíduos que periodicamente vão ao médico, fazem exames de rotina, praticam exercícios físicos e adotam uma alimentação mais saudável e aqueles que não adotam uma ou mais destas práticas:

“eu vou uma vez por ano ao ginecologista, de três em três meses vou ao homeopata acupunturista [...] depois que me aposentei voltei a pedalar e a caminhar [...] como de tudo, sem restrições, mas procuro comer mais verduras, legumes e carnes brancas” (np8T).

“ir ao médico é a melhor maneira de ficar doente, descobre-se uma coisinha aqui, outra ali, e começa-se a pensar naquilo [...] não vou ao médico [...] faço “cooper” e dieta balanceada seguindo o método do próprio autor” (np6A).

Entre os primeiros, observa-se, em maior escala, o incremento das atividades físicas após a aposentadoria. Ao que tudo indica, isto deveu-se a maior disponibilidade de tempo, o que também proporcionou maior satisfação dentre aqueles que sentiam-se limitados em praticar tais atividades face aos compromissos profissionais:

“caminhada eu faço a uns vinte anos, só que antes fazia à noite ou levantava às 5:00 da manhã, agora não preciso, posso caminhar a hora que eu quiser!” (np8E).

Registra-se, ainda, que, para alguns entrevistados, o desenvolvimento de atividades físicas relaciona-se indiretamente à prática de atividades produtivas:

“[...] gosto mais, na verdade, de fazer uma atividade física que tenha uma finalidade específica, que se veja, por exemplo, abaixar e levantar para plantar” (np8T).

“em vez de ir para academia, pagar uma grana, sai capinando, no final do dia e estas com um bom preparo”(np5A).

As verbalizações indicam que a aposentadoria possibilitou a melhoria da saúde para alguns dos entrevistados, quiçá face à ruptura com uma rotina de trabalho estressante:

“anos fazendo o mesmo trabalho, a gente se desgasta muito [...] já tinha tido até depressão, com a aposentadoria eu achei a minha saúde”(np8E).

“antes eu tinha muita enxaqueca forte, de vomitar, de parar no hospital [...] agora dá uma dor de cabeça fraquinha” (np6Z).

Quase todos os entrevistados relatam que não utilizam medicamentos, exceção feita a um dos entrevistados que usa psicotrópicos sob orientação médica e a algumas entrevistadas que utilizam remédios para contornar o problema do climatério.

Com relação ao sono, alguns entrevistados observam alterações positivas e crêem que dormem melhor a partir da aposentadoria, pois podem dedicar-se a atividades lúdicas, sem necessariamente terem que acordar em um horário pré-determinado no outro dia, ou ainda, por substituírem preocupações laborais por outras mais gratificantes. Para outros, o sono continua normal, sem alterações:

“Durmo melhor agora, se bem que tenho outras preocupações, como arrumar o meu filho para a escola, mas são bem mais gratificantes” (np8E).

Com base no exposto, verifica-se que nos grupos analisados há predominância de percepções positivas com relação a saúde física, o que tende a contribuir para uma melhor adaptação e vivência da aposentadoria. A auto imagem da saúde física traduz a forma própria, individual de valorizar capacidades e limitações corporais. Assim, um posicionamento físico favorável, desencadeia sensações de bem estar, energia, capacitação, podendo propiciar um sentimento existencial de distanciamento da velhice e da morte e um usufruir melhor deste período (Gabriel, 1982; Neri, 1993).

Com relação às patologias, não houve incremento de doenças quando aposentados. Tampouco foram relatados problemas cardiovasculares e/ou relacionados ao alcoolismo,

como salienta a literatura consultada (Poitrenaud, 1979; Lipp e Rocha, 1997). Ressaltam-se, apenas, alterações hormonais e o conseqüente uso de medicamentos para este fim, no caso das entrevistadas. Este fato pode ser atribuído à idade relativamente baixa dos entrevistados e ao equilíbrio emocional dos mesmos. Convém salientar que a maioria dos entrevistados que participaram do PPA-UFSC passaram por momentos de crise sem usarem psicotrópicos, bebidas alcoólicas ou sofrerem distúrbios negativos no sono.

Observou-se, contudo, que alguns membros do grupo que não participaram do referido Programa manifestaram melhoria no quadro geral de saúde ao aposentarem-se. Este aspecto corrobora com a literatura consultada, segundo a qual os problemas físicos dos aposentados geralmente se relacionam às condições de trabalho a que foram submetidos, nem sempre salutaras (Santos, 1990; Ventura, 1995).

Os cuidados para a manutenção da saúde física evidenciam-se por intermédio de consultas médicas periódicas, hábitos alimentares saudáveis e pela prática de atividades físicas regulares, principalmente no grupo que participou do PPA-UFSC. Visto que tais práticas não eram adotadas na pré-aposentadoria ou sofreram um incremento com a efetivação da mesma, acredita-se que houve uma contribuição do PPA-UFSC neste sentido. Uma das maneiras de alcançar melhor qualidade de vida é a realização de atividades físicas regulares. A inatividade é considerada um fator de risco. Um estilo de vida que combine alimentação balanceada, atividade física regular e controle do estresse pode aumentar a qualidade e a expectativa de vida do indivíduo, advertem Neri (1993), Deps (1994), Shephard (1994) e Alvarez (1996).

8.3.2 SAÚDE MENTAL

Grupo Participante do PPA-UFSC

Os entrevistados, quando inquiridos sobre as condições atuais da própria vida, elencaram vários fatores para caracterizá-la, manifestando sentimentos de satisfação e insatisfação com os mesmos. Os primeiros relacionavam-se, predominantemente, à saúde física, aos bens materiais, à realização pessoal no trabalho e à possibilidade de fazerem coisas de que gostam face a maior disponibilidade de tempo:

“satisfação com a minha saúde, com a minha vida, com tudo que tenho [...] dentro dos meus parâmetros estou satisfeita” (p10C).

“satisfação em relação à disponibilidade de tempo, não ficar presa à horários, poder fazer as minhas coisas” (p8M).

Foram mencionados, ainda, a satisfação com as amigadas, o salário e a vida conjugal. É interessante observar que um dos entrevistados nominou a volta ao mercado de trabalho como único fator de satisfação, o que, neste caso, reafirma a inadaptação à aposentadoria e a importância do papel laboral.

A insatisfação refere-se, basicamente, a aspectos financeiros e relacionais no ambiente familiar:

“se fosse para viver de salário estaria passando fome!” (p7H).

“estou de chofer, levo e trago a esposa no serviço, corrida no supermercado, atender o pessoal que vem fazer algum serviço em casa [...] os meus compromissos, por estar aposentado, vem depois dos outros [...]” (p6R).

Registra-se, também, a insatisfação decorrente da rotina de trabalhador inativo:

“vou no posto, na oficina mecânica, apesar do meu carro não estar com problema, fico observando, conversando [...] todo dia ali, tá enchiendo o saco !” (p5A).

Constata-se, assim, que dos aspectos observados, prevalece para a maior parte deste grupo o sentimento de satisfação com a vida.

A velhice é percebida como distante. Seu significado oscila entre um fato natural, um acontecimento inevitável, que requer preparação física e emocional e um fato limitador, que impossibilita o exercício de atividades lúdicas e/ou laborais:

“velhice é apenas o corpo físico que vai se cansando [...] o espírito tem que ser jovem, com muita vontade de viver [...]” (p10C).

“estando bem consigo mesmo, a velhice é então um problema de corpo [...] começam as limitações físicas [...] eu aceito que isso vem com a idade. Estou procurando ler a respeito para me inteirar e me conhecer melhor [...]” (p6R).

“velhice é não poder mais trabalhar, isso me assusta [...]” (p2C).

De forma geral, os entrevistados, enquanto trabalhadores ativos, consideravam negativamente os aposentados e a aposentadoria. Mas alguns possuíam percepções contrapostas destes aspectos:

“penso que consegui ver com bastante distinção, o cara que se aposentou botou o chinelo e ficou dentro de casa, uma vida horrorosa! E aquele que mesmo botando o chinelo, pode sair a hora que quer, tem uma vida ativa [...] estou tendo esta imagem de mim” (p8H).

Observa-se que houve uma tentativa de mudança comportamental a partir da aposentadoria, com vistas a alterar percepções negativas a esse respeito, facilitando, assim, o processo de adaptação a esta nova fase:

“eu pensava que aposentadoria era coisa de velho [...] hoje eu não me acho velha, a gente vê que aposentado não é coisa daqueles velhinhos ao redor da praça, jogando dominó” (p7H).

“o aposentado faz o que quiser da vida dele, mas eu tinha um resquício de que ele é um inútil, que tem que fazer coisas úteis [...] isso ainda tenho comigo” (p6R).

“sinto-me bem, consegui me organizar, botar valor em tudo que faço, nas mínimas coisas [...]” (p6Z).

Os sujeitos pesquisados não se sentem tolhidos em suas atividades e projetos, tampouco vislumbram a aposentadoria como um prelúdio da morte e, em sua maioria, sentem-se bem, vivenciando uma fase positiva, o que vem a contribuir para a saúde mental dos mesmos:

“Ah, eu tenho vários projetos, haja dinheiro[...] pintar a minha casa, eu mesmo vou lixar e pintar, me dá satisfação, me realiza- Olha isto aqui fui eu que fiz!” (p10C).

“Projeto terminar a minha casa de praia, viajar e manter o que a gente já faz” (p8M).

Os projetos para o futuro são predominantemente idealizados no âmbito laboral:

“estou tentando ver para onde vou me encaminhar agora, se vou procurar uma atividade remunerada, se vou continuar esporadicamente trabalhando [...]” (p6Z).

“não gosto de pensar muito na frente [...] não tenho nada garantido, se um outro entrar e não gostar de mim, vai me mandar embora, então vou pensar no que vou fazer [...]” (p2C).

Já o conceito de qualidade de vida parece ser a síntese de valores e experiências, tanto pessoais como profissionais de cada entrevistado, sendo bastante diversificado e abrangente. Contudo, em graus diferentes de priorização, quase todas as falas citam como indicadores da qualidade de vida o contexto da saúde e o contexto econômico:

“qualidade de vida é estar se sentindo bem, não ter uma dor aqui, outra ali [...] se sentir bem onde está, não enumerar coisas negativas, pegar o carro e sair por aí, sem ter preocupações maiores, se vai dar depois para comprar coisas no supermercado [...]” (p8H).

“é imprimir sentido em tudo que se faz, dar valor as mínimas coisas, que o trabalho de casa seja bem feito e não reclamado, encarar tudo de frente, não deixar os problemas se acumularem” (p6Z).

“qualidade de vida é um conceito muito amplo, genérico, eu colocaria em primeiro lugar a saúde física, hábitos saudáveis, em seguida a questão mental, ter um objetivo na vida, metas a realizar, depois vem as questões materiais” (p6R).

Convém ressaltar que a maioria dos entrevistados afirma que hoje vive com qualidade de vida.

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

As falas evidenciam sentimentos de satisfação e insatisfação com as condições da própria vida. As verbalizações relativas ao sentimento de satisfação salientam com maior ênfase a saúde mental, representada, neste caso, pela sensação de bem estar consigo mesmo; pelo bom relacionamento com a família e com os amigos; a tranquilidade financeira e o desenvolvimento de atividades laborais:

“satisfação em relação a saúde, no aspecto psicológico estou com a cabeça legal, no aspecto social, em relação aos amigos, está tudo muito bom e no relacionamento em casa também está legal” (np8E).

“se tu não entras no jogo da competitividade, do consumismo, tens Cristo dentro de ti, vives bem. Tens que estar em harmonia contigo [...]” (np5A)

Verifica-se que os elementos motivadores do sentimento de satisfação para aqueles que citaram a saúde mental relacionam-se a valores pessoais e à experiência de vida de

indivíduos que passaram por um desequilíbrio face a uma rotina de trabalho estressante e hoje, com a aposentadoria, sentem-se bem. Os que destacam a religiosidade são aqueles que internalizaram valores como crença e fé e buscam equilíbrio interno nas suas relações. Do mesmo modo, os que mencionaram a segurança financeira passaram por problemas financeiros ou, ao contrário, nunca passaram por dificuldades econômicas.

Quanto à satisfação decorrente do desenvolvimento de atividades laborais, refere-se a necessidade de desenvolver tais atividades para sentirem-se úteis e valorizados socialmente.

As manifestações de insatisfação atêm-se, principalmente, a limitações financeiras, que inviabilizam o incremento de atividades lúdicas. Observa-se, também, percepções negativas sobre a rotina de vida atual, sobre as limitações impostas pelo avanço da idade cronológica e, ainda, o não alcance pleno dos objetivos profissionais. No entanto, embora haja registros de insatisfações, este grupo manifesta sentimentos positivos em relação ao momento de vida atual:

“me sinto super bem com a trabalho que venho fazendo, como me sinto bem de ter tempo para cuidar do jardim, de conviver mais com as pessoas, com a família [...]” (np8T).

A percepção positiva em relação à velhice evidencia-se nos relatos analisados. A mesma é apontada como distante e há algumas iniciativas neste grupo visando a preparação para este período da vida:

“acho que é um período em que a gente vai estar mais compreensiva, mais calma, plena de sabedoria, em termos físicos é um pouco desgastante, limitador, mas se só murchar por fora e por dentro continuar com vitalidade, vai ser uma velhice bonita [...]” (np8T).

A maioria dos entrevistados, como pré-aposentados, percebia positivamente a aposentadoria e os aposentados:

“sempre achei que a aposentadoria era um prêmio [...] acho que a alternância é válida para que surjam novas idéias”(np5A).

“eu tinha inveja deles, por que é legal tu receberes o teu dinheiro sem ter o compromisso de ficar oito horas no trabalho”(np8E).

Apenas um dos entrevistados considerava negativamente os aposentados e, hoje, não se vê integrante deste grupo:

“eu vejo os aposentados e tenho a mesma sensação de menosprezo de quando estava na ativa. Não me considero um deles” (np6A).

Com relação aos projetos para o futuro, eram vislumbrados por grande parte dos entrevistados. Observa-se um equilíbrio entre os de âmbito profissional e de âmbito pessoal:

“(...) pretendo trabalhar até os 50, 55 anos, acho que dá para trabalhar, depende da cabeça da pessoa, da disposição (...)” (np2R)

“projetos a gente sempre tem, eu e uma turma de amigos estamos pensando em abrir um negócio, estamos pesquisando (...)” (np7E)

As falas referentes à qualidade de vida refletem valores e experiências pessoais, isto é, aqueles indivíduos que sempre foram cerceados em suas atividades lúdicas pela falta de tempo, dedicado quase que exclusivamente ao trabalho, associam qualidade de vida à disponibilidade de tempo; já aqueles que possuem uma visão mais generalista do contexto em que vivem, associam qualidade de vida ao equilíbrio pessoal, a uma cidade com infraestrutura fitossanitária, com baixo índice de assaltos e assim por diante. Os indicadores mais citados são: saúde, disponibilidade de tempo, padrões gerais de qualidade de vida e rendimentos. A maioria dos entrevistados salienta que vive com qualidade de vida:

“qualidade de vida é viver com saúde, viver bem com as pessoas que te cercam”(np8E)

“qualidade de vida para quem sempre teve horários rígidos, sempre preocupada com o relógio, com compromissos, com as aulas (...) começa por ser dona do seu próprio tempo (...)” (np8T)

“qualidade de vida abrange desde a alimentação com menos agrotóxico, o sistema de saúde, o sistema de esgoto, a qualidade do ar é todo um contexto” (np5A)

Constata-se, assim, que os dois grupos pesquisados mostram-se bastante próximos no que tange aos fatores utilizados para caracterizar a saúde mental, sendo observadas algumas poucas diferenças. Saúde mental é entendida nesta pesquisa como sinônimo de bem estar emocional ou psicológico. Refere-se ao estado da mente, incluindo sentimentos

de felicidade, contentamento com as condições de vida atuais e manutenção de expectativas positivas em relação ao futuro, conforme Dillard (1982)

Com relação à satisfação com a vida, há o predomínio, em ambos os grupos, do sentimento de bem estar, pela maior disponibilidade de tempo para executar atividades tidas como prazerosas. Segundo os entrevistados, os projetos para o futuro são idealizados, equitativamente, no âmbito laboral e pessoal. Os dados obtidos com relação à elaboração de projetos confirmam a literatura, segundo a qual muitos indivíduos que não conseguem construir projetos de vida, suscetíveis de criar uma continuidade de sua existência fora do trabalho, poderão sentir-se impotentes, inúteis e sem objetivos na vida (Santos, 1990).

A qualidade de vida tem como indicadores mais citados a saúde e os rendimentos. No grupo que participou do PPA-UFSC, acrescenta-se ainda, a disponibilidade de tempo. Talvez porque os mesmos se apresentassem muito dedicados e comprometidos com o trabalho, dispondo de um espaço de tempo muito limitado para o desenvolvimento de atividades lúdicas.

Com relação à velhice e os aposentados, observa-se que, no grupo que participou do PPA-UFSC, a velhice era percebida como um fato limitador das atividades lúdicas e laborais, e os aposentados eram considerados negativamente, como inúteis ou muito velhos. Tais percepções, em sua maioria, alteraram-se após a participação no referido Programa. Por outro lado, no grupo que não participou do Programa, a percepção predominante era positiva. Assim, na quase totalidade dos grupos, prevalece, atualmente, a percepção de que a velhice é um estado de espírito que pode ser evitado ou adiado pela atividade e o lazer, confirmando os estudos de Neri (1993), Guidi e Moreira (1994), Shephard (1994) e Veras (1995).

Verifica-se, também, que os relatos analisados não corroboram a literatura (Neri, 1993) no que se refere à redução de oportunidades de trabalho para este segmento. Tampouco o critério cronológico teve um significado representativo na subjetividade pessoal, criando posicionamentos e barreiras desfavoráveis ao aposentado, que embora se sentindo funcional e fisicamente íntegro, com todas as suas capacidades profissionais disponíveis, passa a se ver limitado socialmente e em relação ao trabalho (Gabriel, 1984). Quase todos que desejaram retornaram ao mercado de trabalho, não sentiram

discriminação em relação ao seu status de aposentado. Apenas um entrevistado do grupo que não participou do PPA-UFSC desenvolveu sentimentos de inoperância e renunciou a projetos pessoais, acreditando que não teria mais condições ou tempo hábil para realizá-los.

Ressalta-se, porém, que os estudos referenciados sobre a aposentadoria têm analisado indivíduos com idade cronológica mais avançada, por volta dos 60 anos (Oliveira, 1982; Oliveira, 1990; Neri, 1993; Stucchi, 1994), o que não coincide com o perfil dos grupos aqui investigados, onde a média de idade oscila em torno de 49 anos.

De acordo com a literatura consultada, os problemas psicológicos no aposentado, geralmente, estão vinculados à perda do amor próprio, sentimentos de frustração e de impotência provocados pelo término do trabalho formal (Gabriel, 1982; Neri, 1993). Os dados coletados evidenciam que, em ambos os grupos, ocorreram problemas. Observa-se, no entanto, que ocorreram com mais intensidade no grupo que participou do PPA-UFSC. Destaca-se, ainda, que tais problemas foram dirimidos, conforme verbalizações dos entrevistados, com auxílio das idéias transmitidas no referido Programa. A busca do bem estar subjetivo relaciona-se, nestes indivíduos, com o envolvimento em outras atividades, a procura de significantes e a capacidade de adaptação individual, ratificando os estudos de Neri (1993).

8.4 CONTEXTO FAMILIAR

8.4.1 RELACIONAMENTOS

Grupo Participante do PPA-UFSC

Este grupo é caracterizado por famílias pequenas, ou apenas pelo indivíduo, ou pelo indivíduo e um filho e, em menor escala, por núcleos familiares completos. Isto deve-se ao fato de que metade dos entrevistados é solteira ou descasada. Observa-se que a maior parte deles não vive só, coabitando com o cônjuge ou com familiares próximos, como filhos, pais ou irmãos.

Constatam-se modificações na dinâmica familiar, em sua maioria positivas, caracterizadas pela maior dedicação e diálogo do aposentado com as pessoas com as quais convive:

“eu me dedico mais ao meu marido, por que tenho mais tempo, estou mais achegada, mais preocupada com as coisas dele [...] ele deve estar gostando. Tenho um grupo de pessoas que dependem de mim [...] sempre me dediquei a elas, mas agora não tenho período. Acho que elas tem notado bastante diferença”(p6Z).

“a gente conversa mais, por que tem maior disponibilidade de tempo [...] meus irmãos ficaram contentes com minha decisão, pois sabiam que a minha vida profissional era puxada” (p10C).

Alterações negativas foram registradas em poucos relatos, sendo caracterizadas pelo acirramento de conflitos com o cônjuge ou pela eclosão dos mesmos. Neste caso, parece ocorrer o cerceamento das atividades lúdicas praticadas pelo aposentado face à falta de compreensão da família, o que remete ao processo de socialização, que determina que o homem seja valorizado pelas atividades produtivas que desenvolve:

“eu não paro em casa, no momento que estou a gente pega a dialogar certas palavras que não dão certo, não encaixa, ela acha que eu vou pra rua e bebo” (p5A).

“[...] mais tempo em casa, eu sinto que mais estorvo do que ajudo [...] ver um homem parado dentro de casa para duas mulheres é um choque! Se eu abrir de manhã ou a tarde, meus álbuns de selo, aquilo vai dar tremedeira nelas [...] claro que surgem conflitos!” (p6R).

Registra-se um entrevistado cujo relato não aponta nenhuma modificação na dinâmica familiar.

Com relação aos filhos, as falas denotam um incremento positivo da relação, caracterizada pela maior aproximação entre as partes, fato que eventualmente causa conflito:

“às vezes, o meu filho tem algum *peti* comigo, porque agora tenho mais tempo de refletir sobre aquilo que ele está fazendo, eu explico mais, controlo mais” (p8M).

“tenho dois filhos, o mais novo está dando cabeçada na vida, não consegue terminar o que começa [...] busquei maior aproximação com ele, a partir da palestra sobre relacionamento familiar do PPA. Eu estava muito arrogante, não valorizava as idéias dele” (p6R).

Apenas um dos entrevistados menciona que o relacionamento com os filhos tornou-se mais conflituoso após a aposentadoria, pois os mesmos não a aceitam, associando-a à inatividade e ao alcoolismo:

“eles me cobram o tempo todo – Vai trabalhar vagabundo, vai trabalhar mandrião ! De vez em quanto saem umas palavras obscenas. Eu fico chateado, já fiz a minha função, trabalhei 30 anos!” (p5A).

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

Este grupo também é formado por famílias pequenas, com predomínio de núcleos familiares completos.

A maioria dos entrevistados salienta alterações na dinâmica familiar devido a sua maior permanência em casa, no status de trabalhador inativo. Alguns entrevistados sinalizaram o incremento positivo do relacionamento afetivo:

“a gente conversa mais, está mais um para o outro [...] agora é melhor, com mais qualidade, a gente namora mais” (np8E).

“não ocorreram brigas, a aposentadoria não veio para prejudicar em nada, a afetividade aumentou, passeamos mais [...] a gente sempre conversava, mas agora conversa mais, porque antes eu quase não tinha tempo” (np5A).

Outros, porém, relatam que a aposentadoria não causou alterações na dinâmica familiar:

“nosso relacionamento é normal, nunca tivemos problemas, antes também era assim” (np6A).

“ele era atencioso, não ficou nem mais, nem menos com a aposentadoria, ficou como era [...]”(np10L).

Há registros, ainda, que mencionam alterações negativas com a aposentadoria, caracterizadas pelo acirramento de conflitos preexistentes com o cônjuge:

“ [...] ele diz que sou chata, pois sou toda chamego e ele não é assim [...] ele diz sempre - aturar essa mulher 24 horas! Não sei se é brincando? A gente não é de discutir, a discussão toda é em cima desse problema que tenho – síndrome do pânico

[...] do jeito que o meu marido fala comigo, dizendo que vai me internar, ele não vai me ajudar” (np6Z).

“meu casamento sempre foi muito complicado, nunca foi uma relação legal [...] depois da aposentadoria piorou, por que ele ficou mais desligado da casa [...] ficou tudo nas minhas costas! Durante o período que fiquei em casa foi pior do que quando eu estava trabalhando” (np2R).

Com relação aos filhos, as falas evidenciam que ocorreu um incremento positivo da relação entre os aposentados que desejavam dar mais atenção e participar ativamente da educação dos mesmos:

“para o meu filho foi muito positiva a minha presença, ele ficou mais seguro na escola. Agora eu acompanho os trabalhos dele, posso ajudar mais”(np8E).

“ficar em casa para dar mais atenção, para brigar mais também. Ah, pegar no pé, eu pego toda a hora, né! Para ajeitarem as coisas e estudarem [...] antes era o meu marido que pegava mais no pé deles” (np6Z).

Um entrevistado, contudo, percebe que a relação com os filhos não sofreu alteração coma aposentadoria:

“não estou nem mais longe, nem mais perto por causa da aposentadoria porque na época que eu estava fora, eles também estavam. Agora eu estou em casa só que eles não estão. Para eles não muda nada” (np6A).

Pelos registros analisados, percebem-se modificações na dinâmica familiar em ambos os grupos. Tais alterações são predominantemente positivas e referem-se ao incremento de relações parentais, manifestas pela maior dedicação aos filhos e/ou aos pais, e também, pelo incremento da relação conjugal, representada pelo maior diálogo e afetividade com o cônjuge.

Entretanto, no grupo que participou do PPA-UFSC observam-se, em número maior, de relações conflituosas, tanto com o cônjuge, como com os filhos. Atribuem-se estes problemas à falta de preparo da família para receber o aposentado ou a conflitos pré-existentes e não resolvidos ao longo da convivência. Tais comportamentos evidenciam o relevante papel do PPA-UFSC visando minimizar estes impactos.

As repercussões psíquicas do papel familiar do aposentado podem variar. Registram-se, freqüentemente, modificações na dinâmica em família, que começam com a presença quase que constante do aposentado em casa, após longo período, em que grande parte de seu tempo foi dedicado à atividade profissional. Esta “volta ao lar” pode gerar sérios atritos conjugais, ou, por outro lado, tal retorno pode ser vivenciado como uma companhia agradável, habilidosa, cuja presença e o bom senso são necessários e valorizados (Salgado, 1980; Gabriel, 1984; Fraiman, 1990; Moragas, 1995).

8.5 CONTEXTO SOCIAL E DE LAZER

8.5.1 GRUPOS DE APOIO

Grupo Participante do PPA-UFSC

Com relação à família, constata-se que grande parte dos entrevistados conversou com seus familiares mais próximos sobre a possibilidade de aposentar-se, obtendo destes apoio no momento de decisão, bem como na fase de inadaptação o que tende a facilitar a transição e a vivência da aposentadoria:

“o meu marido incentivou bastante para me aposentar, dizia que eu era muito presa ao serviço, muito preocupada [...] naquela ânsia de viver, de querer fazer tudo, o apoio dele ajudou muito, porque sozinha tu vais achar que aquilo que estas fazendo é normal! Tu ficas baratinado! [...]” (p6Z).

“os meus pais me alertaram sobre os possíveis problemas que esta mudança poderia ocasionar em minha vida (...) quando voltei a trabalhar eles me apoiaram, pois sabiam da necessidade”(p2C).

Dentre os que partilharam o momento de decisão com seus familiares, dois não receberam apoio. Observa-se que os mesmos passaram por períodos de crise, o que reitera a importância da família nesta fase:

“a minha esposa não gostou, disse – O que tu vais fazer, um guri desse novo ?” (p5A).

Os amigos são representados, às vezes, só por ex-colegas de trabalho, outras vezes, unicamente, por familiares e, também, por pessoas que não são do ambiente laboral, entretanto, alguns percebem-se praticamente sem amigos. Supõe-se que tal situação deva-se

à grande dedicação ao trabalho, que gradativamente afastava o indivíduo do convívio com outras pessoas:

“o único casal que a gente tem mais contato são amigos da minha esposa [...]”(p6R)

“eu já tive muita decepção com os amigos, adoro a universidade, mas não são amigos fiéis, inclusive pra mim, são tudo falsário [...] tenho somente um amigo, ele é meu vizinho” (p5A).

Quando existem, os amigos são fonte de suporte emocional:

“amigos, tenho o pessoal do serviço, da juventude, da família [...] quando comentei disseram – Tu tens mais é que te aposentar mesmo! Vai aproveitar a vida! [...] a gente tem mais tempo, quando posso visito o pessoal, a família” (p10C).

“as poucas amizades que tenho começaram há muitos anos atrás, na minha vida profissional [...] são amigos que quando precisar eles estão ali, a gente se reúne com certa frequência”(p8H).

A participação em grupos de aposentados, para discussão de assuntos de interesse da categoria, ou em outros grupos, para compartilhar atividades com outras pessoas da mesma geração, é muito limitada, evidenciando-se o preconceito:

“a APUFSC tem um setor de aposentados, tem a APOPEN, esse movimento da Terceira Idade da UFSC, existe uma série de ambientes que eu não me identifiquei com eles, o problema não está neles, está em mim” (p6R).

“sou sócia da APOPEN, mas não vou lá, fui apenas duas vezes, achei muito essa coisa de aposentado mesmo, tocando violão, cantando [...] coisas da Terceira Idade, Deus me livre!” (p7H).

Entretanto, observa-se que os membros deste grupo procuram manter suas relações de amizade e alguns vem tentando estabelecer novos vínculos. Estes comportamentos indicam conscientização e internalização das idéias transmitidas no PPA-UFSC.

“esses grupos que participo, antes participava menos, até por que não me preocupava em fazer parte deles [...] acho que a gente tem que fazer novas amizades, procurar grupos, botar prazer em tudo que faz, senão não se consegue, te sentes muito só” (p6Z).

“[...] tenho procurado fazer, uma vez por mês, uma janta com colegas de trabalho, a gente vinha fazendo mas, ultimamente [...] Fui reeleito presidente da Associação dos ex-bolsistas da Alemanha, quero ver se aproximo estas pessoas” (p6R).

Com relação à religião, observa-se que a mesma é percebida como importante, um momento de reflexão individual geralmente restrito ao âmbito do lar. Não houve incremento da religiosidade por ocasião da aposentadoria, tampouco nos momentos de crise:

“é um momento para tu ficares contigo e com Deus, é um momento de reflexão[...] a minha religiosidade não sofreu alteração coma aposentadoria”(p6Z).

“eu não vou a igreja, gosto de rezar em casa [...] minha religiosidade continua a mesma, o importante é acreditar e contar com Deus”(p7H)

Registram-se, porém, dois entrevistados que, em virtude da indisponibilidade de amigos, da ausência de apoio no âmbito familiar e da não participação em grupos, tem na religião sua única fonte de apoio:

“eu acho a religião importante [...] tem me ajudado, no sentido de me tornar mais tranqüilo com situações em que eu não consigo mais lidar, tu entregas na mão de Deus que ele vai te iluminar o caminho” (p6R).

“a religião pra mim é tudo [...]” (p5A).

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

Constata-se que a maioria dos entrevistados informou aos familiares mais próximos sobre sua intenção de aposentar-se. Tal diálogo converteu-se em comportamentos tácitos ou explícitos de apoio:

“a minha esposa sabia, eu dizia – vou me aposentar dentro de tal tempo, falta tanto [...] ela prefere o tempo de aposentado, pois posso fazer as minhas atividades e participar das dela também [...]”(np6A).

“no dia que saiu a minha aposentadoria, telefonei para casa, quando cheguei foi um foguetório, meus irmãos fizeram uma festa, todo mundo recebeu super bem, como uma coisa boa, acho que dá uma tranqüilidade para eles, por que de certa forma, eu sou a continuidade dos meus pais” (np8T).

Dentre os entrevistados que compartilharam do momento de decisão com seus familiares, apenas um não recebeu apoio:

“[...] por ele eu não tinha me aposentado, ele falou que no começo ia ser bom, depois eu não ia agüentar a barra de ficar em casa, porque estava muito acostumada a trabalhar” (np6Z).

Quanto aos amigos, os relatos indicam que estes geralmente não provêm do ambiente de trabalho. Ressalta-se, também, que alguns entrevistados não possuem amigos. A relação de amizade, quando existe, é próxima, sendo apreendida como suporte emocional e integração social:

“tenho um círculo pequeno de amizades, eles provêm de fora do meu ambiente de trabalho, os conheci perto de me aposentar [...] a cada 15 dias fazemos uma pescaria, vão os filhos, é muito legal, a gente se reúne também na casa de um, de outros” (np8E).

“eu encontrei uma turma de amigos pela Internet a gente se encontra quase todo o mês, já fazem quase dois anos. A gente tem um entrosamento muito bom” (np7E).

Com relação à participação em grupos, salienta-se que a maior parte dos entrevistados não participa de associações de aposentados. O motivo mais citado para tal comportamento é o fato de não se sentirem aposentados:

“jamais fui na tal da APOPEN e não vou. Se eu vou me meter numa festinha, não sei do que...de distribuição de brindes! Isso é coisa de aposentado! Eles fazem por merecer o estereótipo!” (np6A)

Observa-se, entretanto, dois entrevistados que participam de outros grupos, o que lhes possibilita integração social:

“eu sou do Grêmio, da Associação dos volantes e da ASUFSC [...]” (np5A).

A religião é percebida como muito importante, mas não houve incremento da mesma com a aposentadoria:

“eu acredito em Deus, rezo, tenho a minha fé, gosto muito de ir a igreja, quando ela está vazia [...] creio que os rituais diminuem a capacidade de concentração. Não houve incremento de minha religiosidade com a aposentadoria” (np8T).

Pelo exposto, observa-se que os grupos são similares em relação às fontes de suporte afetivo e social. Estas são centradas na família e nas relações de amizade. Com relação às amizades, as falas reiteram a literatura consultada, segundo a qual os amigos que o trabalho fornecia tornam-se estranhos, diferentes e escassos, a impressão sobre a roda de amigos no ambiente laboral já não é mais a mesma (Little, 1981).

Verifica-se que há uma preocupação maior dos entrevistados que participaram do PPA-UFSC em integrar-se a novos grupos sociais, com o objetivo de buscar suporte afetivo e social, o que tende a favorecer a vivência da aposentadoria. Compartilhar atividades grupais com pessoas da própria geração favorece o bem-estar, facilitando a emergência de significados comuns, e principalmente, a ampliação do universo existencial com a substituição do tempo ocioso por um tempo prazeroso, que em alguns casos nunca fora vivenciado. Desta forma, o grupo funciona como suporte social, podendo influir positivamente na solução de problemas (França, 1992; Deps, 1993).

Com relação à religiosidade, não ocorreu incremento da mesma como apregoa a literatura (Neri, 1993). Esta diferença pode ser atribuída as características dos sujeitos investigados em cuja faixa etária não tiveram ainda suas atividades ou envolvimento diminuídos devido ao término de papéis ligados à parentalidade, à viuvez, dentre outros. Entretanto observou-se certa tendência, no grupo que participou do PPA-UFSC, de buscar apoio na religião, o que corrobora com a literatura consultada, segundo a qual alguns aposentados, sentindo-se incapazes de enfrentar seus problemas, lançam mão de apoios, buscas e soluções, recorrendo a apelos místicos, religiosos e filosóficos (Gabriel, 1984).

8.5.2 ATIVIDADES OCUPACIONAIS

Grupo Participante do PPA-UFSC

A maior parte dos servidores que participou do PPA-UFSC buscou desenvolver atividades que lhes fossem prazerosas. Constata-se que as mesmas, em sua maioria, não eram desenvolvidas na fase da pré-aposentadoria:

“minha atividade de lazer era sair com a minha filha, ir ao parque, na praia [...] quando comecei a namorar, após a aposentadoria, aí mudou [...] saio de barco, passo o final de semana fora [...] descobri que eu também tenho direito ao lazer” (p7H).

“procurei criar atividades que me mantivessem ocupado, me dessem prazer e oportunidade de aplicar meus conhecimentos [...] curso de vendas, minhocário [...] estas idéias surgiram depois do PPA-UFSC” (p6R).

Verifica-se, ainda, que houve incremento das atividades de lazer. As falas sinalizam que este fato contribui para a sensação de bem estar do aposentado:

“ah, agora é tudo mais tranqüilo, putz, tudo muito melhor! [...] antes não dava para conciliar, então muita vida, muita coisa que eu gostava de fazer, eu não fazia, agora eu faço!” (p8M).

“eu caminho, leio, bordo, assisto TV, pesco, adoro pescar! Agora tenho mais lazer, por que eu trabalhava na emergência `a noite [...] muitas vezes eu gostaria de ir a algum lugar e não ia porque tinha que descansar, dormir” (p10C).

Aqueles entrevistados que tiveram suas atividades de lazer reduzidas ou mantidas sem alteração sugerem sentimentos de insatisfação:

“antes de me aposentar fazia passeios com a família, ia à praia, saía à noite, viajava nas férias, quando dava [...] hoje tenho que trabalhar, trabalho inclusive nos finais de semana. O tempo livre que tenho é à noite, aí estou tão cansada, que não tenho mais ânimo pra nada” (p2C).

No que tange as atividades domésticas, as falas revelam pouco interesse pelas mesmas, não demonstrando relevância deste papel para as entrevistadas. Registram-se, no entanto, dois casos de transferência temporária da dedicação ao ambiente de trabalho para dedicação ao lar:

“eu não deixava nada por fazer quando eu trabalhava [...] cheguei a ter uma inflamação no braço de tanto arrumar coisas [...] hoje eu me coloco em primeiro lugar, deixo as atividades domésticas para daqui a pouco e vou deixando” (p6Z).

Grupo Não Participante do PPA-UFSC

As verbalizações revelam percepções diversificadas sobre as atividades ocupacionais e de lazer, evidenciando-se a influência, tanto positiva quanto negativa, de valores pessoais e laborais.

No conjunto, observa-se que as atividades de lazer e ocupacionais atuais são as mesmas desenvolvidas durante a pré-aposentadoria. Constata-se, no entanto, pela maioria das falas, que houve um incremento destas atividades, o que proporcionou satisfação aos entrevistados:

“tenho viajado bem mais, pela disponibilidade de tempo e pelas facilidades com o transporte aéreo [...] não tenho que ficar pedindo para sair, dando satisfação [...]” (np7E).

“a rotina era trabalhar o dia todo, ter que vir aqui, preparar aula [...] hoje não há mais rotina, faço o que quero, na hora que quero. O pessoal que se aposenta e sofre um baque é aquele que só fazia aquilo, eu fazia outras coisas” (np6A).

Os relatos que evidenciaram o não incremento das atividades ocupacionais e de lazer destacam, concomitantemente, insatisfação, fazendo referência ao desenvolvimento de atividades monótonas ou à falta de recursos financeiros para a viabilização de outras atividades.

“faço o que fazia antes, quando não fico vendo televisão, vou pescar, vou na casa de um parente, a gente não sai dessa vida, eu queria fazer coisas diferentes [...]” (np6Z).

“eu saio, vou ao centro, faço yoga, leio, vou no sítio dos meus pais [...] não gosto de fazer isso é monótono. O que eu quero é trabalhar! (risos).” (np10L).

As atividades domésticas são percebidas como pouco significativas. A maioria das entrevistadas não gosta de executá-las, embora tenha ocorrido um caso de transferência temporária da dedicação ao trabalho para o lar:

“eu não gosto de serviço doméstico, mas o fazia bem feito [...] porque aquela dedicação que eu tinha com o trabalho passei a ter com casa [...]” (np2R).

Ao analisar-se os dois grupos investigados, verifica-se que a principal diferença entre eles refere-se à prática de atividades ocupacionais não laborais durante a pré-aposentadoria. Assim, o grupo que participou do PPA-UFSC não desenvolvia tais atividades, o que tende a contribuir para uma vivência de crise na aposentadoria, fato este evidenciado também em outras categorias de análise. Contudo, houve incremento das atividades lúdicas, o que proporcionou satisfação aos aposentados. As falas salientam,

ainda, que os mesmos procuraram desenvolver atividades que lhes fossem prazerosas. Portanto, os dados obtidos contradizem a literatura consultada, no que se refere a relação entre lazer na pré-aposentadoria e na aposentadoria. Segundo Kremer e Harpaz (apud Gabriel, 1984) o lazer não usufruído no período anterior à aposentadoria por falta de tempo, costume ou dinheiro, depois da aposentadoria passa a ser menos praticado, entediante e com características de lazer solitário, refletindo certa passividade. Entretanto, outros aspectos foram ratificados como o uso do tempo livre de modo prazeroso. A aposentadoria sinaliza uma nova fase na vida do indivíduo, que pode ser vislumbrada como uma oportunidade de realizar projetos, desenvolver aptidões, ou como um período de crise, um tempo de vazio e da perda de referenciais (Gabriel, 1984; Santos 1990; Zanelli, 1994). Além disso, o desenvolvimento de atividades físicas e mentais favorece à obtenção de satisfação pessoal, contribui para interação social e pode ser visto como um meio de contrabalançar perdas comuns nesta fase da vida (Deps, 1993).

Por outro lado, o grupo que não participou do PPA-UFSC tinha outras atividades de interesse, além das laborais, enquanto pré-aposentados. Com a aposentadoria, estas atividades mantiveram-se, gerando satisfação para alguns, face à maior disponibilidade de tempo para executá-las, e insatisfação, para outros que desejavam desenvolver outras atividades, percebendo as atuais como monótonas. Poitrenaud (1979) observa que quanto mais horas de lazer o pré-aposentado despende, maior a probabilidade de sucesso, quando da aposentadoria.

Em ambos os grupos, observam-se mulheres que tem na realização profissional o seu cerne e outras que sentem-se realizadas dedicando-se a família e ao lar. Salienta-se que dentre as primeiras estão aquelas que passaram por uma crise de identidade quando da aposentadoria. As atividades domésticas são percebidas pelo conjunto das entrevistadas como pouco relevantes. Os dados obtidos contradizem em parte a literatura consultada, segundo a qual o trabalho é um importante componente da identidade masculina, enquanto para as mulheres a família e o lar representam o papel central. No momento da aposentadoria esta diferença se torna ainda mais patente. Enquanto para os homens representa a perda dos principais pontos de referência, para as mulheres significa a possibilidade de se dedicar a papéis mais valorizados, um novo estágio de um *continuum* sempre ligado à família e ao lar (Santos, 1990; Moragas, 1995).

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Programa de Preparação para a aposentadoria em desenvolvimento na Universidade Federal de Santa Catarina foi criado no período em que se registrava um grande aumento no número de solicitações para o afastamento remunerado do trabalho ali desenvolvido, em virtude das propaladas mudanças na legislação previdenciária anunciadas pelo governo desde 1991, que em nada favoreciam a condição de aposentado.

A idéia de implantação de um programa desta natureza na UFSC reflete a sensibilidade de profissionais acadêmicos, vinculados ao departamento de psicologia, em relação aos vários aspectos que permeiam esta nova fase da vida dos servidores docentes e técnico-administrativos da instituição.

O PPA-UFSC encontra-se na 13ª Edição e compõe-se, basicamente, de encontros semanais, com a apresentação de palestras e dinâmicas de grupo que abordam temas de interesse dos pré-aposentados. Para a execução de suas atividades, o Programa dispõe de uma equipe composta de um coordenador, professor da área de psicologia organizacional, duas estagiárias e duas pré-estagiárias de psicologia. Para ministrar as palestras são convidados profissionais das diversas áreas de conhecimento que, a cada encontro, abordam temas vinculados à aposentadoria.

O objetivo geral do Programa é aprofundar questionamentos referentes aos aspectos biológicos, sociais, culturais, psicológicos, políticos e econômicos que se manifestam com maior intensidade no período que antecede a aposentadoria, em busca da qualidade de vida dos profissionais que se afastarão do trabalho formal.

Verifica-se, no entanto, que o conceito de qualidade de vida não apresenta um sentido unívoco, uma vez que envolve valores subjetivos dos indivíduos remetendo para um conjunto de fatores interrelacionados entre si. Assim, para analisar a qualidade de vida dos servidores aposentados da UFSC, foram utilizados como referências os estudos de Gabriel (1984), Santos (1990), Neri (1993) e Deps (1994), que possibilitaram a identificação dos seguintes indicadores: satisfação e compromisso com o trabalho; fatores de decisão; preparação e planejamento para a aposentadoria; percepção de perdas e ganhos; vivência da aposentadoria; rendimentos; saúde física; saúde mental; relacionamento familiar; grupos de apoio e atividades ocupacionais.

Com relação à satisfação e compromisso com o trabalho, constatou-se que o grupo que participou do PPA-UFSC teve maior dificuldade na transição para a aposentadoria, registrando-se momentos de crise, pois o trabalho ocupa um papel central na vida destes indivíduos, destacando-se como balizador dos demais papéis sociais ou, ainda, como elemento fundamental para o desenvolvimento pessoal e social. Quanto ao grupo que não participou do Programa, ressalta-se o fato de que este, em sua maioria, percebe o trabalho como uma obrigação vinculada à sobrevivência, contribuindo, assim, para reduzir os impactos advindos com a transição à aposentadoria.

Quanto aos fatores de decisão, verificou-se grande similaridade entre os grupos. Em ambos, as possíveis mudanças nos aspectos normativos da legislação previdenciária evidenciaram-se como principal fator de decisão para solicitação da aposentadoria, o que vem caracterizá-la como circunstancial, repentina e motivada coercitivamente, favorecendo assim a inadaptação.

No que se refere à preparação e ao planejamento para a aposentadoria, observou-se, nos dois grupos investigados, que havia alguns indivíduos com receio de não se adaptarem à aposentadoria; outros, dizendo-se preparados para esta nova fase e, ainda, alguns que não refletiram sobre as possíveis conseqüências da transição do trabalho para a aposentadoria. Destaca-se, no entanto, que, dentre aqueles que participaram do PPA-UFSC, o receio da inadaptação à aposentadoria era quase unânime, fato que por si só justifica a busca de esclarecimentos sobre o tema. A estratégia utilizada para combater uma possível inadaptação ou uma vivência de crise, em ambos os grupos, foi o desenvolvimento de uma atividade laboral, remunerada ou não.

Observou-se, ainda, que todos os entrevistados estavam a par da existência de um programa de preparação para a aposentadoria na UFSC. Contudo, alguns decidiram não participar e/ou desistir do mesmo, por associá-lo a estereótipos negativos sobre a aposentadoria e/ou velhice; por não disporem de tempo para participar dos encontros, fato este que ressalta a importância do trabalho para estes sujeitos e, também, por perceberem o programa como desnecessário à sua realidade. Ressalta-se que, dentre os integrantes do grupo que participou do PPA-UFSC, havia dois indivíduos já aposentados e em crise. Constata-se que a ausência de planejamento e preparação para a aposentadoria podem ter precipitado o desenvolvimento de hábitos e comportamentos que não promovem a

qualidade de vida. Assim sendo, acredita-se que os problemas que surgiram, decorrentes da inadaptação a esta nova fase, tenderam a ser minimizados, no grupo que participou do PPA-UFSC, por intermédio da reflexão e internalização das idéias transmitidas pelo Programa.

Quanto à percepção de perdas e ganhos, verifica-se que, em ambos os grupos, havia o predomínio de expectativas positivas em relação à aposentadoria. Estas, em sua maioria, concretizaram-se e transformaram-se em ganhos mantidos no decorrer do tempo. Entretanto, as expectativas positivas frustradas parecem ter contribuído para o desenvolvimento de vivências de crise nos grupos. Registra-se que a percepção de ganho decorreu do maior controle do uso do tempo e que as perdas reportaram-se à ruptura de relacionamentos afetivos, decorrente do afastamento do ambiente de trabalho e do convívio intelectual.

Há uma grande diferença entre os grupos analisados, no que tange à vivência da aposentadoria. Os que participaram do PPA-UFSC, quase de modo unânime, vivenciaram períodos de inadaptação ou crise. Constata-se, porém, que tais momentos já foram superados, sugerindo a contribuição do Programa como motivador de reflexão e de mudanças atitudinais. Em contrapartida, os entrevistados que não participaram do referido Programa, em sua maioria, parecem não ter passado por tais problemas. Atribui-se este fato à baixa relevância do trabalho na vida destas pessoas e ao interesse por outras atividades não laborais, enquanto pré-aposentados.

Com relação aos rendimentos, os grupos registram que houve diminuição na condição de aposentado. Destaca-se, em ambos, o retorno de boa parte dos entrevistados ao mercado de trabalho, motivados pela busca de satisfação pessoal e, em menor escala, de complementação financeira. Problemas familiares decorrentes da redução dos rendimentos, como conflitos e cobranças, registraram-se apenas no grupo que participou do PPA-UFSC.

Quanto a saúde física, em ambos os grupos analisados, constata-se o predomínio de percepções positivas, o que tende a contribuir para uma melhor adaptação e vivência da aposentadoria. Com relação a patologias, não houve incremento de doenças, quando aposentados, ressaltando, apenas, alterações hormonais e o conseqüente uso de medicamentos para este fim, no caso das entrevistadas. Este fato pode ser atribuído à idade relativamente baixa dos entrevistados. Convém salientar que a maioria dos

entrevistados que vivenciou momentos de crise não utilizou psicotrópicos, bebidas alcoólicas ou sofreu distúrbios no sono. Constatou-se que alguns membros do grupo que não participou do PPA-UFSC manifestaram melhoria no quadro geral de saúde ao aposentar-se. Acredita-se que este aspecto esteja relacionado ao afastamento de um ambiente laboral percebido de modo negativo, onde o trabalho constituía-se apenas como uma obrigação, não trazendo, portanto, satisfação pessoal.

Os cuidados para a manutenção da saúde física evidenciaram-se por intermédio de consultas médicas periódicas, hábitos alimentares saudáveis e pela prática de atividades físicas regulares, principalmente no grupo que participou do Programa. Visto que tais práticas não eram adotadas com frequência na pré-aposentadoria, acredita-se que houve um incremento destas a partir do PPA-UFSC.

Com relação à saúde mental, constata-se que os dois grupos pesquisados apresentam semelhanças quanto aos fatores utilizados para caracterizá-la. Há predomínio da sensação de bem estar, em virtude do maior tempo disponível para executar tarefas tidas como prazerosas; projetos são vislumbrados no âmbito laboral e pessoal, o que dá uma perspectiva de futuro para estes indivíduos. Os indicadores de qualidade de vida mais citados por grande parte dos sujeitos entrevistados são saúde e rendimentos. No grupo participante do PPA-UFSC, acrescenta-se, ainda, como indicador, a disponibilidade de tempo, isto porque a maioria deste grupo parece dedicar-se excessivamente ao trabalho formal.

Quanto à percepção sobre velhice e aposentadoria, verifica-se que, no grupo participante do PPA-UFSC, a mesma apresentava-se de forma negativa. Esta percepção, na maioria dos casos, modificou-se após a participação no Programa. Em contrapartida, no grupo que não participou, a percepção era predominantemente positiva, fato que pode ter contribuído para facilitar a transição para a aposentadoria.

A dinâmica familiar sofreu alterações positivas, causadas pelo incremento das relações parentais e/ou conjugais. Pelas verbalizações dos participantes do PPA-UFSC, registra-se que as informações transmitidas foram internalizadas e utilizadas para melhorar os relacionamentos e minimizar os conflitos.

Ao analisar-se as fontes de suporte afetivo, verifica-se que os grupos apresentam semelhanças centradas na família e nas relações de amizade. Constatou-se uma maior

preocupação dos entrevistados que participaram do PPA-UFSC em integrar-se a novos grupos sociais, buscando suporte afetivo e social. Este comportamento parece evidenciar a assimilação dos conteúdos ministrados pelo Programa.

Quanto às atividades ocupacionais, verifica-se que a principal diferença entre os grupos está na prática de atividades não laborais durante a pré-aposentadoria, uma vez que o grupo que participou do PPA-UFSC não desenvolvia tais atividades. Constatou-se, porém que, ao aposentar-se, este procurou desenvolver atividades prazerosas, evidenciando a contribuição do Programa. Por outro lado, o grupo que não participou do PPA-UFSC tinha outras atividades de interesse enquanto pré-aposentados e, com a aposentadoria, estas atividades mantiveram-se.

A pesquisa evidenciou que o bem estar subjetivo e o ajuste à aposentadoria relacionam-se às informações que o indivíduo detém sobre o tema, às características pessoais, expressas por seus valores, à forma de estruturar a distribuição do tempo, ao modo de enfrentar as perdas e de se ajustar às novas situações e, principalmente, à importância que os indivíduos atribuem ao trabalho na vida.

A contribuição do PPA-UFSC para a qualidade de vida dos servidores que dele participaram evidencia-se pela capacidade que estes indivíduos desenvolveram para lidar com as situações de inadaptação ou crise, proporcionada pela internalização das idéias transmitidas pelo Programa, consolidando mudanças atitudinais positivas.

Entende-se que o presente estudo é o ponto inicial para outras análises de um tema pouco contemplado na bibliografia existente. Para próximos estudos, sugere-se: o aprofundamento dos indicadores de qualidade de vida estabelecidos nesta pesquisa; a análise das características pessoais dos servidores pré-aposentados que buscam o PPA-UFSC, bem como, daqueles que não o procuram; recomenda-se ainda, o estudo da eficiência das atividades desenvolvidas no referido programa.

10 ANEXOS

ANEXO1: ROTEIRO DA ENTREVISTA

O objetivo desta pesquisa é avaliar a qualidade de vida dos servidores aposentados da UFSC. Para tanto foram identificadas variáveis para caracterizar a qualidade de vida. Assim sendo, as perguntas abordam os seguintes temas: satisfação e compromisso com o trabalho, fatores de decisão, percepção de perdas e ganhos, rendimentos, saúde física, saúde mental, competência social, relacionamento familiar e conhecimento sobre o PPA-UFSC.

1 CONTEXTO DA APOSENTADORIA

1.1 SATISFAÇÃO E COMPROMISSO COM TRABALHO

- Gostava do que fazia ?
- Como era o ambiente de trabalho ?
- O que o trabalho representou na sua vida ?
- O que representa hoje ?
- Você era uma pessoa comprometida com o trabalho ?

1.2 FATORES DE DECISÃO

- Que fatores influenciaram a sua decisão de solicitar a aposentadoria ?

1.3 PREPARAÇÃO E PLANEJAMENTO PARA A APOSENTADORIA

- A sua aposentadoria foi planejada?
- Você conhecia o PPA-UFSC ?
- Fale-me sobre o PPA-UFSC ?

1.4 PERCEPÇÃO DE PERDAS E GANHOS

- O que esperava da aposentadoria? O que encontrou ?
- O que pensava dos aposentados antes de se aposentar?
- O que você ganhou saindo do trabalho?
- O que perdeu saindo do trabalho ?

1.5 VIVÊNCIA DA APOSENTADORIA

- Como se sentiu ao afastar-se da sua atividade profissional ?
- Descreva como foi a sua passagem do trabalho para a aposentadoria. (fases)
- Você encontrou dificuldade para se adaptar a aposentadoria ?

2 CONTEXTO ECONÔMICO

2.1 RENDIMENTOS

- Seus rendimentos sofreram alteração com a aposentadoria ?
- O que esta alteração implicou ?
- O que acha do que ganha ?
- Você desenvolve alguma atividade remunerada ? Por que ?
- Você se sente inseguro(a) frente a condição financeira ?

3 CONTEXTO DE SAÚDE

3.1 SAÚDE FÍSICA

- Você pratica alguma atividade física ? Frequência ? Com quem ?
- O que o(a) motivou a realizar tal atividade ?
- E antes da aposentadoria ? Frequência ? Com quem ?
- Como você avalia a sua saúde? Por que ?
- Que cuidados em relação a alimentação ?
- Com que frequência você vai ao médico ? Por que você foi ao médico ?
- Você toma medicamentos ? Para que ? Já tomava antes da aposentadoria ?
- Você bebe ? Frequência ? Com quem ? Bebia antes da aposentadoria ?
- Com relação ao sono, você dorme bem ? Sentiu alguma diferença no sono depois que se aposentou ?

3.2 SAÚDE MENTAL

- Você se sente aposentado? Por que ?
- Como está sendo a sua experiência de aposentadoria ? (expectativas, sentimentos)
- Como você acha que as pessoas vêem a sua aposentadoria? (amigos/família)
- Você percebe algum tipo de preconceito em relação a sua condição de aposentado ?
- O que entende por velhice ?
- Como se sente com na sua idade ?
- Como você se vê em relação a condição física ? e a aparência ?
- Com que aspectos da sua vida está satisfeito(a) ?
- Com que aspectos da sua vida esta insatisfeito (a) ?
- O que você entende por qualidade de vida ?
- Você diria que vive com qualidade de vida ?
- Você possui projetos para o futuro ?
- Como se sente em relação ao futuro ?

4. CONTEXTO FAMILIAR

4.1 RELACIONAMENTOS

- Como vai o relacionamento com o esposo (a) ?
- Como que era antes aposentadoria?
- Nesta relação o que era bom e o que não era muito bom ?
- E hoje o que fazem ?
- Como está a relação no que diz respeito a afetividade ?
- Você notou alteração no comportamento dele(a) em relação a você após a aposentadoria? E seu em relação a ele(a) ?
- Como seu marido(esposa) reage a sua presença em casa ?
- Seu marido(esposa) já se aposentou ? O que isso mudou na relação, na vida de vocês?
- O seu marido(esposa) têm algum hábito que a(o) incomoda (beber, fumar) (aumentou após a aposentadoria ?)
- Como seus filhos reagem a sua presença em casa ?
- Você notou alteração no comportamento deles em relação a você ?
- E seu em relação a eles ?

- Como são as suas atividades domésticas atualmente ?
- Você gosta disso ?

5 CONTEXTO SOCIAL E DE LAZER

5.1 GRUPOS DE APOIO

- Sentiu necessidade de apoio nesta fase de transição ?
- Você tem amigos ?
- Conheceu estas pessoas antes ou depois da aposentadoria ?
- O que os seus amigos acham de você ter se aposentado ?

- Você faz parte de algum grupo ? Com que frequência se reúne ?
- Quais os assuntos preferidos ?
- Você participa de algum grupo de aposentados ?

- Você participa de algum culto religioso?
- Com qual frequência ?
- Houve alteração coma aposentadoria ?
- O que a religião significa para você ?

5.2 ATIVIDADES OCUPACIONAIS

- O que você faz hoje em termos de lazer ? Frequência? Com quem ?
- Como se sente desenvolvendo estas atividades ? (curte, satisfação, obrigação)
- Antes quais atividades de lazer você desenvolvia ? Frequência ? Com quem ?
- Hoje você faz o que havia imaginado fazer antes de se aposentar (lazer)?
- Descreva a sua rotina atual.
- Descreva a sua rotina antes de se aposentar.

ANEXO 2: FICHA DE CARACTERIZAÇÃO DO RESPONDENTE

1ª Parte:

01. Sexo:.....

02. Idade:

03. Escolaridade:.....

04. Estado Civil:.....

05. Tem filhos ?

- () sim Quantos ?
 () não Idades.....

06. Tem netos ?

- () sim Quantos ?.....
 () não Idades.....

07. Com quem você mora ?

- () sozinho () esposo (a) e filhos
 () esposo(a) () outros familiares. Quais ?.....
 () filhos

08. Com quantos anos você começou a trabalhar ?

09. Por qual motivo você começou a trabalhar ?

- () necessidade financeira
 () projeto de independência
 () final dos estudos
 () outro. Qual ?.....

10. Qual o seu salário antes de se aposentar ?.....

11. Qual o seu salário como aposentado ?.....

12. Qual o tipo de sua aposentadoria ?

- () voluntária e integral () por invalidez
 () voluntária e proporcional () compulsória

13. A quanto tempo você está aposentado ?

14. Quantos anos você trabalhou na UFSC ?.....

15. Você tem alguma ocupação remunerada

não

sim

Neste caso: esporádica

permanente

2ª Parte:

01) Abaixo estão mencionados vários fatores que podem ter influenciado sua decisão de solicitar a aposentadoria.

Em ordem de importância escreva o número 1 naquela alternativa mais determinante para você; o número 2 na seguinte, escolha no máximo 4 itens.

tempo de serviço exigido por Lei;

aposentadoria compulsória;

implementação do Regime Jurídico Único;

possibilidade de a aposentadoria por tempo de serviço ser substituída pela aposentadoria por idade (65 anos);

aproveitamento da vantagem, que poderia não se manter com o passar do tempo, de o professor se aposentar com o salário da classe acima da que se encontra;

receio da perda da estabilidade no emprego;

expectativa de vir a exercer outra ocupação, iniciar outra carreira;

desejo de viver a vida com mais intensidade, sem limitações de horário;

outros motivos (especifique)

.....

.....

3ª Parte:

01) Indique o grau de satisfação em relação ao trabalho que você vinha desenvolvendo na Universidade, anteriormente ao seu pedido de aposentadoria:

muito insatisfeito

insatisfeito

indiferente

satisfeito

muito satisfeito

11 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AGUIAR, A. P. **Agressões posturais e qualidade de vida na construção civil: um estudo multi-casos.** Florianópolis, 1996. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) - Universidade Federal de Santa Catarina.
- ALEXANDRE, J.; DOMINGUES, S. **Programa de Preparação para Aposentadoria, 8.** Florianópolis, 1996. Monografia (Psicologia) - Universidade Federal de Santa Catarina.
- ALVAREZ, B. R. **Qualidade de vida relacionada à saúde de trabalhadores: um estudo de caso.** Florianópolis, 1996. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) - Universidade Federal de Santa Catarina.
- ALVES, J. A. O planejamento de pesquisas qualitativas em educação. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, n. 77, p. 53-61, 1991.
- ALVES, D. C., XAVIER, S. B. **Programa de Preparação para Aposentadoria, 3.** Florianópolis, 1994. Monografia (Psicologia) - Universidade Federal de Santa Catarina.
- BAKER, F.; INTAGLIATA, J. Quality of in the evaluation of community support systems. In: **Evaluation and Program Planning**, 1982, p. 69-79.
- BERNHOEFT, R.. Valores do executivo e seu despreparo para a aposentadoria. In: DORSEY, A. et al. **Disfunções do comportamento na organização...e como tratá-las.** São Paulo: IBECOM, 1987, p. 49-83.
- BERGER, P. L.; LUCKMAN, T. **A construção social da realidade: tratado de sociologia do conhecimento.** Petrópolis: Vozes, 1985.
- BERTONCINI, E. M. O. L. **Aposentadoria precoce: um estudo da ruptura vivida pelo trabalhador.** Assis, 1992. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade do Estado de São Paulo - UNESP/Assis.
- BEAUVOIR, S. **A velhice.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- BOOG, G. G. **Manual de treinamento e desenvolvimento da ABTD.** São Paulo: Makron Books, 1994.
- BOSA, A. P.; LAUREANO, T. **Programa de Preparação para Aposentadoria, 6.** Florianópolis, 1995. Monografia (Psicologia) - Universidade Federal de Santa Catarina.
- BRUYNE, P. et al. **Dinâmica da pesquisa em ciências sociais: os pólos da prática metodológica.** Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1982.

- BÜRIGO, C. C. D. **Qualidade de vida no trabalho: dilemas e perspectivas**. Florianópolis: Insular, 1997.
- CABRAL, C; SANTARITTA, W. C. **Programa de Preparação para Aposentadoria, 7**. Florianópolis, 1996. Monografia (Psicologia) - Universidade Federal de Santa Catarina.
- CHATFIELD, W. F. Economic and sociological factors influencing life satisfaction of age. **Journal of Gerontology**, 1974, v. 32, n. 5, p. 593-599.
- COOPER, K. H. **O programa aeróbico para o bem estar total**. Rio de Janeiro: Nórdica, 1982.
- COOPERMAN, E. M. Retirement prepare now. **CMA Journal**, 1977, v. 117, p. 421-422.
- COX, H., BHAK, A. Symbolic interaction and retirement adjustment and empirical assessment. **International Journal Aging Human Development**, v. 9, n. 3, 1978-1979, p. 279-286.
- DECKEN, A. **La vejez: período de posibilidades**. São Paulo: Paulist Press, 1973, p.105.
- DEPS, V. L. **A transição a aposentadoria, na percepção de professores recém-aposentados da Universidade Federal do Espírito Santo**. Campinas, 1994. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade Estadual de Campinas.
- DILLARD, J. Life satisfaction of nearly retired and retired workens. **Journal of Employment Counseling**, 1982, v. 19, n. 3, p. 131-134.
- DONFUT, C. A. Lazer e aposentadoria: aspectos conceituais. **Cadernos de Terceira Idade**, São Paulo: SESC, 1980, n. 5, p. 7-11.
- DORIN, E. **Dicionário de psicologia**. 3. ed. São Paulo: Melhoramentos, 1978.
- EDWARDS, J. N., KLEMMACK, D. L. Correlates of life satisfaction: re-examination. **Journal of Gerontology**, 1973, v. 28, n. 4, p. 499-502.
- EKERDT, D. J.; BOSSÉ, R. Change in self: reported health with retirement. **International Journal of Aging e Human Development**, 1982, v. 15, n. 3, p. 213-223.
- ERIKSON, E. H. **Identidade: juventude e crise**. Rio de Janeiro: Guanabara, 1987.
- FERREIRA, A. B. H. **Novo dicionário da língua portuguesa**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1986.

- FRANÇA, L. H. Terceira idade: o trabalho social com idosos no SESC e os programas de preparação para aposentadoria nas empresas. **Revista de Administração Pública**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 3, jul./set. 1992, p.174-181.
- FRANCO, M L P. B. **O “estudo de caso” no falso conflito que se estabelece entre análise quantitativa e análise qualitativa**. São Paulo: PUC, 1986.
- FRAIMAN, A. P. **Nós e nossos velhos: forças que falam e forças que se calam**. São Paulo, 1990. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade de São Paulo.
- FISKE, M. **Meia idade a melhor época da vida?** São Paulo: Harper & Row do Brasil, 1981.
- FORTEZA, J. A. La preparación para el retiro. **Anales de psicología**, 1980, p.101-113.
- GABRIEL, J. R. **Saúde mental e aposentadoria**. São Bernardo do Campo, 1984. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Universidade de São Paulo.
- GODOY, A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo: FGV, v. 35, n. 6, 1995, p. 57-63.
- GUIDI, M. L. M., MOREIRA, M. R. L. P. **Rejuvenecer a velhice: novas dimensões da vida**. Brasília: Ed. Universidade de Brasília, 1994.
- HAMBLIN, A. C. **Avaliação e controle de treinamento**. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil, 1978.
- JANISSEK, J. A. **O alcoolismo e os contextos organizacional, familiar e de lazer: um estudo em uma empresa paranaense do setor energético**. Florianópolis, 1995. Dissertação (Mestrado em Administração) - Universidade Federal de Santa Catarina.
- JANS, N. A. The nature and measurement of work involvement. **Journal of Occupational Psychology**, 1982, v. 55, p. 57-62.
- KAGAN, A R, KAGAN, J. D. The quality of wich life ? **American Journal of clinical oncology**, v. 6, p. 117-118, 1983.
- KIMMEL, D. Retirement choise and retirement satisfaction. **Journal of Gerontology**, 1978, v. 33, n. 4, p. 830-875.
- LA MACCHIA, M. T. , SILVA, G. Programa de preparação para a aposentadoria. **Revista A Terceira Idade**, v. 2, n. 2, out. 1989, p. 40-48.
- LAZARUS, R. S. Propriedade de adaptação e o problema de saúde mental. In: **Personalidade e adaptação**. Rio de Janeiro: Zahar, 1977.

- LEITE, C. B.. **O século da aposentadoria**. São Paulo: LTr, 1993.
- LEITE, V., BRASIL, S. Cabelos brancos: o envelhecimento da população acende uma luz amarela na questão social. **Revista Veja**, 13 ago. 1997, p. 34-36.
- LIPP, M., ROCHA, J. C. **Stress, hipertensão arterial e qualidade de vida: um tratamento para o hipertenso**. São Paulo: Papirus, 1997.
- LITTLE, R. W. Friend-ships in military community. **Research in the Interweave of Social Roles**, 1981, v. 2, p. 221-235.
- LYRA, C. M. T. Saber envelhecer. **Cadernos da Terceira Idade**, n. 10, 1982, p. 35-36.
- LUDKE, M., ANDRÉ, M. **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas**. São Paulo: EPU, 1986.
- MACIAN, L. M. **Treinamento e desenvolvimento de recursos humanos**. São Paulo: EPU, 1987.
- MARTIN-BARÓ, I. **Acción e ideología: psicología social desde centroamérica**. San Salvador: UCA, 1985.
- MELLO WAGNER, E. A contribuição da psicologia no campo da gerontologia social. **Revista A Terceira Idade**, v. 10, n. 13, abr. 1998, p. 48-60.
- _____ Aposentado. **Cadernos da Terceira Idade**, São Paulo, SESC, n. 7, 1981, p. 13-16.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA PREVIDÊNCIA E ASSISTÊNCIA SOCIAL, Secretaria da Assistência Social. **Plano Integrado de Ação Governamental para o Desenvolvimento da Política Nacional do Idoso**. Brasília, 1997.
- MONTEIRO, L. A. S. **A Influência da aposentadoria docente na qualidade dos programas de pós-graduação stricto sensu na Universidade Federal de Santa Catarina**. Florianópolis, 1996. Dissertação (Mestrado em Administração) - Universidade Federal de Santa Catarina.
- MORAES, L. F. R. et al. Comprometimento organizacional, qualidade de vida e stress no trabalho: uma abordagem de diagnóstico comparativo. **Revista Brasileira de Administração Contemporânea**, Rio de Janeiro, 1995, v. 9, p. 169-188.
- MORAGAS, R. M. **Gerontología social: envejecimiento y calidad de vida**. Barcelona: Editorial Herder, 1995.
- MORAGAS, R. M. Experiencias en preparación para la jubilación en la CEE: obstáculos y acciones. **Revista de Gerontología**, v. 2, p.177-123, 1991.

- MOREIRA, M. M., CARVALHO, J. A. Envelhecimento da população e aposentadoria por idade. **Revista Previdência em Dados**, v. 7, n. 4, p. 27-40, out./dez. 1992.
- MORENO, J. L. **Psicodrama**: desvalorizando o imaginário. São Paulo: Brasiliense, 1979.
- MOSQUERA, J.J. M. **Vida adulta**: personalidade e desenvolvimento. Porto Alegre: Sulina, 1978.
- MOTTA, E.. Reflexos da aposentadoria sobre a questão social do idoso. **Revista A Terceira Idade**, v. 10, n. 13, abr. 1998, p. 61-70.
- MULLER, M. A. Aposentadoria e terceira idade. **Revista Cultura e Fé**, v. 15, n. 59, p.61-67, out./dez. 1992.
- NAHAS, M. V. **Fundamentos de aptidão física relacionada à saúde**. Florianópolis: Ed. da UFSC, 1989.
- _____. Revisão de métodos para determinação dos níveis de atividade física habitual em diversos grupos populacionais. **19, Anais Simpósio Internacional de Ciências de Esporte**, São Paulo, 1994.
- NERI, A. L. **Qualidade de vida e idade madura**. São Paulo: Papyrus, 1993.
- OLIVEIRA, M. I. T. C.. **Terceira idade e aposentadoria**: Sinônimos de crise? Campinas, 1982. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Pontifícia Universidade Católica de Campinas.
- OLIVEIRA, M. I. T. C.. **Vivências da velhice**: identidade e aposentadoria. São Paulo, 1990. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica) - Universidade de São Paulo.
- PENCKOFER, S. H., HOLMS, K. Early appraisal of coronary revascularization on quality of life. **Nursing Research**, New York, v. 33, n. 2, p. 60-65, march/april 1984.
- PIÉRON, H. **Dicionário de psicologia**. Rio de Janeiro: Globo, 1987.
- POITRENAUD, J. et al. Factors related to attitude towards retirement among french preretired managers and top executives. **Journal of Gerontology**, 1979, v. 34, n. 5, p. 723-727.
- QUEIROZ, M. I. P. Relatos orais: do "indizível" ao "dizível". **Ciência e Cultura**, São Paulo, 1987, v. 39, n. 3, p. 14-43.
- RICHARDSON, R. J. et al. **Pesquisa social**: métodos e técnicas. São Paulo: Atlas, 1985.
- SÁ JÚNIOR, L. S. M. **Psiquiatria e sociedade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1980, p. 135-140.

- SALGADO, M. A. **Velhice, uma nova questão social**. São Paulo: Biblioteca Científica SESC. Série Terceira Idade, 1980.
- SANTOS, M. F. S. **Identidade e aposentadoria**. São Paulo: EPU, 1990.
- SARAGIOTTO, N. S., LOT, M. L. B. Programa de reflexão sobre aposentadoria. **Revista A Terceira Idade**, n. 2, out. 1989, p. 49-50.
- SCHEIN, E. **Psicologia organizacional**. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil, 1982.
- SCHOECHK, H. **Dicionário de sociologia**. Barcelona: Herder, 1985.
- SELLTIZ, C. et al. **Métodos de pesquisa nas relações sociais**. São Paulo: EPU, 1965.
- SHEPHARD, R. J. Custos y beneficios de una sociedad deportiva activa v/s una sociedad sedentaria. **Resúmenes**, 3^o Simposio Internacional de Actualización en Ciencias Aplicadas al Desporte. Rosario, p. 127-135, Mayo 1994.
- SKINNER, B. F., VAUGHAN, M. E. **Viva bem a velhice: aprendendo a programar a sua vida**. São Paulo: Summus, 1985.
- SOUZA, R. **Programa de Preparação para Aposentadoria, 6**. Florianópolis, 1994. Monografia (Psicologia) - Universidade Federal de Santa Catarina,
- SOLOMON, P.; PATCH, V. D. **Manual de Psiquiatria**, São Paulo: Atheneu, 1975, p. 61-62 e 53-55.
- STUCCHI, D. **Os programas de preparação a aposentadoria e o remapeamento do curso de vida do trabalhador**. Campinas, 1994. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) - Universidade Estadual de Campinas.
- TRIVIÑOS, A. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. São Paulo: Atlas, 1987.
- TRIPOLI, T. et al. **Avaliação de programas sociais: diretrizes para administradores nos campos da educação, saúde e assistência social**. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1975.
- UVALDO, M. C. Relação homem trabalho. In: BOCK, A M. et al. **A escolha profissional em questão**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1995.
- VERAS, R. **Terceira idade: um envelhecimento digno para o cidadão do futuro**. Rio de Janeiro: Relume - Dumará/ UnATI/ UERJ, 1995.
- VENTURA, N. A. **O programa de preparação para a aposentadoria na Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos: um estudo introdutório**. Florianópolis, 1995. Monografia (Ciências Sociais) - Universidade Federal de Santa Catarina.

- VIEIRA, A. **A qualidade de vida no trabalho e o controle da qualidade total.** Florianópolis: Insular, 1996.
- WONG, P. T. Personal meaning and successful aging. **Canadian Psychology**, 1989, v. 30, n. 3, p. 516-525.
- ZAGUINI, A.; MENEZES, C. N. **Programa de preparação para aposentadoria, 5.** Florianópolis, 1995. Monografia (Psicologia) - Universidade Federal de Santa Catarina.
- ZANELLI, J. C. Aposentadoria: percepções dos servidores da Universidade Federal de Santa Catarina. In: **Encontro da Associação Nacional dos Programas de Pós-Graduação em Administração, 18.** Curitiba, 1994. Anais do ENANPAD, v. 10, p. 26-45.
- ZANELLI, J. C., SILVA, N. **Programa de preparação para aposentadoria.** Florianópolis: Insular, 1996.