

Atividades recreativas e espontaneidade em um serviço para idosos

Recreational activities and spontaneity in elderly care service

Actividades recreativas y espontaneidad en el servicio para personas mayores

Franciane Rech da Silva*; **Rosa Nadir Teixeira Jerônimo****

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

e-mails: *franciane-rs1@hotmail.com; **rnj@unesc.net

Resumo

Este estudo, com doze participantes de grupos de terceira idade do município de Criciúma (SC), enfatiza as atividades recreativas nesses espaços e a espontaneidade do idoso. A metodologia foi baseada em observação direta não participante, diário de bordo e entrevista semiestruturada, e a análise, no Psicodrama e na Psicologia Ambiental, com enfoque na espontaneidade. Resultados apontam que os idosos participantes dessas atividades nos grupos de terceira idade resgatam e ressignificam sua espontaneidade, por meio da liberdade de expressão, da interação social e do contato com sua essência.

Palavras-chave: terceira idade, espontaneidade, espaços grupais, lazer, identidade social

Abstract

This study, with twelve participants of older people's groups of Criciúma (SC), emphasizes recreational activities in these spaces and older people's spontaneity. The methodology was the non-participant directed observation – logbook and semistructured interview – and the analysis, based on Psychodrama and Environmental Psychology, focused on spontaneity. The results show that the participants of these activities redeem and reframe their spontaneity, through the freedom of expression, social interaction and contact with their essence.

Keywords: older people, spontaneity, group spaces, leisure time, social identity

Resumen

Este ensayo, con doce miembros de grupos de la tercera edad de la ciudad de Criciúma (SC), destaca las actividades recreativas en esos espacios y la espontaneidad de la persona mayor. La metodología ha sido desarrollada a partir de la observación directa no participante – cuaderno diario y entrevista semiestruturada – y la análisis a partir del Psicodrama y de la Psicología Ambiental, con énfasis en la espontaneidad. Los resultados señalan que las personas mayores que participan de esas actividades en los grupos de la tercera edad rescatan

y dan nuevo sentido a su espontaneidad, a través de la libertad de expresión, la interacción social y el contacto con su esencia.

Palabras clave: terceira idade, espontaneidade, espaços grupais, ocio, identidade social

INTRODUÇÃO

A espontaneidade é um dos conceitos da teoria do Psicodrama, que, segundo Moreno (1975), considera o homem um ser possuidor de capacidade de criar e recriar sua ação no aqui e agora, de acordo com a necessidade do momento e seu desejo.

Gonçalves, Wolff e Almeida (1988) afirmam que o sujeito pode renovar suas relações afetivas por meio da espontaneidade, ao criar uma resposta inédita ou ao *transformar* situações preestabelecidas, como agente ativo. Nesse sentido, Fonseca Filho (2008) considera que certos atos não resultam de outros, mas são puros, imprevisíveis e expressam a personalidade. O ser espontâneo se faz presente em suas relações afetivas e sociais procurando transformar os aspectos insatisfatórios das situações que vivencia.

Ao longo da vida, o homem vai perdendo essa habilidade, orientando-se por uma conduta moral e imitativa do comportamento considerado aceitável e correto perante a sociedade. É o que Moreno (1975) chama de “conserva cultural” (p. 94). O homem é um ser biopsicossocial. Vive diferentes experiências e guarda consigo diferentes sensações, emoções e reflexões. Convive em diversos contextos, interage com outras pessoas. Entretanto, esse sujeito, quando idoso, vive em contexto e condição diferentes das condições de algum tempo atrás.

Os espaços de convivência da terceira idade, na Psicologia Ambiental, segundo Jerônimo (2012), têm se mostrado uma alternativa de atividade e lazer para os idosos. Nesses grupos são ofertadas atividades recreativas que estimulam os sentidos, a cognição e o equilíbrio emocional dos idosos, gerando satisfação e alegria, proporcionando-lhes pertença e espontaneidade.

Através desta pesquisa pretendeu-se: compreender de que forma as atividades recreativas desenvolvidas nesses espaços de convivência podem contribuir para o resgate da espontaneidade dos idosos que delas participam; analisar a percepção dos idosos em relação ao grupo de terceira idade; identificar o significado biopsicossocial das diversas atividades, como música, dança, atividades físicas, artesanais, entre grupos, passeios culturais e de lazer para os idosos. A análise baseou-se na identificação dos fatores relacionados às citadas atividades recreativas, em relação ao seu efeito no resgate e na ressignificação da espontaneidade dos idosos que delas participam.

MÉTODO

Este estudo foi realizado em uma abordagem qualitativa (Minayo, 1994) de caráter exploratório (Appolinário, 2012). Foi feita a aproximação de campo para conhecer os grupos e o perfil de seus participantes e definir os critérios de inclusão e exclusão da amostra. Fez-se uma breve observação dos grupos e o contato com os profissionais responsáveis, além de conhecer a estrutura do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos da Pessoa Idosa e do Centro de Convivência da Terceira Idade, gerenciado pela Associação Feminina de

Assistência Social de Criciúma (Afasc). Graças aos quais também se pôde conhecer o funcionamento dos grupos de terceira idade, com base no Sistema Único de Assistência Social (Suas), determinado pela Lei Orgânica da Assistência Social (Loas)/2009 e pela Política Nacional da Assistência Social (PNAS)/2004. Foi apresentada, ainda, a proposta da pesquisa à Afasc, sob a responsabilidade da gerência do CCTI da mencionada cidade. Nessa aproximação, percebeu-se não ser possível determinar a aplicação das entrevistas igualmente a um número estimado de homens e mulheres, visto que em ambos os grupos de terceira idade a prevalência era de mulheres. Como critério de inclusão, constatou-se a necessidade de especificar que os sujeitos da pesquisa participassem das atividades dos citados grupos há um ano ou mais, visto que os novos participantes não possuem a mesma bagagem que aqueles que frequentam os grupos há mais tempo. Como critério de exclusão, foi identificada a importância de determinar idosos com comprometimento físico ou cognitivo, considerando que o enfoque da análise da pesquisa foram as atividades recreativas dos grupos, que podem demandar movimento, raciocínio, memória e atenção.

Os instrumentos utilizados para coletar os dados da pesquisa foram a observação direta não participante, o diário de bordo e a entrevista semiestruturada (Appolinário, 2012). A aplicação dos instrumentos para o levantamento dos dados da pesquisa foi realizada no próprio local e no mesmo horário de encontro desses grupos. Os dados foram interpretados pela análise de conteúdo (Bardin, 2009). A análise se deu à luz das abordagens do Psicodrama, com enfoque na Teoria da Espontaneidade e da Psicologia Ambiental. As categorias de análise deste artigo estão identificadas, no texto, por meio de frases em negrito, com base nos objetivos da pesquisa. A pesquisa foi aprovada com o número 668.753. Os sujeitos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, conforme a Resolução CNS nº 466/2012.

Previram-se como benefícios nesta pesquisa a possibilidade de identificar os aspectos das atividades recreativas dos grupos de terceira idade que denotam relevância como promotores do resgate e da ressignificação da espontaneidade dos idosos e, conseqüentemente, da saúde, do bem-estar e da qualidade de vida. Além disso, o estudo contribui para a aquisição de conhecimento e compreensão pelos profissionais da área quanto ao período da terceira idade, seu processo de socialização e de resgate da espontaneidade.

Participantes

Os sujeitos da pesquisa são doze idosos, entre 67 e 75 anos, que participam das atividades de grupos de terceira idade há um ano ou mais, dos quais seis são do grupo de terceira idade do Centro Comunitário do Bairro N. Senhora da Salete, e seis, do grupo de terceira idade do salão da Igreja Matriz do Bairro Próspera, todos de Criciúma. Na análise da pesquisa, os idosos participantes são identificados como *Sujeito* e o número referente à ordem das entrevistas. Dos entrevistados, apenas o Sujeito 4 é do sexo masculino.

RESULTADO E ANÁLISE DOS DADOS

Consideramos que o fator E (espontaneidade) é a capacidade de responder adequadamente à situação, empregado pela primeira vez no nascimento. Perdemos essa habilidade devido a diversos fatores do ambiente afetivo-emocional e ao ambiente social em que a família está inserida.

Para **analisar a percepção dos idosos em relação ao espaço de convivência da terceira idade**, podemos salientar que a vivência do grupo provoca ecos em todos os sujeitos envolvidos, por meio de uma atitude mais ativa e do contato entre as pessoas. Dessa maneira, o Sujeito 10 (69 anos) relata: “*A gente se distrai, passa melhor. O único lugar que eu venho é aqui*”.

As diferentes atividades de recreação vêm sendo muito utilizadas como instrumento terapêutico, de acordo com Philippini (1998), para auxiliar no tratamento de doenças e melhorar a qualidade de vida. Da mesma forma, os jogos dramáticos são muito utilizados no Psicodrama. O jogo, de acordo com Cukier (1992), é espontâneo, pois facilita o acesso à expressão do inconsciente. Como fenômeno ligado à espontaneidade e à criatividade, o jogo seria o princípio da autocura na terapia de grupo e o elemento que impulsiona a espontaneidade, pois permite o aquecimento do grupo para a ação. Fonseca Filho (2008) salienta a relação do jogo com o momento de encontro entre aqueles que participam da atividade, e esse encontro se dá a partir da ação espontânea e verdadeira com o outro.

Entretanto, segundo Papalia (2006), alguns idosos tendem a se sentir incapazes, por causa de suas limitações. Geralmente nessa fase da vida surge a dificuldade em aprender coisas novas, concentrar-se e memorizar informações recentes. Nesse momento ganham importância as atividades que são prazerosas e fazem com que os idosos se sintam bem, proporcionando-lhes uma vida mais equilibrada e espontânea, pois provocam a socialização entre os sujeitos num espaço de convivência. Entende-se que essas e outras características do desenvolvimento, com suas perdas e limitações, podem ser recuperadas com hábitos saudáveis de vida.

As atividades recreativas voltadas aos idosos têm um objetivo socioterapêutico, uma vez que desenvolvem fatores de relacionamento grupal e a espontaneidade. Um clima de acolhimento e abertura, para Moreno (1975), dirige a ação espontânea, mais voltada aos sentimentos do que aos pensamentos. O Sujeito 7 (75 anos) afirma: “*Um ambiente muito bom, a gente se sente à vontade e se esquece de qualquer bobeira. Eu tava com início de depressão, eu só ficava dentro de casa cuidando de neto. Hoje eu nem sei mais o que é isso*”. Possibilita-se, assim, que os demais participantes compartilhem suas experiências.

Quanto ao **conhecimento da dinâmica dos espaços físicos e relacionais dos grupos de terceira idade**, destaca-se a relação dialética entre o ser humano e o ambiente constituído e uma diversidade integradora de espaços. Esse aspecto pode ser mostrado no relato do Sujeito 5 (75 anos): “*Aqui a gente se distrai, passa uma tarde boa, não fica só em casa*”.

O processo de identificação, na Psicologia Ambiental, segundo Pol (1996) e Proshansky (1976), é um componente do processo de apropriação do espaço que se efetiva pelo cognitivo, simbólico, afetivo, interativo e estético, implicando a posse real ou simbólica dos espaços. Gonçalves (2007) e Jerônimo (2012) salientam que o processo de identificação leva ao sentimento de pertença.

Para Moreno (1975), toda relação requer entrega e reciprocidades mútuas. Percebemos esse aspecto na fala do Sujeito 7 (75 anos): “*Ai, eu fico feliz quando chego aqui. Antes eu só dava ‘boa tarde’. Hoje eu beijo e abraço todas. . . . É como se fossem da família*”. Assim, o encontro, para o mesmo autor, seria a essência da relação e ele só acontece mediante essa verdadeira relação entre EU e TU, favorecendo as relações télicas. Portanto, afeição, familiaridade e intimidade com os espaços criam a sensação de que as pessoas pensam em si mesmas como membros de uma coletividade maior (Tuan, 1980). Nos grupos de idosos, os espaços recreativos podem favorecer a espontaneidade por incentivar o processo de aceitação entre eles.

No que se refere à **identificação do significado biopsicossocial das diversas atividades para idosos**, consideremos, primeiramente, o desenvolvimento físico na terceira idade. As pessoas envelhecem de forma diferente umas das outras. Alguns idosos conseguem

manter sua força e agilidade; outros não. Por isso as atividades recreativas direcionadas a essa população devem propiciar um clima de experimentação prazerosa e lúdica, sem a exigência de desempenhos complexos. O exemplo está na fala do Sujeito 6 (71 anos): “*Se eu não estivesse nos idosos, eu não andava mais*”. Os idosos que usam seu tempo com criatividade, em atividades intelectuais e artísticas mantêm-se mais dispostos e com melhor capacidade de raciocínio e memória (Sene-Costa, 1998). Em grupos de terceira idade, idosos têm a possibilidade de vivenciar momentos de alegria, afetividade e trocas com os demais membros, compreendendo melhor a si mesmos e aos outros. Assim, encontram formas de lidar com suas dificuldades de maneira mais equilibrada e consciente. O homem que não desenvolve a espontaneidade adoce, pois o existir humano é um viver em coletividade (Moreno, 1975).

Um fato importante a considerar é que a expectativa de vida da população tem aumentado ao longo do tempo, o que tem levado o sistema público a desenvolver novas e melhores políticas sociais e de saúde na atenção à terceira idade.

Em relação aos **aspectos psicológicos**, a teoria da Socionomia de Moreno (1975) baseia-se na proposta de uma Revolução Criadora, que acredita na recuperação da espontaneidade e da criatividade, inatas no sujeito. Observemos a fala do Sujeito 6 (71 anos): “*A gente, às vezes, chega aqui triste, e depois passa*”. Fonseca (2006) propõe que a matriz de identidade do homem se desenvolve por meio dos papéis que promovem o relacionamento entre as pessoas.

Na terceira idade as pessoas aceitam melhor suas limitações, dando ênfase aos valores que trazem consigo ao longo da vida (Sene-Costa, 1998). O Sujeito 8 (68 anos) relata: “*Ah, eu me sinto uma menina! O meu corpo fica mais leve e eu me sinto mais ativa*”. Nessa etapa da vida, porém, há menor desempenho da criatividade e da espontaneidade. A espontaneidade não é, portanto, um estado permanente, é um catalisador que propicia a espontaneidade em dados momentos e espaços, onde as pessoas estão aquecidas para criar

Moreno (1975) acreditava que todo ser humano é um “gênio em potencial” (p. 99). O Sujeito 7 (75 anos) disse: “*Eu achava que quando chegasse nesta idade ia ficar só em casa. Mas não. Aqui eu percebi que eu sou capaz de fazer mais*”. Percebe-se, neste caso, a importância de um modelo alternativo de poder, segundo Surrey (1991, citado por Fleury, 2006), em que as pessoas interagem entre si, fortalecendo o poder de cada um no grupo.

A compreensão do outro e de si mesmo se dá por meio da investigação de laços e forças que interagem no contexto grupal (Bustos, 1992). Ao envelhecer, o ser humano continua desempenhando seus papéis na comunidade, tendo seu espaço na sociedade, com direitos, deveres e seus desejos (Sene-Costa, 1998). Para Moreno (1975), as pessoas envolvidas no grupo também são agentes terapêuticos uns para os outros. Uma fonte importante de informações para identificar traços de espontaneidade são as experiências da vida subjetiva do indivíduo. Em relação a si mesmo e suas vivências, o Sujeito 8 (68 anos) salienta: “*Depois que entrei pro grupo, sou outra pessoa. . . . Nunca dancei. Depois que entrei aqui é que comecei a dançar. Eu me libertei de tudo*”.

Moreno (1975) acreditava em uma espontaneidade original, matriz de todo ato criador. Segundo sua visão, as pessoas poderiam ser educadas para a espontaneidade. Apesar de parecer uma contradição, o significado desse processo seria a libertação de lugares-comuns e estereótipos culturais – as conservas culturais que impedem a expressão da criatividade.

Na **identificação dos fatores relacionados aos sentimentos dos idosos que participam das atividades do grupo de terceira idade, em relação à sua espontaneidade**, percebeu-se que, conforme o homem se desenvolve e interage com a sociedade (Ramalho, 2010), ele é contagiado por tradições e conservas que criam obstáculos para que a sua espontaneidade flua naturalmente. Para evitar o sofrimento, o ser humano se defende, reprimindo seus desejos e, conseqüentemente, perde a capacidade de responder de forma satisfatória às diversas situações. Marra (2005, citada por Fleury, 2006) salienta que o

relacionamento entre os membros do grupo estimula a visão crítica, a criatividade e a vivência de novas experiências. O desejo de mudança, atrelado à oportunidade de experimentar momentos de interação social e alegria, resgata a capacidade espontânea de ser no mundo, promovendo bem-estar e qualidade de vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta pesquisa, com base na abordagem psicodramática, na teoria da psicologia ambiental e na descrição dos relatos dos sujeitos constatou-se que idosos que participam de atividades recreativas nos espaços de grupos de terceira idade conseguem resgatar e ressignificar sua espontaneidade, por meio da liberdade de expressão, da interação social e do contato com a sua essência.

Os aspectos de interação e construção da identidade possibilitam a eles vivenciar momentos alegres e afetuosos, descobrir novas formas de lidar com suas dificuldades e buscar o equilíbrio.

REFERÊNCIAS

Appolinário, F. (2012). *Metodologia da ciência: Filosofia e prática da pesquisa* (2a. ed.). São Paulo: Cengage Learning.

Bardin, L. (2009). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.

Brasil (2004). Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. *Política Nacional da Assistência Social – PNAS 2004*. Brasília: MDS. Recuperado em 13 de outubro de 2014 de <http://www.mds.gov.br/assistenciasocial/arquivo/Politica%20Nacional%20de%20Assistencia%20Social%202013%20PNAS%202004%20e%202013%20NOBSUAS-sem%20marca.pdf>

Brasil (2009). Ministério do Desenvolvimento e Combate à Fome. *LOAS Anotada: Lei Orgânica da Assistência Social*. Brasília: Secretaria Nacional da Assistência Social e Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Recuperado em 13 de outubro de 2014 de <http://www.duquedecaxias.rj.gov.br/portal/Midia/DESANS/documentos/assistencia/Lei8742.pdf>

Brasil (2012). Conselho Nacional de Saúde. *Resolução nº 466*. Brasília: Ministério da Saúde. Recuperado em 13 de outubro de 2014 de <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>

Bustos, D. M. (1992). *Novos rumos em psicodrama*. São Paulo: Ática.

Cukier, R. (1992). *Psicodrama bipessoal: Sua técnica, seu terapeuta e seu paciente*. São Paulo: Ágora.

- Fleury, H. J. (2006, jun.). Grupo de mulheres. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 14(1), 121-130.
- Fonseca, J. (2006, jun.). Medo e esperança: Indivíduo, grupo e sociedade. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 14(1), 15-31.
- Fonseca Filho, J. S. (2008). *Psicodrama da loucura: Correlações entre Buber e Moreno* (7a. ed. rev.). São Paulo: Ágora.
- Gonçalves, C. S., Wolff, J. R., & Almeida, W. C. (1988). *Lições de psicodrama: Introdução ao pensamento de J. L. Moreno*. São Paulo: Ágora.
- Gonçalves, T. M. (2007). *Cidade e poética: Um estudo de psicologia ambiental sobre o ambiente urbano*. Ijuí, RS: Unijuí.
- Jerônimo, R. N. T. (2012). *Cultura e natureza em Ibiraguera: Poesia e conflitos numa comunidade tradicional*. Criciúma, SC: Ediunesc.
- Minayo, M. C. S. (1994). Ciência, técnica e arte: O desafio da pesquisa social. In M. C. S. Minayo, & S. F. Deslandes, *Pesquisa social: Teoria, método e criatividade*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Moreno, J. L. (1975). *Psicodrama* (A. Cabral, Trad.). São Paulo: Cultrix.
- Papalia, D. E. (2006). Terceira Idade. In D. E. Papalia, S. W. Olds, & R. D. Feldman, *Desenvolvimento humano* (8a. ed., pp. 658-736). Porto Alegre: Artmed.
- Philippini, A. (1998). Mas o que é mesmo Arteterapia? *Revista Imagens da Transformação*, 5, 4-9.
- Pol, E. (1996). La apropiación del espacio. In L. Iniguez, & E. Pol (Orgs.), *Cognición, representación y apropiación del espacio* (pp. 45-60). Barcelona: Universitat Barcelona Publicacions.
- Proshansky, H. M. (1976). *Apropiación et non apropiación (mis-appropriation) de l' espace*. [s.l.: s.n.].
- Ramalho, C. M. R. (2010). *Psicodrama e dinâmica de grupo* (157 p.). Aracaju: Iglu.
- Sene-Costa, E. M. (1998). *Gerontodrama: A velhice em cena. Estudos clínicos e psicodramáticos sobre o envelhecimento e a terceira idade*. São Paulo: Ágora.
- Tuan, Y.-F. (1980). *Topofilia: Um estudo da percepção, atitudes e valores do meio ambiente*. Rio de Janeiro: Difel.

Recebido: 1º/12/2014

Aceito: 07/12/2016

Franciane Rech da Silva. Graduada em Psicologia. Cursando Formação e Pós-Graduação (Especialização) em Psicodrama Psicoterapêutico - Nível I (Viver Psicologia: Psicodrama). Rua Manoel Pedro Bernardo, 213, Moradas do Sol, CEP 88816-208. Criciúma, SC. Tel.: (48) 99146-1665.

Rosa Nadir Teixeira Jerônimo. Graduada em Psicologia. Especialista em Saúde da Família. Mestre em Ciências Ambientais. Rua Rosita Danovith Fisnter, 990, Jardim Angélica, CEP 88804-800. Criciúma, SC. Tel.: (48) 99956-1201.