

PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA: A CONSTRUÇÃO DE NOVOS FAZERES

|Lucélia Kelly Alencar de Medeiros¹; Kênia Ferreira Paiva²; Remerson Russel Martins³

*Universidade Federal Rural do Semi-Árido, 1- lucelia.alencar@ufersa.edu.br; 2- kenia.paiva@ufersa.edu.br;
3- remerson@ufersa.edu.br*

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas se tem verificado um crescimento significativo da expectativa de vida da população mundial, o que não ocorre de forma diferenciada na realidade brasileira. O Brasil, de acordo com Organização Mundial de Saúde, será até o ano de 2025, o sexto país em números de idosos.¹ Diante disso é de suma relevância analisar-se criticamente o significado de tais dados e como os mesmos contribuem para uma melhor compreensão acerca do fenômeno do envelhecimento.

O envelhecimento consiste num processo complexo, um processo heterogêneo, portanto, vivenciado de diferentes formas, como também consiste num processo multidimensional, abrangendo aspectos cronológicos, biológicos, culturais e psicológicos.² Assim, a perspectiva multidimensional afirma que o envelhecimento é influenciado pela correlação de diferentes fatores presentes no processo do desenvolvimento, como os aspectos biológicos, psicológicos e sociais, os quais apresentam variações no decorrer do ciclo vital.³

No entanto, ainda atualmente, existe a priorização do aspecto cronológico no processo de envelhecimento, expondo uma percepção permeada de preconceitos. Ao enfatizar o número de anos que o sujeito apresenta desde o seu nascimento como marca da passagem da fase adulta para o início da velhice, considera-se que, aqueles com 60 anos de idade, são pessoas fragilizadas, incapazes, dependentes e, conseqüentemente, excluídas do mundo do trabalho.⁴ Avaliar o envelhecer apenas pela marca da idade deixa de considerar os outros aspectos já citados, que podem ser importantes pontos de apoio para um processo de envelhecimento positivo e ativo.

Dessa forma, considerando-se a supervalorização do capital e do consumo na sociedade contemporânea, destaca-se a influência do trabalho para o desenvolvimento e reconhecimento social, o que dificulta a saída dos sujeitos do mercado de trabalho.⁵ É comum o ser humano nessa sociedade definir-se em função de sua ocupação profissional e do status social relacionado à tal ocupação. É o sujeito que se apresenta como médico, advogado, professor ou servidor público, que se mostra para a sociedade a partir do trabalho que executa. O trabalho apresenta-se como a

atividade central na vida dos sujeitos, ocupando a maior parte do tempo dos trabalhadores, ocorrendo, portanto, uma desorganização no espaço social ao saírem do mundo do trabalho.³ A saída do mercado de trabalho implica não apenas na perda de uma ocupação, mas de parte da própria identidade do sujeito.

A rede de apoio social que cerca o sujeito, além de seu contexto social e econômico, irá colaborar com a forma deste sujeito apropriar-se do trabalho.⁵ Sendo assim, pode-se afirmar que o contexto sócio-histórico contribui com a construção dos diferentes significados acerca do trabalho. Isso abarca uma significação mais restrita do sujeito, limitando-o e definindo-o em função de sua ocupação – como foi apontando anteriormente – ou uma significação mais abrangente na qual o trabalho é apenas uma parte da vida do sujeito – e não o inverso.

Diante desse contexto, a aposentadoria pode apresentar significados e sentidos de forma negativa, uma vez que o aposentado é considerado na sociedade capitalista como um sujeito improdutivo, inútil. A saída do mercado de trabalho pode representar o fim da capacidade produtiva deste sujeito, assim como decréscimos em sua renda em função de diferenças entre seus ganhos anteriores e seu aposento atual e, em função de despesas com medicações que também limitam a participação deste sujeito na sociedade enquanto consumidor. Seu potencial de produzir e consumir ficam limitados, repercutindo para como este sujeito é “valorado” na sociedade.

Portanto, surgem relevantes questionamentos acerca dos processos de envelhecimento e da aposentadoria: Como promover um espaço de reflexão e planejamento da aposentadoria? Como possibilitar espaços de reflexão sobre o significado do trabalho e da aposentadoria? Como oferecer subsídios para que o trabalhador possa conhecer a multidimensionalidade que envolve uma aposentadoria com qualidade? Como preparar-se para essa nova fase da vida?

Buscando promover tais espaços surgem, nas organizações, os Programas de Preparação para Aposentadoria, com o objetivo de contribuir com a construção de uma visão mais otimista e realista acerca do pós-carreira, possibilitando uma discussão sobre a qualidade de vida no processo de longevidade e na aposentadoria. Portanto, este estudo apresenta como objetivo relatar a experiência vivenciada no Programa de Preparação para Aposentadoria – Novos fazeres, da Universidade Federal Rural do Semi – Árido (UFERSA).

METODOLOGIA

Trata-se de um trabalho descritivo, do tipo relato de experiência sobre o Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA) – Novos Fazeres, da Universidade Federal Rural do Semi-Árido (UFERSA), campus Mossoró/RN, realizado no ano 2016.

O Programa de Preparação para Aposentadoria da UFERSA é promovido pela Pró-Reitora de Gestão de Pessoas (PROGEPE), sendo a equipe responsável pelo PPA, duas assistentes sociais e uma psicóloga. Participaram do programa, no referido período, servidores da instituição que estavam na iminência de se aposentar ou que recebiam o abono de permanência.

Foram promovidos onze encontros temáticos e semanais com duração de cerca de 3h00min. Os encontros apresentavam como objetivo promover espaços de discussão acerca da aposentadoria, abordando temáticas relacionadas ao autoconhecimento, aos aspectos relacionais na aposentadoria, à saúde e bem-estar do aposentado, gestão financeira e projeto de vida no pós-carreira. Na metodologia de trabalho foi desenvolvida a abordagem multimétodos, sendo utilizados instrumentos diversos, tais como filmes, músicas, dinâmicas de grupo, exposição dialogada, dentre outros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Anteriormente ao início do grupo de preparação para aposentadoria do ano de 2016, foram realizadas entrevistas individuais com os participantes do programa, com duração de aproximadamente uma hora. As entrevistas apresentaram como objetivo conhecer os servidores que participariam do grupo, como também identificar as expectativas individuais sobre o PPA e nortear o planejamento das atividades a partir do interesse de cada participante.

Foram entrevistados onze servidores, sendo sete homens e quatro mulheres. Tal número foi alcançado após intensa sensibilização junto aos servidores que se encontravam entre os critérios definidos pelo programa. Deve-se destacar que somente oito servidores permanecera até a conclusão das atividades do programa. A dificuldade de adesão dos servidores pode demonstrar uma percepção negativa acerca da aposentadoria.

O primeiro encontro realizado teve como finalidade apresentar o PPA aos participantes, promovendo a integração dos mesmos e a identificação das expectativas em relação ao programa, dentre as quais se pode destacar a busca por maiores informações acerca do processo do aposentar-se como também o interesse pela construção do projeto de vida no pós-carreira.

O segundo encontro apresentou como temática a ser trabalhada “Significados e sentidos do trabalho”, sendo discutida a partir da construção do livro “A história da minha vida”. Além disso,

foram construídas as regras de convivência do grupo. O terceiro encontro apresentou como tema “O significado da aposentadoria”. A reflexão sobre os sentidos da aposentadoria foi promovida através da dinâmica focada em discutir os prós e contras do aposentar. Também foi trabalhado o vídeo “Envelhecimento” a fim de promover uma reflexão acerca da possibilidade dos novos fazeres no pós-carreira. Nesse encontro foram dadas as primeiras orientações acerca da elaboração de um projeto de vida. Assim, o segundo encontro focou-se no passado de cada membro, enquanto que o encontro seguinte levou-os a olharem para seu futuro. Este movimento concatenado de refletir em sequência do passado para o futuro ajuda em um processo de ressignificação. A troca de relatos – livro “A história da minha vida” - colabora para que novos olhares sejam construídos sobre o passado. Não só o tempo traz uma perspectiva nova, como também a possibilidade de compartilhar essa história dentro do grupo. Isso se aplica simultaneamente ao se falar do futuro – do que significa a aposentadoria para cada um dos participantes.

O quarto encontro apresentou como tema “Relações interpessoais”. A partir da exibição do filme “Elsa e Fred” e da música “Família”, foram trabalhadas as relações interpessoais na aposentadoria, enfatizando-se as relações familiares. Essa discussão se faz de grande relevância para o grupo, uma vez que se verifica uma significativa diminuição nas relações sociais com a aposentadoria e, conseqüentemente, a intensificação do convívio familiar, a qual pode ocorrer de forma harmoniosa ou conflituosa, pois esta nova fase irá interferir na dinâmica familiar e exigir novos hábitos de todo núcleo familiar.⁵

O quinto encontro teve como objetivo promover a discussão sobre hábitos saudáveis, começando com o tema “Alimentos funcionais”, dando continuidade com “A atividade física na terceira idade”, os quais foram trabalhados com a colaboração da nutricionista e da estagiária de educação física da instituição. Hábitos saudáveis apresentam grande relevância para a promoção da longevidade, como também para a prevenção de doenças relacionadas ao envelhecimento.⁶

A “Sexualidade na terceira idade” foi a temática discutida no sexto encontro. Apresentou como objetivo romper com os estereótipos acerca da sexualidade e o envelhecimento, enfatizando a sexualidade não apenas como relação sexual, no entanto, como um modo de ser expresso através da corporeidade, dos sentimentos, emoções e experiências vivenciadas.⁷ Além disso, foi dada continuidade nesse dia a construção do projeto de vida a partir do instrumental “curtograma”, o qual proporcionou o processo de autoconhecimento dos participantes do grupo através da reflexão sobre suas atuais ações, atitudes e desejos, a fim de que pudessem fazer escolhas de forma mais assertivas e que possibilitem a satisfação pessoal.

O sétimo encontro teve como objetivo promover a discussão sobre o tema “Saúde mental”. Essa discussão se justifica pelas mudanças que são ocorridas no período da aposentadoria, sejam as transformações ocorridas na vida social e familiar, como relacionadas à construção da identidade, questões estas que podem influenciar no processo de sofrimento psíquico durante o envelhecer e o se aposentar.⁸ Em seguida, foi reiniciado o desenvolvimento do projeto de vida no pós-carreira, refletindo-se sobre o que fazer na aposentadoria.

O tema do oitavo encontro foi “Legislação previdenciária”, momento realizado com a participação dos profissionais da seção da aposentadoria da instituição, sendo possibilitado um espaço de orientação e de diálogo acerca do assunto, o que proporcionou um conhecimento mais aprofundado sobre o tema pelos participantes do grupo. Para finalizar o encontro, ocorreu um momento lúdico promovido pela estagiária de educação física.

No nono encontro foi trabalhada a temática do orçamento doméstico, com a finalidade de se promover um espaço de reflexão sobre os planos futuros para a aposentadoria e acerca do planejamento financeiro para que tais objetivos sejam atingidos.⁹ No segundo momento foi concluída a elaboração do projeto de vida na aposentadoria dos participantes.

O décimo encontro ocorreu fora da instituição. Consistiu num momento lúdico com todos os participantes a fim de trabalhar a temática do lazer na aposentadoria. Em decorrência da supervalorização do trabalho no mundo capitalista, ocorre a não aceitação do “tempo-livre” para vivenciar experiências de lazer, sendo necessário, portanto, a construção de novos hábitos.

O último encontro do programa teve como objetivo a apresentação dos projetos de vida na aposentadoria dos participantes do grupo. Além disso, foi proporcionado um espaço de avaliação do programa, no qual todos puderam destacar os pontos positivos e negativos do mesmo, assim como contribuírem com sugestões para os próximos grupos. Dentre os pontos positivos destacaram o espaço de reflexão sobre o pós-carreira, orientações e informações sobre a aposentadoria e, acerca dos pontos negativos ressaltaram o pequeno número de participantes, o que foi associado aos estereótipos acerca do processo de aposentar, a percepção negativa acerca da aposentadoria.

CONCLUSÕES

Diante do exposto, verifica-se que o envelhecimento e a aposentadoria consistem em processos que podem ser vivenciados de diferentes perspectivas – negativa e positiva, sendo tais vivências influenciadas pelos significados e sentidos apresentados pelo sujeito acerca do trabalho.

Portanto, faz-se necessário conhecer o contexto no qual estão inseridos os trabalhadores para que seja possível compreender as suas relações com o trabalho.

Assim sendo, pode-se afirmar que o Programa de Preparação para Aposentadoria Novos Fazeres constitui um espaço no qual os servidores podem refletir acerca dos aspectos biológicos, sociais, financeiros, culturais, psicológicos, econômicos, dentre outros, relacionados à aposentaria. Além de contribuir com a redução das angústias e dificuldades associadas em tal fase e promover um espaço de facilitação para elaboração de novos projetos de vida.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Brasil. Ministério da Saúde: Departamento de Monitoramento e Avaliação da Gestão do SUS. Secretaria de Gestão Estratégia e Participativa. Painel do SUS, v. 3, jun. 2010.
2. Ribeiro CVS, Leda DB. O significado do trabalho em tempos de reestruturação produtiva. *Estud. pesquis. psicol.*, Rio de Janeiro, v. 4, n. 2, dez. 2004. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812004000300006&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 01 out. 2017.
3. Veloso AST. Envelhecimento, saúde e satisfação : efeitos do envelhecimento ativo na qualidade de vida [Internet] [Mestrado]. [Coimbra]: Universidade de Coimbra; 2015 [citado 10 de outubro de 2017]. Disponível em: <https://estudogeral.sib.uc.pt/handle/10316/29711>
4. Schneider RH, Irigaray TQ. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estud Psicol Camp.* dezembro de 2008;25(4):585–93.
5. Bulla LC, Kaefer CO. Trabalho e Aposentadoria: as repercussões sociais na vida do idoso aposentado. *Textos Context Porto Alegre.* 24 de outubro de 2006;2(1):1–8. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fass/article/view/957/737>
6. Guimarães LM, Oliveira DS. Influência de uma alimentação saudável para a longevidade e prevenção de doenças. *Interciência e Sociedade*, 2014; 3(2): 60-67. Disponível em <http://www.periodicoeletronicos.ufma.br/index.php/revistahuufma/article/view/5507/3368>
7. Frugoli A, Magalhães-Junior CAO. A sexualidade na terceira idade na percepção de um grupo de idosas e indicações para a educação sexual. *Arq. Ciênc. Saúde UNIPAR*, Umuarama, v. 15, n. 1, p. 85-93, jan./abr. 2011. Disponível em: <http://www.revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/3696/2398>
8. Rodrigues, M, Harumi Ayabe, N, Frollini Lunardelli, MC, Canêo, LC. A Preparação para a Aposentadoria: O Papel do Psicólogo frente a essa Questão. *Revista Brasileira de Orientação Profissional [Internet]*. 2005;6(1):53-62. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=203016890006>
9. Banco Central do Brasil. Caderno de Educação Financeira – Gestão de Finanças Pessoais: BCB, 2013. 72p. BM & F Bovespa. Disponível em: <http://www.bmfbovespa.com.br/>.