

APOSENTADORIA E A IDENTIDADE DO TRABALHADOR¹

RETIREMENT AND THE WORKER'S IDENTITY

Fernanda Sala² e Fernanda Pires Jaeger³

RESUMO

Este estudo teve por objetivo compreender os sentimentos dos aposentados e as manifestações ocorridas diante do processo de aposentadoria, a partir do relato de pessoas aposentadas há pelo menos cinco anos. Como instrumento de pesquisa utilizaram-se entrevistas semi-estruturadas, sendo estas realizadas com quatro mulheres e quatro homens, com idade entre 60 e 74 anos. Os resultados demonstraram que o trabalho é um elemento muito importante na representação da identidade de uma pessoa. Para os entrevistados ele é visto também como uma conquista e um momento de aprendizado através do qual sentem-se produtivos. Alguns entrevistados perceberam a aposentadoria, como um prêmio e um descanso merecido, como propulsor de uma realização pessoal, uma fase de tranquilidade, sem a correria do dia-a-dia. Contudo, apareceram também representações de incapacidade e a noção da aposentadoria vinculada à velhice ou como uma fase que não se pode mais lutar por aquilo que se deseja. Ocorrem também muitas mudanças, nesta readaptação da vida, como a inatividade, a incapacidade e a possibilidade de ficar mais doente, que despertam diferentes sentimentos nos aposentados. É no momento da aposentadoria, principalmente, que as pessoas realizam uma revisão de toda a vida que será importante para o seu processo de envelhecimento. Mostra-se também fundamental a possibilidade de uma escuta psicológica, para conter e amenizar as ansiedades e o possível sofrimento que esta etapa pode causar nas pessoas.

Palavras-chave: trabalho, terceira idade, aposentadoria.

ABSTRACT

This study had as its aim to understand the retired people's feelings and the manifestations occurred along the retirement process, up from the report of people that are retired for at least five years. As a research tool we used semi-structured interviews with four women and four men, aged between 60 and 74 years old. The results demonstrated that the work is a very important element in

¹ Trabalho Final de Graduação - TFG.

² Acadêmica do Curso de Psicologia - UNIFRA.

³ Orientadora - UNIFRA.

the representation of a person's identity, For the interviewees it is also seen as a conquest and a moment of learning through which they feel productive. Some interviewees understood retirement as a reward and a deserved rest, as a personal achievement, a tranquil faze, and not a busy daily-life. However, incapacity representations also came up, and the idea of retirement linked to elderliness or to a faze in which you can not fight anymore for what you wish. There are also many changes, in this readaptation of life, as idleness, incapacity and the possibility of getting sick, that trigger different feelings in retired people. It is in retirement, mainly, that people make a review of their entire lives that will be important for their process and it is also fundamental the possibility of psychological support, to hold and smooth the anxiousness and the possible suffering that this faze may cause.

Key words: work, elderliness, retirement.

INTRODUÇÃO

A aposentadoria, embora merecida, causa sentimentos diversos. Nos primeiros tempos é desfrutada na plenitude, mas após um período variável pode proporcionar falta de motivação, sensação de ociosidade e levar ao isolamento social. Também a aposentadoria remete o cidadão à idéia de estar entrando na terceira idade, o que lhe atribui uma imagem de velho, não possuidor de valor produtivo, podendo este ser marginalizado nos contextos sociais.

Tendo em vista que a expectativa de vida do cidadão está em constante crescimento, e a população idosa é cada vez maior, torna-se importante dirigir nosso foco de atenção para as pessoas com idade superior a 60 anos, no sentido de viabilizar espaços de inserção social e qualidade de vida para essas pessoas. A situação atual, da Reforma da Previdência tem gerado muitas discussões e debates, tornando-se necessário conceder atenção especial à aposentadoria, processo pelo qual, grande parte do cidadãos passa ou deverá passar. Desta forma, o presente artigo pretende contribuir na elucidação da relação aposentadoria, terceira idade e o significado do trabalho para a identidade das pessoas.

A pesquisa teve como objetivos, conhecer o significado do trabalho para os aposentados, bem como entender as representações que estas pessoas têm em relação à aposentadoria. Procura-se também investigar os sentimentos comuns em relação à aposentadoria, entender as possíveis mudanças ocorridas na vida dessas pessoas e conhecer as estratégias encontradas por estes, após a aposentadoria.

REVISÃO DE LITERATURA

Para entender a velhice ou terceira idade de acordo com Siqueira et al. (2002) é necessário considerar a sua complexidade, a partir de uma perspectiva transdisciplinar. Esta perspectiva seria a que mais se aproximaria do fenômeno e de sua realidade pois considera a velhice como resultado de um processo dialético de fatores biológicos, simbólicos e estruturais dentro de um contexto específico que a circunscreve. Os autores ainda apontam que é necessário uma maior aprofundamento sobre os aspectos metodológicos desta perspectiva tendo em vista que o seu uso pressupõe a impossibilidade de reter a velhice em um único conceito.

Ao mesmo tempo esses autores referem que a discussão sobre o lugar do idoso na estrutura produtiva da sociedade tem sido alvo de preocupação da abordagem economicista da terceira idade. Nesse sentido podemos considerar as idéias de León (1999) às quais consideram que a aposentadoria é um período em que ocorre uma demarcação social e temporal de entrada da pessoa na chamada Terceira Idade. É nesse momento da vida que ocorrem várias perdas associadas à saída do trabalho como a do relacionamento social vivenciado no trabalho, a perda da atividade socialmente reconhecida e a perda financeira.

O envelhecimento é uma fase da vida que possibilita a vivência de experiências deixadas de lado por causa dos papéis exercidos. Neste período há uma liberação dos compromissos profissionais e familiares. O processo de envelhecer ainda hoje é cercado por muitos mitos, tal como: o da incapacidade profissional (aspecto da aposentadoria) e o fim da capacidade produtiva. Grande parte dos aposentados têm dificuldades em manterem-se integrados à sociedade, por não encontrarem outra atividade profissional, a qual, sua maturidade e conhecimentos vividos sejam aproveitados para refazerem seus projetos de vida (RODRIGUES, 1998).

Os trabalhadores em processo de envelhecimento passam por um conflito interno construído a partir das vivências de trabalho—o sentir-se útil ou inútil. Por isso necessitam modificar aspectos da sua vida, percebendo que continuam sendo eles mesmos e reconhecendo muitos sonhos perdidos, desejos insatisfeitos, que percebem não sendo mais possível de resgatar (RODRIGUES, 1998; MAURO, 2000).

Oliveira (1999), menciona que para o idoso não cair na apatia, a depressão e o pessimismo ele pode ser amparado pela teoria da atividade, ocupando-se o maior tempo possível com atividades. Nesta concepção, na velhice deve haver continuação das atividades anteriores ou serem encontradas outras, para o indivíduo se sentir produtivo e útil no sentido

material, como um modo de superação das restrições no contexto social, da alienação da sociedade e de si mesmo.

Para Lehr (1999), há uma coincidência entre o início da “terceira idade” com o acontecimento aposentadoria. O início da “terceira idade” para o indivíduo que não está preparado pode significar uma transição difícil, podendo levá-lo a uma situação de crise. Antigamente, era referida como “choque da aposentadoria” ou a “morte devido à aposentadoria”, por causa do aumento de doenças acarretadas logo após a aposentadoria. Alguns aposentados sentem-se marginalizados pela sociedade neste período, como se não fossem mais necessários ao convívio social.

De acordo com Carlos et al. (1999), a aposentadoria, coincide com o aumento do fator idade, e freqüentemente com o aparecimento de doenças. O autor destaca que Atchley citado por Krassoievitch (1993), retrata interessantes fases que passam aqueles que se afastam do mundo do trabalho: “fase de lua de mel” (da euforia), após a “fase do desencantamento” (depois da euforia, a desilusão, podendo até levar a um estado depressivo). Esta última fase só é superada pela “fase de reorientação” em que há outras opções de atividade, categorizadas como trabalho, na maioria das vezes de cunho social.

É complicado e demorado reconstruir o cotidiano, após abandonar amigos, atividades, interesses, a aposentadoria é vista como um processo interior. É criado um novo status em que ficam evidentes semelhanças e diferenças de valores de um em relação aos valores dos outros. O desejo de ser reconhecido pelas pessoas é construído a partir da trajetória de um passado que valoriza o tempo presente, a integridade, buscando um valor social maior (GUIDI, 1996).

Já de acordo com Mauro (2000) o fato das pessoas, estarem num período com muitos conhecimentos, experiências de vida, relacionamentos e trabalho, a aposentadoria passa a ser um momento especial, pois possibilita uma consciência crítica de suas limitações e de seu potencial (físico, emocional e intelectual). Ocorre a possibilidade de liberdade para escolher novos caminhos, de acordo com as oportunidades oferecidas nesta etapa.

Um valor simbólico é remetido à ação formal e burocrática da aposentadoria, pois coloca para o trabalhador a possibilidade real de um mundo de não trabalho. Ocorre uma reorganização da vida familiar, novas relações afetivas, novos espaços de convívio e de relacionamento fora do mundo do trabalho, novas rotinas e até a diminuição gradativa da jornada de trabalho. Podem surgir os trabalhos alternativos, os *hobbies*, que dependem da autonomia com relação à organização do trabalho (CARLOS et al., 1999; RODRIGUES, 1998).

Guidi (1996) menciona que historicamente a aposentadoria tem sido relacionada a exclusão e a alienação tendo em vista o rompimento do aposentado com as forças produtivas. Nos tempos anteriores, este sofria a desilusão e a desesperança como se tivesse perdido alguma coisa. Perdia o interesse, passava a sentir-se abandonado, pela separação dos amigos de trabalho, de colegas de atividade, uma espécie de morte social.

Agregando a essa questão, Lehr (1999), afirma que atualmente ocorreram algumas mudanças em relação a essa percepção, tendo em vista que hoje a maioria dos indivíduos consegue ver a aposentadoria com sentimentos positivos e até a desejam; vista como uma “liberdade tardia”, tendo um planejamento de como aproveitar as coisas que antes não eram possíveis devido à responsabilidade com o trabalho e aos compromissos com a família.

Na definição de Guidi (1996) há para o aposentado uma nova dimensão de vida, não necessariamente a inatividade. O trabalho é, uma fonte de renda que permite ao trabalhador sobreviver, e atende às necessidades da vida humana. Mesmo estando aposentado não se deve passar sem uma atividade. O trabalho realizado, de acordo com a habilidade, escolha e vontade pessoais prolonga a vida, tornando-a agradável, quando significa a realização de um projeto pessoal.

Por isso uma preparação para a aposentadoria torna-se necessária. A aposentadoria não é um processo fácil, causa fratura na interação social e a reconstrução do cotidiano, sendo um processo demorado. Além das atividades há o relacionamento entre companheiros de trabalho que, com a aposentadoria, ocorre a separação destes, e a vida dos aposentados deixa de interessar aos antigos colegas. Assim o trabalho significa a fonte de produção e de serviço em todas as posições hierárquicas (GUIDI, 1996).

Como uma forma de evitar a depressão entre outras manifestações prejudiciais ao sujeito, Silva (1999) aponta a necessidade de possuir um “serviço paralelo” para evitar o isolamento associado à aposentadoria, ao mesmo tempo, chama atenção para o impacto do desligamento dos relacionamentos estabelecidos no espaço de trabalho e da perda da identidade de trabalhador, e uma desvalorização do tempo livre.

Na concepção de Carlos et al. (1999) e Jacques e Carlos (2002), as repercussões da aposentadoria surgem da importância da identidade de trabalhador, sendo o trabalho uma parte componente da identidade da pessoa. Identidade no sentido de pertencer a determinado grupo social, o espaço do trabalho, e à carga afetiva que está implicada, proporcionando atributos de qualificação ou desqualificação do eu. Quando a qualificação é representativa, o prefixo *ex* é evocado para dar conta da identidade quando da aposentadoria.

A experiência de trabalhar possibilita existir na experiência com o outro. O trabalhador não é o dono do produto, mas empresta seu valor, a sua dignidade, participando da comunidade onde vive, dando sentido à sua própria vida. O significado do ato de trabalhar é um acréscimo psicológico, pois é a subjetividade do trabalhador que é exercida no produto do trabalho (RODRIGUES, 1998).

O mesmo autor menciona que o trabalho é um veículo pelo qual são colocadas em prática às aspirações, desejos e possibilidades do trabalhador, pela significação que o trabalho adquire em suas vidas. O homem é apaixonado pelo seu trabalho a ponto de não considerar o esforço que precisa dispor para exercê-lo, porque o fato de estar trabalhando, atribui ao mesmo, um poder de existir, uma superioridade de existência.

De acordo com Codo (1993), o trabalho sempre estará num meio termo entre objetividade e subjetividade, entre o homem e o meio, pois o ser humano realiza no mundo sua transcendência e a si próprio. O trabalho é visto como articulador da percepção de si perante o mundo, um portador da sua identidade.

Na concepção de Carlos et al. (1999), a inter-relação entre o trabalho, a aposentadoria e a terceira idade, em que a subjetividade ganha significado e justifica a permanência ou não no mundo formal do trabalho ou o vínculo simbólico através da identidade de trabalhador, ainda está sendo analisado. Tanto que nas reformas constitucionais, no Brasil, há novas regras para a aposentadoria que, implicam em um prolongamento do tempo de trabalho, considerando a importância do trabalho no processo de subjetivação da pessoa.

Considerando essa relação de trabalho com a subjetividade do sujeito, o velho, afastando-se do processo de produção, pode tornar-se excluído de reconhecimento social. Como as relações de trabalho ocupam tantas horas do dia e durante tantos anos, a aposentadoria pode ocasionar transtornos. O trabalho pode dar a expressão do eu no social, e oportunizar a inserção do sujeito na sociedade (RODRIGUES, 1998).

Para Santos (1990) a aposentadoria pode significar uma possível perda do papel profissional. Ao mesmo tempo, mantém um vínculo simbólico com o trabalho através da identidade de trabalhador, pois não se rompem os modelos construídos no passado e representativos do eu.

Dessa maneira, observa-se que seria importante que o trabalhador tivesse o direito de escolher a época de sua saída do trabalho. Ele necessita de informações básicas para reprogramar-se, na fixação de horários e de responsabilidades. Um dos melhores ganhos do aposentado: a liberdade de planejar o que mais deseja, de acordo com as horas que sejam mais propícias ao trabalho e à criatividade. Reflete sobre suas potencialidades e

reserva tempo para as atividades mais gratificantes para não ficar ocioso. O aposentado deve procurar e explorar novas possibilidades ou resgatar as antigas (GUIDI, 1996).

METODOLOGIA

O método utilizado para a realização da pesquisa foi o qualitativo. Foram participantes desta pesquisa, oito pessoas aposentadas há mais de cinco anos, com idade entre 60 e 74, com nível sócio-econômico médio, sendo quatro mulheres e quatro homens. A escolaridade dos participantes variou de ensino médio ao ensino superior.

Os aposentados e aposentadas desenvolviam variadas profissões antes da aposentadoria, tais como: funcionários públicos, militares, comerciantes, professores e bancários. Todas as mulheres entrevistadas não estavam trabalhando fora de casa, mas dois dos quatro homens continuam exercendo sua profissão.

Foram realizadas entrevistas semi-estruturadas para a coleta de dados, na tentativa de obter respostas relevantes e significativas para questionamentos. A entrevista semi-estruturada buscou abarcar os principais aspectos do depoimento dos entrevistados em relação ao processo de aposentadoria. Buscou perceber o entendimento e os sentimentos que tem os aposentados por esta fase, como também as possíveis mudanças e estratégias buscadas neste processo. A duração dos encontros foi de aproximadamente uma hora, seguindo o roteiro e *rapport* elaborados. As entrevistas foram gravadas em fita cassete, para melhor fidedignidade do conteúdo das respostas.

As entrevistas foram realizadas na residência dos participantes. Alguns cuidados foram tomados previamente, como trabalhar em condições favoráveis no que se refere ao espaço físico e habilidade na condução do *rapport*, o qual explica os objetivos da pesquisa, e os procedimentos que iriam ser realizados. Após eles receberam o consentimento informado, que foi lido e assinado pelos mesmos. Em seguida foi procedido à entrevista e também marcado o dia para a devolução. Posteriormente, as entrevistas foram transcritas e analisadas, conforme a proposta de análise de conteúdo de Bardin (1977).

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Com base nas entrevistas foi possível perceber que são atribuídos diferentes significados a situação de aposentadoria dependendo da forma como a pessoa a vivenciou. Com relação aos diferentes tipos de

entendimentos que foram mencionados, é possível notar que a aposentadoria é referida de um modo positivo pela maioria dos entrevistados, como podemos perceber nas frases abaixo:

Aposentadoria pra mim é o prêmio por uma missão cumprida. Prêmio pelo trabalho que tu cumpriu (Homem, 60 anos).

Tranquilidade, ter uma vida mais tranquila, sem aquela correria do dia-a-dia, mais tempo integral para minha família (Mulher, 61 anos).

Estas idéias estão relacionadas com a perspectiva de “liberdade tardia” proposta por Lehr (1999) em que a aposentadoria é tida como um prêmio pelos anos de trabalho, e por ela possibilitar um descanso, após anos de compromissos diários, torna-se evidente a possibilidade de uma dedicação maior a atividades que lhe propiciem uma melhor qualidade de vida e uma proximidade com as pessoas da família.

Por outro lado há também quem a veja de uma forma diferente. Um olhar de incapacidade, como sendo um período em que o aposentado fica sem ação, que já fez o que tinha que fazer, e agora não é mais produtivo para a sociedade. E há pessoas que vinculam a aposentadoria como sendo um sinal de velhice, remetendo o sujeito a uma condição que o aproxime cada vez mais da morte.

Eu acho que a pessoa que se aposenta se sente assim...meio sem ação, comparando assim como uma bananeira que já deu cacho...já passou, já deu frutos e pronto (Homem, 68 anos).

De acordo com Rodrigues (1998), o processo de envelhecer ainda hoje é cercado por muitos mitos, tal como o da incapacidade profissional (aspecto da aposentadoria) e o fim da capacidade produtiva. Da mesma forma, esta percepção da aposentadoria de maneira negativa nos faz compartilhar da idéia de Guidi (1996) que associa a aposentadoria à velhice.

Quanto ao significado do trabalho na vida das pessoas houve uma diversidade de referências que variaram desde uma forma de utilidade, de se manter vivo e não ficar parado até uma conquista, na qual há muitos ganhos, tais como relacionamentos, amizades, construção do patrimônio e alguns até relacionaram o trabalho como sendo algo primordial à vida de uma pessoa. Desta maneira, o trabalho é visto como:

Para mim o trabalho, fora aquelas coisas que são naturais: família, filhos, esposa, para mim é a 2ª coisa mais importante, o trabalho para mim é impressionante (Homem, 60 anos).

Para mim o trabalho é primordial, na vida de qualquer um, não só na minha, quanto mais cedo começar, melhor pra ti, nem é financeiramente, é mais pelo gosto de trabalhar (Mulher, 70 anos).

Como se pode perceber o trabalho constitui uma parte importante da vida de uma pessoa. De acordo com Rodrigues (1998) há uma ambigüidade em relação a esta questão, tendo em vista que devemos considerar que o trabalho por um lado pode ser considerada uma “cruz” (a pessoa quer se aposentar), mas, ao mesmo tempo, faz parte da identidade da pessoa, significando sua dignidade, sua forma de ser e de relacionar com o mundo. Desta maneira, a atividade profissional é importante na expressão do desejo de inserção social, pertencer a um coletivo que o regule.

Eu sempre considerei que a pessoa vive enquanto estiver trabalhando e trabalha quem está vivendo. Então se aposentar e desperdiçar todas as potencialidades que o ser humano tem, por causa de um período? (...) (Homem, 64 anos).

Percebe-se que esta perspectiva aponta para um significado do trabalho como sendo algo que está intrinsecamente ligado ao ser humano ou como sendo essencial à vida. Como nos mostra Rodrigues (1998) quando nos diz que a maioria das pessoas considera o trabalho como sendo a própria vida, elas vivem enquanto trabalham. Quando chega a aposentadoria, perdem o sentido da vida, porque se tornaram máquinas na relação com o trabalho, portanto quando param de trabalhar, param de viver.

Como retrata Codo (1993), o trabalho sempre estará num meio termo entre objetividade e subjetividade, entre o ser humano e o meio, pois este ser realiza no mundo sua transcendência e a si próprio. Somando-se a isto Rodrigues (1998), também refere que o trabalhador não é o dono do produto, mas empresta seu valor, sua dignidade, participando da comunidade onde vive, dando sentido à sua própria vida. O significado do ato de trabalhar é um acréscimo psicológico, pois é a subjetividade do trabalhador que é exercida no produto do trabalho. A atividade profissional é importante na expressão do desejo de inserção social, pertencer a um coletivo que o regule. Isto ficou evidente nas seguintes frases:

O trabalho pra minha vida é bom. Porque assim a pessoa fica envolvida e não fica pensando em muitas coisas ai. (...) (Homem, 68 anos).

O trabalho, ah, foi muito bom(...). Eu me sentia útil que eu podia ensinar alguma coisa e aprendia com elas. Foi uma época muito boa, que eu guardo boas lembranças (Mulher, 61 anos).

O que mais tu sente do trabalho é aquela amizade que a gente tinha com os colegas, com os clientes, a gente sente falta, mas ao mesmo tempo a gente sente que construiu um grande patrimônio (...) (Homem, 64 anos).

Outros significados também foram atribuídos ao trabalho como a oportunidade de aprender com os outros e adquirir experiências, respeitando a individualidade, tomadas de decisões, iniciativa, como também uma conquista, algo que se desejou muito. O vínculo de amizades que foi formado, o bom relacionamento com colegas, com o próprio local de trabalho e até mesmo a bagagem cultural acarretada por estas relações. Portanto, o trabalho é importante para as pessoas, pois ele é visto como articulador da percepção de si perante o mundo, sendo um portador da sua identidade. E de acordo com Santos (1990) a aposentadoria pode significar uma possível perda do papel profissional, mas mantém um vínculo simbólico com o trabalho, através da identidade de trabalhador, pois não se rompem os modelos construídos no passado e representativos do eu.

No que se refere às mudanças ocorridas na vida da pessoa que se aposenta os entrevistados mencionaram diversos aspectos, principalmente, o fato de ficarem parados, sem terem o que fazer, mas também de maior disponibilidade para fazerem o que não tinham tempo, na época de trabalho. Outros enxergam uma incapacidade relacionada ao fato de estarem envelhecendo, de não poderem fazer as mesmas coisas de quando eram jovens. Mas o que mais apareceu foi à mudança de rotina, o não ter horários para cumprir, o poder ficar em casa e mais tempo com a família.

O que eu mais estranhei foi ficar parado, porque a gente estava acostumado a fazer exercícios, tudo, caminhar, né. Eu saía todo dia. Eu procurei a fazer tudo quanto era coisa dentro de casa, mexer em tudo para não ficar parado. Antes de aposentar eu achava que eu era mais ativo e agora eu noto que a gente fica meio assim, como vou dizer...fica mais inativo mesmo, fica meio sem ação, assim, só parado, tão parado. Então modifica bastante. Eu acho que depois que a gente se aposenta, a gente perde o brilho, apaga, né, a gente fica meio apagado (Homem, 68 anos).

Ah, antes de eu me aposentar, por ser mais jovem, era uma vida muito agitada, dinâmica, cheia de projetos e esperanças, e depois de aposentado, claro, continuou aquele dinamismo, mas com menor velocidade, porque a própria idade e a própria parte física e mental, não vai mais ter o mesmo pique que um jovem, depois dos 40, 50, 60 anos, a medida que os anos vão passando, tu pode fazer mil projetos, mas nem sempre a tua saúde permite que tu possa concluir, fazer o máximo que puder dentro do possível e procurar se conscientizar que não somos mais criança, temos uma certa idade e temos que preservar a saúde para continuarmos vivendo (Homem, 64 anos).

Mauro (2000), comenta que o fato das pessoas viverem num período com muitos conhecimentos, experiência de vida, relacionamentos e trabalho, a aposentadoria passa a ser um momento especial, pois possibilita uma consciência crítica de suas limitações e de seu potencial (físico, emocional e intelectual). A aposentadoria não é vista como uma diminuição de produção, mas poder produzir com mais sabedoria e o que traz mais prazer. Nesta última consideração é evidenciada na mudança de fazer as coisas, que antes não dava tempo, como ficar mais tempo com a família, fazer tudo o que não dava para fazer por estarem envolvidos com o mundo do trabalho, e até o lazer era deixado de lado.

Em relação às mudanças ocorridas na vida dos aposentados, Zimmerman (2000) comenta que há mudanças psicológicas que o envelhecimento acarreta ao ser humano, que podem resultar em dificuldade em adaptar-se a novos papéis; na falta de motivação e dificuldade para planejar o futuro; a necessidade de trabalhar as perdas orgânicas, afetivas e sociais; e a dificuldade de se adaptar às mudanças rápidas. Podem ocorrer ainda algumas modificações no status e no relacionamento dele com outras pessoas, em função do envelhecimento. Da mesma forma, sintomas físicos e emocionais decorrentes destes processos podem evoluir para o desenvolvimento de doenças mais severas.

Tem uma coisa, depois que a gente se aposenta, parece que a gente fica mais doente, parece sabe. (Homem, 68 anos).

No que se refere à mudança de ficar mais doente após a aposentadoria, por estar mais parado, ou por ir acumulando estresse e ainda por estar no momento de vida em que o sistema imunológico fica mais suscetível à doenças. Para o sujeito que não está preparado, pode significar uma transição difícil que pode provocar uma crise. Antigamente era referida como “choque da aposentadoria” ou a “morte devido à aposentadoria”, por causa do aumento de doenças acarretadas logo após a aposentadoria. Alguns aposentados sentem-se marginalizados pela sociedade neste período, sentem-se não sendo mais necessários.

O horário de sair de casa, isso foi muito bom, uma beleza! A primeira atitude que eu fiz foi tirar o relógio de dentro de casa, tirei o de pulso, os das paredes. Foi a única coisa que eu fiz de aposentada, eu não tinha relógio lá em casa. (Mulher, 74 anos).

O que eu mais estranhei foi ficar parado porque a gente estava mais acostumado a fazer exercícios caminhar né. (Homem, 68).

Como se pode ver, a mudança de rotina apresentou uma referência positiva da aposentadoria, de que eles não precisavam mais depender de horário, produzindo de certa forma uma sensação de satisfação em relação a nova situação. Por outro lado, há a falta do período em que tinham um compromisso com horários fixos. Outras duas características de mudanças tais como de estar sempre em férias e de mais tranquilidade, se opuseram: ao mesmo tempo em que um aposentado se sente mais tranquilo, mais livre, por outro lado, esta tranquilidade é vista como exacerbada, a ponto de achar que a pessoa está sempre em férias, tirando a sensação de poder curtir um feriado como curtia na época em que estava trabalhando: “não tem mais graça, a gente tá sempre em férias”, relata o aposentado decepcionado com a inatividade permanente.

No que diz respeito aos sentimentos vivenciados pelos aposentados após cessarem suas atividades profissionais observou-se uma variedade bastante grande. Porém, o sentimento que mais esteve presente nas entrevistas foi o de inutilidade, pelo medo de entrar na ociosidade, de não saber e não poder fazer outra atividade após a aposentadoria. Por outro lado, evidenciaram-se também sentimentos de frustração, felicidade, tranquilidade, saudade e de continuidade como se pode observar a seguir:

De uma hora para outra, tu larga tudo, parô, e tu se sente até impotente, parece que te deixaram de lado, que tu foi rejeitada... se aposenta, dá lugar para outra. A gente sente, parece que tu não serve mais para aquilo, que tu foi posta de lado, pra outra ocupar o teu lugar. Não tenho mais nada, não sou mais necessária para alguma coisa. Claro dentro de casa eu sempre me senti, meu Deus, super feliz e tudo, mas fora, no trabalho eu não me senti mais útil. Parecia que já tinha feito a minha missão, não tinha mais, imagina, a gente tem missão até morrer, alguma coisa pra fazer, pra aprender e até para ensinar (Mulher, 61 anos).

Até agora eu continuo levantando no mesmo horário, porque a gente se acostuma também, né (Homem, 68 anos).

O último dia dá uma emoção (chorou) a gente sente em deixar os colegas, toda vida, né. (Homem, 68 anos).

Terminou assim como se fosse um filme e não deixou saudade (Mulher, 69 anos).

Frustração pelas colegas e pelo colégio, porque simplesmente quando a gente pedia a aposentadoria, elas te ignoravam, tu era vista como a quinta roda da carroça, era um estepe, ninguém mais te dava bola, parecia um ambiente totalmente estranho, diferente, me sentia uma carta fora do baralho. (Mulher, 69 anos).

Esta diversidade de sentimentos deixa clara a importância que o trabalho tem para a vida das pessoas. A aposentadoria acarreta diferentes

sentimentos de acordo com o significado que o trabalho apresenta para a vida da pessoa. Houve entrevistados que demonstraram indiferença em relação à vida do trabalho, vendo como sendo algo que terminou e não deixou saudades. Ao mesmo tempo, para outros, a sensação de vazio foi bastante intensa, representando um momento de sofrimento com a separação do trabalho. Este sentimento caracterizado por Guidi (1996), quando este relata o sofrimento, a desilusão e a desesperança do aposentado como se tivesse perdido alguma coisa.

Ficou evidente também o sentimento de medo diante da insegurança dos aposentados de pensarem que não eram mais possuidoras do saber e muitas menos capacitadas ao fazer. O aposentado perdia o interesse, passava a sentir-se abandonado, pela separação dos amigos de trabalho, de colegas de atividade, uma espécie de “morte social”. O sentimento de saudade foi outro fator que mereceu evidência, pela quantidade de respostas relacionadas às lembranças e saudades que os aposentados sentem dos tempos do trabalho. Da vida que foi formada paralela ao trabalho. Pelo afastamento do trabalho, a pessoa começa a fazer uma reavaliação de tudo que passou, e descobre-se como não pertencente a este grupo de trabalho, o qual ficou em seu passado, em sua lembrança, como acontecimentos bons.

Segundo Oliveira (1999) quando o indivíduo percebe que a vida e os valores tidos como seus pertencem a uma sociedade que valoriza as pessoas pelo que ela faz, pela sua produção e o considera menos importante pela inutilidade atribuída à velhice, a personalidade na terceira idade sofre danificações. Isto foi evidente no sentimento de frustração, que a pessoa verbaliza que se sentiu uma “carta fora do baralho” depois que se aposentou, a pessoa não se enxergava mais como uma pessoa “produtiva” e sim como a “quinta roda da carroça”.

O sentimento de continuidade também se mostrou presente, pois para o aposentado há uma nova dimensão de vida, não necessariamente a inatividade. Há aposentados que não conseguem parar de trabalhar ou deixar de manter alguma característica do trabalho anterior. Tanto que um dos aposentados continua acordando no mesmo horário da época de seu trabalho. Rodrigues (1998) em relação a isso menciona que o trabalho, envolvendo tantos anos e ocupando intensamente a vida do sujeito, oportuniza o eu no social, revelando e modelando a sua subjetividade. Mesmo após a aposentadoria as pessoas continuam programando seu dia conforme o horário anterior de trabalho. O trabalho é, uma fonte de renda que permite ao trabalhador sobreviver, e atende às necessidades da vida humana.

As estratégias utilizadas pelas pessoas também estiveram fortemente atreladas aos sentimentos da pessoa em relação ao trabalho. Quanto a isso,

da mesma forma que múltiplos sentimentos se fizeram presente no discurso dos entrevistados, diferentes estratégias também foram evidenciadas. Enquanto uns preferiram ficar em casa, outros passaram a desenvolver trabalhos manuais, e encontraram neste uma nova forma de se sentirem úteis, e a certeza de que sabiam fazer outra coisa, além do trabalho anterior. O que foi retratado pela maioria foi à necessidade de ajudar o próximo, contribuir com entidades assistenciais, uma forma de estar na ativa. Várias também referiram a intenção e a necessidade de destinar parte de seu tempo ao cuidado da família como um fator essencial para enfrentarem o processo de aposentadoria. Outras aproveitam o período para descansar, viajar, enfim para o lazer.

Ao me aposentar eu projetei formar empresas, fui bem sucedido até certo ponto (...). Vou trabalhar para viver e não viver para trabalhar (Homem, 64 anos).

Montei uma cantina de vinhos. Tô com doze mil litros de vinho, é pouco, mas para mim é grande porque é meu, eu que fiz, é uma coisa que envolve. Também tenho uma horta, jogo bocha, futebol, gosto de fazer pescarias. São coisas que a gente faz para preencher o espaço, para preencher o vazio, paro pouco dentro de casa (Homem, 60 anos).

Entrei na pintura, fazia hidroginástica (...).Fui preenchendo o meu tempo e fui me sentimento bem, que eu posso fazer alguma coisa mais (Mulher, 61 anos).

Procurei o grupo da terceira idade, dos aposentados, a gente faz enxovais para os pobres, tem que fazer alguma coisa, ajudar o próximo (...). (Mulher, 69 anos).

No começo da aposentadoria foi uma beleza, falava em viajar eu estava indo, daí a gente passeava, viajava (Mulher, 61 anos).

Eu não tinha planos, só queria descansar, só queria ficar quieta, não ter horário para ir no trabalho. (Mulher, 74 anos).

De acordo com Silva (1999), na aposentadoria pode ocorrer uma ruptura identitária, implicando numa reorganização de vida. Nisso surgem novas atividades no cotidiano do idoso para substituírem a atividade profissional. Para Rodrigues (1998), a aposentadoria passa a ser um período em que a maioria dos papéis é abandonada e é preciso buscar novas alternativas, ou criações de novas atividades.

Ocorre uma reorganização da vida familiar, novas relações afetivas, novos espaços de convívio e de relacionamento fora do mundo do trabalho, novas rotinas e até a diminuição gradativa da jornada de trabalho. Podem surgir os trabalhos alternativos, os *hobbies*, que dependem da autonomia com relação à organização do trabalho (CARLOS et al., 1999). Mas o

melhor ganho do aposentado é a liberdade de planejar o que mais deseja, de acordo com as horas que sejam mais propícias ao trabalho e à criatividade. Reflete sobre suas potencialidades e reserva tempo para as atividades mais gratificantes para não ficar ocioso.

As alternativas encontradas pelos aposentados foram de um certo modo criativas e à procura de uma significação do eu, buscando um novo grupo de pertencimento ao coletivo. Alguns aposentados queriam ocupar o tempo descansando, outros fazendo algo mais, trabalhando em casa com trabalhos manuais, concertando as coisas ou fabricando vinhos. Conforme Silva (1999), o idoso tem a necessidade de possuir um “serviço paralelo” para evitar o isolamento associado à aposentadoria, ao mesmo tempo, chama atenção para o impacto do desligamento dos relacionamentos estabelecidos no espaço de trabalho e da perda da identidade de trabalhador, e uma desvalorização do tempo livre. Houve outros entrevistados que acharam em grupos de terceira idade, uma maneira de contribuir com entidades assistenciais, fazendo o bem ao próximo, ajudando a comunidade.

Ao mesmo tempo em que se sentem úteis com isso, buscam um novo grupo de convivência, o qual podem trocar ansiedades deste processo de aposentadoria, pois sofrem dos mesmos anseios. Este ponto fica evidenciado com o que Oliveira (1999), diz que para alcançar a integridade da personalidade na velhice é preciso ocorrer três tipos de crise: a crise de identidade, (necessidade de estabelecer novas relações consigo mesmo, e com o mundo de valores). A crise de autonomia, (o estabelecimento de novas relações com as demais pessoas, com referência à satisfação das próprias necessidades) e a crise de pertencimento (a busca de novas relações com a sociedade). A partir das entrevistas pôde-se identificar estes tipos de crise, em que o aposentado precisa ir em busca de novas relações, de grupos de pessoas que estão passando pelas mesmas dificuldades, podendo ainda colaborar com a sociedade, superando as crises de autonomia e de pertencimento. O aposentado parece buscar em si próprio ou no convívio com seus familiares, uma forma de superar a crise de identidade. Ele demonstra precisar de um espaço, para poder superar essas crises e sentir-se útil.

Outros entrevistados relatam que aproveitaram o tempo livre para viajar, dedicar-se aos filhos, esposos, pais, enfim, para dedicar-se em tempo integral para a família. Sobre este aspecto, Guidi (1996) menciona que alguns projetos de vida não requerem boa situação financeira: praticar várias formas de lazer dedicar-se à família, acompanhar doentes, ser solidário sem esperar retorno. Mas também há opções de viajar, ir a concertos, reuniões com os amigos.

Portanto quatro, das seis estratégias encontradas, vão em busca de utilidade para a vida dos aposentados em outros locais, para evitarem a ociosidade, que antes esta utilidade era remetida pelo seu trabalho. As quatro estratégias são: fazer projetos; preencher o tempo fazendo algo mais; grupo de aposentados para contribuir e ajudar o próximo; e cuidar e conviver mais com a família. Apenas duas estratégias vão a busca somente de prazer que são viajar, passear e apenas descansar. Cabe aqui ressaltar mais uma vez a importância do trabalho na vida do trabalhador, o qual fica o desejo intrínseco até mesmo após a liberação deste. Em função disso Rodrigues (1998), relata que o trabalho é um veículo pelo qual são colocadas em prática às aspirações, desejos e possibilidades do trabalhador, pela significação que o trabalho adquire em suas vidas. O homem é apaixonado pelo seu trabalho a ponto de não considerar o esforço que precisa dispor para exercê-lo, porque o fato de estar trabalhando, remete ao homem um poder de existir, uma superioridade de existência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da discussão dos resultados, pode-se evidenciar importantes aspectos a serem considerados quando se pensa em lidar com a temática da aposentadoria. O primeiro deles diz respeito ao significado que a categoria trabalho apresenta na representação da identidade do trabalhador. Dentro desta lógica a pessoa passa ser reconhecida pelos outros e por si próprio, como pertencendo a um grupo social, a um espaço de trabalho que lhe propiciar uma forma de inserção social, com ainda a presença de uma carga afetiva que encontra-se implicada nessa situação. O que se pôde observar é que as pessoas dão uma grande importância para o trabalho, considerando-o como primordial, para se manterem vivo, ou seja, é como se este atribuísse utilidade à vida, para continuar em movimento constante. Para os entrevistados ele é visto também como uma conquista e um momento de aprendizado através do qual sentem-se produtivos.

Por toda essa importância dada ao trabalho que os entendimentos da aposentadoria tomam caminhos diferentes. Alguns entrevistados perceberam a aposentadoria, como um prêmio e um descanso merecido, como propulsor de uma realização pessoal, uma fase de tranquilidade, sem a correria do dia-a-dia. Contudo, apareceram também representações de incapacidade e a noção da aposentadoria vinculada à velhice ou como uma fase que não se pode mais lutar por aquilo que desejam.

Ocorrem também muitas mudanças, nesta readaptação da vida, como a inatividade, a incapacidade e a possibilidade de ficar mais doente, que

despertam diferentes sentimentos nos aposentados. Esses sentimentos são de satisfação por um dever cumprido, pela liberdade e tranqüilidade que tantos almejam, após anos de trabalho. A saudade também está presente. Saudade de um tempo em que se sentiam úteis, em que conviviam diariamente com os colegas de trabalho, de um tempo de trocas afetivas e de experiências com as pessoas com as quais trabalhavam. O sentimento que mais apareceu foi o de inutilidade, de começar a ser visto como não mais produtor de um valor para a sociedade, os quais enxergam-se marginalizados, como sendo “uma bananeira que já deu cacho”, e como “uma carta fora do baralho”, ou melhor, “uma carta fora do... trabalho”.

Durante o processo de aposentadoria, há um momento em que os aposentados precisam procurar em outras coisas e locais, além do trabalho, uma motivação de vida, ou atividades que sejam capazes de preencher a sensação de vazio deixada pelo afastamento em relação ao trabalho ou a ociosidade. A pessoa que se aposenta precisa reprogramar a sua rotina de vida, indo em busca de novas relações afetivas, novos espaços de convívio e de relacionamento com pessoas que se identifiquem. As estratégias encontradas pelos entrevistados foram de preencher o tempo com atividades que lhe dessem prazer, e que antes não faziam por estar trabalhando, como diferentes projetos, viagens, descanso, maior convivência com a família, atividades voltadas para a ajuda ao próximo ou a participação em grupos de terceira idade.

Tendo em vista que é no momento da aposentadoria, principalmente, que as pessoas realizam uma revisão de toda a vida que será importante para o seu processo de envelhecimento que é fundamental que seja dado a este período uma importância vital. Desta forma, podemos pensar que a preparação para a aposentadoria, poderá auxiliar o aposentado, depois da liberação do trabalho, a reorganizar a sua identidade social e valorizar suas outras potencialidades. No caso desta pesquisa, nenhum dos entrevistados fez algum tipo de preparação para a aposentadoria, os mesmos demonstraram dificuldades no processo de aposentadoria, relatando que, de uma hora para outra, acabou tudo, modificou tudo, e que muitos não estavam preparados para uma parada tão brusca.

Diante disso, encontra-se a possibilidade da intervenção psicológica mais intensa para esta faixa etária, principalmente para pessoas que estão se preparando ou que já enfrentam a aposentadoria. Pensa-se em grupos operativos de reflexão para aposentados, para que juntos encontrem novas potencialidades. Como sugestão, pensa-se em um trabalho de consultoria nos locais de trabalho, de acompanhamento para pessoas que desejam se aposentar. Também se mostra muito importante a possibilidade de uma

escuta psicológica, para conter e amenizar as ansiedades e o possível sofrimento que esta etapa pode causar nas pessoas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.

CARLOS, S. A. et al. Identidade, aposentadoria e terceira idade. In: **Cadernos de Envelhecimento**, v. 1. Porto Alegre: Núcleo de Estudos Interdisciplinares de Terceira Idade da PROPEXT/UFRGS, 1999.

CODO, Wanderley. **Indivíduo, trabalho e sofrimento**: uma abordagem interdisciplinar. Petrópolis: Vozes, 1993.

GUIDI, M. L. M. A aposentadoria e a reorganização da identidade social. In: GUIDI, M. L. M. e MOREIRA, M. R. de L. P. (Org.) **Rejuvenescer a velhice**: Novas dimensões da vida. 2ª ed. Brasília: UNB, 1996.

JACQUES, M. da G. C.; CARLOS, S. A. 2002. **Identidade, aposentadoria e o processo de envelhecimento**, Disponibilidade: <<http://www.comciencia.br/reportagens/envelhecimento/texto/env15.htm>> Acesso: 24 set.2003.

LEHR, U.. A Revolução da longevidade: impacto na sociedade, na família e no indivíduo. In: **Cadernos de envelhecimento**, v. 1. Porto Alegre: Núcleo de Estudos Interdisciplinares de Terceira Idade da PROPEXT/UFRGS, 1999.

LEÓN, L.M. Pensando na qualidade de vida ao aposentar. In: GUIMARÃES, L. A. e GRUBITS, (Orgs.) **Saúde mental e trabalho**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999.

MAURO, M. L. F. 2000. **Motivação**: em busca da auto-realização. Disponibilidade: <<http://www.unicamp.br/dgrh/informativo/005/motivacao.html>> Acesso: 24 set.2003.

OLIVEIRA, R. de C. da S. **Terceira idade**: do repensar dos limites aos sonhos possíveis. São Paulo: Paulina, 1999.

RODRIGUES, A. de M. **Construindo o envelhecimento**. Pelotas: EDUCAT, 1998.

SANTOS, M. de F. de S. **Identidade e aposentadoria**. São Paulo: EPU, 1990.

SILVA, M. da G. S. Idosos aposentados: representações do cotidiano. In: **Cadernos de envelhecimento**, v. 1. Porto Alegre: Núcleo de Estudos Interdisciplinares de Terceira Idade da PROEXT/UFRGS, 1999.

SIQUEIRA, R. L. de; BOTELHO, M. I. V.; COELHO, F. M. G. A velhice: algumas considerações teóricas e conceituais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 7, n. 4, p. 899-906, 2002.

ZIMERMAN, G. I. **Velhice**: aspectos biopsicossociais. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.