



O uso do tempo livre

Samara de Moraes Nejelski – SETREM (Sociedade Educacional Três de Maio)

Arlete Salante – SETREM (Sociedade Educacional Três de Maio)

Eixo temático: Protagonismo responsável a ser pessoa

INTRODUÇÃO

Os estágios básicos II e III foram realizados no CAPS no primeiro e segundo semestre de 2017, em um município da região noroeste do Rio Grande do Sul. O grupo escolhido para a realização do estágio é intitulado como grupo de alto risco para mulheres com depressão, apesar de que as participantes possuem diversos diagnósticos, o mais comum no grupo é transtorno bipolar.

O eixo temático do III Congresso Internacional Uma Nova Pedagogia para a Sociedade Futura, escolhido para posicionar este relato de experiência faz menção ao “Protagonismo responsável a ser pessoa”. Considerando a relevância desta perspectiva humana, busca-se relatar o ocorrido no desenvolvimento, resultados e considerações finais.

DESENVOLVIMENTO

Através do acompanhamento semanal do grupo, no primeiro semestre, foi possível desenvolver o diagnóstico da matriz grupal, e dessa forma, veio o indicativo para trabalhar o *uso do tempo livre* das participantes. O embasamento humanista, pautado na Gestalt-Terapia e na Ontopsicologia, com vivências, dinâmicas e rodas de conversa que pudessem refletir a condição de saúde e doença das participantes do grupo. Assim, a percepção da demanda conduziu ao planejamento de uma intervenção mobilizadora de momentos reflexivos em relação à vida e a rotina das mulheres. As intervenções ocorreram quinzenalmente, de agosto a dezembro de 2017, levando em consideração as evidências do processo grupal, o diagnóstico da matriz grupal e a teoria do contato. Posteriormente à realização de entrevistas individuais, foi possível perceber, que as mulheres participantes deste grupo exerciam poucas ou nenhuma atividade para a iniciativa, ação e manutenção do seu bem-estar e qualidade de vida. Percebeu-se que faltava para elas ações práticas que melhorassem suas condições de sofrimento psicopatológicas, e também para atenuar o uso contínuo de psicofármacos, visto que maior parte do grupo afirma ser dependente dessas substâncias, ou acreditam que irão se tornar no futuro. Compreendendo o tempo ocioso ou desperdiçado com superficialidades, surgiu o Projeto do Uso do Tempo Livre. Partiu-se do seguinte conceito de Meneghetti (2008), para trabalhar os aspectos negativos da rotina que apareceram no contexto grupal. “O tempo livre é uma oportunidade de fazer melhor, aprender outras coisas, qualificar os instrumentos, os meios da própria personalidade

profissional e humana para aumentá-la. O tempo livre significa potencial à disposição: é preciso saber investi-lo bem” (MENEGETTI, 2008, p. 228).

Ao decorrer das intervenções, foi possível perceber que as participantes do grupo tinham resistências no contato, a responsabilizarem-se pela sua vida, atitudes, situação de bem ou mal-estar em que vivenciam. Em todos os encontros em que foram realizadas as intervenções do projeto, o grupo participou das atividades propostas, em alguns momentos em que foi exigido mais reflexão e ação, houveram reclamações e queixas. Porém, em um contexto geral é perceptível que a maior parte do grupo apresentava dificuldades em se posicionar e trazer suas opiniões, essa dificuldade existe em outros âmbitos de suas vidas, como foi relatado pelas pacientes. Todo o cronograma de atividades foi pensado no sentido de abranger tanto o pensamento, quanto os sentimentos e a ação.

RESULTADOS OBTIDOS

A aceitação do Projeto sobre o Uso do tempo livre foi um tanto polêmica pelo grupo, pois é um tema que aborda em diversos âmbitos os problemas vividos pelas pacientes. Nas atividades dedicadas a criação de metas e objetivos para o bem-estar pessoal, o grupo mostrou que espera que essas atitudes venham de fora, negligenciando os aspectos da rotina que não somam qualidade de vida, reforçando o uso do tempo livre como tempo ocioso e sem perspectiva.

As intervenções relacionadas causaram uma reflexão acerca dos comportamentos e hábitos que estão cristalizados, em relação à passividade perante aos acontecimentos da vida, em relação a responsabilizar outros por uma situação de adoecimento que é individual, pois cada indivíduo é responsável pela sua vida e pelo seu tempo. Sobre as colocações feitas acerca da integração do grupo e aceitação do projeto, é possível afirmar que existe um desajuste na função de contato do grupo. No sentido em que, a passividade demonstrou-se como uma posição subjetiva fixa, impedindo a autoconsciência, que envolve o processo de união das funções sensoriais, motoras e cognitivas. A passividade também mostrou a condição dependência dos sistemas familiares e relacionais, aos quais estavam inseridas. Desta forma, mais fixa que dinâmica, elas evitavam a interação e a produção de mudanças em si, e na sua relação com o mundo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Projeto do Uso do Tempo Livre buscou proporcionar reflexões acerca da passividade das mulheres desse grupo para com a vida, a rotina e os hábitos, e apesar das complexidades de trabalhar esse tema, é possível afirmar que foi uma experiência de grande importância, pois, a partir desse trabalho foi notável a dificuldade dessas mulheres em se posicionar. Essa apatia remete a uma construção social, que muitas vezes subjuga a mulher e a faz refém de uma sociedade patriarcal. A partir de relatos do grupo percebeu-se que essas mulheres se constituíram atravessadas por vontades alheias, se colocando sempre como segunda opção, satisfazendo antes as vontades de terceiros.

Esses comportamentos passivos foram instituídos ao decorrer das vivências dessas mulheres, fortalecidos pela criação familiar, de forma que se encontravam frustradas pelo modo como tratavam o seu tempo, e ao mesmo tempo que buscavam alternativas para melhores condições de enfrentamento da vida, dos problemas, das psicopatologias, resistiam em mudar sua rotina. É preciso refletir, segundo Salante (2016), que a história de submissão feminina deixa marcas, faz inscrição no psiquismo da mulher que se reproduz de mãe para filha. Faz modelos mentais fixos que são repetidos nas escolhas de mulheres que perpetuam modos de viver contrários à própria vida. Nota-se que a liberdade e a dignidade não fazem parte da vida de muitas mulheres, seja por dominação externa ou condicionamentos internos. Condicionamentos esses que são perpetuados durante toda a vida, e que são causadores de frustrações e adoecimentos. Porém considera-se também, que a permanência no desperdício do tempo com superficialidades impede o uso e o desenvolvimento dos próprios potenciais, além da responsabilização por si e o reestabelecimento da dignidade pessoal.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AQUINO, C. A. B. & OLIVEIRA, J. C. M. Ócio, lazer e tempo livre na sociedade do consumo e do trabalho, *Revista Mal-estar e Subjetividade*, vol. VII, núm. 2, pp. 479-500, Universidade de Fortaleza, setembro, 2007.
- MENEGHETTI, A. *Psicologia do Líder*. 4. ed. Recanto Maestro: Ontopsicologia Editrice, 2008.
- MENEGHETTI, A. *Dicionário de Ontopsicologia*. 2. ed. rer. atual. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2012.
- RIBEIRO, J. P. *Gestalt-Terapia O Processo Grupal*. 3. ed. Summus Editorial, 1993.
- RIBEIRO, J. P. *O Ciclo do Contato*. 3. ed., Summus Editorial, 1997.
- SALANTE, A. Gênero e humanismo na formação de alunas de psicologia. *Uma Nova Pedagogia para a Sociedade Futura*, 490-497, set. 2016.
- VIDOR, A. Porque a Ontopsicologia apresenta uma proposta pedagógica nova. In: FUNDAÇÃO ANTONIO MENEGHETTI. *Uma nova pedagogia para uma sociedade futura: princípios práticos*. Recanto Maestro, RS: Ontopsicológica Editora Universitária, 2014.