

Ano 2 – Número 8 – setembro a dezembro de 2000 – Ed. Trimestral – Apoio Progep

## Neste Número:

* <i>Síndrome do Lazer*</i> .....	1
* <i>Reuniões da rede</i> .....	1
* <i>Agende-se</i> .....	1
* <i>18ª Reunião: Educação e Pedagogia</i> .....	1
* <i>19ª Reunião: Publicações e Vídeos</i> .....	2
* <i>20ª Reunião: Sociedade do tempo livre</i> .....	2
* <i>Dicas de Consulta</i> .....	2

## Síndrome do Lazer\*

Lazer e férias são geralmente associados a sentimentos de relaxamento e bem-estar (Baum, 1999). A prescrição de descanso para pessoas que sentem-se excessivamente cansadas ou queixam-se de elevadas cargas de trabalho é geralmente vista como uma boa estratégia na prática clínica. No entanto, existem também evidências que algumas pessoas desenvolvem sintomas e sentem-se doentes, em particular durante finais de semana e férias.

Surpreendentemente, até o momento, a literatura científica falhou ao não despendar nenhuma atenção sistemática a este fenômeno. Apenas ocasionalmente alguma referência é feita a este fenômeno. Em minha apresentação, mostrarei dados relacionados às mais básicas questões desta síndrome.

O foco será nas seguintes questões: Qual a prevalência desta síndrome? Existe alguma associação com variáveis demográficas? Como esta condição se manifesta? Está associada com eventos específicos e existem fatores facilitadores? Pessoas que sofrem destas condições diferem em certos aspectos de controle de saúde?

Além disso, estarei abordando sete explicações possíveis dos mecanismos de ação que podem ser testados em pesquisas futuras. Finalmente estarei propondo algumas sugestões para ajudar pessoas com este tipo de problema.

\*resumo da palestra a ser proferida no 3º. Congresso Internacional de Qualidade de Vida, pelo professor titular, psicólogo Ad Vingerhoets da Universidade de Tilburg – Holanda.

## Reuniões da rede

- ☺ Últimas reuniões:  
março: O Conceito de QVT e Diversidade Cultural  
abril: Fusões Empresariais e QVT  
maio: Inovação  
junho: Questões Jurídicas  
agosto: Gestão e Estrutura Organizacional  
setembro: Educação e Pedagogia  
outubro: Publicações e Vídeos em QVT  
novembro: Sociedade do Tempo Livre.

- ☺ Agenda do ano 2001, com temas:  
março – Pesquisa em Dados Quantitativos  
abril – Marketing e Comunicação Interna  
maio – Experiências Práticas  
junho – Sistemas Cooperativos  
agosto – Empreendedorismo  
setembro – LER/DORT  
novembro – Comunicação e Mídia

As reuniões da Rede de Estudo de Gestão em Qualidade de Vida serão realizadas, a partir do ano de 2001, às primeiras terças-feiras de cada mês, na Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade da USP.

## Agende-se

- ☺ Curso Avançado de Gestão de Qualidade de Vida no Trabalho - abril e maio de 2001
- ☺ 3º Encontro Internacional de Qualidade de Vida.  
Datas: 15 a 17 de outubro de 2001  
Local: FEA/USP

## 18ª Reunião: Educação e Pedagogia

Na 18ª Reunião da Rede, os participantes foram separados em três grupos e responderam questões referentes ao papel da educação em programas de QVT.

**Grupo 1:** Qual a contribuição da Pedagogia na formação dos especialistas em QVT?

A pedagogia deve basear-se em um processo interativo e integrativo que gere mudanças no conhecimento e no comportamento das pessoas. O processo de transmitir conhecimento deve ser entendido tanto como o "aprender e ensinar", assim como o "aprender à ensinar". Desta forma, o processo interativo de aprendizagem e ensino amplia, aprofunda e torna sistêmica a visão sobre qualidade de vida.

Por este ponto de vista a pedagogia capacita e especializa as pessoas nas aplicações de programas de QVT. Um bom exemplo disto é a própria Rede que serve como instrumento pedagógico na formação de especialistas em QVT.

**Grupo 2:** Qual o papel da universidade na disseminação de qualidade de vida em outros segmentos que não a empresa?

O papel primordial da universidade refere-se a sua função de vanguarda na sociedade, seu papel é principalmente, mudar a mentalidade da sociedade, inclusive no que se refere a qualidade de vida da população. Além disso, a universidade pode disponibilizar, assim como focar, sua estrutura e investimentos na formação de programas de qualidade de vida no ensino básico (andragogia), e na sociedade como um todo. Na Universidade de São Paulo, a CECAE, poderia ser o órgão catalisador destes programas.

**Grupo 3:** Como trabalhar a diversidade em educação e pedagogia nas ações de QVT?

Trabalhar a diversidade é respeitar as diferenças e promover o crescimento integrado. Este crescimento só pode ser alcançado através da superação das resistências pessoais a favor de um ponto convergente, promovendo a igualdade de oportunidades sem nivelar as experiências e a vivência individual. Mudando, assim, a visão linear do conhecimento como um padrão único. Desta forma, o processo educacional deve ser relacionado a um desenvolvimento multi – direcional individualizado (conhecimento interligado em rede) e suas formas de avaliação devem ser modificadas, respeitando as diferenças das pessoas.

## 19ª Reunião: Publicações e Vídeos

Esta reunião envolveu a apresentação de publicações e de vídeos em QVT e debate com convidados especialistas. Contou com a presença de 24 pessoas. Os participantes foram convidados a manifestar o seu conhecimento de vídeos e publicações, relacionando aqueles julgados como melhores. O destaque coube aos vídeos "O stress ilustrado", da SIAMAR, e "Implantação de QVT", da Nestlé. Quanto às publicações, os participantes citaram "Qualidade de Vida no Trabalho", de Ricardo De Marchi, e "Stress e Trabalho", da profª. Ana Cristina Limongi França e do prof. Avelino Rodrigues. Os debatedores convidados foram Valdemar Helena, Sérgio Franco e Yeda S. Santos.

Foi constatado a baixa difusão do conhecimento acerca das publicações e vídeos na área. A maioria dos participantes não mencionou outras publicações, indicando ser um tema que ainda deve ser bastante discutido.

## 20ª Reunião: Sociedade do tempo livre

O ócio faz parte do trabalho? Esta foi a principal questão abordada na 20ª Reunião realizada em novembro de 2000. A maioria dos participantes (49%) acredita que o ócio é importante para o desenvolvimento da criatividade e para resolução de problemas. Este grupo também considera que o equilíbrio entre o ócio e o trabalho depende da boa administração pessoal do tempo. Em contrapartida, grande parte dos pesquisados (29%) afirma que o ócio ainda não faz parte da nossa realidade, mas ressalta que este conceito está mudando, podendo no futuro ser incorporado pelas organizações. O restante, acredita que o ócio está relacionado com o tipo de trabalho e que é necessário, principalmente, se este for intelectual. O Tempo Livre foi outro ponto discutido na reunião e na opinião da grande maioria é o tempo que podemos desfrutar conforme nossa vontade. No entanto, ele nem sempre é utilizado de forma prazerosa, até as viagens à lazer podem ser estressantes. Os principais termos utilizados para descrever o tempo livre foram: fazer o que quiser (64%); prazer (20%); nada (7%); lazer (3%); criatividade (3%) e ócio (3%).

- A maioria respondeu que o ócio é importante para refletir e criar, principalmente, quando o trabalho é intelectual.
- A maioria respondeu que o ócio ainda não faz parte da nossa realidade, mas acredita que este conceito está mudando.
- A maioria respondeu que a definição de ócio ainda não está clara.
- O ócio é bem-vindo se for produtivo.
- Depende do tipo de trabalho.



## Dicas de Consulta

- [www.calidad.org/disc4/00000035.htm](http://www.calidad.org/disc4/00000035.htm) - QVT - Qualidade de Vida no Trabalho (expor consulta e participar das respostas, junto aos usuários do site).
- [www.catho.com.br](http://www.catho.com.br) - Qualidade de Vida no Trabalho Como medir para melhorar (livro) (Edu Fernandes)
- [www.abqv.org.br](http://www.abqv.org.br) - Associação Brasileira de Qualidade de Vida
- [www.g-qvt.com.br](http://www.g-qvt.com.br) - Site oficial do Projeto Gestão de Qualidade de Vida no Trabalho.

## Fale Conosco:

[gvt@fia.fea.usp.br](mailto:gvt@fia.fea.usp.br)

Av. Luciano Gualberto, 908 Sala E-116  
Cid. Universitária - São Paulo-SP - 05508-900  
Tel.: (11) 3091-5908

## Expediente

### \* Comissão Boletim

Coordenadora: profª. Ana Cristina Limongi França;

Equipe: Angela Abduch, Alessandro Souza Lopes; Alexandre Gaino; Catherine Guimarães; Fabiana Gradela Casarini; Jurere Polycarpo, Márcia Belotti; Maria Fernanda Diogo; Marina Foresti Barros.

Jornalista responsável: Yeda Santos mtb 11.264.

