

A influência dos grupos de convivência sobre a auto-estima das mulheres idosas do município de Santa Cruz do Sul - RS

*Francine Letiele Bulsing**
*Kênia Fernandes de Oliveira**
*Luana Maria Kilian da Rosa**
*Lunara da Fonseca**
*Silvia Virginia Coutinho Areosa***

Resumo

O presente artigo buscou saber qual é a influência dos grupos de convivência para a terceira idade no município de Santa Cruz do Sul, visando entender os benefícios que os grupos de convivência trazem para as mulheres. Para isso, foram entrevistadas 39 mulheres acima de sessenta anos, as quais responderam a um questionário. Identificamos que o grupo de convivência possibilita uma ressocialização, aumentando o grupo de amizades; beneficia a auto-estima da mulher, dando um novo sentido para a vida daquela que antes se sentia sozinha e sem muitas expectativas.

Palavras-chave: Auto-estima. Grupos de convivência. Mulheres idosas.

Introdução

Segundo Beauvoir (1990), o envelhecimento da população é um fator incontestável em todo mundo. É uma fase em que o idoso pode se entregar à vida com mais alegria, porque já não possui a preocupação com o trabalho.

De acordo com Motta (apud FRAIMAN, 1994), o estereótipo dominante na cultura brasileira rotula a mulher ao entrar na velhice como “velha”. Existe a

* Acadêmicas de Psicologia da Unisc.

** Docente do departamento de Psicologia da Unisc, mestra em Psicologia Social e da Personalidade, doutoranda em Serviço Social pela PUCRS.

Recebido em jul. 2006 e avaliado em dez. 2006

sexualidade da velhice, que se relaciona não apenas às relações homem/mulher, mas também às mais banais manifestações de feminilidade, através, por exemplo, de alguns elementos simbólicos que revelam atributos femininos em nossa cultura, como vaidade, preocupação com a beleza, conduta jovial.

Zonabend (apud FRAIMAN, 1994), numa análise sobre um clube de lazer para terceira idade, afirma que é como uma nova forma de relação entre gerações. Para Motta (apud FRAIMAN, 1994), os grupos de terceira idade são possibilidades de troca e interação com pessoas da mesma geração, sendo o ingresso nesses grupos um marco em suas vidas, porque substituem o período de solidão e abandono, por um outro, de novas amizades, festas encontros e passeios. Já Carstensen (1995) afirma que “o resultado mais confiável sobre o envelhecimento social é que a taxa de inter-relações sociais declina” e pode-se perceber nos grupos de terceira idade um espaço de socialização dos idosos.

Assim, este artigo busca discutir a influência desses grupos de convivência na auto-estima das mulheres idosas, para entender melhor o que acontece no seu universo, podendo auxiliar nessa fase que apresenta tantas mudanças e perdas.

Metodologia

A pesquisa utilizou-se de uma abordagem quantitativa e teve como propósito investigar a influência da participação em grupos de convivência sobre a auto-estima de idosas do município de Santa Cruz do

Sul. Para isso, foram mapeados todos os grupos cadastrados no município e sorteados aleatoriamente 10% destes para fazerem parte da pesquisa.

De posse da aprovação do Comitê de Ética da Universidade de Santa Cruz do Sul (Unisc) entrou-se em contato com os grupos que fizeram parte da amostra. Nos dias predeterminados para a coleta dos dados, as pesquisadoras foram até os locais dos quatro grupos de convivência de terceira idade, convidando as idosas presentes em cada um para fazerem parte do estudo de forma espontânea, respondendo ao questionário. Após a explicação dos objetivos da pesquisa, foi entregue o termo de consentimento livre e esclarecido, em duas vias, uma para a participante da pesquisa e a outra, para a pesquisadora.

Com os questionários, o objetivo era tentar compreender os benefícios e mudanças ocorridas após o ingresso no grupo de convivência. O instrumento foi entregue a cada pesquisada, que o preencheu sozinha ou com auxílio das pesquisadoras. Os dados foram organizados em tabelas por meio do programa Excel.

Portanto, procurou-se desenvolver um estudo voltado ao coletivo tentando captar a realidade como ela é, selecionando os aspectos mais relevantes para se chegar a uma compreensão mais completa da questão a ser investigada.

Apresentação dos resultados

A seguir, apresentamos os resultados obtidos na pesquisa.



Figura 1 - Tempo de participação no grupo.

Na Figura 1 podemos perceber que a maioria das mulheres, 80% delas, freqüenta o grupo há mais de um ano; o restante freqüenta-o há menos de seis meses ou de seis meses a um ano (10%, respectivamente). Percebeu-se também que todos os grupos de terceira idade realizam reuniões semanais, reunindo-se, assim, quatro vezes por mês ou mais.

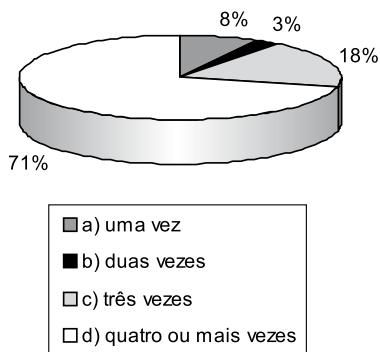


Figura 2 - Assiduidade aos grupos.

É possível perceber na Figura 2 que 71% das idosas (a maioria) freqüentam todas as reuniões do grupo de que participam; 18% delas comparecem em apenas três dos quatro encontros mensais que o grupo realiza.

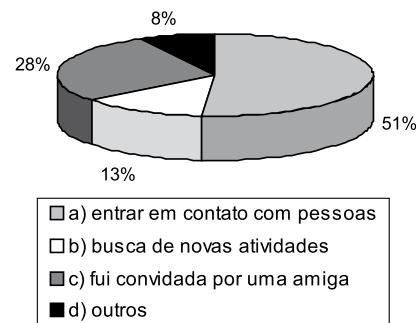


Figura 3 - Motivo de participação.

A Figura 3 mostra que o motivo mais citado que leva as mulheres de terceira idade a procurarem os grupos de convivência é a necessidade de entrar em contato com as pessoas e fazer, assim, novas amizades (contando 51% das idosas). Observa-se também que muitas delas são convidadas por amigas que já participam do grupo (28%), e apenas 13% das entrevistadas procuraram o grupo em busca de novas atividades. É importante ressaltar que 87% das mulheres que freqüentam o grupo recebem apoio familiar para esta atividade.



Figura 4 - Mudanças na vida das mulheres.

A maioria das mulheres entrevistadas (92%) afirma que, após freqüentar o grupo

de terceira idade, ocorreram mudanças na sua vida. Analisando a Figura 4, pode-se perceber que 34% das mulheres relatam que o grupo as ajudou a fazerem novas amizades e as tornou mais felizes (26%); há mulheres que dizem que tudo na sua vida mudou (15%); outras, que a maior mudança ocorrida foi em relação à aprendizagem que obtiveram no grupo (10%).

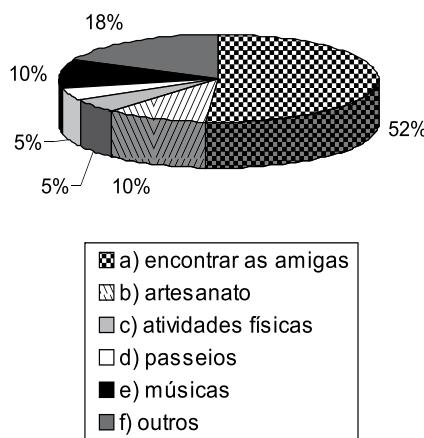


Figura 5 - Atividades dentro dos grupos.

Dentro das atividades realizadas nos grupos de convivência, como artesanato, passeios, palestras, músicas, as que mais se destacam são as atividades físicas (25%). A Figura 5 mostra que a atividade preferida das idosas é encontrar as amigas, citada por 52% delas; em seguida, pode-se ver que as idosas gostam muito das atividades artesanais e de músicas (10%, respectivamente), passeios e atividades físicas (5% cada). O fator amizade é tão forte entre as mulheres do grupo que 48% delas costumam se encontrar fora do grupo de convivência.

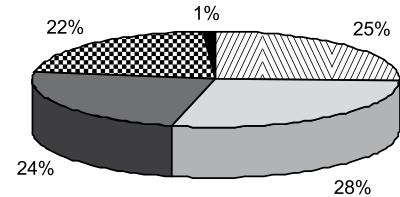


Figura 6 - Benefícios que o grupo trouxe.

Observa-se que 71% das mulheres que participam do grupo de convivência relatam que ficaram mais vaidosas, passando a se importar mais com sua aparência. Na Figura 6 o benefício mais citado é a ampliação do grupo de amizades (28%); e 25% das mulheres dizem que se sentem melhor após freqüentar os grupos; outras dizem que tiveram como benefícios envolverem-se em atividades de que antes não participavam (24%) e que aprenderam muitas coisas (22%).

Discussão dos resultados

Tomando como base para análise os questionários aplicados às 39 participantes da pesquisa, perceberam-se em suas respostas aspectos semelhantes que merecem algumas considerações.

Como a análise procurava identificar o motivo da participação delas no grupo de convivência, mostrado na Figura 3, demonstra-se que 51% se integraram ao grupo pela necessidade de fazer novas amizades. Isso pode ser justificado pelas

autoras Areosa e Ohlweiler (2000), as quais afirmam que a inserção nos grupos de terceira idade, além de redimensionar a identidade, causa satisfação pessoal, o aumento dos relacionamentos, o reconhecimento do outro perante o grupo. Finalmente, o grupo assume uma grande importância na vida do idoso no sentido da aceitação das transformações inevitáveis decorrentes desta fase da vida, na mudança dos hábitos antigos, adaptação a limitações antes inexistentes e aquisição de novas maneiras de agir.

Ainda, por meio dos grupos de convivência o idoso tem a possibilidade de construir novos laços de relação e novas formas de compartilhar o aprendizado com outros indivíduos (MONTEIRO, 2001). É comprovado na Figura 3 que 22% obtiveram grandes benefícios em relação às novas aprendizagens e 28% ampliaram o seu grupo de amizades.

Por fim, é importante ressaltar que a Figura 3 demonstra também que 87% das idosas receberam grande apoio familiar, ou seja, a família da mulher idosa está incentivando-a a participar dos grupos de convivência, por considerá-los uma atividade saudável para ela.

Procurando investigar também as novas mudanças e experiências que ocorreram na vida das mulheres após freqüentarem os grupos de convivência de terceira idade, obteve-se tal confirmação, pois 92% dizem ter havido mudanças na sua vida após freqüentarem o grupo. Rauber (2003) menciona algumas dessas mudanças ocorridas, que são: novas amizades, novas motivações, melhoraram seu aspecto social e familiar, o idoso passa a se sentir útil, aumentando ou muitas vezes recuperando sua auto-estima.

É importante comentar que as mulheres, desde muito cedo, têm a função de dedicar-se à família; assim, ao envelhecer, acabavam se sentindo sozinhas e sem muitas perspectivas de vida. Todavia, atualmente muitos idosos reagem lutando contra o isolamento, tornando-se receptivos. Para estes, a facilidade na expressão, exercitá-la e, mesmo, desafiar a sua criatividade acabam sendo instrumentos poderosos para sua realização pessoal, auto-estima e, sobretudo, reconquista de um lugar na comunidade. Portanto, em nossa pesquisa 25% das mulheres relataram sentirem-se melhor psicológica e fisicamente após freqüentarem os grupos de terceira idade.

Sabe-se que, por trás do isolamento, pode se desencadear um nível alto de ansiedade e depressão perante a proximidade da morte, a falta de motivação no decorrer dos anos, pois os idosos perdem o estímulo, não sabendo o que fazer. Faz-se, portanto, necessário oportunizar um conhecimento do seu lugar e das suas ações no hoje. Constatou-se na Figura 4 que 26% das mulheres idosas tornaram-se mais felizes ao participarem do grupo de convivência.

Entretanto, uma velhice bem-sucedida depende do equilíbrio entre as limitações e as potencialidades da pessoa e da interação do indivíduo em seu contexto, ambos em transformação. Segundo Lorda (apud HERMANY, 1995), a adaptação desses indivíduos a novas circunstâncias da vida representa mudanças na estrutura e no funcionamento do corpo humano, por um lado, e mudanças no ambiente social, por outro. Pode-se, então, concluir que satisfação de vida é um produto do processo de adaptação.

Okuma (apud HERMANY, 1995) afirma que o idoso vai percebendo aos poucos que o presente já é o tão temido futuro e que, portanto, deve viver mais intensamente as suas experiências, refletir sobre as oportunidades que lhe são apresentadas, ao contrário de somente ficar se lastimando pelas possibilidades perdidas. Assim, seu foco de atenção desvia-se da espera da morte para a busca de novas experiências de vida. A partir deste instante, vai criando uma nova compreensão existencial do seu meio ambiente; ao invés de vislumbrar a proximidade do fim, emergem novos sentimentos de valorização. Na Figura 6, que analisa os benefícios que o grupo trouxe, demonstra-se que 15% das mulheres dizem que tudo na sua vida mudou, principalmente por começaram a se sentir melhor com a idéia de envelhecer, percebendo que, mesmo com o passar da idade, ainda são valorizadas e podem construir algo em grupo, dando uma nova perspectiva para suas vidas. Dessa maneira, lidam melhor com as questões do envelhecimento.

Outro dado importante é o que demonstra que cerca de 71% das idosas mostram-se mais vaidosas, mais dispostas e com auto-estima elevada após freqüentarem os grupos de convivência. E retornando ao comentário citado acima, pode-se pensar que, antigamente, as mulheres abdicavam de suas satisfações pessoais em prol da família, como afirma Fraiman (1994). Se compararmos esse fato com a atualidade, percebemos que as mulheres cada vez mais se preocupam com a aparência e o aspecto profissional, ao invés de se casarem logo e se dedicarem somente à família.

Dessa forma, é importante que o idoso busque algum tipo de ocupação e participe de alguma organização de grupo que lhe permita sentir-se útil, não isolado, para que possa acompanhar as mudanças e, consequentemente, firmar-se como parte ativa dessa sociedade.

Considerações finais

Se retrocedêssemos alguns anos para saber como as mulheres viviam, iríamos perceber que elas passaram por várias transformações na sua maneira de viver a vida e de percebê-la, porque antigamente era muito difícil uma mulher sair para a rua com o corpo muito descoberto, ou raramente mulheres se dedicavam à busca dos seus objetivos profissionais. Muitas se casavam cedo e dedicavam-se apenas aos filhos e marido.

Hoje, entretanto, a mulher já está participando de “tudo”, inclusive lutando pelo seu lugar, pensando no seu futuro profissional e tendo sua profissão, que muitas vezes é a única fonte de renda da família. Outro aspecto que não se pode esquecer é que hoje elas educam seus filhos e netos sozinhas. Quando, no passado (nem tão longínquo assim), a mulher poderia sustentar a casa e, ainda, ser “mãe solteira”?

Refletindo um pouco mais, as mulheres que hoje possuem idade acima de sessenta anos poderiam não se dedicar à educação dos filhos e à organização da casa, ou, tornando-se viúvas, poderiam ter outro companheiro e, principalmente, ficar passeando. Isso fazia com que muitas delas ficassem deprimidas e pensassem na morte.

Na atualidade, elas podem freqüentar grupos de convivência, local onde fazem

novas amizades e, ainda, se forem viúvas, podem encontrar um namorado. Além disso, ocorre um aumento na sua auto-estima, porque elas se sentem valorizadas e úteis realizando as tarefas dentro do grupo. É importante ressaltar que a organização de um grupo de convivência é bem trabalhosa, exigindo dedicação e disposição, o que faz com que a mulher se ocupe e se sinta importante, despertando-lhe a vontade de se sentir mais bonita. Assim, ela passa a se preocupar mais com seu corpo, rosto e as roupas que usa, tornando-se mais vaidosa.

Conclui-se, então, que os grupos de convivência para a terceira idade não são apenas um passatempo como alguns acreditam, mas têm muita importância para as mulheres idosas, possibilitando-lhes uma ressocialização, aumentando o seu grupo de amizades e trazendo também benefícios principalmente à auto-estima da mulher. Dão, assim, um novo sentido para a vida daquela mulher que antes se sentia sozinha e sem muitas expectativas.

Abstract

The influence of the groups of third age on the self-esteem of the aged women of city of Santa Cruz do Sul - RS

The present report tried to know what the influence of acquaintance groups of elders in Santa Cruz do Sul. In order to investigate the benefits that this group brings for women. So, 39 women with more than 60 years old were interviewed. Through the questionnaire it was identified that the acquaintance groups of elders enables conviviality, increases friendship,

builds women's self-esteem, gives for their lives new meaning for those who were lonely and without expectation.

Key words: Self-esteem. Elderly women. Acquaintance groups of elders.

Referências

AREOSA, S. V. C.; OHLWEILER, Z. N. C. *Redes*, Unisc, v. 5, n. 1, p. 179-187, 2000.

BEAUVOIR, S. de. *A velhice*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

CARTENSEN, L. L. Motivação para contato social ao longo do curso de vida: uma teoria de seletividade socioemocional. In: NERI, Anita L. (Org.). *Psicologia do envelhecimento: temas selecionados na perspectiva de curso de vida*. Campinas: Papirus, 1995, p. 111-144.

FRAIMAN, A. P. *Sexo e afeto na terceira idade: aquilo que você quer saber e não teve com quem conversar*. São Paulo: Gente, 1994.

HERMANY, A. E. S. *Terceira idade: motivos que aproximam grupos de convivência*. Santa Cruz do Sul: Unisc, 1999.

MONTEIRO, P. P. *Envelhecer: histórias, encontros, transformações*. Belo Horizonte: Autêntica, 2001.

RAUBER, M. *Grupo social na 3^a idade: perfil e motivos que levam idosos a participar do Grupo Reviver de Barros Cassal - RS*. Santa Cruz do Sul: Unisc, 2003.

Endereço

Silvia Virginia Coutinho Areosa
Rua Presidente Rodrigues Alves, 56/603
CEP 96810 250
Santa Cruz do Sul - RS
E-mail: sareosa@unisc.br