



VII Congresso de Pesquisa e Extensão da FSG
V Salão de Extensão

<http://ojs.fsg.br/index.php/pesquisaextensao>

ISSN 2318-8014



**A PREPARAÇÃO PARA A APOSENTADORIA COMO O COMEÇO DE UM NOVO
CICLO VITAL**

Tamiris Alana Lucietto^a, Indianara Sehaparini^a, Larissa Bernardino dos Santos^a, Luiza Gasperin Vigo^a, Suelen da Silva Borges^a, Francine Crocoli Longhi^a, Ana Cláudia Baratieri Zampieri^{a*}

a) FSG Centro Universitário

*Autor correspondente (Orientador)

Ana Cláudia Baratieri Zampieri,

Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS - CEP:

95020-472

Palavras-chave:

Aposentadoria. Emoções. Programa de Preparação para Aposentadoria.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: A aposentadoria é um processo complexo pelo qual, milhares de brasileiros estão passando ou ainda virão a passar. Por ser subjetiva, cada pessoa encarará de uma maneira diferente a aposentadoria. Para alguns indivíduos este momento pode representar uma forma de liberdade, onde se desfrutará a realização de atividades e *hobbys*. Porém, para outros, a aposentadoria representa a chegada da velhice e de doenças, trazendo à tona sentimentos de inferioridade, como a inutilidade e improdutividade. O modo de ver esta fase traz à tona a representação que o trabalho tem para o sujeito (FIGUEIRA; HADDAD; GVOZD e PISSINATI, 2017). O trabalho é parte da identidade de um indivíduo, ocasionando impactos diretos nas relações. Aqueles que possuem maior ligação as organizações, têm maiores dificuldades no processo da aposentadoria. Assim, esse processo pode ser danoso para o sujeito, quando este não está preparado, podendo gerar crises, com sentimentos de ansiedade e baixa autoestima. (MARTINS e BORGES, 2017). O objetivo do trabalho foi discutir a importância dos programas de preparação para a aposentadoria nas empresas, a fim de propor ao colaborador melhor bem-estar. **MATERIAL E MÉTODOS:** O presente trabalho, foi desenvolvido a fim de cumprir uma exigência da disciplina de Psicologia Organizacional e do Trabalho, do curso de Psicologia do Centro Universitário da Serra Gaúcha realizada no segundo semestre de 2018. Foi elaborada a construção de um folder explicativo, para empresas, sobre o que consiste um Programa de Preparação para a Aposentadoria. Para o conteúdo utilizado no material, foi feita uma busca de artigo na base de dados SciELO, sem limite de data, sendo os descritores utilizados: aposentadoria *and* preparação. Foram encontrados onze artigos, onde foram lidos os resumos, sendo que três artigos foram lidos na íntegra para o desenvolvimento

do trabalho. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** A aposentadoria é marcada, por sentimentos ambivalentes, pois é um momento decisivo na vida, sendo a opinião da família um fator decisivo, quando nesse processo. As relações familiares fazem muita diferença nessa etapa vital, muitas vezes a aposentadoria é cogitada, para os indivíduos passarem mais tempo com a família. O contrário também pode ocorrer, quando o sujeito não deseja essa proximidade, isso pode ser um motivo de adiamento da aposentadoria. Outro fator decisivo é o meio laboral, no qual, ocorrem relações de amizade, que dão apoio emocional e confidencialidade ao sujeito. A representatividade na empresa e as opiniões de colegas de trabalho também contão na tomada de decisão de aposentar-se (FIGUEIRA, *et. al.*, 2017). Para auxiliar o funcionário nesta fase de transição, a empresa pode oferecer o Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA). Este, tem como objetivo principal, ajudar o futuro aposentado a lidar melhor com esta fase da vida, preparando-o através de um planejamento para a aposentadoria, a partir do autoconhecimento, e da redescoberta de desejos e realizações. Além disso, é importante a educação dos trabalhadores para temas voltados aos cuidados com a saúde, relacionamentos e programação financeira. Assim, a empresa disponibiliza um meio preventivo que prioriza a saúde física e mental de seus trabalhadores, auxiliando-os a lidar com as dificuldades mais tranquilamente. Ainda, o PPA, é realizado por meio de grupos, sendo que, o contato grupal provoca a troca de vivências, proporcionando um suporte aos envolvidos e tornando este processo um projeto ao longo da vida (MARTINS e BORGES, 2017). O enfrentamento desta etapa depende, em partes, da subjetividade de cada um, contudo o programa de preparação para a aposentadoria pode auxiliar na tomada de decisões sobre as realizações do indivíduo. É importante que sejam criadas políticas e ações sociais, a fim de promover a responsabilidade que a sociedade e as empresas têm perante os PPA. Afinal, com esse programa, o bem-estar do sujeito em processo de aposentadoria aumenta, já que este tem orientações e informações para o planejamento de um novo estilo de vida (FRANÇA e SOARES, 2009). **CONCLUSÃO:** A chegada da aposentadoria é uma etapa que exige uma preparação prévia do sujeito e da família dele. Faz-se necessário um apoio psicológico por parte das empresas e da sociedade para os futuros aposentados, de modo que estas pessoas não se sintam descartáveis. Desse modo, é possível perceber que a preparação para a aposentadoria é um processo benéfico tanto para o sujeito, quanto para as instituições, já que a promoção do bem-estar do colaborador mantém o comprometimento com o trabalho. O intuito das pesquisadoras é ampliar os conhecimentos do assunto e promover o trabalho para empresas locais.

REFERÊNCIAS

FIGUEIRA, D. A. M.; HADDAD, M. C. L.; GVOZD, R.; PISSINATI, P. S. C. A tomada de decisão da aposentadoria influenciada pelas relações familiares e laborais. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, 20(2): 207-215. 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbagg/v20n2/pt_1809-9823-rbagg-20-02-00206.pdf> Acesso em: 20 jul. 2019.

FRANÇA, L. H. F. P.; SOARES, D. H. P. Preparação para a Aposentadoria como parte da Educação ao Longo da Vida. **Psicologia ciência e profissão**, 29 (4), 738-751. 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932009000400007&lng=en&nrm=iso> Acesso em: 20 jul. 2019.

MARTINS, L. F.; BORGES, E. S. Educação para aposentadoria: avaliação dos impactos de um programa para melhorar qualidade de vida pós-trabalho. **Interações**, v. 18, n. 3, p. 55-68. 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-70122017000300055&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 20 jul. 2019.