

Vida Após Aposentadoria



- Tema aposentadoria tem despertado em diversos campos profissionais.
- Na psicologia: questões relativas ao envelhecimento;
- reflexões sobre o lugar do trabalho para o homem e para a sociedade e as decorrências psicológicas resultantes da dificuldade de adaptação frente ao rompimento com o trabalho.
- Definição:
- Aposentadoria é um: “Estado de inatividade de funcionário público ou de empresa particular, ao fim de certo tempo de serviço, com determinado vencimento.” (Ferreira, 1986, p. 118),.... Continuando, remete a recolhimento e alojamento.

TEMPO DE TRAVESSIA

Há um tempo que é preciso
abandonar as roupas usadas
Já têm a forma do corpo,
e esquecer os nossos caminhos
Que nos levam sempre aos mesmo lugar.....
É tempo da travessia e, se não ousarmos fazê-la,
teremos ficado
Para sempre à margem de nós mesmos!

Fernando Pessoa



O Que significa para vocês?

- -Depois de muitos anos dedicados ao trabalho é preciso esquecer as roupas usadas.
 - Recomeçando uma nova etapa de vida.
 - Aposentadoria é o rompimento do trabalho
 - Tem um impacto indiscutível na vida das pessoas.
 - É muito mais que um simples término de carreira
 - É a interrupção das atividades que ocupava uma grande parte da vida:
- 

- Tipos: Sentimentos ambíguos: crise x liberdade
- Rompimentos dos vínculos sociais: o trabalho ao mesmo tempo que é fonte de satisfação e realização, também é fonte de sobrevivência e sofrimento (Dejours, 1994)
- Rotinas diárias de hábitos que impõe uma mudança que gera sentimentos ambíguos e antagônicos
- Ao lado de idéias de liberdade surge a preocupação com o medo, com o novo, com o não saber o que fazer.
- Aposentadoria é uma grande oportunidade de resgatar os sonhos, oportunidade de fazer aquilo que sempre desejou e não foi possível.
- Para muitos é a perda. Este momento não afeta só o indivíduo, mas também todos aqueles que o cercam. •

- O mundo do trabalho tem dado um olhar míope do mundo do trabalhador.
- Somos formados para dar ênfase no trabalho e não na vida, não se investe no auto-conhecimento.
- É momento de olhar para si, para o auto-conhecimento.
- Sofremos influências na escola formal e não na formação da pessoa.
- A tendência é quando chega à aposentadoria é recolher-se ao seu monótono e aposento caseiro + cadeira de balanço, palavras cruzadas, etc ou ajudar nas rotinas dos filhos

- Alguns conseguem fazer uma transição tranquila para aposentadoria
- Outros encontram um vazio, deprimindo, sentindo-se solitário, desestrutura emocionalmente, sente-se inútil e aí surgem outras doenças.
- Param de fazer suas rotinas, ficam restritos ao mundo corporativo ligados ao mundo do trabalho.
- Assim como nos preparamos para o mundo do trabalho é preciso se preparar para novos hábitos da vida.
- É o momento de olhar para trás com orgulho e sentimento de dever cumprido

•

•

•

- Mas é momento para olhar para a frente e fazer uma grande mudança e para isso é necessário entrar em contato consigo, no auto-conhecimento.
- Quem não sonha com aposentadoria?
- Planejamento é importante
- Aprenda a se preparar

Medo de aposentadoria vem do medo do preparo – vem da ideia do aposentado que não produz.

Aposentadoria é mais mudança de carreira do que ingressão em estado de inatividade permanente.

- Também aposentadoria é uma volta ao passado uma volta ao tempo: como recuperar o tempo perdido?
- Não foi tempo perdido, a idade é uma virtude, no Oriente se vê o idoso como um depositário de uma cultura.
- O aposentado é alguém que sabe das coisas
- Assim como você se preparou para o trabalho, precisa agora preparar-se para novos hábitos de vida.
- Fábula da cigarra e formiga.