



UC/FPCE_2009

Universidade de Coimbra

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**Promoção do Bem-Estar Subjectivo dos Idosos através da
Intergeracionalidade**

Lisa Nogueira Veiga Nunes



UC/FPCE_2009

Universidade de Coimbra

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

Promoção do Bem-Estar Subjectivo dos Idosos através da Intergeracionalidade

Lisa Nogueira Veiga Nunes (Lisa.veiga@hotmail.com)

Dissertação de Mestrado em Psicologia, especialização em Psicologia do Desenvolvimento sob a orientação da Professora Doutora Margarida Pedroso de Lima

Agradecimentos

À Professora Doutora Margarida Pedroso de Lima, pela sua orientação, disponibilidade, dedicação e partilha do seu saber.

Aos meus pais, Rui e Fernanda, e à Sara, pelas ausências.

Ao Vasco, pelo estímulo constante e apoio incondicional.

Aos amigos, pelo apoio nos momentos difíceis, especialmente ao João, amigo de todas as horas.

Aos Dirigentes das Instituições envolvidas neste estudo, pelo interesse e colaboração prestados.

Aos idosos, pela disponibilidade no preenchimento dos questionários.

Siglas

BES – Bem-Estar Subjectivo

CASTIIS – Centro de Assistência Social à Terceira Idade e Infância de Sanguêdo

E.U.A. – Estados Unidos da América

ONU – Organização das Nações Unidas

PANAS – *Positive and Negative Affect Schedule*

SCML – Santa Casa da Misericórdia da Lousã

SWLS – *Satisfaction With Life Scale*

SWB – *Subjective Well-Being*

INTRODUÇÃO	17
PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO	21
CAPITULO 1 – BEM-ESTAR SUBJECTIVO	21
1. NOÇÃO DE BEM-ESTAR	21
1.1. TEORIAS DO BEM-ESTAR SUBJECTIVO	24
1.1.1. Caracterização do Modelo do Bem-Estar Subjectivo	25
1.1.2. Componentes do Bem-Estar Subjectivo	28
1.2. INFLUÊNCIA DOS FACTORES PERSONOLÓGICOS SOBRE O BEM-ESTAR SUBJECTIVO	30
1.3. INFLUÊNCIA DOS FACTORES SÓCIO-DEMOGRÁFICOS SOBRE O BEM-ESTAR SUBJECTIVO	32
1.4. INFLUÊNCIA DA CULTURA NO BEM-ESTAR SUBJECTIVO	39
1.5. AVALIAÇÃO DO BEM-ESTAR SUBJECTIVO	42
2. O BEM-ESTAR SUBJECTIVO DOS IDOSOS	44
2.1. REPRESENTAÇÕES DA VELHICE	47
CAPÍTULO 2 - INTERGERACIONALIDADE	51
1. RELAÇÕES INTERGERACIONAIS	51
1.1. CONCEPTUALIZAÇÃO	52
1.2. CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA	54

1.3. A EMERGÊNCIA DA INTERGERACIONALIDADE EM POTUGAL	60
1.4. MODELOS E DIRECTRIZES PARA A PRÁTICA INTERGERACIONAL	68
1.5. IMPLICAÇÕES DA PRÁTICA INTERGERACIONAL	82
PARTE II – ENQUADRAMENTO EMPÍRICO	87
CAPÍTULO 1 - METODOLOGIA	87
1. OBJECTIVOS E HIPÓTESES DE INVESTIGAÇÃO	87
2. POPULAÇÃO E AMOSTRA	88
2.1. SELECÇÃO DA AMOSTRA	88
2.2. CARACTERIZAÇÃO GERAL DA AMOSTRA	93
2.3. AVALIAÇÃO DA SAÚDE SUBJECTIVA	96
3. OPERACIONALIZAÇÃO DAS VARIÁVEIS	96
3.1. QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO	97
3.2. ESCALA DE AVALIAÇÃO DA SAÚDE SUBJECTIVA	98
3.3. INSTRUMENTOS UTILIZADOS PARA AVALIAR O BEM-ESTAR SUBJECTIVO	98
3.3.1. Escala de Satisfação com a Vida - <i>SWLS</i>	98
3.3.2. Escala de Afecto Positivo e de Afecto Negativo – <i>PANAS</i>	100
3.4. QUESTIONÁRIO DE ACTIVIDADES INTERGERACIONAIS DE DELLMANN-JENKINS	102
4. PROCEDIMENTOS FORMAIS E ÉTICOS DE RECOLHA DE DADOS	103
CAPÍTULO 2 – APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS	105
1. CARACTERÍSTICAS PSICOMÉTRICAS DOS INSTRUMENTOS	105
1.1. ESCALA DE SATISFAÇÃO COM A VIDA – <i>SWLS</i>	105
1.2. ESCALA DO AFECTO POSITIVO E DO AFECTO NEGATIVO – <i>PANAS</i>	107
1.3. QUESTIONÁRIO DE ACTIVIDADES INTERGERACIONAIS DE DELLMANN-JENKINS	109
2. ANÁLISE DESCRITIVA	110
2.1. ANÁLISE DESCRITIVA DAS ACTIVIDADES INTERGERACIONAIS	110
2.2. ANÁLISE DESCRITIVA DO BEM-ESTAR SUBJECTIVO	115

3. ANÁLISE DAS CORRELAÇÕES	116
CAPÍTULO 3 – DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	119
1. INTERPRETAÇÃO E IMPLICAÇÕES	119
2. LIMITAÇÕES	131
CONSIDERAÇÕES FINAIS	133
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	137
ANEXOS	
Anexo 1: Actividades Intergeracionais	
Anexo 2: Instrumento de Recolha de Dados	
Anexo 3: Pedido de autorização para a recolha dos dados	

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Pontuações obtidas no Questionário de Actividades Intergeracionais	112
---	-----

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1: Distribuição da Amostra	93
Tabela 2: Caracterização da amostra relativamente aos dados sociodemográficos	93
Tabela 3: Caracterização da amostra relativamente à profissão anterior à reforma	94
Tabela 4: Caracterização da amostra relativamente à variável idade	94
Tabela 5: Caracterização da amostra relativamente ao nº de Filhos e Netos/Bisnetos Menores	95
Tabela 6: Caracterização da amostra relativamente ao nº de Netos/Bisnetos Menores	95
Tabela 7: Caracterização da amostra relativamente à variável contacto com Netos/Bisnetos Menores	95
Tabela 8: Caracterização da amostra relativamente à avaliação da saúde subjectiva	96

Tabela 9: Estatística relativa à fidelidade da <i>SWLS</i>	106
Tabela 10: Correlação Item/Item e Item/Teste da <i>SWLS</i>	106
Tabela 11: Estatísticas relativas à fidelidade da <i>PA</i> e <i>NA</i>	107
Tabela 12: Correlação Item/Item e Item/Teste da <i>PA</i>	108
Tabela 13: Correlação Item/Item e Item/Teste da <i>NA</i>	108
Tabela 14: Estatística relativa à fidelidade do Questionário de Actividades Intergeracionais	109
Tabela 15: Correlação Item/Item e Item/Teste do Questionário de Actividades Intergeracionais	110
Tabela 16: Estatística descritiva relativa ao Questionário de Actividades Intergeracionais	110
Tabela 17: Médias e desvios-padrão dos itens do Questionário de Actividades Intergeracionais	111
Tabela 18: Pontuações obtidas no Questionário de Actividades Intergeracionais	112
Tabela 19: Análise das pontuações por item, obtidas no Questionário de Actividades Intergeracionais	113
Tabela 20: Estatística descritiva relativa à <i>SWLS</i> e à <i>PANAS</i>	115
Tabela 21: Estatística relativa ao bem-estar subjectivo estandardizado	116
Tabela 22: Matriz de intercorrelações entre a variável independente, variáveis independentes e variáveis sociodemográficas contínuas	117
Tabela 23: Matriz de intercorrelações entre a variável dependente, bem-estar subjectivo e variáveis sociodemográficas contínuas	118

Resumo

O contacto entre gerações assume-se na actualidade como uma das estratégias para promover a solidariedade intergeracional. Nesta dissertação estudam-se as implicações do contacto intergeracional no bem-estar subjectivo experimentado por idosos que integram centros de dia que desenvolvem programas intergeracionais com crianças. Com este objectivo aplicaram-se questionários de dados sociodemográficos, avaliação da saúde subjectiva, escala de satisfação com a vida (Diener *et al.*, 1985, versão portuguesa de Simões, 1992), escala de afecto positivo e de afecto negativo (Watson, Clark e Tellegen, 1988, versão portuguesa de Simões, 1993) e questionário de actividades intergeracionais (adaptado de Dellmann-Jenkins, 1997). A amostra compreende 30 idosos, que frequentam três Centros de Dia, com uma média de idade de 82 anos. Os resultados sugerem que os idosos da amostra demonstram opiniões favoráveis acerca das actividades intergeracionais e evidenciaram um BES cognitivo positivo. No BES emocional, predominaram os afectos positivos sobre os negativos. As variáveis sociodemográficas e a avaliação da saúde subjectiva não evidenciaram influenciar significativamente o BES. Relativamente à relação entre a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais e as variáveis sociodemográficas, foi a variável contacto com netos/bisnetos menores que evidenciou influenciar significativamente a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais.

Estes resultados têm implicações ao nível da compreensão da intergeracionalidade entre idosos e crianças, pois sugerem que é ao nível da afectividade positiva que o contacto intergeracional se constitui uma mais valia. Além disso, os resultados deste estudo salientam o papel da programação intergeracional na diminuição de estereótipos, uma vez que a maioria dos idosos inquiridos considera que as crianças gostam mais deles, depois de participarem em actividades conjuntas.

Palavras-Chave: Bem-Estar Subjectivo; Intergeracionalidade; Idosos.

Summary

The contact between generations assumes is one of the strategies to promote intergenerational solidarity. In this written essay the implications of intergenerational contact are studied and the subjective and experienced well-being of elderly people who are in day centres which develop intergenerational programmes with children. Within this aim were applied questionnaires containing socio-demographic information, evaluation of the subjective health, satisfaction with life scale (Diener *et al.*, 1985, Portuguese version of Simões, 1992), positive and negative affect schedule (Watson, Clark e Tellegen, 1988, Portuguese version Simões, 1993) and intergenerational activities questionnaire (adapted from Dellmann-Jenkins, 1997). The sample embraces thirty elderly people, who attend three day centres with the average age of eighty-two years old. The results suggest that: the elderly people from the sample have favourable opinions about the intergenerational activities and show a positive cognitive SWB. In the emotional SWB, positive affections predominate over negative ones. The socio-demographic variations and the evaluation of the subjective health didn't significantly influence the SWB. Concerning the relationship between the elderly people's opinion about the intergenerational activities and socio-demographic variations, it was the contact with minor grandchildren/great-grandchildren that significantly influenced the opinion of aged people about intergenerational activities.

These results have implications in understanding the intergenerationality between elderly people and children, because they suggest that it is at the level of a positive affection that the intergenerational contact is an advantage. Moreover, the results of this study emphasize the role of the intergenerational programming in the decrease of stereotypes. To confirm this idea the majority of the inquired aged people considers that children like them better after participating in activities together.

Key-Words: Subjective Well-Being; Intergenerationality; Aged People.

INTRODUÇÃO

Nas sociedades contemporâneas, o envelhecimento da população é um fenómeno evidente. Com o aumento crescente de pessoas idosas é imperioso que se ultrapasse a visão da velhice centrada na doença e no declínio, substituindo-a por uma abordagem mais valorativa do ser velho e do processo de envelhecimento.

Apesar de todos os esforços, os estereótipos a respeito desta etapa do ciclo de vida ainda marcam as sociedades ocidentais actuais e, por isso, são vários os autores que identificam estereótipos a respeito dos idosos (Berger, 1995; Richard & Mateev-Dirkx, 2004). Alguns estudos evidenciam que são os mais novos que têm percepções menos positivas em relação aos idosos, mais do que as pessoas mais adultas (Molina, 2000).

Um dos aspectos que tem contribuído para estas visões menos positivas dos mais novos acerca da velhice pode estar relacionado com a segregação das gerações na própria estrutura social, como por exemplo: quando as crianças são conduzidas para infantários, e os idosos para Lares ou Centros de Dia. O outro aspecto parece estar inerente à fragmentação das famílias, que em muitos casos reduz as oportunidades de contacto entre os membros mais velhos e os mais novos.

Perante este panorama, é necessário educar desde cedo os mais novos a gostar de envelhecer (Barros, 2008) e a não temer a velhice. Embora ainda pouco se tenha feito

para que os mais novos modifiquem favoravelmente a sua concepção sobre os idosos, alguns estudos apontam que as crianças modificam para melhor o seu conceito acerca destes, depois de terem sido sujeitas a programas intergeracionais onde participavam também idosos (Bales, Eklund & Siffin, 2000). É igualmente necessário desmistificar junto dos idosos, sobretudo os que encaram a velhice como um período de vivências negativas, os estereótipos acerca da velhice, favorecendo neles próprios a cultura do respeito pela ancianidade.

Neste contexto de apelo, parece-nos clara a necessidade de programas que promovam o contacto e o convívio entre gerações, sobretudo entre crianças e idosos, de forma a diminuir os impactos causados pela segregação etária. O estudo das relações intergeracionais entre novos e velhos perspectiva-se como um dos caminhos a percorrer em direcção ao maior bem-estar.

Apesar de vários estudos mostrarem que os idosos não se sentem menos satisfeitos com a vida relativamente a outros grupos etários (Neto, 1999) e que são pessoas felizes (Baltes & Mayer, 1999; Simões *et al.*, 2001), Barros (2008) é da opinião que é necessário continuar a encontrar estratégias para fazer perdurar a felicidade nos idosos. Estas estratégias devem ser dirigidas, sobretudo, para aqueles que se consideram infelizes e insatisfeitos, contudo, o autor deixa antever que a tarefa não se avizinha fácil, como comprovaram os resultados do estudo experimental de Simões, Lima *et al.* (2006).

Escolhemos como amostra do nosso estudo idosos que frequentam Centros de Dia que levam a cabo actividades intergeracionais. Ao centrarmos a nossa investigação no âmbito do bem-estar subjectivo dos idosos, é nossa pretensão compreender e analisar de que forma a programação intergeracional pode influenciar o bem-estar subjectivo dos mesmos.

O presente trabalho consolida-se em duas partes. A primeira é relativa à revisão da literatura e pretende constituir um enquadramento teórico-conceptual que sirva de referência ao estudo empírico que será descrito na segunda parte do trabalho.

Subdividimos esta primeira parte em dois capítulos. O primeiro é relativo ao bem-estar subjectivo, aspectos teóricos e resultados das investigações, nomeadamente as que se têm dedicado ao estudo da influência das variáveis de personalidade e sociodemográficas no domínio do bem-estar subjectivo. Abordamos também a temática do bem-estar subjectivo nos idosos, e dedicamos alguma atenção aos estudos sobre as representações acerca da velhice. No segundo capítulo, abordamos a génese da temática

da intergeracionalidade, bem como a sua contextualização histórica, mais especificamente no panorama português. Dedicamos também atenção a alguns modelos conceptuais propostos para a prática intergeracional, assim como às implicações da prática intergeracional para os idosos, crianças e comunidade.

A segunda parte do trabalho integra três capítulos. No primeiro capítulo, apresentamos os objectivos e as hipóteses de investigação. Efectuamos também a caracterização da amostra. Realizamos a operacionalização das variáveis em estudo e descrevemos os instrumentos adoptados para a recolha de dados. Indicamos os procedimentos relativos à recolha de dados. No segundo capítulo, focalizamos a nossa atenção nos dados, apresentando alguns indicadores da qualidade psicométrica dos instrumentos, a estatística descritiva relativa às variáveis em estudo e a análise das correlações que permitirão testar as hipóteses de investigação. O terceiro capítulo remete para a discussão dos resultados, integrando-os no enquadramento teórico-conceptual, evidenciando os seus significados e retirando as implicações teóricas, empíricas e práticas. Evidenciamos também algumas das limitações do estudo. No final, tecemos algumas considerações relativas aos resultados da investigação.

Esperamos com este trabalho contribuir para alargar o conhecimento na área da intergeracionalidade e da programação intergeracional entre crianças e idosos. Paralelamente, compreender algumas das influências destas actividades na promoção do bem-estar dos idosos.

PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO

CAPÍTULO 1 – BEM-ESTAR SUBJECTIVO

1. NOÇÃO DE BEM-ESTAR

De entre os vários domínios da psicologia positiva, aquele que estuda os traços, os estados e as vivências subjectivas, tem motivado nas últimas décadas uma grande quantidade de estudos. Constructos como o Bem-Estar, o Optimismo, a Felicidade, a Determinação Pessoal, as Emoções Positivas e as Negativas, enquadrados no movimento da psicologia positiva, têm constituído temas de investigação em áreas tão diferentes como a Saúde Mental, a Psicologia Social e a Gerontologia (Novo, 2003).

O interesse na compreensão da temática do bem-estar tem sido crescente desde a Antiguidade Clássica até aos nossos dias. Outrora, os filósofos tinham como preocupação tentar compreender a natureza de uma vida feliz, actualmente a investigação, sobretudo no campo das Ciências Humanas, pretende deslindar os processos subjacentes às experiências de vida felizes, de modo a contribuir para a promoção de vidas e sociedades com maior bem-estar (Albuquerque & Lima, 2007).

Neste trabalho, importa-nos compreender a temática do Bem-Estar, para isso fazemos referência às duas grandes áreas: Bem-Estar Subjectivo e Bem-Estar Psicológico. No entanto, como referência central deste estudo, importa-nos caracterizar o domínio do BES (Bem-Estar Subjectivo).

O Bem-Estar tem-se desenvolvido em dois espaços importantes, um no âmbito do desenvolvimento do adulto e da saúde mental e outro mais ligado a aspectos psicossociais, à qualidade de vida e à satisfação com as condições e circunstâncias da vida (Novo, 2003). A qualidade de vida envolve, para além dos aspectos ambientais, aspectos internos relativos a cada pessoa, que correspondem ao Bem-Estar Psicológico e ao Bem-Estar Subjectivo (Veenhoven, 2005). Estas duas áreas do Bem-Estar edificaram-se a partir de duas perspectivas filosóficas diferentes onde “as duas tradições – hedonismo e eudemonismo – são fundadas em perspectivas distintas de natureza humana e daquilo que constitui uma boa sociedade” (Ryan & Deci, 2001, pp.143). Lent (2004) faz a distinção entre bem-estar hedonista e bem-estar eudemonista. Na primeira aceção, o bem-estar consiste no prazer ou felicidade (hedonismo vem do termo grego, *hedonê*, que significa prazer): trata-se de experienciar sentimentos agradáveis, ou de equilíbrio entre sentimentos agradáveis e desagradáveis. Na segunda aceção, o bem-estar consiste na realização pessoal, ou seja, na actualização da nossa verdadeira natureza (eudemonismo vem do termo grego, *eudaimonismós*, que significa felicidade, e refere-se à doutrina segundo a qual a felicidade consiste na prática da virtude, sendo o prazer um mero produto da vida virtuosa). Assim, o bem-estar eudemonista consiste mais no que a pessoa faz ou pensa e não tanto no que ela sente. O acento é colocado no desenvolvimento psicológico e na procura de significado e de um rumo para a vida (Simões, 2006). Diener é um dos principais estudiosos do bem-estar hedonista, ou bem-estar subjectivo (Simões, 2006). Por sua vez, o bem-estar eudemonista, ou bem-estar psicológico, tem em Ryff um dos principais defensores.

O bem-estar subjectivo, vinculado ao hedonismo, concebe o bem-estar como a felicidade subjectiva e a procura de experiências de prazer ou de equilíbrio entre o afecto positivo e o afecto negativo (Diener *et al.*, 1999; Diener, 2000). O constructo é abraçado como um agregado de conceitos diversos, como o de Felicidade, o de Satisfação e o de Experiências Emocionais. Aparece no contexto empírico de procura de identificação de características sociodemográficas associadas à qualidade de vida e à satisfação, e assenta na noção de felicidade. Tem ainda como propósito considerar a avaliação que as pessoas fazem das suas vidas com base nos valores, necessidades e

sentimentos pessoais, desvalorizando os valores universais ou a qualidade do funcionamento psicológico (Novo, 2003) A extensa investigação em volta deste constructo tornou-se mais clara desde a década de 60, com gradual dinamismo, e mais evidente nos EUA (Novo, 2003). Diener *et al.* (1999) apresentam o BES como um território geral de interesse científico, muito mais do que um constructo singular.

O bem-estar psicológico, radicado na perspectiva eudemonista, assume o bem-estar como a efectivação do potencial humano (Ryff, 1995). Esta forma de conceptualização, proposta na década de 80, assume-se com o objectivo de caracterizar o domínio a partir das dimensões básicas do funcionamento positivo que emergem de diferentes modelos teóricos da Psicologia do Desenvolvimento, da Psicologia Clínica e da Saúde Mental, assomando de um contexto teórico de orientação humanista (Novo, 2003). O bem-estar psicológico define como objectivo fundamental a operacionalização da dimensão do funcionamento psicológico positivo, dimensões derivadas dos sistemas teórico-clássicos, como os de C. Jung, C. Rogers e A. Maslow, e dos modelos de conceptualização do desenvolvimento adulto de G. Allport, B. Neugarten e M. Jahoda (Novo, 2003).

Os dois constructos, bem-estar subjectivo e bem-estar psicológico, apesar de serem domínios que adoptam o mesmo objecto de estudo, têm, como já foi referido, raízes, percursos e orientações distintas (Novo, 2003). Waterman (1993) considera que as divergências entre estas duas concepções de bem-estar firmam-se, essencialmente, no facto do bem-estar subjectivo estar associado à noção de felicidade, ao relaxamento, a sentimentos positivos e a uma ausência relativa de problemas, enquanto que o bem-estar psicológico se encontrar associado ao ser em mudança, ao exercício do esforço e à procura do crescimento e desenvolvimento pessoal.

Várias investigações levadas a cabo por alguns autores (Compton *et al.*, 1996; King & Napa, 1998; McGregor & Little, 1998) concluíram que o bem-estar deveria ser entendido como um fenómeno multidimensional que incluiria quer o bem-estar subjectivo quer o bem-estar psicológico (Ryan & Deci, 2001; Keys, Shmotkin & Ryff, 2002; Lent, 2004). O bem-estar subjectivo e o bem-estar psicológico são entendidos por alguns autores como duas facetas do funcionamento óptimo do ser humano (Ryff & Singer, 1998; Ryan & Deci, 2001), isto é, promotores daquilo a que a psicologia positiva tem vindo a designar como florescimento humano (*human flourishing*) (Albuquerque & Lima, 2007).

Tomando o BES como referência principal deste trabalho, procedemos, de seguida, à análise de duas, das várias teorias explicativas do constructo.

1.1. TEORIAS DO BEM-ESTAR SUBJECTIVO

Os avanços assinaláveis no domínio do BES nos últimos anos têm-se traduzido no aparecimento de inúmeras teorias. Neste ponto destacaremos a teoria “base-topo” e a teoria “topo-base” (*bottom-up* e *top-down*), referidas por Diener em 1984.

Na abordagem base-topo (*bottom-up*) o bem-estar subjectivo é considerado como sendo o efeito cumulativo de experiências positivas em vários domínios específicos da existência, como o trabalho, a família e o lazer. O indivíduo avalia a sua satisfação global com a vida, efectuando um tipo de cálculo mental de soma dos elementos. Estes elementos seriam constituídos por parcelas, como sendo as satisfações particulares experienciadas em cada um dos vários domínios. Uma vida agradável seria constituída pelo mero acumular de momentos agradáveis (Simões *et al.*, 2000).

Esta teoria está intimamente relacionada com a filosofia de Locke. Para este filósofo inglês, a mente é uma *tabula rasa*, em que nada está escrito, a sua moldagem seria fruto da experiência, pelo que as sensações seriam o reflexo objectivo do mundo externo (Simões *et al.*, 2000).

Assume-se, nesta perspectiva, que as circunstâncias objectivas da vida seriam os principais preditores do BES (Feist, Bodner, Jacobs, Miles & Tan, 1995). As primeiras investigações neste domínio centraram-se na averiguação das influências dos factores bio-sociais e sociodemográficos, tais como a idade, sexo, o nível socioeconómico (Larson, 1978; Diener, 1984; Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999).

A teoria topo-base (*top-down*) postula que existe uma inclinação global para experienciar as coisas de modo positivo, sendo que essa inclinação influencia o modo e o momento como os indivíduos interagem entre si e com o mundo. Como exemplo, Diener (1984) menciona que a pessoa experimenta prazeres, porque é feliz, e não o contrário. Sendo assim, qualquer experiência poderá ser objectivamente agradável ou desagradável, satisfatória ou insatisfatória, dependendo da interpretação que o sujeito lhe atribuir.

Os autores, (Simões *et al.*, 2000), referem que subjacente a esta teoria, está a filosofia de tipo Kantiano, que coloca a tónica no sujeito, sendo este a personagem

activa e organizadora da sua própria experiência, contrariamente ao ser passivo e à *tabula rasa*, defendida por Locke.

Nesta direcção, não deverão ser as circunstâncias objectivas, mas as interpretações subjectivas das mesmas, as determinantes primárias do bem-estar subjectivo. Assim, enquanto na abordagem base-topo, o BES é encarado como o efeito, na abordagem topo-base é considerado como uma causa (Simões *et al.*, 2000).

A tendência actual na investigação é para privilegiar a abordagem topo-base, destacando a personalidade como papel fundamental na predição do BES (DeNeve & Cooper, 1998). O sujeito é a pedra basilar, ele procura e vivencia as suas próprias experiências, atribuindo-lhes um significado pessoal e individual reflexivo da sua própria personalidade, como tal, ele é o construtor principal na edificação do seu próprio bem-estar.

De seguida, procedemos à abordagem de alguns aspectos caracterizadores do modelo de Bem-Estar Subjectivo, fruto da investigação realizada nos últimos anos.

1.1.1. Caracterização do Modelo do Bem-Estar Subjectivo

O BES é, actualmente, definido como sendo constituído por uma componente cognitiva, designada satisfação com a vida (a forma como se avalia a própria vida, globalmente considerada; Novo, 2003; Simões, 2006) e por uma componente afectiva onde se insere a noção de felicidade (as reacções emocionais, positivas ou negativas, face à referida avaliação; Novo, 2003; Simões, 2006). Novo (2003) salienta que o constructo encerra em si aspectos cognitivos (Satisfação) e aspectos afectivos (Felicidade) implicados na avaliação subjectiva da existência pessoal, ou seja, aquilo que as pessoas pensam e sentem sobre as suas vidas. Considera-se assim, que o bem-estar subjectivo representa a avaliação que as pessoas fazem da sua própria vida, quer em termos de satisfação com a mesma (aspecto cognitivo), quer em termos das suas relações emocionais positivas e negativas (aspecto afectivo).

Simões (2006) refere também que “se às condições subjectivas, que constituem o bem-estar subjectivo, juntarmos as condições objectivas, tais como os recursos materiais ou a saúde, teremos os dois ingredientes da qualidade de vida” (Bury & Holme, 1991, *in* Simões, 2006, pp.108). Simões (2006) explica que “enquanto as noções de Bem-Estar Subjectivo e Qualidade de Vida só parcialmente se sobrepõem, as de BES e Felicidade tendem a ser usadas como sinónimos” (pp.108). Considera ainda

que “se alguma distinção houvesse de ser feita, seria no sentido de limitar o conceito de felicidade às dimensões afectivas do BES: a felicidade consistiria na predominância das emoções positivas (afectividade positiva, *PA*) sobre as emoções negativas (afectividade negativa, *NA*)” (Simões, 2006, pp.108). Mais adiante tentamos compreender a associação dos dois conceitos: Felicidade e BES.

Diener, um dos principais investigadores na área do BES, define actualmente o conceito como uma entidade multidimensional, não monolítica, que integra diferentes componentes (Satisfação com a Vida, Afecto Positivo e Afecto Negativo), e que exibem padrões únicos de relação com diferentes variáveis internas e externas (Diener & Fujita, 1995; Lucas *et al.*, 1996). Revelam que ainda que haja uma correlação importante entre as componentes, a Satisfação com a Vida é uma componente mais marcadamente cognitiva, sendo que as Experiências Afectivas constituem a componente de cariz mais emocional. Esta última organiza-se a partir de duas dimensões distintas (Afecto Positivo e Afecto Negativo) e não de uma única dimensão bipolar (Diener & Emmons, 1984; Diener, Smith & Fujita, 1995).

Novo (2003) vem reforçar, uma vez mais, que as duas dimensões do BES, embora que relacionadas entre si, diferenciam-se pela especificidade dos processos psicológicos que envolvem. Apesar da autora considerar que estas dimensões não são indicadores puros de cognição e de afecto, refere que a Satisfação com a Vida, dimensão de natureza mais cognitiva, representa o balanço que cada indivíduo faz da sua vida em geral. Por sua vez, a Felicidade, dimensão de natureza mais emocional, representa a avaliação de cada indivíduo relativamente às suas experiências emocionais, quer positivas quer negativas (Novo, 2003).

Um dos aspectos que Diener *et al.* (1999) reconhecem é o facto de que o BES, ao ser percebido e avaliado por cada sujeito, pode ser afectado por vários factores, muitos deles dependentes da própria individualidade do sujeito (características pessoais), o que reflecte os valores de cada pessoa e o reconhecimento do que elas pensam ser importante nas suas vidas, deixando antever a sua relação com variáveis de natureza psicológica.

A associação do conceito de Felicidade com o Bem-Estar Subjectivo tem sido controversa ao longo dos anos. Vários autores (Ryff, 1989; Compton, Smith, Cornish & Qualls, 1996) mencionam que no âmbito da conceptualização do BES, o termo felicidade assume apenas um sentido de satisfação hedónica, associando um carácter restrito ao conceito. Novo (2003) salienta algumas lacunas identificadas neste domínio,

que constituem alguns obstáculos à compreensão dos dados empíricos acumulados, nomeadamente: ausência de um modelo teórico orientador da investigação, valorização da Felicidade como critério de definição de Bem-Estar Subjectivo e como alvo de avaliação exclusivo. Outras dificuldades ressaltadas pela autora são: a proliferação de termos para avaliar constructos potencialmente semelhantes, a existência de diferentes medidas de operacionalização de cada um deles e a escassez de estudos de precisão e de validade das medidas. Aspectos como estes parecem constituir a fragilidade metodológica neste domínio e decorrem, porventura, da diversidade de conceptualizações em torno da designação de BES (Novo, 2003). No entanto, é reconhecida a evolução no sentido da progressiva racionalização e clarificação dos conceitos, no aumento dos estudos das características psicométricas de alguns instrumentos e da análise da validade de diversas medidas (Pavot & Diener, 1993; Lucas *et al.*, 1996; Diener & Suh, 1998).

A especulação em torno da noção de Felicidade remonta à Antiguidade com Aristóteles, Séneca, Santo Agostinho, e tem prevalecido até aos tempos modernos, com autores como Kant e Mill. Só há poucos anos, o conceito começou a ser tema de investigação psicológica empírica (Simões *et al.*, 2006). Nos anos 60, Wilson (*in* Diener, 1984) e Brandburn (*in* Campbell *et al.*, 1976) levaram a cabo estudos em torno da satisfação de vida e dos estados subjectivos associados, dos quais emergiram os afectos positivos, negativos e o conceito de felicidade como dimensões estruturantes dos dados. Posteriormente, Diener deu continuidade a esta linha de estudos e inseriu este domínio de estudo no âmbito da psicologia positiva (Diener, 2000). Identificou o BES como a avaliação cognitiva (Satisfação com a Vida) e afectiva (Felicidade) que os sujeitos fazem das suas vidas.

O princípio subjacente à avaliação da felicidade é o de que cada indivíduo tem o direito de decidir se a sua vida é ou não positiva e satisfatória, cabendo ao investigador aceitar essa avaliação. A este respeito, Diener (2000) descreve que “as pessoas têm um abundante Bem-Estar Subjectivo, quando sentem muitas emoções positivas e poucas emoções negativas, quando estão envolvidas em actividades interessantes, quando vivenciam muitos prazeres e poucos sofrimentos e quando estão satisfeitas com as suas próprias vidas. Há características adicionais do valor da vida e da saúde mental, mas o campo do BES focaliza a avaliação que as pessoas fazem das suas próprias vidas” (pp.34).

Em suma, a felicidade, do ponto de vista epistemológico, aparece como o elemento central e como ponto de partida para a definição do BES. Traduz-se na realização do nosso verdadeiro *dáimon*, ou seja, da nossa autêntica natureza (Simões *et al.*, 2006). Simões (2006), defensor da investigação científica da felicidade, socorre-se da afirmação de Lichtenberg (1990, pp.169), ao escrever que, para sermos belos, é preciso que os outros nos considerem como tais. Mas, tratando-se da felicidade, nada disto é necessário: “basta que nós próprios acreditemos que é assim” (Simões, 2006, pp. 108). O autor explica estas palavras e refere que, “contrariamente à beleza, para sermos felizes, só se exige a percepção subjectiva de que o somos” (pp.109). Deste modo, justifica assim a investigação em torno do conceito, “já que o seu objecto são os fenómenos da mesma, nomeadamente os de natureza cognitiva (a percepção) e afectiva (as reacções emocionais)” (Simões, 2006, pp.109).

No ponto que se segue, dedicamos atenção às componentes do BES. Mais adiante, serão abordados os factores personológicos e sociodemográficos, e a sua influência no BES.

1.1.2. Componentes do Bem-Estar Subjectivo

A relação entre as diferentes variáveis e o BES tem vindo a conhecer um grande incremento ao longo dos anos. Esta relação, inicialmente centrada em variáveis circunstanciais (variáveis sociodemográficas, acontecimentos e situações externas), passou a enfatizar os processos psicológicos presentes nessa avaliação subjectiva (Diener *et al.*, 1999). Anteriormente, os objectivos de investigação eram orientados para a acumulação de dados empíricos, ao nível da identificação das características sociodemográficas associadas à qualidade de vida e à satisfação; actualmente, os planos de investigação têm-se preocupado com a compreensão das variáveis e processos psicológicos envolvidos no BES (Novo, 2003). As extensas investigações nesta área têm evoluído da descrição das condições de vida dos diferentes grupos e culturas, dos acontecimentos externos e da sua relação com a felicidade pessoal, para uma tentativa de compreensão da felicidade, não a partir do que acontece e que é exterior ao indivíduo, mas do modo como ele interpreta e vive, subjectivamente, os acontecimentos (Novo, 2003). Simões *et al.* (2001) consideram que o desenvolvimento da investigação nesta área processou-se de uma perspectiva cumulativa, em que o BES era visto como o somatório das satisfações auferidas, em domínios particulares, e a atenção se fixava

sobre os factores bio-sociais e sociodemográficos, para uma outra perspectiva, que privilegia a tendência para experienciar os acontecimentos, de uma certa maneira, e atribuir à personalidade um papel fundamental na determinação do mesmo.

A investigação cuja centralidade se baseava na identificação de quem é feliz, foi-se progressivamente centralizando na identificação de “quando”, “como” e “porquê” (Novo, 2003, pp. 23) as pessoas são felizes e quais os processos que actuam sobre o BES. Os primeiros estudos partiram de investigações de carácter mais sociológico, no entanto, nos últimos anos, despontaram estudos sobre a importância dos objectivos de vida, do temperamento, das influências sociais e culturais e, especificamente, na Felicidade. As questões centrais actuais que a investigação suscita são relativas aos valores e objectivos pessoais, bem como às dimensões ou traços de personalidade que medeiam os acontecimentos externos da qualidade da experiência subjectiva (Novo, 2003). Relativamente à personalidade, Simões *et al.* (2001) referem os resultados dos diversos estudos empíricos que destacam o papel que as disposições pessoais desempenham na forma como as pessoas se adaptam às circunstâncias de vida e aos acontecimentos externos. Novo (2003) reconhece também que os valores e os objectivos de vida podem estar associados à forma como a realidade é percebida, no entanto, a autora admite a hipótese de que a mudança desses objectivos possa ser uma componente da adaptação humana.

No que respeita às variáveis sociodemográficas, foram várias as investigações que procuraram estudar a relação entre a idade, o género, o rendimento, o estado civil, a educação, etc., e o grau de bem-estar experimentado pelos indivíduos. Apesar de nem sempre os resultados serem concordantes entre os diferentes estudos ao longo do tempo, parece, contudo, existir um certo grau de consonância: estas variáveis parecem explicar uma percentagem relativamente diminuta da variância do bem-estar subjectivo (Andrews & Withey, 1976; Campbell, Converse & Rogers, 1976; Argyle, 1999; Diener & Lucas, 1999; Diener, Oishi & Lucas, 2003).

Recentemente, como já referido, o interesse tem vindo a focalizar-se no estudo da relação entre variáveis de natureza psicológica e o BES, e parece que a sua multidimensionalidade tem vindo a generalizar-se e a estabelecer-se. É neste contexto que se enquadram as variáveis de personalidade, as quais têm, em diversos estudos, revelado estar associadas ao fenómeno (Emmons & King, 1988; Brunstein, 1993; Diener, Suh & Oishi, 1997; DeNeve & Cooper, 1998; Sheldon & Kasser, 1998; Diener *et al.*, 1999; Little, 1999a, 1999b; Diner & Lucas, 2000; Simões *et al.*, 2000; Lima *et*

al., 2001; Diner, Oishi & Lucas, 2003; Simões *et al.*, 2003; Park, Peterson & Seligman, 2004, entre outros).

É complexo o campo de investigação que abrange BES, pelo que, como referem Simões *et al.* (2000), é essencial um completo entendimento do fenómeno.

No ponto que se segue, dedicamos atenção à relação entre os factores personológicos e o BES, ainda que não seja objectivo deste trabalho compreender essa influência. Mais adiante, será abordada a relação entre os factores sociodemográficos e o BES.

1.2. INFLUÊNCIA DOS FACTORES PERSONOLÓGICOS SOBRE O BEM – ESTAR SUBJECTIVO

A investigação actual tende a realçar o papel da personalidade no BES, em virtude do seu poder preditivo. São várias as revisões dos estudos, sobretudo de carácter meta-analítico, que sustentam isso mesmo (Diener, 1984; Veenhoven, 1984; DeNeve & Cooper, 1998; Diener *et al.*, 1999; Diener & Lucas, 1999; Simões *et al.*, 2000). A meta-análise de DeNeve e Cooper (1998), abrangendo 137 traços de personalidade e um total de 148 estudos, encontrou uma magnitude do efeito média de $r=.19$, isto é, uma influência moderada dos factores de personalidade sobre as operacionalizações do BES. Tal influência era menor quando se tratava da afectividade negativa comparativamente com a afectividade negativa (.13 e .20, respectivamente).

De entre os cinco grandes factores de personalidade analisados, foi a Conscienciosidade, e não a Extroversão, que revelou ter maior influência sobre o BES (Simões, 2006). “A razão é que talvez a Conscienciosidade leve os indivíduos a fixarem metas pessoais mais elevadas, a esforçarem-se mais e, assim, obterem melhores resultados, dos quais deriva maior satisfação” (Simões, 2006, pp.119).

Uma perspectiva mais dinâmica de abordagem da personalidade e que também tem suscitado o interesse dos investigadores é o da relação entre o bem-estar subjectivo e as metas pessoais. Os estudos têm evidenciado a existência de uma tal relação, na medida em que, quando são percebidas como acessíveis, congruentes com os seus motivos e se registam progressos no sentido das mesmas, suscitam um empenhamento muito maior por parte dos sujeitos (Brunstein, 1993; Brunstein *et al.*, 1998; Sheldon & Elliot, 1999). “As metas são estados finais ou resultados, que se procuram atingir ou evitar. Têm uma componente cognitiva (representação de uma situação a atingir),

afectiva (sentimentos e emoções a ela ligados) e comportamental (comportamentos para a atingir)” (Pohlmann, 2001, *in* Simões *et al.*, 2003, pp.10). Diener e Lucas (1999, pp.224) referem também que “as metas podem situar-se, a vários níveis: a um nível geral (os valores), a um nível intermédio (as tarefas da vida) e a um nível mais restrito (as nossas preocupações do dia-a-dia)”. Em suma, o que Simões *et al.* (2003) enfatizam é a influência das metas sobre o BES; bem como a associação de certas características das metas com dimensões específicas do BES, isto é, à componente cognitiva, ou à componente da afectividade positiva ou negativa (Emmons, 1986 *in* Simões *et al.*, 2003).

Emmons (1992) menciona outras características das metas que determinam a sua influência sobre o bem-estar subjectivo. Uma delas corresponde ao nível de abstracção, isto é, os indivíduos que fixam metas muito gerais, tendem a apresentar níveis mais elevados de mal-estar psicológico (depressão) e de afectividade negativa.

Importa-nos dedicar particular atenção aos trabalhos de Rapkin e Fisher (1992) sobre as metas dos idosos. Verificou-se que nem todas as metas estavam positivamente correlacionadas com o BES. O efeito era positivo, quando se tratava de metas de manutenção social (visando dar continuidade às relações estabelecidas com outras pessoas e com a comunidade envolvente) e de estilo de vida enérgico (ser saudável, conduzir uma vida activa e independente). A relação metas/BES era negativa, quando aquelas se traduziam em termos de desvinculação (libertar-se de obrigações sociais e comunitárias), de estabilidade (em relação à vizinhança, e ao sistema de saúde) e de actividade (reduzir o nível de actividade) (Simões, 2006).

Os factores intervenientes na relação metas/bem-estar subjectivo foram evidenciados por Brunstein (1993) e Brunstein *et al.*, (1998). Foram mostradas três dimensões das metas pessoais: o empenhamento (determinação, urgência, vontade) na prossecução das mesmas, a sua acessibilidade (juízo sobre as oportunidades, controlo e recursos) e o progresso na sua consecução. Procurou averiguar-se qual o grau de empenhamento na execução das metas, bem como a percepção da sua acessibilidade, e qual o seu efeito sobre o BES (Brunstein, 1993; Brunstein *et al.*, 1998). Os resultados evidenciaram que a influência do empenhamento dependia da acessibilidade das metas. Quando se conjugam um elevado grau de empenhamento e circunstâncias favoráveis, os resultados são progressos assinaláveis na direcção das metas pessoais, que directamente se traduzem em efeitos positivos sobre o BES. Pelo contrário, quando as condições são

consideradas pouco favoráveis e os progressos escassos, inevitavelmente as consequências para o BES são negativas (Simões *et al.*, 2000).

Às três características das metas, que revelaram influenciar o BES, junta-se ainda uma quarta característica, abordada num estudo mais recente levado a cabo por Brunstein *et al.* (1998) – a congruência das metas com os motivos. Simões *et al.* (2000) têm presente que os indivíduos com um nível elevado de determinada motivação não têm necessariamente de se empenhar dessa maneira na prossecução das metas correspondentes a essa motivação. O que se verifica muitas vezes é que, para além de se empenharem na prossecução de metas congruentes com a sua motivação, se propõem a outras, sem correspondência com as suas disposições motivacionais (Brunstein *et al.* 1998). O que se averiguou neste estudo foi que o efeito combinado do bem-estar subjectivo com o empenhamento na prossecução das metas e na acessibilidade dos recursos, só se explica, quando se trata de metas congruentes com a motivação dos sujeitos. Nesta situação, um empenhamento elevado, concomitantemente com uma acessibilidade elevada, revertem num aumento do bem-estar, quando a motivação é congruente com as metas; em contrapartida, se a motivação não é ajustada às metas, um empenhamento elevado conduz a um decréscimo no BES (Simões *et al.*, 2000).

De seguida, abordamos os resultados de algumas investigações relativamente à relação entre o BES e as variáveis sociodemográficas.

1.3. INFLUÊNCIA DOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS SOBRE O BEM-ESTAR SUBJECTIVO

São inúmeros os factores sociodemográficos que têm sido apontados como sendo susceptíveis de influenciar o BES. Os correlatos mais representativos a este nível têm como base estudos de Larson, (1978), Diener, (1984) e Diener *et al.* (1999) e integram factores como: a idade, o género, a saúde, o rendimento, o estado civil, a educação e a religião.

Estas variáveis eram inicialmente explicadas como diferenças individuais na felicidade. Considerava-se que os indivíduos casados, mais ricos, mais jovens, seriam mais felizes porque dispunham de diferentes recursos psicológicos, físicos ou materiais (Simões *et al.*, 2000). As diferenças na felicidade eram, assim, justificadas pela pertença a determinados grupos sociais (Mroczek & Kolarz, 1998).

Mais tarde, concluiu-se que os factores sociodemográficos explicam apenas uma parte da variância do BES. Simões *et al.* (2000) referem que esta constatação foi designada como o “paradoxo do bem-estar subjectivo”, atendendo ao seu carácter contra-intuitivo e ao facto de os indivíduos poderem ser felizes, apesar de afectados por uma série de factores que, numa primeira análise, deveriam conduzir à infelicidade (pp.261).

Investigações mais antigas nesta área (Andrews & Withey, 1976) aludem a uma percentagem de variância explicada na ordem dos 10%, enquanto que outras mais recentes (Diener, 1984) sugerem valores na ordem dos 15%. Os últimos trabalhos neste campo vieram corroborar estes dados, uma vez que também eles vêem correlações dessas variáveis com o BES, ainda que modestas.

De seguida, procedemos apenas à apresentação dos factores sociodemográficos que a literatura tem considerado como tendo impacto no BES e que, por este motivo, foram incluídos na componente empírica deste estudo (idade, saúde, estado civil, educação e género). Excepção para o factor religião, não contemplado no estudo empírico, a que faremos referência, uma vez que foi relatada no discurso de alguns dos inquiridos.

Idade

A idade é uma das variáveis que tem sido largamente estudada. De um modo geral, o BES não se apresenta correlacionado com a idade, ou as correlações são pequenas (Lima *et al.*, 2001; Simões *et al.*, 2000). Vários estudos encontram correlações de .10 entre a idade e o BES, isto é, tende a registar-se um pequeno acréscimo no bem-estar subjectivo, à medida que os indivíduos envelhecem (Argyle, 1999).

Na óptica de Simões (2006), é claro que uma correlação, pouco ou nada diz acerca da existência de uma relação causal, ou do próprio sentido de causalidade. A relação encontrada entre ambos, possivelmente, é explicada pelo facto de os indivíduos mais velhos terem um nível inferior de instrução e assim apresentarem expectativas inferiores às dos mais novos (Simões, 2006), bem como se satisfazerem mais facilmente do que os mais novos, ou ainda estarem preocupados com as necessidades de sobrevivência mais básicas (Argyle, 1999).

As conclusões do estudo levado a cabo por Diener e Suh (1997) apontaram que a satisfação com a vida não mostrava declínio com a idade. Também a afectividade positiva diminuía, ligeiramente, com as sucessivas *coortes* de idade e, no que respeita à

afectividade negativa, ela mantinha-se relativamente estável de *coorte* para *coorte*. Simões *et al.* (2000) salientam que o referido estudo é de natureza transversal, o que não permite afirmar se as diferenças encontradas são devidas à idade ou à *coorte*. No entanto, as investigações longitudinais de Costa *et al.* (1987) apontam no sentido da estabilidade. Só a partir de idades muito avançadas (para lá dos 80) é que parece verificar-se alguma tendência para a diminuição (Smith, *et al.*, 1999).

Apesar de tudo, para Simões *et al.* (2000), parece contraditório que o BES não tenda a baixar com a idade, isto é, que os indivíduos mais velhos se mostrem menos felizes que os mais jovens, mas a realidade é que este facto não se verifica. Para os autores seria de esperar que assim fosse, tendo em conta as sucessivas perdas que decorrem no processo de envelhecimento, como: a saúde que se deteriora, a reforma e consequente diminuição dos recursos financeiros, bem como a perda de pessoas significativas. Face a tudo isto, parece difícil encontrar uma razão explicativa para este paradoxo. Porém, a bibliografia coloca a hipótese de que à medida que diminuem os recursos, as pessoas tendem a reajustar os seus níveis de aspiração e a fixarem metas que estão mais ao seu alcance (Simões, 2006). A socialização antecipatória pode também ajudar os mais velhos a adaptarem-se a acontecimentos de grande impacto emocional. Como exemplo o autor sugere o facto da a viuvez ter um efeito mais devastador sobre os indivíduos mais jovens do que sobre os mais velhos (Simões, 2006).

Parece então, poder deduzir-se, que o bem-estar subjectivo não se correlaciona com a idade. Porém, os resultados de algumas investigações apontam para a possibilidade do BES aumentar com a idade (Diener & Suh, 1998; Mroczek & Kolarz, 1998). Myers (2000) refere que não há um período na vida em que se seja particularmente feliz: em qualquer época da vida, há pessoas felizes e infelizes. O que pode mudar são os preditores da felicidade, no sentido de, por exemplo, os indivíduos mais velhos atribuírem maior importância às relações sociais e à saúde.

Saúde

No que se refere à saúde, Simões *et al.* (2003) referem que esta pode ser considerada como um dos preditores mais eficazes do bem-estar subjectivo. Na óptica dos autores, este facto é de esperar, tendo em conta a importância que lhe é atribuída pela maioria dos indivíduos. Okun *et al.* (1984) desenvolveram um estudo valioso a este nível, encontraram uma magnitude do efeito média de $r = .32$, superior à revelada por

DeNeve e Cooper (1998) para os factores da personalidade (Simões *et al.*, 2000). O estudo desenvolvido por Simões *et al.*, (2003) mostrou também o poder preditivo da variável saúde no Bem-Estar Subjectivo.

De notar, porém, que é a saúde subjectiva (a percepção que o indivíduo tem do seu estado de saúde) que mais se relaciona com o BES, e não tanto a saúde objectiva (avaliada pelos médicos), neste caso as correlações são fracas (Simões *et al.*, 2000; Simões *et al.*, 2003).

Simões *et al.* (2003) referem que a saúde subjectiva parece, ela própria, estar associada a factores da personalidade. Esta hipótese foi confirmada num estudo conduzido por Staundinger *et al.* (1999) com duas populações representativas dos Estados Unidos da América e da Alemanha. O modo como as pessoas percebem o seu estado de saúde é influenciado pela personalidade do indivíduo. Assim sendo, um indivíduo optimista mais facilmente percebe que goza de um bom estado de saúde, do que os que não o são, constituindo esta percepção um factor de promoção do BES (Simões *et al.*, 2000; Simões *et al.*, 2003).

A este respeito é interessante o estudo desenvolvido por Adkins *et al.* (1996) que mostrou que o moral só era influenciado pela saúde no caso de sexagenários e octogenários. Isto porque naquela amostra, os sujeitos começavam a ter mais problemas de saúde (por exemplo: diminuição da actividade motora, diminuição da acuidade visual e auditiva, entre outros). Curioso é também o facto de no caso dos sujeitos centenários esta influência não se verificar. Simões *et al.* (2000) justificam este acontecimento pressupondo que estes indivíduos, com o passar do tempo, se adaptaram às suas próprias incapacidades e limitações. Parece razoável justificar também este facto, evocando a avaliação individual que cada indivíduo faz do seu estado de saúde, isto é, muitas vezes, as pessoas mais velhas avaliam a respectiva situação de saúde em função das limitações que se produzam ao nível das actividades que mais valorizam.

Assim, quem valoriza a leitura avalia de forma mais negativa as limitações visuais, quem valoriza os passeios e as saídas de casa, sentir-se-á mais prejudicado com as limitações motoras. A este respeito, Paúl e Fonseca (2001) consideram que há objectivos funcionais e idiossincráticos que explicam o modo como cada indivíduo avalia o seu estado de saúde.

Heidrich e Ryff (1993) consideraram que os mecanismos de integração e de comparação social seriam os factores mediadores entre a saúde e o bem-estar subjectivo. Paúl (2001) é da opinião de que cada indivíduo deve ajustar-se de forma

dinâmica, ao envelhecimento biológico e às alterações que se produzem na rede social, para assim falar-se de um envelhecimento bem-sucedido (*in* Fonseca, 2005b). Mas será a saúde que influencia o BES, ou o BES que influencia a saúde? Para que direcção se voltará esta causalidade? Simões (2006) coloca estas questões e considera, uma vez mais, que nenhuma das alternativas parece de excluir. Para o autor é razoável que a saúde afecte o BES, tendo em consideração a sua valorização, porque ter saúde significa sentir-se bem e conseguir manter-se activo física e mentalmente. As investigações apontam no sentido de uma causalidade bidireccional (Simões, 2006).

Estado Civil

De entre os factores sociodemográficos com influência no BES, o estado civil é dos mais robustos. Várias investigações documentam que os indivíduos casados, ou em união de facto, mostram ser mais felizes e gozar de melhor saúde física e mental do que os não-casados, quer estes estejam solteiros, viúvos, divorciados ou separados (Argyle, 1999; Simões *et al.*, 2000; Simões, 2006). Vários estudos demonstram que o efeito do estado de casado se mantém mesmo quando se controlam outras variáveis, tais como a idade, o rendimento ou o nível de instrução (Simões, 2006).

Um ponto debatido relativamente a este factor é o facto de saber se os homens casados são mais felizes que as mulheres casadas (Diener *et al.*, 1999). A revisão de estudos, com recurso à meta-análise (Wood, Rhodes & Whelan, 1989), “verificou não só que a condição de casado *versus* não-casado está associada a um nível de BES mais elevado, tanto para o homem como para a mulher, mas ainda que esta tenda a sentir-se mais satisfeita do que aquele, no matrimónio” (Simões, 2006, pp.115).

A relação entre o estado civil e o BES pode ser explicada pelo facto do matrimónio ser para a maioria das pessoas a fonte principal de apoio social, quer ao nível emocional, material e relacional. Argyle (1999) refere que “para aqueles que são casados, o cônjuge está envolvido e é instrumental para uma gama variada de satisfações, incluindo as de cariz sexual e as relacionadas com o lazer. Estar apaixonado é a principal fonte de emoções positivas. O casamento é beneficiário para a saúde, em parte porque resulta em comportamentos mais promotores da mesma – as pessoas casadas bebem e fumam menos, seguem uma dieta melhor e acatam as prescrições do médico (...). O casamento é um tipo de cooperativa biológica, cujos membros cuidam um do outro, e também recebem benefícios, pelo facto de serem capazes de mútua confiança e de discutirem os problemas com o interlocutor interessado” (pp. 361).

Todavia, não nos permite abandonar a ideia de que o matrimónio nem sempre é sinónimo de felicidade, e muito menos, que é uma condição para se estar apaixonado. O casamento, em muitos dos casos, é uma situação geradora de conflitos, principalmente quando um dos sujeitos não se sente bem com a relação. No nosso país verifica-se um aumento crescente de divórcios, no entanto, ainda reside o preconceito em relação a este aspecto, e por isso, muitos indivíduos abdicarão do seu BES em prol de um casamento feliz apenas aos olhos da sociedade. Parece que, nestes casos, não será honesto dizer-se que o facto de se estar casado torna as pessoas mais felizes. Albuquerque (2006) refere que estudos recentes e longitudinais evidenciam que, ser casado, não influencia necessária e positivamente o BES, sendo que a alteração para níveis mais elevados só ocorre como uma reacção inicial ao casamento. Sugere-se que, talvez mais importante que o estado civil, sejam as emoções positivas vivenciadas pelos sujeitos na relação, mais do que o facto de se estar ou não casado.

Diener *et al.* (1999) referem um aspecto interessante no que diz respeito ao casamento: a influência dos factores culturais sobre a relação casamento/BES. Os autores expõem que o casamento pode proporcionar recompensas económicas e sociais, mas isso depende, em muito, dos valores da sociedade. Nos grupos etários, por exemplo idosos, e nas culturas em que as necessidades dos indivíduos podem ser mais facilmente satisfeitas no casamento, é mais provável que os efeitos sejam mais positivos. De modo semelhante, nas culturas individualistas e que dão mais valor ao matrimónio, é provável que as pessoas divorciadas ou viúvas sofram, quando comparadas com as casadas, pelo facto de aquele estar conotado como a fonte principal de intimidade e apoio social.

Educação

A educação é um factor muito análogo ao da idade, sendo por isso bastante modesto. Como já referia Diener na sua revisão de estudos de 1984, a educação não é um forte preditor do BES.

É necessário ter em conta que a educação está intimamente relacionada com o rendimento e o nível profissional e neste caso, quando se controlam estas duas variáveis, o seu efeito sobre o BES reduz-se substancialmente ou mesmo desaparece por completo (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999). Assim, uma boa parte do efeito da educação sobre o BES parece exercer-se através do rendimento e do nível profissional, sendo estes, causas de BES (Simões *et al.*, 2001; Simões, 2006).

Simões (2006) explica que a educação pode criar uma gama variada de interesses, em particular relacionados com o lazer, e que constituirão novas fontes de BES. Em contrapartida, poderá também contribuir para elevar as aspirações e diminuir o BES, se aumentarmos o intervalo entre essas aspirações e o nível de realização conseguido. Parece que a educação por si só não tem uma grande influência sobre o BES.

Género

O género é outra variável, em relação à qual se poderá dizer que o seu efeito sobre o BES é inexistente ou bastante modesto (Veenhoven, 1984; Diener & Diener, 1995; Simões *et al.*, 2000; Simões *et al.*, 2003 e Simões *et al.*, 2006). Algumas investigações apresentam resultados contraditórios no sentido de que umas encontram diferenças de género, por exemplo, Simões em 1992, e outras não as detectaram, por exemplo, Neto em 1999. Mas, admitindo que as diferenças de género existem, os dados dos estudos indicam que elas são de pouco valor (Simões *et al.*, 2000).

Nolen-Hoeksema e Rusting (1999, *in* Simões *et al.*, 2003) revelam ainda que os domínios onde estas diferenças se costumam encontrar de forma sistemática, são os das emoções negativas, como a tristeza, a ansiedade, o medo e também, ainda que de forma menos sistemática, a irritação, a agressividade, a hostilidade e os humores positivos. Parece, no entanto, que as diferenças existentes favorecem mais as mulheres. Simões *et al.* (2000) explicam que este facto surge porque os indivíduos do sexo feminino experienciam, mais forte e frequentemente, quer emoções positivas, quer negativas. Neste sentido, o balanço das emoções positivas mais intensas com as emoções negativas fortes, torna o nível de bem-estar subjectivo não muito diferente do dos homens. Ainda que, como referem Wood *et al.* (1989), a depressão e os níveis mais extremos de afectividade negativa sejam mais prevalentes nas mulheres.

Religião

O factor religião, ainda que não contemplado no nosso estudo empírico, pareceu-nos pertinente ser referido neste capítulo, uma vez que todos os inquiridos se descreveram como católicos praticantes. Este factor, ainda que modesto, segundo a evidência de alguns estudos, parece ter um efeito significativo sobre o BES (Simões *et al.*, 2000; Simões, 2006). Simões *et al.* (2000) explicam que podem ser vários os mecanismos que conduzem a que a religião tenha um impacto sobre o BES, sendo um

deles o facto de a religião dar sentido à vida de muitos indivíduos (Simões *et al.*, 2000). Um outro mecanismo, referido pelos autores, que influencia o BES, para além da necessidade de segurança, de submissão e de respeito para com a Entidade Divina, tem a ver com os aspectos institucionais da mesma. Isto é, pertencer a um grupo religioso confere identidade social e define um sistema de relações interpessoais, para aqueles com horizontes sociais reduzidos.

Parece possível que a religião seja causa de felicidade, por várias razões. Simões (2006) aponta algumas: porque as pessoas que frequentam a igreja podem sentir-se mais felizes pelo apoio social que dela recebem, sobretudo se viverem sozinhas, forem idosas ou doentes; ou também o facto de que, sentir uma relação íntima com Deus, pode colmatar a necessidade de segurança e estimular mecanismos de *coping* positivos (Simões, 2006). Na opinião do autor, este sistema de crenças veiculado ajuda o indivíduo a encontrar uma visão mais global da realidade e um sentido para a vida de cada um.

1.4. INFLUÊNCIA DA CULTURA NO BEM-ESTAR SUBJECTIVO

Nos últimos anos, os investigadores na área do bem-estar subjectivo têm levado a cabo um número considerável de estudos transculturais, com o objectivo de compreender o modo como a cultura influencia o bem-estar subjectivo (Diener & Diener, 1995; Schimmack, *et al.*, 2002; Diener, Oishi & Lucas, 2003).

A necessidade de compreender se os processos e factores que explicam o bem-estar subjectivo assumem uma universalidade, ou se, por outro lado, variam culturalmente, parece ter sido o ponto de partida para estas investigações. Numa revisão da literatura nesta área, Diener, Oishi e Lucas (2003) ressaltam que, se os resultados dos estudos indicarem que a felicidade das pessoas está meramente dependente da satisfação das suas necessidades básicas, o rumo para se atingir o bem-estar subjectivo parece ser a satisfação das necessidades básicas. Se, por outro lado, são os desejos e os padrões elevados que influenciam o bem-estar subjectivo, a simples satisfação das necessidades básicas não garante uma felicidade universal. Um outro aspecto que se coloca é averiguar em que medida os valores e as metas pessoais específicas de cada cultura podem influenciar o bem-estar subjectivo (Albuquerque, 2006).

Muitas investigações apontam para níveis de satisfação com a vida consistentes em diversos países, ainda que com algumas flutuações ao longo dos anos. Outros

estudos indicam também que os níveis de satisfação com a vida diferem dentro de grupos culturalmente diferentes (Diener, Oishi & Lucas, 2003).

A revisão de estudos realizados em diversos países, levada a cabo por Diener e Biswas-Diener (2002), indica que os rendimentos constituem um factor importante para o bem-estar subjectivo quando se trata de satisfazer necessidades básicas; contudo, os mesmos não são importantes na satisfação de outras necessidades, como a satisfação de desejos.

Um outro aspecto, que tem sido alvo de investigação, é a relação entre os valores caracterizadores de determinada cultura e o BES. Comparando culturas com valores colectivistas com outras culturas com valores individualistas, os resultados apresentam-se paradoxais. As culturas individualistas aparecem, simultaneamente, com níveis mais elevados de bem-estar subjectivo e taxas mais elevadas de suicídio e divórcio, quando comparadas com as culturas colectivistas (Diener, 1996). Os autores sugerem uma explicação que reside no facto de a liberdade, proveniente das baixas restrições sociais face ao comportamento, poder trazer felicidade quando as coisas correm bem, mas levar a psicopatologias quando é necessário enfrentar os problemas (Diener, Oishi & Lucas, 2003).

Outro aspecto, que parece ser abordado de forma diferente consoante a cultura, são as metas pessoais. As pessoas são mais felizes quando atingem metas que são valorizadas pela sua cultura (Asakawa & Csikszentmihalyi, 1998). A este respeito, Oishi e Diener (2001) referem que os indivíduos americanos de origem europeia experienciam mudanças positivas no bem-estar, quando alcançam metas dirigidas ao divertimento, em contrapartida, os indivíduos americanos de origem asiática experienciam mudanças positivas no bem-estar, quando cumprem metas que possibilitam a felicidade dos outros.

No que se refere às emoções, também apresentam características e valorações diferentes consoante a cultura. Como exemplo, Kim-Prieto, Fujita e Diener (2004) mostram que o orgulho se agrupa no *cluster* das emoções positivas na cultura norte-americana e no *cluster* das emoções negativas noutras culturas. Também Tsai, Knutson e Fung (2004) mostraram resultados que sustentam que os indivíduos americanos valorizam uma elevada activação de estados emocionais positivos, enquanto que os indivíduos chineses valorizam uma baixa activação dos estados emocionais positivos (*in* Diener & Oishi, 2005).

Diener e Diener (1995) também referem que a correlação entre a satisfação com o *self* e a satisfação com a vida varia entre culturas. Nas culturas individualistas dos países ocidentais, a correlação parece mais forte do que nos países mais colectivistas. Estes resultados foram confirmados por Oishi e colaboradores (1999), ao encontrarem a satisfação com o *self* e a liberdade própria como os melhores preditores da satisfação com a vida nas culturas mais individualistas, relativamente às culturas mais colectivistas.

No que se refere à personalidade, também alvo de investigação em diferentes culturas, os resultados de uma investigação com o objectivo de estudar a acção recíproca da personalidade e da cultura na predição das componentes do bem-estar subjectivo (Schimmack, *et al.*, 2002), apontam para que o efeito dos traços de personalidade (extroversão e neuroticismo) na componente emocional do bem-estar subjectivo seja pancultural. Enquanto que o efeito dos mesmos na componente cognitiva é moderada pela cultura, sendo mais elevado nas culturas individualistas do que nas culturas colectivistas.

Também a importância atribuída à felicidade parece apresentar diferenças culturais. Ainda que todos os países refiram a felicidade e a satisfação com a vida como importantes, os indivíduos latino-americanos revelam índices mais elevados de importância atribuída ao bem-estar subjectivo do que os indivíduos asiáticos da costa do Pacífico. Neste caso, segundo Diener (2000), parece que estes indivíduos estão mais dispostos a sacrificar as suas emoções positivas para atingirem metas que para eles são mais importantes. No entanto, o facto de abdicarem de emoções positivas a curto prazo, não impede a satisfação com a vida num processo mais longo de realização de metas com valor.

Constatamos, face aos resultados, que a satisfação ou não-satisfação das necessidades básicas tem influência sobre o bem-estar subjectivo. Contudo, também a realização das metas pessoais oferece níveis de bem-estar mais elevados, só que neste caso, estas variam quer entre indivíduos quer entre culturas.

Diener, Oishi e Lucas (2003), tendo em conta estes resultados, crêem que a explicação do bem-estar subjectivo é devida a factores universais e a factores culturais, sendo, no entanto, necessário continuar a investigar no sentido de identificar aquilo que é universal e aquilo que é singular em cada uma das culturas.

1.5. AVALIAÇÃO DO BEM-ESTAR SUBJECTIVO

Os estudos relativos ao bem-estar subjectivo começaram por ser estudos correlacionais e transversais, só posteriormente os investigadores conduziram estudos longitudinais e em modelos causais.

Para a avaliação do BES têm sido utilizados, essencialmente, questionários de autodescrição, sob o pressuposto de que os respondentes são informadores privilegiados relativamente às suas experiências de bem-estar subjectivo (Diener, Suh & Oishi, 1997).

Os instrumentos mais utilizados e explorados são a *SWLS* (*Satisfaction with the Life Scale*, Diener, Emmons, Larsen & Griffins, 1985), para avaliar a componente cognitiva, e a *PANAS* (*Positive and Negative Affect Schedule*, Watson, Clark & Tellegen, 1988), para avaliar a componente afectiva. Ainda assim, têm sido utilizados outros instrumentos na avaliação do bem-estar subjectivo.

Lent (2004) considera que o pressuposto de que o bem-estar é medido na sua dimensão cognitiva pela *SWLS* e na sua dimensão afectiva pela *PANAS* não é uma questão tão linear como a literatura parece fazer crer. Na óptica do autor, em cada uma destas medições existe uma mistura de bem-estar cognitivo e bem-estar afectivo, sendo que a avaliação da afectividade exige reflexão (cognitivo) e a avaliação cognitiva envolve igualmente processos afectivos, nomeadamente, quando se solicita que se considere o que se sente. A distinção parece fazer-se sentir não tanto ao nível da cognição *versus* afecto, mas mais em termos de intensidade e globalidade/especificidade de descritores de sentimentos. Assim sendo, Lent (2004) considera que a satisfação remete para julgamentos afectivos abstractos, enquanto que o afecto positivo e o afecto negativo se referem à experiência mais específica e intensa, ou a estados definidos.

Na óptica dos autores, Diener *et al.* (1999) e Lucas, Diener & Suh, (1996), como já referimos, os três componentes do bem-estar subjectivo são constructos distintos, ainda que relacionados entre si.

Embora muitos investigadores calculem uma medida composta de bem-estar subjectivo, a partir dos resultados nas três componentes, estudos recentes têm vindo a realçar que as correlações entre diversas variáveis e as três componentes do bem-estar subjectivo se apresentam diferentes e que a predição de cada uma das componentes não é feita de igual forma pelas variáveis independentes (Lucas, Diener & Suh, 1996; Simões *et al.*, 2003). Andrews e Robinson (1991) consideraram importante o estudo de

outras variáveis (exemplo: personalidade e factores situacionais) individualmente em cada uma das componentes e, no seu conjunto, para analisar as diferenças.

Os instrumentos de medida do bem-estar subjectivo têm sido apreciados com qualidades psicométricas adequadas (Diener *et al.*, 1999), existindo estudos que atestam a sua validade convergente (Sandvik, Diener & Seidlitz, 1993), a sua validade discriminante (Lucas, Diener & Suh, 1996) e uma estabilidade temporal moderada, bem como uma sensibilidade apropriada (Eid & Diener, 2004).

Apesar das qualidades psicométricas apontadas, alguns investigadores referem que a avaliação do bem-estar subjectivo pode ser corrompida com enviesamentos (Diener *et al.*, 1999). Consideram que os estados de espírito dos respondentes, no momento em que respondem ao questionário, ou a ordem pela qual são colocados os itens, podem ser factores passíveis de alterar os valores do bem-estar subjectivo (Schwartz & Strack, 1999). Também Eid e Diener (1999) encontraram resultados que indicam que os factores situacionais podem influenciar as medições.

Uma das formas apontadas para contrariar este problema é combinando as escalas de autodescrição com outro tipo de técnica de avaliação, nomeadamente com entrevistas realizadas por especialistas e amostragem de experiência (medições realizadas ao longo de uma semana, várias vezes por dia), contudo, o procedimento tem sido raro (Diener & Biswas-Diener, 2000; Diener *et al.*, 1999).

Recentemente, os investigadores têm intensificado a utilização de vários tipos de medidas no sentido de inferir quais os processos psicológicos que influenciam o bem-estar subjectivo mediante o padrão de valores das várias medidas, na tentativa de encontrar uma conceptualização teórica que permita compreender o fenómeno do bem-estar subjectivo e que inclua a sua avaliação como um aspecto integral (Diener *et al.*, 1999; Diener & Biswas-Diener, 2000). Estes aspectos, bem como a falta de uma teoria integradora e a existência de medidas com origem conceptual diversa, são algumas das críticas apontadas a este modelo de avaliação (Novo, 2003).

Outra das críticas diz respeito à utilização das mesmas escalas de medida, tanto na avaliação da satisfação global, como na avaliação de domínios específicos (trabalho, família, amigos). Embora os investigadores estejam empenhados em avaliar as diferenças ao nível dos factores que predizem cada domínio e compará-las com a predição do bem-estar subjectivo global, no sentido de compreender as subtilezas dos processos que aí interferem, a verdade é que a avaliação de domínios específicos pode envolver especificidades (Novo, 2003).

2. O BEM-ESTAR SUBJECTIVO DOS IDOSOS

Vimos que o factor idade parece não ter uma influência significativa sobre o BES, e contrariamente às crenças correntes, alguns estudos ainda apontam para a possibilidade de um aumento do BES com o aumento da idade. Algumas das razões para duvidar destes resultados estão muito relacionadas com os estereótipos relativos à extrema velhice, que veiculam uma imagem desta como um período de perdas, de doença e sofrimento e, por conseguinte, de menor satisfação com a vida. Outra das razões para suspeitar destes valores será o facto dos declínios se acentuarem tanto nesta idade que poderiam repercutir-se sobre o BES (Simões, 2006).

A par do factor idade há que considerar outros factores a ela associados que tendem a ser mais determinantes no BES, como por exemplo: a saúde mais fragilizada e/ou a perda de familiares e amigos (Barros, 2008). Por esta razão, factores como a saúde, o nível socioeconómico ou o ambiente social, não explicam, por si só, o bem-estar das pessoas idosas (Barros, 2004), pois quando estes factores são controlados, a idade deixa de ter influência no BES (Barros, 2008). Assim sendo, a felicidade parece depender mais das características da personalidade, bem como das influências do desenvolvimento ao longo da vida (Barros, 2006), do que qualquer outro factor. Diener e Suh (1998) referem que a satisfação com a vida não declina com a idade, desde que se mantenham as condições suficientes para o bem-estar do idoso. Do mesmo modo, Neto (1999), com base na evidência de alguns estudos, também descreve que as pessoas idosas não se mostram menos satisfeitas com a vida em relação a outros grupos etários, mesmo que possam ter problemas quer de saúde, financeiros ou outros. McConatha *et al.* (1998) referem que a satisfação com a vida pode manter-se, mesmo quando a pessoa idosa vai perdendo o controlo da sua vida; destacam que isto acontece sobretudo os homens, no caso das mulheres idosas observa-se um decréscimo na satisfação com a vida.

Campbell *et al.* (1976), com base nos seus estudos, concluem que as pessoas mais novas manifestam pontuações mais elevadas na felicidade e muito baixas na satisfação com a vida, ao contrário dos idosos, que apresentam pontuações mais baixas na felicidade mas mais elevadas na satisfação com a vida. Estes dados estão a sugerir algumas diferenças em relação à idade ou à interpretação mais ou menos afectiva ou cognitiva que fazem do bem-estar (Barros, 2008).

A sabedoria é também uma variável amplamente abordada pelos investigadores no estudo do bem-estar dos idosos. O seu estudo despontou aquando da abordagem positiva da vida adulta. É um conceito complexo, multidimensional, que prevê níveis de desenvolvimento elevados quer de natureza cognitiva, como de natureza afectiva e motivacional, e ainda pouco permeável à investigação (Marchand, 2005). Ardelt (1997) conduziu um estudo introduzindo a variável sabedoria como preditor da satisfação com a vida e concluiu que esta (que tem uma dimensão cognitiva, reflexiva e afectiva) exerce uma influência positiva na satisfação com a vida. Esta influência foi ainda mais evidente nas mulheres idosas. No seu entender, não são só as condições objectivas de vida, tais como a saúde, o estatuto socioeconómico, a situação financeira, o ambiente físico e social que explicam o bem-estar das pessoas idosas, mas também as características da personalidade e as influências desenvolvimentais (Ardelt, 1997). Também um estudo de Gross *et al.* (1997), a partir de quatro amostras interculturais, apontou que as pessoas mais idosas, com maior sabedoria, relatam menos experiências emocionais negativas e um maior controlo emotivo.

Apesar dos estudos acima referidos, Marchand (2005) refere que a sabedoria é um objectivo ideal do desenvolvimento humano e por isso são raras as pessoas que manifestam sabedoria. Contrariamente ao que seria de esperar, o estudo desenvolvido por Marchand em 1998 aponta para níveis de sabedoria mais elevados na meia-idade, não sendo nos adultos mais velhos a sua maior incidência. Tais resultados parecem estranhos, contudo, não o são se se considerar que muitos idosos não têm qualquer actividade após a reforma, que lhes permita promover e desenvolver a sua sabedoria. Não se envolvem em momentos de discussão ou de partilha de ideias nem troca de experiências e, por isso, não desenvolvem a atmosfera de sabedoria. O estudo de Montgomery *et al.* (2002), em que a sabedoria foi interpretada do ponto de vista fenomenológico, evidenciou que os elementos essenciais da sabedoria, na perspectiva dos idosos, são: aconselhamento, conhecimento, experiência, princípios morais, gestão do tempo e relações empáticas.

Apresentamos, a seguir, dois estudos acerca da felicidade dos mais idosos, em que uma das temáticas estudadas foi o bem-estar subjectivo. No estudo realizado em Berlim (*The Berlin Aging Study*), conduzido por Baltes e Mayer (1999), com uma amostra representativa da população muito idosa da cidade de Berlim Oeste, levado a efeito entre 1990 e 1993, 63% dos idosos manifestaram-se satisfeitos ou muito satisfeitos com a vida presente, e o mesmo no que respeita à vida passada. Em relação

ao futuro (ou seja, a esperança de que seria satisfatória a vida futura) 63% dos inquiridos manifestavam-se optimistas (Smith *et al.*, 1999). Face aos resultados apresentados, o estereótipo segundo o qual a velhice acarretaria a perda de felicidade não se confirma. Os participantes tendiam também a experienciar mais emoções positivas do que negativas (a afectividade positiva prevalecia sobre a afectividade negativa) (Simões, 2006). Este estudo também confirma a influência modesta das variáveis sociodemográficas no BES. De uma forma global, os resultados apresentados no estudo anunciam um quadro positivo na velhice avançada, “os participantes dizem-se satisfeitos com a vida presente, optimistas em relação ao futuro e contentes com o seu passado” (Simões, 2006, pp.125). Face a este panorama, Simões (2006, pp.125) refere que também aos idosos mais velhos se pode aplicar a “conclusão segundo a qual a maioria das pessoas é feliz” (Diener & Diener, 1996).

O outro estudo realizado no contexto português, na cidade de Coimbra, com uma amostra de 1202 participantes, dos quais 113 eram idosos (Simões *et al.*, 2001; Simões *et al.*, 2003), o BES foi medido em termos de afectividade positiva (*PA*) e negativa (*NA*), e satisfação com a vida (*SWLS*). Relativamente às duas primeiras variáveis (avaliadas com a *PANAS*), ambos os resultados apontam no sentido de um BES emocional positivo, já que se verifica um *NA* relativamente baixo e, em todo o caso, inferior ao *PA* (Simões, 2006). No que concerne à satisfação com a vida (avaliada com a *SWLS*), verificou-se que o BES cognitivo, tal como o BES emocional, é também ele positivo. Os autores referem que, numa análise mais minuciosa aos cinco itens da escala (*SWLS*), foi sempre minoritária a percentagem de reacções negativas expressas, ou seja, respostas que iam no sentido de um BES negativo. Isto significa que em todos os itens da escala, a maioria dos indivíduos se diziam razoavelmente ou muito satisfeitos com a vida. O que vai ao encontro dos resultados do estudo realizado em Berlim (Simões, 2006).

Igualmente neste estudo, condizente com o estudo de Berlim, as variáveis sociodemográficas explicam uma parte bastante reduzida da variância no BES. Quer dizer que era consideravelmente maior a influência das variáveis de personalidade do que o impacto dos factores sociodemográficos no bem-estar subjectivo (Simões, 2006).

Ao analisar os resultados dos dois estudos, Simões (2006) sublinha a ideia de que a maioria dos idosos são felizes e que a personalidade é um dos principais factores responsáveis pela felicidade dos idosos. Estas conclusões sugerem “...que, desde que a vida material esteja (...) assegurada, no sentido pleno do termo, toda a felicidade está

por fazer. Quem não tem recursos, em si mesmo, o tédio o espreita e, brevemente o domina” (Alain, 2000, pp.100).

Em suma, para o bem-estar das pessoas idosas, parecem contribuir, em primeiro lugar, os factores da personalidade, sobretudo o papel da auto-estima, pois parece que os idosos têm um conceito elevado deles próprios e conseguem, por isso, níveis mais elevados de bem-estar (Simões *et al.*, 2001). No entanto, isto não significa que seja desprezível a influência dos factores sociodemográficos. Há que ressaltar que de entre estes, a saúde tem um peso que se aproxima do factor auto-estima (Simões *et al.*, 2001). Na opinião dos autores, um projecto que vise promover o BES deverá incidir também ele na promoção da auto-estima, assim como na educação para a saúde.

Arrematamos com as palavras de Simões (2006), “talvez não seja paradoxal que a felicidade possa coexistir com perdas e lutos, de frequência e intensidade que se não registam noutros períodos do ciclo da vida” (pp.127). “Especificamente mesmo a velhice, e a velhice avançada, é um período em que todos os indivíduos podem, e na realidade conseguem, levar uma vida agradável. Apesar das limitações das capacidades que, muitas vezes, acontecem nesta idade. Apesar das perdas que, inevitavelmente, pontuam a etapa mais avançada do transcurso humano” (Simões *et al.*, 2001, pp.306). Mesmo na velhice, com as eventuais limitações das capacidades e perdas, os indivíduos podem e sentem-se felizes.

No ponto que se segue, dedicamos atenção às representações, preconceitos e estereótipos acerca da velhice pois, apesar de todos os esforços realizados ainda se assomam concepções erróneas sobre esta fase da vida.

2.1. REPRESENTAÇÕES DA VELHICE

A questão da ancianidade nem sempre foi enaltecida ao longo dos anos. Filósofos e literários nem sempre elogiaram a velhice, Shakespeare, por exemplo, numa das suas peças, “*As You Like It*”(1599-1660?), apresentou a idade avançada assim: “*is a second childishness and mere oblivion, sans teeth, sans eyes, sans taste, sans everything*”. Outro exemplo é aquele que aparece nos contos de fadas onde o velho é quase sempre sinónimo de perversidade e maldade (como exemplo: os contos dos irmãos Grimm). Apesar dos anos passados, actualmente, falar de velhos e de velhice soa ainda a metáforas negativas como: idade das perdas, morte à vista, tempo de luto, entre outras.

Richard e Mateev-Dirkx (2004) apontam algumas das características que mais frequentemente se imputam aos idosos: crise de identidade; diminuição da auto-estima; dificuldade de adaptação a novos papéis, lugares e mudanças; falta de motivação para planear o futuro; atitudes infantis ou infantilizadas, como o processo de mendigar carinhos; a diminuição da libido e do exercício da sexualidade; tendência para a depressão, para a hipocondria ou somatização; tentações de suicídio; surgimento de novos medos (como o de incomodar, de ser um peso ou um estorvo, de sobrecarregar os familiares, medo da solidão, de doenças e da morte); diminuição das faculdades mentais; problemas de nível cognitivo (memória, linguagem), motivacional, afectivo e da personalidade. Também Berger (1995) identifica sete estereótipos a respeito dos idosos: o idoso visto como uma pessoa doente, infeliz, improdutiva, necessitada de ajuda, conservadora, igual a todos os outros velhos, sofrendo de isolamento e solidão.

Apesar dos estereótipos acima referidos, Stuart-Hamilton (2002) evidencia alguns factores que agravam a imagem negativa do idoso, quer perante si mesmo (auto-imagem e auto-estima), quer perante os outros, como nas situações de reforma, viuvez, casamento, condições de saúde alterada, sexualidade, família, situação financeira, estatuto socioeconómico e etnicidade.

Contudo, Neto (1992, 1999) e Simões (1985) alertam para o facto de muitas destas características atribuídas aos idosos poderem e serem na maioria das vezes preconceitos ou estereótipos sociais. Barros (2008) refere-se a estas características como idadeísmo ou gerontofobia. Contudo, também chama à atenção para o facto de muitas das características negativas associadas aos idosos também serem vistas por eles próprios. Descreve que, na perspectiva dos idosos, (pp.29-30) o envelhecimento é "...ainda pintado com cores sombrias" e é encarado como um processo de declínio, em que prevalecem os aspectos negativos.

Outro aspecto que o autor refere é que os estereótipos a respeito do envelhecimento e da velhice são mais marcados nas sociedades ocidentais e ditas desenvolvidas, havendo a percepção (dada a escassez de estudos) de que em geral, a sociedade africana e oriental prezam mais esta franja da sociedade (Barros, 2008). Supõe-se que nestas sociedades, os idosos, ainda em menor número, constituem uma memória viva, sobretudo quando grande parte da população é analfabeta.

Há, no entanto, alguns estudos que não detectam tais concepções negativas sobre a velhice. Um desses estudos foi levado a cabo por Molina (2000), que trabalhando numa amostra de adolescentes e de adultos, concluiu que os dois grupos etários tinham

uma visão positiva dos idosos. Um dado importante a ressaltar das suas conclusões foi que as atitudes positivas tendem a crescer com a idade, o que quer dizer que os mais novos têm percepções menos positivas em relação aos idosos do que os adultos.

É nesta linha que Barros (2008) considera que muito pouco se tem feito para que os mais novos modifiquem positivamente a sua concepção acerca dos idosos. No estudo levado a cabo por Bales, Eklund e Siffin (2000) os resultados sugerem que a programação intergeracional entre crianças e idosos muda para melhor a concepção dos mais novos acerca dos mais velhos. Com base nestes resultados, Barros (2008) considera a necessidade de programas educativos como uma das estratégias de intervenção neste domínio, destacando também que este contacto deve começar o mais precocemente possível.

Na perspectiva de Neto (1992) há também que ressaltar que a concepção dos jovens sobre os idosos pode variar de sociedade para sociedade, em virtude de variáveis como: as tradições, a estrutura familiar e o grau de contacto íntimo com idosos. Mas destaca que, independentemente das sociedades, estas concepções podem ter consequências futuras se os jovens tiverem de assumir a responsabilidade de cuidar dos idosos (Neto, 1992). Neste sentido, é claro que as percepções que os jovens têm dos idosos desempenharão um papel essencial no modo como a sociedade assumirá cuidar deles. O autor destaca também o facto de que muitos desses jovens tornar-se-ão eles próprios idosos, e como tal, as suas percepções acerca da velhice podem vir a influenciar o seu desenvolvimento pessoal durante a idade adulta (Neto, 1992), bem como o seu próprio processo de envelhecimento.

Barros (2008) expõe outra das suas preocupações acerca dos estereótipos em relação aos idosos: a representação que se tem dos idosos como pessoas improdutivas. Para o autor, uma das formas de contrariar esta ideia pode passar por incitar os idosos a desempenharem funções, de forma a sentirem-se mais competentes e úteis. Como exemplo dessas funções o autor destaca aquelas que privilegiam o contacto com os mais novos: animar crianças em jardins-de-infância; cuidar de crianças em casas particulares. Este tipo de actividades, para além de permitirem que os idosos se sintam mais úteis, como sugere o autor, promove também o contacto entre novos e velhos, contribuindo para a desmistificação dos estereótipos etários.

Em suma, é necessário que os idosos e as sociedades se ajudem a envelhecer criativamente, quer no sentido de alterar as concepções de improdutividade, de incapacidade, de degenerescência, quer no sentido de promover uma cultura de respeito

pela ancianidade (Barros, 2008). São várias as propostas governamentais na área da Terceira Idade, assim como os programas de apoio ao idoso, mas destacamos o artigo (artigo 72) que a Constituição da República Portuguesa dedica aos idosos: “1. As pessoas idosas têm o direito à segurança económica e a condições de habitação e convívio familiar e comunitário que respeitem a sua autonomia e evitem e superem o isolamento ou a marginalização social. 2. A política da terceira idade engloba medidas de carácter económico, social e cultural tendentes a proporcionar às pessoas idosas oportunidade de realização pessoal, através de uma participação activa na vida da comunidade”. A par de todas as medidas governamentais é necessário ter presente que o “envelhecimento é um processo individual que requer uma adaptação adequada às alterações inerentes à própria pessoa e ao meio social, para decorrer de um modo saudável. O idoso terá de aprender a aceitar e assumir as perdas inevitáveis, por forma a sentir-se satisfeito e participativo na sua vida e não temer a morte. Esta adaptação deverá contextualizar-se na sua realidade sócio-económico-cultural” (Carvalho & Pinho, 2006, pp.202).

Numa conclusão relativa a este capítulo, cabe referir que o bem-estar subjectivo permite compreender o modo como as pessoas avaliam as suas vidas, quer em relação aos juízos relativos à satisfação com a vida quer em relação à análise das reacções afectivas, sejam elas positivas e/ou negativas.

A importância dada ao constructo na nossa dissertação ressalta do facto de entendermos que as avaliações subjectivas que os idosos fazem acerca das suas vidas, passadas ou futuras, influenciam o modo como encaram e vivenciam a sua velhice.

De entre os resultados empíricos merecem-nos especial atenção aqueles que envolvem a relação entre as variáveis sociodemográficas e o bem-estar subjectivo. Vimos que, apesar destas explicarem uma percentagem pequena da variância do bem-estar subjectivo, na população específica dos idosos, o seu conhecimento torna-se importante, em particular a saúde, na medida em que este factor é evocado como tendo grande determinação no seu bem-estar. Demos também particular atenção aos preconceitos e estereótipos relacionados com esta etapa da vida por consideramos que os mesmos podem ter implicações no bem-estar dos idosos.

No capítulo seguinte, será abordada a temática da intergeracionalidade numa tentativa de conhecer quais as implicações do relacionamento intergeracional entre crianças e idosos no bem-estar dos idosos.

CAPÍTULO 2 – INTERGERACIONALIDADE

1. RELAÇÕES INTERGERACIONAIS

Face aos actuais padrões demográficos, assistimos aos mais variados esforços para promover o bem-estar dos idosos, quer estes se encontrem no seu domicílio, em casa de familiares ou em instituições. Mas para que estes esforços não sejam em vão é fundamental aumentar a consciência de que é importante identificar e promover condições que permitam a ocorrência de uma velhice longa e saudável, com uma relação custo-benefício favorável aos indivíduos e às instituições sociais, num contexto de igualdade quanto à distribuição de bens e oportunidades sociais (Fonseca, 2005a).

Este aumento da última fase do ciclo de vida, bem como o número de pessoas a poderem usufruí-la levanta novos desafios às sociedades contemporâneas (Lima, 2004). Deparamo-nos actualmente com um novo mercado – o da pessoa idosa. E multiplicam-se as receitas de “como viver bem até aos 90 anos” de “como viver com qualidade de vida”, num misto de conselhos práticos sobre a alimentação, exercício físico, gestão financeira, vida espiritual ou mesmo sobre as formas mais adequadas para gerir os problemas comuns com que os idosos se confrontam. Neste novo panorama, as expectativas demográficas apontam para uma clara necessidade do aumento de serviços

de qualidade ao serviço de uma população cada vez mais envelhecida (Weintraub & Killian, 2007).

Num esforço para melhorar a qualidade dos seus programas e actividades, muitas instituições (lares, centros de dia) tendem a incorporar actividades com crianças e idosos nos seus planos de trabalho. E apesar da programação ser variável de instituição para instituição, o denominador comum assenta na interacção entre participantes mais velhos e mais novos (Weintraub & Killian, 2007). Estes autores defendem que, apesar da investigação sugerir o potencial positivo dos programas intergeracionais na esfera do bem-estar, o modo como estes programas influenciam o bem-estar das pessoas idosas continua a ser pouco claro. Além de que, são ainda poucos os estudos que têm analisado como os participantes idosos percebem a utilidade destes mesmos programas (Weintraub & Killian, 2007). Neste campo ainda pouco definido, particularmente em Portugal, onde a escassez de estudos é visível, urge a necessidade de clarificar conceitos e conhecer verdadeiramente quais as implicações das relações intergeracionais na prática. Para o presente trabalho seleccionámos como variável dependente a actividade intergeracional e é a ela que vamos dedicar alguma reflexão. Começamos por perspectivar histórica e culturalmente o conceito de intergeracionalidade. De seguida, apresentamos alguns modelos e directrizes para a prática intergeracional. Abordamos ainda algumas implicações da prática intergeracional nos idosos, crianças, jovens e comunidade.

1.1. CONCEPTUALIZAÇÃO

A palavra *intergeracionalidade* não aparece descrita no dicionário da língua portuguesa. Uma vez que estamos perante uma palavra composta por aglutinação, restamos analisá-la fazendo a sua decomposição. Assim, o termo *inter*, é um elemento de formação de palavras que exprime “a ideia de entre, dentro de, no meio” e o termo *geracional* remete-nos para a ideia de “relativo a uma geração, próprio de uma geração” (Dicionário da Língua Portuguesa, 2008).

No idioma inglês o vocábulo *intergenerational* (intergeracional) também não aparece claramente definido, ainda que surja com alguma frequência em vários estudos (Ames & Youatt, 1994; Dellmann-Jenkins, 1997; Kaplan *et al.*, 2006; Weintraub & Killian, 2007). Do senso comum assoma a ideia de, entre-gerações, pelo que o significado atribuído remete-nos para a ideia de relação entre gerações. Jacob (2007)

chama a atenção para o facto de, muitas vezes, a noção de relações intergeracionais referir-se exclusivamente às relações entre jovens e idosos. Contudo, o autor sinaliza o facto de na sociedade existirem outras relações intergeracionais, com outros intervenientes. Apresenta-nos como exemplos: coexistirem várias gerações de trabalhadores numa fábrica; numa família existirem 3 gerações, mãe, filha e avó (geração sanduíche); entre utentes de um lar poderem conviver 4 gerações (60, 70, 80 e 90 anos). Sublinhamos que neste estudo abordaremos as “relações intergeracionais” entre crianças e idosos.

Em 1984, Peacock e Talley (*in United Generations Ontário, 2006*) definiram as relações intergeracionais como sendo uma interacção planeada de grupos de pessoas com idades diferentes, em diferentes fases da vida e em diferentes contextos. Como vantagens destas relações destacam-se: a comunicação íntima entre os intervenientes, a partilha de sentimentos e de ideias e uma cooperação nas tarefas significativas para todos os participantes envolvidos. Na concepção dos autores, os programas que levassem a cabo actividades intergeracionais estimulariam o envolvimento dos dois grupos de idades diferentes. As actividades deveriam proporcionar oportunidades de interacção para ambos, com vista a nutrir as relações entre todos os participantes. A idade das gerações envolvidas não é especificada. O *Nacional Council on Aging* definiu estes programas como sendo: “actividades ou programas que aumentam a cooperação, interacção ou troca entre duas gerações” (Thorp, 1985, pp.3, *in Kaplan et al., 2006*). Também nesta definição não é especificada a idade das gerações envolvidas. Kaplan *et al.* (2002, pp. 305-334) apresentaram uma definição para programação intergeracional, que vai para além da ênfase singular atribuída até então. Definiram programas intergeracionais como sendo “veículos sociais que criam propósito e crescente troca de recursos e aprendizagens entre as gerações mais velhas e mais novas”. Os autores consideram que esta definição permite incluir as políticas sociais e institucionais, as práticas culturais e comunitárias e empreendimentos que promovem o relacionamento intergeracional (Kaplan *et al.*, 2006). Além disso, e ao contrário de outras definições, esta deixa antever o envolvimento de duas gerações: a dos “mais velhos” e a dos “mais novos”, contudo também não delimita idades (pp.407).

À medida que o conceito se foi clarificando, foram surgindo, paralelamente, outras expressões que vieram facilitar a compreensão deste tipo de actividades. Uma dessas expressões é-nos apresentada por McClusky, em 1990, ao introduzir a noção: comunidade de gerações. O autor fundamentou-se na assunção de que apesar de

separadas pelo tempo, cada geração detém um conjunto de experiências passíveis de ser em transmitidas à outra geração na perspectiva de ciclo de vida (*life-span*) da qual é uma parte. Atribuiu ainda uma outra expressão semelhante, comunidade de diferentes, como sendo uma colectividade de pessoas que tanto ocupam estádios próximos como estádios bastante distantes na progressão do começo ao fim da vida. Defendeu a viabilidade da comunidade de gerações, crente de que é exactamente a diferença entre as gerações que torna a experiência de vida como um todo mais compreensível. Também Kaplan *et al.* (2006), numa perspectiva mais recente, introduziram a noção de casamento intergeracional. Estas expressões, ainda que diferentes, vão ao encontro daquilo que Dellmann-Jenkins (1997) considera como o principal objectivo dos programas intergeracionais: a promoção do contacto significativo entre as gerações mais novas e as mais velhas.

Apresentamos o conceito à luz da concepção de alguns autores, denota-se contudo, que nem sempre é claro o envolvimento das gerações dos mais velhos e dos mais novos. Neste estudo remetemo-nos para a actividade intergeracional entre crianças e idosos. No ponto que se segue, abordamos a perspectiva histórica e cultural do conceito.

1.2. CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA

Durante o século XIX a questão da velhice, enquanto fase do ciclo de vida, permaneceu pouco clara, muito direccionada para o património familiar. Surgia publicamente sobretudo nas situações de maior penúria, e era identificada socialmente nas situações de pobreza (Fernandes, 1997). A posse de propriedade seria a garantia para uma velhice segura, mas igualmente um assunto de contorno estritamente familiar. Fora da esfera familiar a velhice era, muitas vezes, confundida com mendicidade e invalidez, socorrida unicamente pelas instituições de beneficência. Numa tentativa de clarificar a velhice, nos finais do século XIX, surgiram os primeiros estudos que procuraram determinar a relação entre a velhice e a eficiência, que conduziram a comparações negativas entre os mais novos e os mais velhos. A velhice começou a ser formalizada como um período de declínio e obsolescência, (Hareven, 1995, *in* Viegas & Gomes, 2007) e como parte integrante do curso de vida (Viegas & Gomes, 2007, pp.32), caracterizada pela condição de dependência física e mental (Katz, 1995; Haraven, 1995, *in* Viegas & Gomes, 2007). Apesar da visão negativa da velhice que era

tida até então, esta só se tornou mais clara aos olhos da sociedade devido: à industrialização e à celebração de valores como a produtividade e a eficiência; à modificação dos modelos familiares; ao reforço de valores como o individualismo; ao declínio das funções parentais na velhice; à desmistificação das imagens do idoso como guardião da sabedoria ancestral e à institucionalização da reforma (Foner, 1984; Gutmann, 1987; Haraven, 1994, 1995 *in* Viegas & Gomes, 2007). Fernandes (1997) vai mais longe ao assumir que a institucionalização dos sistemas de reforma foi o primeiro motor para a emergência da velhice enquanto categoria social. Jouvenel (1989) partilha da opinião que esta categorização da velhice acarretou aspectos negativos para os mais velhos. E, para além das consequências económicas e sociais que causou, conduziu a profundas perturbações no ciclo de vida destes indivíduos.

Entre 1970 e 1985 quase todos os países europeus procuraram encorajar a antecipação da passagem à reforma através de medidas como a pré-reforma, reforma antecipada, desemprego e invalidez. Situações como esta foram, mais uma vez, facilitadoras da categorização das pessoas mais velhas, que rapidamente foram copuladas em grupos homogêneos. A categorização de reformados/não-reformados terá sido um dos aspectos que conduziu à segregação dos mais novos e dos mais velhos, em que a idade deixou de ser um aspecto valorativo passando a ter um papel discriminatório (Fernandes, 1997).

Em 1980, Butler descreveu três aspectos acerca da discriminação da idade: as atitudes prejudiciais relativamente aos idosos, à velhice e ao processo de envelhecimento por parte dos mais jovens e dos próprios idosos; as práticas discriminatórias contra os velhos no que respeita ao trabalho e a outros desempenhos sociais; e as práticas institucionais e políticas que, muitas vezes sem intuito, perpetuam maneiras de pensar estereotipadas sobre a velhice e reduzem as oportunidades dos mais velhos para uma vida satisfatória e digna.

O conceito *ageism*, usado para designar a discriminação com base na idade, apareceu pela primeira vez, na língua inglesa, na década de 60, por Butler. Designa os processos sociais de marginalização e de construção de estereótipos pejorativos sobretudo em relação à população idosa. Posteriormente, Erikson, Erikson e Kivnick (1986) empregam o mesmo termo *ageism* ao referirem-se às barreiras artificiais criadas ao convívio e à convivência entre os mais jovens e os mais velhos. Andrade (2002) empregou um neologismo para a língua portuguesa – “idadismo”. Baseando-se na tradução de *ageism*, a autora definiu “idadismo” com sendo “a discriminação de pessoas

baseada na idade; especificamente, discriminação contra o uso de estereótipos prejudiciais aos idosos” (Andrade, 2002, pp.22). A autora salienta que apesar do idadismo se referir à discriminação de pessoas de qualquer grupo etário por motivos da idade, tal como no *ageism*, a definição deve ser restrita à discriminação contra as pessoas idosas. Na língua portuguesa o termo *ageism* também aparece traduzido por “ancianismo” (Lima, 2006, pp.20).

A segregação da idade como consequência das alterações demográficas e sociais conduziu a que jovens e idosos tivessem reduzido as suas oportunidades de contacto. As gerações divididas emocionalmente, fisicamente e socialmente perderam oportunidades de aprendizagem e partilha. Factos como este resultam num aumento de tensão quando os jovens não compreendem os mais velhos e estes temem os mais novos (Cohon, 1985; Roybal, 1985; Halpern, 1987; DeBord e Flanagan, 1994; *in* Chen, 1997). Corroborando esta linha de pensamento, Seefeldt, Warman, Jantz, e Galper, (1990) referem que as crianças que não tenham tido oportunidades suficientes para interagir com os seus avós terão uma maior probabilidade de terem sentimentos negativos acerca destes e do seu envelhecimento. Para estas crianças os idosos não são mais do que pessoas com cabelo grisalho, rugas, incapazes de fazer o quer que seja e doentes (*in* Chen, 1997). Delmann-Jenkins (1997) também partilha desta ideia quando afirma que os estereótipos e as atitudes negativas face aos mais velhos começam a evidenciar-se muito cedo, isto é, nas idades mais jovens. Relata que já as crianças de 3 anos de idade descrevem as pessoas mais velhas como aborrecidas, cansadas, feias, dependentes e por isso têm medo e repugnância de envelhecer. Se, contudo, as crianças tiverem contacto com os mais velhos, sentem-se mais confortáveis na sua presença e compreendem melhor o envelhecimento e o ser velho (Seefeldt, 1985, *in* Chen, 1997).

Embora a investigação gerontológica tenha vindo a dissipar os estereótipos do idoso enquanto ser frágil, dependente, pobre, assexuado, esquecido e infantil, ainda existe um desencontro entre o resultado das investigações e as crenças do senso comum (Lima, 2006). Apesar de todos os esforços, infelizmente, esta é a mensagem muitas vezes transmitida de pais para filhos. E, efectivamente, muitos dos estereótipos acerca do envelhecimento e da velhice são aprendidos precocemente (Lima, 2006).

A questão da discriminação dos mais novos em relação aos mais velhos, parece ter sido levantada em meados do século XX. É em 1953, que Lorge constrói o primeiro instrumento de medida das atitudes relativas aos mais idosos. A partir deste período, inúmeros instrumentos foram aplicados a pré-adolescentes, adolescentes, jovens adultos

e adultos de meia-idade com o objectivo de conhecer as suas atitudes para com os mais idosos. Dos resultados obtidos verificou-se que havia por parte dos jovens avaliados uma substancial assimilação de estereótipos, sendo que, na óptica dos inquiridos a velhice era caracterizada como um período de pouca saúde, solidão, resistência à mudança e deficientes capacidades mentais. Os jovens tinham uma atitude predominantemente negativa em relação aos idosos, vendo-os como um salto para o passado e considerando a velhice uma experiência desagradável (*in* Ivester & King, 1977). Em 1971, baseando-se nos resultados de algumas investigações, MacTavish relata que entre um quinto a um terço dos jovens e adultos encaram os idosos de uma forma negativa (*in* Gordon & Hallauer, 1976).

Gordon e Hallauer (1976), reflectindo sobre os resultados anteriores, chamaram a atenção para a importância da implementação de mudanças nas percepções acerca dos idosos. Para estes autores era imperativo alterar a visão dos jovens acerca dos mais velhos e por isso, tão importante como medir as atitudes seria implementar mudanças de atitudes através de programas de intervenção, assim como avaliar os efeitos desses mesmos programas. Para investigar esta questão conduziram um estudo, *“Impact of a Friendly Visiting Program on Attitudes of college Students Toward the Aged”*, onde procuraram averiguar os efeitos de visitas de apoio a idosos residentes numa instituição. Os dados objectivos evidenciaram a mudança de atitudes dos mais jovens em relação aos mais velhos, assim como um grande entusiasmo dos idosos em relação às actividades desenvolvidas. Este estudo foi um dos motores dos programas de contacto intergeracional entre novos e velhos.

É no final da década de 70 que se assiste ao emergir de inúmeros estudos com o objectivo de compreender e alterar as atitudes dos mais novos em relação aos mais velhos. Nestas investigações, o contacto directo accionado entre jovens e idosos conduziu a resultados positivos na alteração da percepção dos mais novos em relação aos mais velhos e ao envelhecimento, bem como uma maior satisfação dos mais velhos. Passamos então a apresentar alguns desses estudos. Em 1979, Trent, Glass e Crockett levaram a cabo o estudo *“Changing adolescent 4-H Club Members’ attitudes toward the aged”*, com adolescentes e idosos. Concluíram que é possível mudar as atitudes dos mais novos acerca do envelhecimento através do contacto directo entre as duas gerações. Em 1982, Greenblatt levou a cabo um estudo, *“Adopt-A-Grandchild program: Improving attitudes of adolescents toward the aged”*, cujo objectivo foi promover e facilitar o desenvolvimento de atitudes positivas e promover relações significativas

entre idosos e adolescentes. Através de actividades semanais planeadas e estruturadas, a barreira intergeracional entre jovens e velhos foi quebrada. Os resultados do programa mostraram que houve uma mudança nas atitudes e sentimentos relativamente aos idosos por parte dos jovens. Essas atitudes positivas, segundo os autores, contribuíram para promover um maior sentido de responsabilidade social nos idosos e um maior enriquecimento na vida de ambos. Quintero e Ason, em 1983, conduziram um “*Estudio de las actitudes de los jovenes hacia los ancianos*”, sem que houvesse algum contacto entre os jovens e os idosos. A partir dos resultados obtidos, enfatizaram a necessidade do contacto entre os dois grupos. Newman, Lyons e Onawola, em 1985, obtiveram mudanças positivas nas relações de jovens e idosos após a implementação de programas de interacção “*The development of an intergenerational service-learning programa at nursing home*”. Os resultados apontaram para melhoras substanciais nas condições psicossociais e físicas dos idosos e na percepção do envelhecimento por parte dos jovens. Dos estudos de Braren (1988) “*Adolescents’ knowledg and attitudes about the elderly*” e Neri (1986) “*O inventário Sheppard para medida de atitudes em relação à velhice e sua adaptação para o português*”, os autores, sem se reportarem a um programa intergeracional, também ressaltaram a necessidade de contacto entre as duas gerações. Concluíram que o contacto com a pessoa idosa parece ser um factor redutor das atitudes negativas dos mais jovens face a este grupo (Braren, 1988; Neri, 1986).

De igual forma, os estudos levados a cabo na década de 90, também apontam para uma mudança de atitudes dos mais novos em relação aos mais idosos, após a participação em programas de contacto específico com idosos. Em 1990, os resultados do estudo de Dooley e Frankel, “*Improving attitudes toward elderly people: Evaluation of an intervention program for adolescents*”, sugerem que o contacto entre adolescentes e pessoas idosas leva a alterações positivas nas atitudes relativamente à pessoa idosa. Em 1993, o estudo levado a cabo por Aday, McDuffie e Sims (1993) “*Impacto of an intergenerational program on Black adolescents’ attitudes toward the elderly*” apontou igualmente para uma mudança de atitudes dos adolescentes relativamente aos mais velhos após a participação num projecto intergeracional. Além disso, uma análise qualitativa aos comentários dos participantes envolvidos parece ter revelado um impacto positivo do programa tanto para os jovens como para os idosos. Nesse mesmo ano, 1993, Bringle e Kremer desenvolveram um estudo “*Evaluation of an intergenerational Service-Learning Project for Undergraduate*” e verificaram, uma vez mais, a importância do contacto intergeracional na mudança de atitudes dos mais jovens em

relação aos mais velhos e à própria velhice. Smilow, em 1993, no estudo “*How would you like to visit a nursing home?*”, descreve um programa intitulado “*Magic Me*”, em que adolescentes de escolas urbanas visitam e estabelecem relações com idosos em lares de terceira idade. O programa tem sido referido com sucesso em várias comunidades. Em 1994, McGowan e Blankenship, no estudo “*Intergenerational Experience and Ontological Change*”, constataram que 10 dos 12 estudantes alvos do estudo relataram mudanças positivas nas suas relações com os idosos.

Outra das ideias que parece ter tido um contributo importante na implementação dos programas intergeracionais foi o voluntariado sénior. O primeiro grupo com voluntários seniores surge em 1963, nos E.U.A., quando Kennedy implementou o “*National Service Corps*” com o objectivo de promover oportunidades de trabalho voluntário para pessoas mais velhas e capazes de desempenhar um papel na comunidade. Este programa surgiu no sentido de dar resposta ao aumento do número de idosos e à falta de recursos de apoio na comunidade às pessoas mais velhas e mais dependentes. A grande particularidade destes programas de voluntariado sénior prende-se com o facto de, na sua maioria, serem intergeracionais, como tal, juntam duas ou mais organizações independentes (centros de dia e escolas) com diferentes populações alvo (idosos e crianças) (*in* Wacker, Roberto & Piper, 2002). A população abrangida por estes programas pode ainda ser proveniente de diferentes estratos económicos, étnicos e culturais (Kaplan, 1997). A par do voluntariado, o objectivo destes programas mantém-se no aproximar de gerações, com vista a promover, estabelecer, desenvolver e reforçar as relações entre elas. Em 1963, com a implementação do “*Foster Grandparent Program*”, introduziu-se o contacto intergeracional na sociedade norte-americana. Este contacto veio promover o desenvolvimento de diversos programas: educativos, recreativos e de apoio. Em relação aos programas educativos, a ideia chave era colocar lado a lado, crianças desde a idade pré-escolar ao ensino secundário, e adultos em idade avançada para trabalharem em conjunto e aproveitarem as oportunidades de aprendizagem de ambos. Por exemplo, em Chicago, adultos idosos trabalham em programas pré-escolares ajudando as crianças na aprendizagem da leitura. Enquanto que os estudantes do ensino básico de Ohio providenciam ensino personalizado de informática a adultos idosos (*in* Wacker, Roberto & Piper, 2002). Várias iniciativas têm sido desenvolvidas como a: “*Corporation for National Service*”, “*Generations Together*”, “*Association for Gerontology in Higher Education*” e, na sua maioria, foram estabelecidas parcerias entre escolas e universidades de forma a integrar actividades de

serviço comunitário nos currículos académicos. No que se refere aos programas recreativos para novos e velhos, estes permitem que os adultos idosos participem nas actividades de lazer, e possibilita aos jovens a aquisição de conhecimentos acerca do processo de envelhecimento. Os autores apresentam, como exemplo, o treino de jovens actores para trabalharem com adultos idosos. Este treino cria respeito e compreensão entre as gerações, desafiando, uma vez mais, os estereótipos acerca do envelhecimento e da velhice através de peças de teatro, workshops e/ou outros projectos (*in* Wacker, Roberto & Piper, 2002). No que se refere aos programas de apoio, na óptica de Newman e Riess, (1992) e Smith e Newman, (1992, 1993) o modelo mais comum é o de adultos idosos a prestarem cuidados a crianças e jovens (*in* Wacker, Roberto & Piper, 2002), esta ideia também referida por Barros (2008).

Estes programas, para além do contacto intergeracional que proporcionam, devem ainda disponibilizar funções que permitam o desenvolvimento dos mais velhos, pois, independentemente da idade que possam ter, muitos deles desejam disponibilizar o seu tempo em iniciativas e actividades de carácter social que conduza à sua satisfação.

No ponto seguinte, abordamos a temática numa perspectiva organizacional, quer a nível mundial, quer em Portugal.

1.3. A EMERGÊNCIA DA INTERGERACIONALIDADE EM PORTUGAL

A compreensão da velhice têm oscilado entre concepções negativistas, nas quais é interpretada simbolicamente em estreita associação com imagens de sofrimento, debilidade e morte, e por outro lado, com redefinições que ambicionam atribuir-lhe um sentido positivista (Viegas & Gomes, 2007). A reflexão sobre este tema tem originado uma panóplia de discursos, narrativas e reflexões quer por parte de investigadores e estudiosos quer pelas entidades governamentais a nível mundial.

A ONU declarou o ano de 1999 como a Ano Internacional das Pessoas Idosas, cujo mote era a instauração de uma “Sociedade para Todas as Idades”. Os Princípios das Nações Unidas em favor das pessoas idosas foram adaptados pela Assembleia-Geral das Nações Unidas (Resolução 46/91) em 16 de Dezembro de 1991. A ONU conclama os governos para que incorporem estes princípios nos seus programas governamentais. Neste âmbito, foram definidos vários princípios: princípio da dignidade, que garante condições dignas de vida, de segurança e justiça; princípio da autonomia, cujo objectivo consiste em reforçar a autonomia das pessoas idosas, proporcionando rendimento digno,

acesso à formação pessoal e uma participação activa na família e na sociedade; princípio do desenvolvimento pessoal, que se destina a reescrever a terceira idade como fase de desenvolvimento a ser promovida ao nível da educação, da cultura, dos tempos livres; princípio do acesso aos cuidados básicos, que foca a dimensão da saúde; princípio da participação activa na sociedade, que tenta materializar as ideias expressas nos enunciados anteriores, nomeadamente ao nível da emancipação, pelo envolvimento dos indivíduos na definição e aplicação das políticas que, directa ou indirectamente, interferem na sua qualidade de vida.

Em 2004, o Secretário-Geral da ONU Kofi Annan, por ocasião do Dia Internacional das Pessoas Idosas – "Pessoas Idosas numa Sociedade Intergeracional" – reconhece o papel das pessoas idosas na família, na comunidade e na sociedade. O tema do décimo aniversário do Ano Internacional da Família sublinha que os jovens de hoje, e que constituem o maior grupo de jovens de todos os tempos, serão os idosos no ano de 2050, formando nessa altura o maior grupo de pessoas idosas de sempre. Na mensagem de Kofi Annan está patente a discriminação sobre as pessoas idosas, assim como a sua exclusão na participação efectiva da sociedade.

O desafio proposto por Kofi Annan foi assegurar que as sociedades não encarem o envelhecimento da população como um fardo, mas que retirem daí um valor acrescentado e possibilidades de desenvolvimento, graças a uma população idosa activa. Por outras palavras, a incitação será ajudar estes países a construírem uma sociedade intergeracional, assente na partilha entre gerações.

A Segunda Assembleia Mundial para o Envelhecimento, que teve lugar em Madrid, em 2002, marcou um ponto de viragem no modo de pensar a velhice e o envelhecimento. A Assembleia reconheceu a temática do envelhecimento como um fenómeno global e apoiou a sua inclusão nas prioridades internacionais em matéria de desenvolvimento. Entre as suas recomendações, o Plano de Acção de Madrid incentivou os governos a reverem as suas políticas, de modo a assegurarem a equidade entre gerações e a promoverem a ideia de que o apoio e a solidariedade intergeracional podem ser a chave do desenvolvimento social. E assim construir uma verdadeira sociedade intergeracional (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004).

Diante de uma sociedade mais envelhecida, verifica-se um aumento dos recursos improdutivos, e tornam-se mais escassos os recursos promotores de crescimento e desenvolvimento. Uma das formas de contrariar este cenário passa pela integração de

todos os indivíduos na sociedade, rentabilizando todas as competências e capacidades de todos os indivíduos (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004).

É neste contexto que a emergência da intergeracionalidade deve ser encarada, isto é, no sentido da rentabilização de competências e capacidades como contributo para superar as dificuldades descritas no “Novo Paradoxo para os Europeus” (Comissão Europeia, 1996). A intergeracionalidade promove as relações de comunicação entre os elementos das diferentes faixas etárias, mas também pode constituir-se como o veículo que permite aos sujeitos enriquecerem com os conhecimentos e as experiências de vida das pessoas mais velhas, como sugere a iniciativa *Developing Creative Intergenerational Relations*. Encara-se a Intergeracionalidade como o potencial contributo para a aquisição do (re)equilíbrio social, tornando as sociedades mais justas, dignas e solidárias.

Também na Declaração de Québec sobre a Solidariedade Intergeracional, assinada em 1999, foi salientada a necessidade de se cultivarem relações harmoniosas e produtivas entre as gerações, com o intuito principal de favorecer a dignidade humana, a paz e a justiça social. Nesta Declaração sobre os Direitos e as Liberdades entre Gerações, os países francófonos subscritores deram ênfase aos deveres entre as gerações, envolvendo valores humanos, culturais, educacionais e económicos.

Em Portugal, uma das iniciativas levadas a cabo no âmbito das relações intergeracionais foi o Projecto Viver (*DeVeloping CreatiVe Intergenerational Relations*) – desenvolvido também em vários países europeus, entre 2001 e 2004. Este projecto foi seleccionado pelos peritos da Comissão Europeia como uma “Boa Prática”, pela sua participação activa na construção do Novo Modelo Europeu de Igualdade de Oportunidade.

Posteriormente, em 2004, a Associação VIDA, criada em Portugal na sequência deste projecto, cujo objectivo fulcral assenta na promoção de actividades culturais e educativas que reforcem o intercâmbio de valores e conhecimento, entre gerações, tornou-se membro do Conselho de Administração da Plataforma Europeia AGE. Esta plataforma tem como propósito a defesa dos interesses da população idosa nas instituições da União Europeia.

A iniciativa do Projecto Viver culminou na elaboração do “Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade”, em colaboração com os parceiros nacionais do projecto (Empresa de Formação e Informática-Byweb, Centro de Assistência Social à Terceira Idade e Infância de Sanguêdo, Centro Social do Souto, Associação pelo Prazer de Viver

e Sofos – Consultores de Gestão). Para os autores do projecto a temática da intergeracionalidade, no contexto português, tem vindo a ser encarada sob duas perspectivas que demarcam duas tendências de acção: a primeira promovendo o contacto entre os filhos adultos e os pais idosos, e a segunda, o contacto entre netos e avós. Sublinham, no entanto, que o que é comum nestas tendências é o facto de, na maioria das vezes, serem pensadas no contexto de relações de parentesco, e dentro das instituições que acolhem idosos, daí que os benefícios destes projectos a nível social sejam pouco visíveis. Para os autores, uma das formas de evidenciar este tipo de actividades aos olhos da sociedade é mantendo-as ajustadas às necessidades e aspirações da comunidade onde se inserem, transpondo-as para além das paredes das instituições (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004)

O Projecto Viver, no âmbito nacional, foi co-financiado pela iniciativa Comunitária *Equal*. Dividiu-se em dois momentos de acção. O primeiro momento correspondeu ao diagnóstico do projecto que decorreu de Novembro de 2001 a Março de 2002, e foi desenvolvido pela parceria fundadora: Byweb – Formação e Informática, Instituto para o Desenvolvimento Social e o Instituto Politécnico do Porto. O segundo momento iniciou-se em Abril de 2002 e, para além da parceria fundadora, integrou outros parceiros, já indicados, que desenvolveram e continuam a desenvolver as actividades com o público final do Projecto: crianças, jovens, idosos e respectivas famílias. Cada parceiro desenvolve as suas actividades, em (sub)parceria com outras instituições locais, pelo que a Parceria de Desenvolvimento do Projecto resulta do conjunto sinérgico de uma Rede de Redes Locais.

A execução do Viver, tendo em linha de conta os princípios teóricos da prática intergeracional, é sustentada pelas seguintes visões:

- A intergeracionalidade deve ser encarada como um factor de promoção da inclusão e solidariedade social e bem-estar das pessoas;
- As iniciativas de promoção da intergeracionalidade devem privilegiar as relações intrafamiliares e respeitar as dinâmicas individuais, institucionais e sociais, não devendo consubstanciar-se em acções de carácter pontual e artificial;
- Os projectos para a intergeracionalidade devem partir da ideia de que todos os elementos da família ou comunidade, independentemente da sua idade e/ou grau de dependência, são cidadãos de pleno direito;

- As relações intrageracionais e intergeracionais na família deverão também ser percebidas à luz do enquadramento jurídico em vigor, distinguindo-se claramente os papéis de apoio económico, exercício de funções de tutela/poder paternal e prestação de cuidados;
- Para as pessoas idosas, em situação de dependência ou não, é fundamental que seja assumida a sua autonomia essencial, entendendo-as como elementos activos no seio do agregado familiar e das instituições que frequentam;
- O papel de prestador informal de cuidados pode ser intergeracional no sentido de que, nomeadamente pessoas idosas e jovens podem assumi-lo no núcleo familiar ao qual pertencem funcional e efectivamente;
- Vários trabalhos e estudos europeus na área da Intergeracionalidade nas famílias apontam para a necessidade de reforçar laços não apenas entre adultos e idosos e crianças/jovens, mas implicar igualmente a “geração sanduíche”. Neste caso, os adultos pais/filhos actuam como agentes de prevenção, por um lado, de possíveis problemas relacionais entre esses seus filhos e por outro, como fonte de reforço ou de recriação de relação daqueles com os seus ascendentes.

(Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.21)

O projecto Viver teve também como objectivo a formação de Animadores Intergeracionais, “profissionais com competências para desenhar e desenvolver actividades que impliquem crianças, jovens e idosos, e contribuam para a conciliação do tempo de trabalho com a vida familiar social” (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.22). Nesta linha, foram adoptados alguns princípios que permitiram traçar as competências dos profissionais que actuam na e para a Intergeracionalidade, definidos por Larkin (*in* Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.22). São eles:

- Usar conhecimento sobre o desenvolvimento humano ao longo da sua vida e planear e implementar programas eficazes para aproximar gerações mais novas e mais velhas com benefício mútuo;
- Reconhecer as necessidades e empregar uma comunicação eficaz que suporte o desenvolvimento de relações intergeracionais;
- Compreender e demonstrar empenho em colaborar e formar parcerias;

- Integrar conhecimentos teóricos e instrumentos de várias áreas relevantes, incluindo Psicologia, História, Animação Sociocultural, Literatura e Artes para desenvolver os programas;
- Aplicar técnicas de avaliação ajustadas aos campos da Educação e das Ciências Sociais para informar o desenvolvimento dos programas para diversos grupos etários intervenientes e contextos institucionais;
- Reflectir acerca dos espaços e momentos onde pessoas de várias idades, com interesses comuns possam estabelecer relações mutuamente benéficas e satisfatórias.

Para além do que foi anteriormente apresentado, os programas intergeracionais levados a cabo pelo projecto Viver tiveram também em linha de conta a definição internacional de programas intergeracionais, adoptada em Dortmund, em Abril de 1999. Segundo esta definição, as características essenciais para o sucesso de tais programas são:

- Demonstrarem benefícios mútuos para os participantes das várias idades;
- Estabelecerem novos papéis sociais e/ou novas perspectivas para os participantes jovens e idosos;
- Envolverem múltiplas gerações, tendo que incluir pelo menos duas gerações não-adjacentes ou de parentesco;
- Promoverem consciencialização crescente e compreensão entre gerações mais novas e mais velhas, bem como o aumento da auto-estima em ambos os grupos;
- Abordarem temáticas sociais e políticas relevantes para as gerações envolvidas;
- Incluírem o planeamento de programas;
- Desenvolverem relações intergeracionais.

(in Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.22)

A Declaração de Durmond, subscrita pelo *International Consortium for International Programmes*, define actividades intergeracionais como sendo “veículos sociais que criam intercâmbios poderosos e contínuos de recursos para as aprendizagens entre os idosos e gerações mais novas” (in Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.23). O *National Council on The Aging*, sedado no Reino Unido, define também que este tipo de actividades devem aumentar a interacção,

cooperação ou intercâmbio entre duas gerações, de forma a envolver a partilha de conhecimentos e de experiências (*in* Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.23).

Em Portugal, o emergir das iniciativas e programas de carácter intergeracional ocorreu no Ano Internacional das Pessoas Idosas. Em 1999 nasceu o Projecto Tio (Terceira Idade *On Line*) com os seguintes objectivos: reforçar a participação activa dos idosos na sociedade da informação, promover a saúde e qualidade de vida dos idosos e fomentar o relacionamento e o conhecimento intergeracional.

Posteriormente, a par do projecto Tio e do projecto Viver, foi desenvolvido o projecto Net@vó, também ele centrado na exploração da intergeracionalidade, enquanto forma de fomentar a solidariedade e aprendizagem entre gerações. Actualmente, o Tio é gerido pela Associação VIDA – Valorização Intergeracional e Desenvolvimento Activo.

O mérito do Projecto mereceu o honroso apoio da Comissão Nacional do Ano Internacional da Pessoa Idosa e o Alto Patrocínio do Conselho Nacional de Política para a Terceira Idade. Este sítio serve de plataforma à criação de uma comunidade virtual de cidadãos seniores, seus familiares e/ou cuidadores, onde podem trocar experiências, divulgar trabalhos, colocar dúvidas, consultar informações, notícias e outras informações (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004).

Em suma, pensamos que os projectos aqui apresentados vão ao encontro daquilo que Gerden e Gergem (2000) referem como a “Nova Era do Envelhecimento” (*in* Viegas & Gomes, 2007, pp. 36). A emergência desta “nova era”, segundo estes autores, pode ser explicada por três factores: a representatividade da população idosa resultante do envelhecimento populacional, as novas oportunidades de vida decorrentes das novas tecnologias da comunicação e, por último, uma melhoria significativa da situação económica deste segmento populacional. Viegas e Gomes (2007) indicam que os projectos desta natureza desenvolvidos em Portugal aludem para as inéditas oportunidades de vida que as novas tecnologias de informação e comunicação proporcionam, quer ao nível da construção da identidade pessoal quer ao nível da sociabilidade dos idosos, contribuindo desta forma para a chamada “Nova Era do Envelhecimento” (pp.36).

De igual importância para o estudo da intergeracionalidade em Portugal foi o contributo de Andrade (2002). Foi um estudo pioneiro, onde a autora procurou analisar os contributos de uma experiência de solidariedade entre gerações (jovens e idosos) para a formação pessoal e social dos alunos de uma escola secundária, e discutir a

pertinência da implementação de projectos promotores desse tipo de relação em escolas de diferentes níveis de ensino. Os idosos estavam institucionalizados em lares (Andrade, 2002).

No âmbito governamental, o Programa do Governo Português propõe actualmente um conjunto de políticas integradas no Plano Nacional de Saúde, que visam o seguinte: desenvolver acções mais próximas dos cidadãos idosos e das pessoas em situação de dependência; promover de uma forma adequada e com equidade, na sua distribuição territorial, a possibilidade de uma vida mais autónoma e de maior qualidade; humanizar os cuidados; potenciar os recursos locais; ajustar a realidade que caracteriza o envelhecimento individual e a perda de funcionalidade. Também o programa de inserção social – Programa de Apoio Integrado a Idosos (PAII) criado pelos Ministérios da Saúde, do Emprego e da Segurança Social a 1 de Julho de 1994, pretende desenvolver acções inovadoras através da criação de projectos de desenvolvimento quer a nível central quer a nível local (Carvalho & Pinho, 2006). Estes projectos devem ter os seguintes objectivos: promover a autonomia das pessoas idosas e/ou pessoas com dependência, prioritariamente no seu meio habitual de vida; estabelecer medidas que visem melhorar a mobilidade e acessibilidade a serviços; implementar respostas de apoio às famílias que prestem cuidados a pessoas com dependência, essencialmente idosos; promover e apoiar a formação de prestadores de cuidados informais e formais, de profissionais, familiares, voluntários e outros elementos da comunidade, assim como desenvolver medidas preventivas do isolamento e da exclusão (Carvalho & Pinho, 2006). Patenteados por estes objectivos, estes programas contribuem para a solidariedade entre gerações, tornando possível a existência de uma sociedade para todas as idades, desenvolvendo respostas inovadoras e integradas, fazendo a promoção de parcerias e criando postos de trabalho, indo ao encontro das directrizes emanadas pela ONU.

Abordámos neste ponto a actividade intergeracional à luz das directrizes governamentais da Organização das Nações Unidas. No caso particular de Portugal, tentámos clarificar o conceito, tendo em conta as perspectivas organizacionais e alguns projectos desenvolvidos. Seguidamente, apresentamos três modelos para a prática intergeracional, implementados nos EUA, e as directrizes emanadas pelos autores do Manual de Boas Práticas – Intergeracionalidade, no contexto Português.

1.4. MODELOS E DIRECTRIZES PARA A PRÁTICA INTERGERACIONAL

Os modelos e directrizes que analisamos de seguida são distintos na sua génese mas semelhantes na sua finalidade, constituindo-se como fios condutores para a prática intergeracional. São eles: Modelo de Ames e Youatt para Selecção e Avaliação de Actividades Intergeracionais; Modelo Senior-Centerd de Dellmann–Jenkins; Modelo “Estação de Gerações” e Conselhos para uma Prática Intergeracional Bem Sucedida – Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade.

Ainda que inseridos no seio da sociedade norte americana, e por isso com as especificidades culturais, consideramos importante para o nosso estudo a análise dos três modelos acima referidos, não só pela escassez de estudos verificada, mas por considerarmos que os princípios que lhe estão inerentes podem ser adaptados à realidade portuguesa, partilhando o entendimento que qualquer modelo para a prática intergeracional pode ser ajustável ao contexto cultural onde se vai inserir (Ames & Youatt, 1994; Dellmann-Jenkins, 1997 e Kaplan *et al.*, 2006). A pertinência dos “Conselhos para uma Prática Intergeracional Bem Sucedida” neste estudo relaciona-se com o facto de ser o resultado de um projecto implementado em Portugal, seguidor das orientações europeias para a implementação de actividades intergeracionais. Consiste num conjunto de directrizes que assenta na “metodologia utilizada para a implementação da Intergeracionalidade” (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.36). Estando por conseguinte a ser dado o primeiro passo neste domínio.

Apresentamos de seguida os modelos e as directrizes para a prática intergeracional entre crianças e idosos, numa perspectiva cronológica.

Modelo de Ames e Youatt para Selecção e Avaliação de Actividades Intergeracionais

O modelo proposto por Ames e Youatt (1994) dá enfoque à criação de programas intergeracionais adaptáveis a uma larga variedade de grupos de participantes, instituições intervenientes e objectivos. A sua génese deu-se aquando do desenvolvimento de um programa de treino intergeracional para prestadores de cuidados a crianças e idosos.

Em 1982, Ames destaca a importância da geração do meio na iniciação, implementação e avaliação dos programas intergeracionais. Apesar de considerar

importante o papel de todos os participantes envolvidos, a autora considera particularmente relevante o papel da geração do meio na programação intergeracional. Expõe, por isso, dois papéis desta geração: primeiro o de mediador, podendo nestas circunstâncias operar como inibidor ou catalisador dos programas intergeracionais. Por exemplo, no caso das famílias, como mediador directo de papéis, revelando-se essencial na qualidade dos relacionamentos entre netos e avós. Nas situações fora do contexto familiar, como mediador indirecto de papéis, e neste caso a geração intermédia corresponde ao que a autora menciona como *staff* do programa intergeracional. O segundo papel descrito para a geração do meio é o de beneficiário, ressaltando-se os ganhos desta geração com a programação intergeracional. Na óptica da autora podem beneficiar enquanto pais, filhos e enquanto membros da comunidade.

Posteriormente, Ames em colaboração com Youatt reconheceram a importância deste grupo na decisão para o processo de elaboração de um programa intergeracional, uma vez que simultaneamente participam, influenciam a experiência e o contacto intergeracional entre os mais novos e os mais velhos (Ames & Youatt, 1994). Consideram igualmente importante, para o desenvolvimento dos programas, conhecer o modo como decorrem as interações entre os participantes envolvidos. Neste sentido, apresentam-nos cinco categorias para ajudar a criação e/ou reestruturação de programas intergeracionais equilibrados. As categorias propostas são: recreação/ lazer; educação; promoção da saúde; serviço público e desenvolvimento pessoal (Ames & Youatt, 1994). Abordamos topicamente cada uma delas.

Recreação/Lazer: Constitui-se como um importante indicador dos resultados, e é também, muitas vezes, precursor para outro tipo de actividades intergeracionais. O convívio ajuda os grupos de pessoas de qualquer idade a quebrarem barreiras de estereótipos ou estigmas pré-estabelecidos. A desvantagem reside no facto de serem usados demasiadas vezes, podendo com isso impedir a realização de outras actividades. Parece também que, nesta categoria, com alguma frequência, há tendência para subestimar as capacidades e interesses dos participantes mais velhos e mais jovens devido à crença de que tudo o que desejam é entretenimento. Por estas razões, as autoras alertam que é necessário ter atenção, uma vez que esta orientação pode ter implicações negativas directas, quer nos participantes, quer nos próprios programas.

Educação: O ensino tem sido habitual nos programas intergeracionais. Apesar da educação formal ser ainda muito direccionada para os mais novos, com a ênfase dada à educação ao longo da vida, tem vindo a tornar-se prioritária para os adultos mais

velhos. O ensino mais comum na programação intergeracional assenta na transmissão de experiências, conhecimentos e histórias dos mais velhos para os participantes mais jovens. No entanto, alguns programas atribuem mais importância à reciprocidade do ensino, isto é, os mais jovens a transmitirem conhecimentos aos mais velhos, como, por exemplo, nas novas tecnologias da informação. Sugere-se assim, que jovens e idosos aprendam em conjunto, perspectivando-se a educação ao longo da vida (Ames & Youatt, 1994).

Promoção da Saúde: A promoção da saúde não tem sido uma componente habitual nos programas intergeracionais. A sua pertinência nestas actividades tem um carácter reflexivo, pois permite pensar sobre a importância atribuída à saúde e ao bem-estar, quer ao nível das escolas, locais de trabalho e comunidade. Ainda que a promoção da saúde tenha diferentes significados e implicações para os diferentes grupos etários, de um modo geral, estas actividades podem conduzir a resultados particularmente positivos e duradouros para os grupos de participantes (Ames & Youatt, 1994).

Serviço Público: O serviço público parece ser um excelente meio para que jovens e idosos trabalhem em conjunto e atinjam objectivos comuns. A complementaridade de esforços quer de jovens quer de idosos, permite fornecer apoio às comunidades ou a indivíduos com necessidades mais específicas. O serviço público constitui-se como um bom exemplo da importância da geração do meio na execução da programação. Os indivíduos nessa faixa etária, quer sejam membros de família, líderes comunitários ou pertencentes ao *staff* do programa intergeracional, são instrumentos fundamentais para o desenvolvimento dos projectos (Ames & Youatt, 1994).

Desenvolvimento Pessoal: Esta categoria relaciona-se com os sentimentos de companheirismo, partilha e solidariedade que, na opinião das autoras, são os veículos para o desenvolvimento pessoal. Sempre que este desenvolvimento está assegurado está-se perante um programa equilibrado (Ames & Youatt, 1994).

Os papéis desempenhados por qualquer um dos participantes envolvidos devem ser considerados. Contudo, para que “tenham significado têm que englobar actividades reais e não fictícias, actividades que tenham objectivos direccionados para estabelecer relações pessoais” (Mack & Wilson, 1989, pp. 9, *in* Ames & Youatt, 1994, pp. 759). O programa deve, para além de potenciar e alargar a acção de actividades intergeracionais, permitir que as decisões avaliativas sejam tomadas num contexto particular e específico, servindo apenas para uma população concreta (Ames & Youatt, 1994).

Neste modelo, as autoras consideram importante que as actividades sejam avaliadas segundo quatro níveis de selecção. O objectivo é a maior eficácia das mesmas. Assim, as actividades que estejam em conformidade com todos os níveis de avaliação propostos são aquelas com maior probabilidade de sucesso aquando da implementação (Ames & Youatt, 1994). Apresentaremos os quatro níveis de selecção propostos:

Nível 1 – Neste nível é avaliada a congruência da actividade relativamente aos objectivos estabelecidos. Isto inclui não apenas os objectivos globais dos programas intergeracionais, mas também a filosofia e os objectivos específicos de cada programa individual. Por exemplo, um programa intergeracional num centro de saúde possui uma filosofia e prática direccionadas para a promoção da saúde e do bem-estar. Actividades que possam ir contra esta filosofia (por exemplo: fumar no intervalo de uma reunião) devem ser rejeitadas. Assim sendo, qualquer hipotética actividade necessita de ser congruente com esta filosofia. As autoras propõem que as actividades que não sigam a filosofia e os objectivos específicos do programa, ou que entrem em conflito com a mesma, devem ser desde logo eliminadas.

Nível 2 – Este nível avalia a adequação dos objectivos orientadores do programa ao grupo alvo. As actividades devem ser desenvolvidas apropriadamente e devem apelar tanto aos jovens quanto aos mais idosos. Nesta área, a pesquisa educacional reforçou que as actividades que têm mais sucesso são aquelas que são ajustadas ao nível de desenvolvimento dos participantes (Williams, 1986, *in* Ames & Youatt, 1994). Sugere-se que as actividades planeadas para os adultos sejam relevantes e úteis para os próprios (Bee, 1987, *in* Ames & Youatt, 1994). Em relação às crianças devem ser privilegiadas as actividades escolhidas por elas (Bredenkamp, 1987, *in* Ames & Youatt, 1994). Referem as autoras que as crianças mais jovens tendem a preferir pequenos grupos informais enquanto que os adultos, nestes casos, tendem a ser mais flexíveis. Um outro aspecto para o qual as autoras chamam a atenção é para a participação que pode ser altamente influenciada tanto pela condição social como pelo próprio entusiasmo dos participantes. Os mais jovens, tendencialmente, alimentam uma forte dependência de actividades, contrariamente ao que acontece com os mais velhos. A actividade em consideração deve corresponder simultaneamente às necessidades dos adultos e das crianças (Ames & Youatt, 1994).

Nível 3 – O terceiro nível de avaliação obriga a que se tenha em consideração a especificidade dos participantes no programa. Por exemplo, um programa pode servir para participantes mais velhos que possuam severas limitações físicas, contudo outro

programa pode servir uma população idosa que tenha um elevado nível de educação e bem-estar físico. As autoras alertam para a existência de uma grande diversidade intra e intergerações e, assim sendo, mesmo que a actividade possa parecer apropriada para jovens, pode não o ser para os adultos e vice-versa. De entre os factores que influenciam a participação individual nas actividades, encontra-se a motivação dos participantes, o nível de interacção entre eles, o animador, a necessidade de manutenção da actividade, e o nível da interacção requerido pela actividade. Apenas os constituintes do *staff* do programa que conheçam e compreendam os interesses, habilidades e limitações dos seus clientes poderão avaliar a eficácia da actividade (Ames & Youatt, 1994).

Nível 4 – Este nível de avaliação reporta-se a considerações práticas a serem questionadas se a actividade tiver transposto os níveis anteriores – programa adaptável para adultos e crianças, e para o contexto da população específica. As considerações práticas determinarão se a actividade pode ser implementada com sucesso (Ames & Youatt, 1994).

Existem ainda outros aspectos que as autoras consideram que devem ser tidos em consideração aquando da implementação de programas intergeracionais, como: os equipamentos, espaços e tempo da actividade. Também a eficiência e a adequação do tempo devem ser consideradas na eleição de uma potencial actividade. A adequação do tempo significa ter tempo suficiente para implementar com sucesso a actividade. Requer a análise do tempo gasto em função dos resultados obtidos com a actividade. Ter tempo suficiente pode ser menos importante do que determinar se o tempo necessário para a actividade é racional e apropriado. Os recursos humanos assomam-se como outra das preocupações das autoras. Consideram ser necessário pessoal específico, qualificado e experiente em áreas tão diversas como, por exemplo: habilidades musicais e trabalhos manuais. A dúvida permanece em saber se existem pessoas com as capacidades adequadas para a execução de determinadas actividades (Ames & Youatt, 1994). Na sua óptica devem ser aproveitados todos os talentos e aptidões dos participantes envolvidos. O tamanho do grupo parece ter também alguma importância para o sucesso da actividade, por exemplo, os grupos demasiadamente grandes podem ser um factor de inibição para alguns participantes, em contrapartida, os grupos demasiadamente pequenos podem trazer poucos recursos e diversidade, prejudicando a implementação da actividade. Em relação ao acesso a materiais, espaço e equipamentos, Ames & Youatt (1994) consideram que as actividades que envolvem deslocações, uso de materiais não reutilizáveis ou recursos físicos exagerados, podem, em alguns casos, ser

incomportáveis. Daí a necessidade de se avaliar a relação custo/benefício (Ames & Youatt, 1994).

Modelo Senior-Centerd de Dellmann–Jenkins

O Modelo *Senior-Centerd* vem responder à necessidade de se criarem programas intergeracionais promotores de desenvolvimento para todos os grupos de participantes, especialmente para os mais velhos. Contrariamente ao verificado até então, onde a maioria dos programas intergeracionais focava apenas a promoção do desenvolvimento dos participantes mais novos, o modelo proposto pela autora surge numa tentativa de responder à necessidade de providenciar informação específica para planejar e implementar programas intergeracionais que promovam benefícios não só para crianças mas sobretudo para as pessoas idosas. Segundo refere a autora, a programação intergeracional que era levada a cabo não reconhecia as necessidades de cada grupo individualmente, e por isso nem sempre se verificavam benefícios para todos (Dellmann–Jenkins, 1997). O seu modelo vem, assim, enfatizar a necessidade dos programas intergeracionais terem resultados positivos quer para os participantes mais velhos quer para os mais novos.

Como mais valias deste modelo, a autora aponta o enfoque atribuído aos participantes mais velhos, para quem é direccionada a linha de acção e a sua inclusão na construção de todas as etapas dos programas intergeracionais, designadamente, ao nível do desenvolvimento e planeamento, implementação e avaliação (Dellmann–Jenkins, 1997). Damos, por isto, particular destaque a este modelo no nosso estudo.

A premissa básica subjacente neste modelo é que o contacto com membros de gerações mais novas é mais positivo para as pessoas mais velhas quando elas reconhecem significado no papel que desempenham e, por isso, os intercâmbios devem ser percebidos pelos mais velhos como significativos (Aday *et al.*, 1991; Ames & Youatt, 1994). O suporte empírico para esta premissa advém dos resultados obtidos em programas que envolvem adolescentes e adultos mais velhos (Chapman & Neal, 1990), e crianças em idade pré-escolar e idosos (Aday *et al.*, 1991). Nestes programas, os participantes mais velhos, que desempenharam papéis no planeamento das actividades, manifestaram preferência por actividades que promovem a participação dos mais novos. Os resultados destes estudos revelaram-se positivos para ambos participantes, contudo, com percepções mais favoráveis para as pessoas idosas. Estudos mais recentes têm corroborado esta ideia, os resultados sugerem que as pessoas mais velhas tendem a

descrever a interacção com as crianças com maior entusiasmo e percebem a actividade como mais positiva quando também eles contribuem para o planeamento e conteúdo das mesmas (Griff *et al.*, 1996a).

Em 1996, vários autores, Griff *et al.* (1996b), propuseram-se determinar o tipo de actividades que podem ser bem sucedidas junto dos participantes mais novos e de três “tipos” de participantes mais velhos. Reconheceram que o grupo das pessoas mais velhas não é homogéneo e que, por isso, existem diferentes interesses e níveis de funcionamento que devem ser tidos em consideração quando se planeiam as actividades com os mais novos.

O objectivo de Dellmann-Jenkins *et al.* (1991) foi estudar o desenho de um programa intergeracional que proporcionasse aos mais novos interacção com os mais velhos, com ganhos para ambas as gerações. O programa curricular incluía: contacto com a escola e a família dos mais velhos; contacto regular de adultos mais velhos com as turmas dos mais novos; e interacção dos mais novos com os mais velhos mais dependentes, através das *nursing home*. Os resultados deste estudo evidenciaram que crianças que participaram em 9 meses de programa estavam mais dispostas a partilhar, ajudar e cooperar com os idosos. Em relação aos mais velhos, o estudo demonstrou um aumento do bem-estar por parte dos idosos como resultado da percepção de que as crianças os encaravam como pessoas mais divertidas, interessantes e tolerantes.

Ajudar as crianças a desenvolverem uma ideia mais positiva acerca das pessoas mais velhas foi também um dos focos de atenção de Dellmann-Jenkins *et al.* (1986). Segundo os autores, evidenciava-se uma visão mais positiva das crianças acerca dos idosos após a participação em programas intergeracionais, comparativamente com aqueles que não tinham participado. Estas diferenças sugeriram que a participação nestes programas alterou a percepção dos mais novos em relação aos mais velhos. Para os idosos, os resultados mostraram que estes se sentem mais satisfeitos com estas interacções e que estas lhes permitem compreender melhor os comportamentos e acções das crianças e, conseqüentemente, dos seus netos.

Dellmann-Jenkins (1997) propõe 7 etapas para a implementação do *Modelo Senior-Centerd*. A primeira etapa consiste em conduzir sessões de orientação para idosos e crianças antes do contacto real. Numa segunda etapa, a autora propõe encorajar os idosos a identificarem aquilo que gostariam de partilhar com as crianças (passatempos, habilidades, etc). Posteriormente, numa terceira etapa, a autora sugere que se conduzam sessões de treino para o *staff* que vai estar responsável pela actividade.

A quarta etapa deverá incorporar actividades intergeracionais anteriores que tenham sido bem sucedidas e com avaliações positivas para ambos os grupos de participantes. A quinta etapa consiste na avaliação formal das actividades. Cada grupo deve ser entrevistado individualmente e encorajado a responder a cinco questões básicas acerca das actividades. Na sexta etapa, a autora considera importante identificar a opinião dos idosos acerca da sua participação nos programas que envolvem interacção com jovens e crianças em idade pré-escolar com base num questionário com 11 itens para aplicar aos participantes idosos. Na sétima etapa, a autora sugere avaliar o efeito da participação em programas intergeracionais na percepção das crianças acerca das pessoas mais velhas (Dellmann-Jenkins, 1997).

Modelo “Estação de Gerações”

O modelo “*Generation Station*” (Estação de Gerações), levado a cabo por Kaplan *et al.* (2006), reflecte a orientação para a promoção de intercâmbios intergeracionais. Na óptica dos autores, a importância da criação de um sistema comunitário expansivo, que crie múltiplas formas de intervenção, é uma das formas de contrariar os programas que focam apenas uma actividade, que têm tempos limitados e possibilidades de intervenção reduzidas.

A ideia de Estação de Gerações proposta por Kaplan *et al.* (2006) surgiu de uma estratégia utilizada para criar oportunidades multifacetadas, em intercâmbios intergeracionais, numa Comunidade de Prestação de Cuidados Continuados a Reformados (CCRC). Os resultados apresentados pelos autores reportam-se a um estudo que foi desenvolvido numa CCRC, na Pensilvânia, durante um período de 13 meses, entre 2001 e 2002. Estas comunidades abrangiam utentes independentes, utentes que necessitavam de assistência e serviços de prestação de cuidados continuados. Também incluíam programas educativos, recreativos, serviço de urgência, serviço de transporte, de alimentação e conveniência, como padaria, cuidados de saúde e educação física (Association of Homes and Services for the Aging, 2002; Krout, Oggins, & Holmes, 2000, in Kaplan *et al.* 2006).

A escolha do título do projecto Estação de Gerações surge pelo facto de os autores considerarem que a associação visual com uma estação de comboios poderia ajudar analogicamente a relacionar vários temas desejados (Kaplan *et al.*, 2006). A primeira ideia a ser trabalhada neste projecto foi considerar a CCRC no mapa, isto é, estar na comunidade e aberta para a mesma. A metáfora da estação é consistente com a

ideia de que esta programação deve reportar-se a um conjunto de actividades para pessoas de todas as idades. Os autores sugerem também a visita a estes locais, pois só assim é possível a demolição das barreiras existentes entre os residentes da CCRC e a comunidade envolvente.

Com o objectivo de expor os residentes a uma vasta possibilidade de contactos intergeracionais, a ênfase deste modelo assenta na construção de recursos institucionais que permitam a criação de programas intergeracionais ao invés da criação de actividades singulares e finitas (Kaplan *et al.*, 2006). Os autores pretendem que este modelo seja descrito como um modelo de mudança institucional. Representando uma outra abordagem na forma como os administradores e o *staff* de uma CCRC podem colaborar, formar parcerias comunitárias, planear e implementar actividades que sejam congruentes com as organizações locais de grupos de crianças e jovens.

Kaplan *et al.* (2006) justificam a escolha de uma CCRC como instituição piloto para a implementação do modelo Estação de Gerações dado o número crescente destas instituições na sociedade norte-americana assim como, a possibilidade de demonstrar a importância do programa a um vasto grupo de idosos. Nestes casos é indispensável ter em atenção que os residentes de uma CCRC variam quer no estilo de vida, estado físico e no próprio interesse para estabelecer ligações com os mais novos.

Kaplan *et al.* (2006) propõem um planeamento preliminar para a construção de parcerias entre as CCRC e a comunidade, aplicando o modelo Estação de Gerações. Sugerem o envolvimento por 3 fases: numa primeira fase, deve ser criada uma lista de escolas locais, organizações e centros que sirvam crianças e jovens; numa segunda fase, deve ser recolhida a informação relativa a cada um dos locais, incluindo a localização geográfica, objectivos do programa e actividades; na terceira fase, deverá ser elaborada uma base de dados com toda a informação recolhida, para que possa estar prontamente acessível ao *staff* e pessoal administrativo da CCRC, bem como a investigadores que possam e queiram apoiar o planeamento e implementação do projecto.

Dos resultados obtidos Kaplan *et al.* (2006) referem que o modelo Estação de Gerações evidenciou ser uma forma objectiva de ajudar as CCRC a identificar as instituições locais de crianças e jovens que podem colaborar no estabelecimento de actividades intergeracionais. Os resultados também demonstraram que a implementação deste modelo permitiu: um aumento na frequência e diversidade de actividades intergeracionais, um aumento no envolvimento e interesse na criação e execução de oportunidades de intercâmbio intergeracional e uma maior compreensão por parte dos

residentes, *staff* e administradores, dos benefícios retirados por aqueles que participam nas actividades intergeracionais.

Conselhos para uma Prática Intergeracional Bem Sucedida – Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade

As directrizes propostas para a implementação de actividades intergeracionais anunciadas no Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade (2004) privilegiam a natureza activa e interactiva dos programas. A preocupação dominante assenta na ideia de que todos os destinatários (crianças, jovens e idosos) participem na procura do “saber” para atingir a dimensão do “saber-fazer” (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp36).

Focamos neste estudo algumas orientações propostas pelos autores, uma vez que nos parecem ser consistentes com uma grande parte da literatura existente. A sua pertinência advém também do facto de no contexto português denotar-se uma escassez de suporte bibliográfico nesta área. Para uma melhor absorção da metodologia utilizada na implementação de actividades intergeracionais, os autores optaram por subdividi-la em três momentos que consideraram ser fundamentais para o sucesso da actividade: planificação, execução e avaliação (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004).

Planificação: Encontra-se subdividida em quatro passos. O primeiro corresponde à definição de qual o animador responsável pelo desenvolvimento da actividade intergeracional. O papel do animador evidencia-se fundamental no desenrolar da metodologia, pois é-lhe inculcida a manutenção de um ambiente descontraído e motivante para todos os participantes. Este profissional levará a cabo um trabalho simultâneo com mais do que uma geração, devendo, por isso, assumir um perfil que reúna competências a três níveis: cognitivo (saber-saber para saber-fazer e saber-estar); relacional (saber-estar consigo e com os outros para saber-saber e saber-fazer); e técnico (saber-fazer por saber-saber e saber-estar). Ao nível das competências cognitivas, o profissional deve dominar os conhecimentos teóricos e instrumentos de várias áreas relevantes para o exercício das suas funções, como sejam a Psicologia, Sociologia, Serviço Social, História, Literatura e Artes, para que seja possível desenvolver programas ou acções de Animação Sociocultural Intergeracional. Este profissional deve também saber seleccionar e aplicar saberes científicos e técnicos com o objectivo de compreender a totalidade sociocultural das questões intergeracionais, considerando

nomeadamente, os diversos grupos etários, contextos comunitários e dinâmicas comunitárias abrangidas. Por último, deve saber identificar e caracterizar elementos constitutivos das situações problemáticas, designadamente distorções perceptivas nas quais os sujeitos podem incorrer podendo, nestes casos, escolher as estratégias adequadas para prevenir e/ou resolver as situações de conflito. Ao nível das competências relacionais, o profissional deve ser reflexivo, com capacidades auto-críticas, de qualificação contínua do desempenho, de clareza, e de segurança em relação ao perfil profissional. Deve respeitar e viabilizar a autonomia, responsabilidade pessoal e a diversidade cultural, religiosa e sexual dos destinatários, tendo por orientações a Declaração Universal dos Direitos Humanos, a Carta Europeia dos Direitos Fundamentais e a Constituição da República Portuguesa em vigor. Deve reconhecer a centralidade dos utentes/cidadãos, indo ao encontro das suas necessidades e capacidades, empregando uma comunicação eficaz, que suporte o desenvolvimento das relações intergeracionais. Deve igualmente ser um profissional atento e construtivo, orientando-se para a criação ou rentabilização de espaços e momentos onde indivíduos de várias idades, com interesses comuns, possam estabelecer relações mutuamente benéficas e satisfatórias. Ao nível das competências técnicas, estes profissionais devem estabelecer uma metodologia de projecto no trabalho, estruturando-o por objectivos e metas, pesquisando, organizando e produzindo informação em função das necessidades, dos contextos e situações. Deve utilizar técnicas de intervenção e avaliação social adequadas para informar eficazmente o desenvolvimento do programa ou da acção intergeracional. Deve abordar, minorar ou resolver dificuldades quotidianas daí emergentes. Tem também como responsabilidade a aplicação de estratégias de gestão e resolução de conflitos, com avaliação prévia e sistematizada dos mesmos, explicitando, debatendo e relacionando a pertinência das soluções encontradas em relação aos problemas e às estratégias adoptadas. Deve resolver as dificuldades ou enriquecer o relacionamento intergeracional através da comunicação não-verbal e de suportes comunicativos inovadores, aplicando técnicas e códigos apropriados. Deve ainda saber trabalhar em equipa, formar parcerias e redes e colaborar com os demais, de acordo com a sua área de competência. Na óptica dos autores, o animador deverá ser devidamente formado para desenvolver um trabalho intergeracional, sendo que, é também fundamental a procura de conhecimentos por parte do agente mediador (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004)

O segundo passo na planificação comporta aquilo a que os autores chamam de Reunião Intergeracional. Nesta reunião deverão estar representados todos os intervenientes das actividades. Deverá ser um trabalho colectivo do(s) animador(es), dos destinatários e da instituição. Os destinatários deverão reflectir sobre as actividades que gostariam de vir a desenvolver, potenciando a criação de oportunidades de aprendizagem baseadas nos seus próprios interesses, valorizando a experiência pessoal. Segundo os autores do projecto, poder-se-á esperar um maior envolvimento pessoal e, conseqüentemente, uma participação mais activa, “aprendendo” e/ou “ensinando” como resultado do seu próprio desejo de “aprender” e/ou “ensinar”, e da sua vontade de conhecer. Ao longo desta reunião, o(s) animador(es) terá(ão) o papel de mediadores e orientadores, fomentando a participação de todos, registando, valorizando as sugestões de cada um, e também reflectindo com o grupo sobre a exequibilidade das actividades, considerando outras alternativas e sugerindo outras que se julgue serem do interesse dos mesmos (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.39).

O terceiro passo consiste na delineação de um cronograma. Atendendo aos interesses, vontades e sugestões dadas pelos destinatários das actividades, o(s) animador(es), em conjunto com a própria instituição, deverá(ão) efectuar uma planificação anual e semanal das actividades a desenvolver. Nesta, deverão estar definidas as actividades a realizar, em que datas, com que periodicidade, qual o tempo necessário à sua execução, quais os recursos humanos a mobilizar e quais os recursos materiais a utilizar. É ainda recomendável que se faça um levantamento a nível local, no sentido de verificar se existem outras instituições que promovam actividades semelhantes, a fim de se poderem estabelecer parcerias. Sempre que possível, dever-se-á adequar o horário das actividades de forma a que os familiares das crianças, jovens e idosos também possam participar, criando assim um ambiente de forte intergeracionalidade (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004).

Na selecção das actividades, os autores alertam para os seguintes aspectos:

- Nível etário dos destinatários, pois será um factor determinante no seu grau de envolvimento;
- Autenticidade das actividades, devendo ser entendidas pelos destinatários como reais e exequíveis;
- Intensidade dos laços pessoais que as actividades desencadeiam, sabendo-se que os assuntos/temas relacionados com as suas próprias experiências ou com o ambiente em que vivem/viveram são mais eficazes;

- Relevância dos objectivos da actividade para os interesses dos destinatários.

O quarto passo equivale à planificação das actividades. Neste momento o animador é responsável por determinada actividade e deverá realizar a planificação diária da mesma. Deverá definir, diariamente, os objectivos da sua intervenção, os participantes a envolver, os materiais necessários e as estratégias a que irá recorrer. No que concerne à definição dos participantes, os autores alertam para o facto de que estes grupos deverão ser não só pequenos mas também equilibrados, de forma a permitir uma maior dinâmica. Caso se trate de uma actividade a desenvolver em parceria com outras instituições, esta planificação deverá ser realizada em conjunto. Os autores ressaltam que qualquer planificação deve ser flexível, de modo a que o tempo e as condições para o seu desenvolvimento sejam sempre reavaliados em função dos objectivos inicialmente propostos, dos recursos à disposição do grupo e das circunstâncias que envolvem as actividades (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004).

Execução: Encontra-se subdividida em 3 passos. O primeiro corresponde à preparação dos diferentes grupos para a realização de actividades conjuntas. Os autores referem que antes da realização de qualquer actividade intergeracional deve-se “preparar” os diferentes grupos para o trabalho conjunto, sensibilizando os mais novos para as dificuldades físicas, ritmos, constrangimentos, hábitos e gostos das pessoas mais velhas. Este trabalho poderá ser desenvolvido pelos educadores/professores na sala de aula. Também os idosos deverão ser previamente preparados, no sentido de saberem a partir de que momentos partilharão os espaços e as actividades com as crianças. Uma das formas de requerer a sua participação é, na opinião dos autores, apelando para a necessidade de que os mais novos têm de aprender, pedindo auxílio aos idosos para que, a partir das suas experiências de vida, possam contribuir para a formação dos mais novos. Na perspectiva dos autores é fulcral que pessoas mais velhas se sintam co-responsáveis pela transmissão do seu património histórico, pessoal e social, implicando-se a si próprias (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004).

O segundo passo corresponde à organização dos espaços e materiais necessários. O animador deverá organizar o espaço da actividade, para que este mesmo seja um auxílio para facilitar a sua execução. Paralelamente, deverá munir-se de materiais adequados às especificidades dos destinatários e necessários à sua implementação (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004).

O terceiro passo diz respeito à implementação da actividade. Os autores sugerem que a implementação e o desenvolvimento da actividade ocorra de acordo com a planificação previamente feita. Pretende-se que as actividades sejam sempre intencionais, isto é, que estejam orientadas para um objectivo que dará sentido ao trabalho realizado pelo grupo. Em sequência, a produção de algo será sempre o resultado do somatório das características do grupo. Na execução das actividades, os autores sugerem que se atenda ao facto de os participantes terem ritmos e estilos diferentes. É necessário dar tempo e condições ao grupo para se conhecer e construir o seu próprio ritmo. Neste momento, o animador terá o papel de facilitador e orientador da acção, e muitas vezes um “desafiador” do grupo, motivando a participação activa de todos (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.42).

Avaliação: Esta deverá ser de cariz pedagógico com a participação de todos os envolvidos, tendo os destinatários um papel preponderante. O primeiro passo desta última etapa concebe a criação de suportes de registo e avaliação das actividades. Estes suportes deverão ser efectuados pela instituição e pelos animadores, de forma a obter-se um modelo comum para todas as actividades. Esse documento constituir-se-á como suporte de registo, análise e reflexão sobre a actividade decorrida, pelo que deverá incluir os seguintes aspectos: data, designação da actividade, duração, recursos humanos envolvidos, número de participantes, planificação da actividade (previamente feita), descrição da actividade (referência ao modo como decorreu) e avaliação. Os técnicos responsáveis pela dinamização da actividade devem considerar estes aspectos:

- A prossecução dos objectivos – avaliar se foram ou não atingidos os objectivos definidos previamente, solicitando justificações para o caso da resposta ser negativa;
- A execução da actividade – se decorreu de acordo com a planificação ou se foram necessárias alterações à planificação, justificando-as;
- Os níveis de participação e de motivação dos destinatários;
- A auto-avaliação da sua própria participação – constituindo-se como uma auto-avaliação;
- As sugestões para a melhoria da actividade.

(Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.43)

Em relação aos participantes, estes devem ser questionados sobre:

- A satisfação com a actividade (se gostaram ou não e porquê);
- A satisfação com o facto da actividade ser Intergeracional (qual/quais os contributos da outra geração para a execução da actividade e a sua justificação);
- Sugestões para a melhoria da actividade.

(Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.43)

O documento deve ainda conceber um espaço para a assinatura dos destinatários (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004). O segundo passo do momento avaliativo diz respeito ao preenchimento dos registos. Este deverá ser realizado logo após a execução da actividade, funcionando como um parâmetro de planificação e replanificação. Deverá ter em conta não só os resultados obtidos (produtos), mas também o que ocorreu no desenvolvimento da actividade (processo) (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004). O terceiro passo corresponde à conclusão da avaliação. As informações/observações relativas às mudanças de atitude dos intervenientes durante o desenrolar das actividades e os reflexos na família e/ou comunidade, serão também dados a considerar no desenvolvimento do trabalho. Os autores sublinham também que o “erro” deverá assumir um significado não de abolição da actividade mas de ponto de partida para uma reflexão conjunta, entre animadores, instituição e destinatários, provocando a redefinição de novas estratégias de implementação (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.44).

Seguidamente apresentamos algumas implicações das actividades intergeracionais.

1.5. IMPLICAÇÕES DA PRÁTICA INTERGERACIONAL

Os estudos, modelos e directivas apresentados mostram que, na generalidade, todos os programas específicos de contacto entre gerações, têm como objectivo comum a promoção do bem-estar dos participantes envolvidos. A par dos resultados que apontam as mudanças favoráveis nas atitudes dos mais jovens em relação aos mais idosos, um grande número de estudos também revela resultados positivos nos níveis de satisfação dos idosos envolvidos, assim como mais valias para as gerações do meio e para a comunidade. Ainda que abordados por nós distintamente, não podemos deixar de considerar que os benefícios para uma geração são inevitavelmente benefícios para a outra geração sendo, por isso, a sua segregação inexequível. Metaforicamente,

consideramos tratar-se de uma triangulação, cuja pedra basilar assenta na prática intergeracional. De seguida, apresentamos algumas implicações das actividades intergeracionais:

Para os Idosos

Em 1985, os resultados do estudo conduzido por Sparling e Rogers, “*Intergenerational interventions: A reciprocal service delivery system for preschoolers, adolescents, and older persons*”, sugerem que a cooperação intergeracional constitui um factor decisivo na qualidade de vida das pessoas idosas.

Também o estudo desenvolvido por Cherry, Benest, Gates e White (1985), intitulado “*Intergenerational service programs: Meeting shared needs of young and old*”, sugere que sempre que se faz uso das competências e das necessidades de uma geração para ir ao encontro da outra, está-se a proporcionar papéis significativos para ambos os grupos.

Com resultados igualmente favoráveis à prática intergeracional, Newman *et al.*, (1985), ao investigar o impacto das experiências de voluntariado escolar, percebido por voluntários idosos, concluíram que as experiências de trabalho voluntariado proporcionam aos idosos sentimentos de utilidade. Estes resultados sugerem que, quando é permitido aos idosos a possibilidade de fazerem parte integrante de actividades estruturadas, estes tendem a adquirir uma imagem mais positiva acerca de si próprios (Newman *et al.*, 1985). Nestes casos, os idosos tendem a descrever este tipo de actividades como recompensadoras, enriquecedoras e revigorantes, sugerindo que o facto de “estarem com as crianças” melhora a qualidade de vida dos que estão envolvidos no programa (pp.126). Outra mais valia apontada é o aumento da auto-estima dos idosos. Este facto sugere que a interacção com as crianças pode resultar numa ligação e relação de afectividade, com benefícios para os idosos com baixa auto-estima (Newman *et al.*, 1985). Concluem do seu estudo que a experiência de voluntariado por si só é recompensadora para muitos idosos, contudo, quando estas actividades são desenvolvidas em escolas, podem ter um impacto muito mais significativo no bem-estar dos mesmos. Para além de readquirirem um papel na sociedade, permite-lhes também desenvolver novas relações e enfrentar alguns aspectos negativos inerentes ao processo de envelhecimento e à velhice (Newman *et al.*, 1985). E mais uma vez, estes resultados apontam que a possível diminuição do bem-estar vivido pelas pessoas idosas pode estar relacionado com a redução da sua actividade social e

alteração no desempenho de papéis sociais (Riley & Foner, 1968; Alldredge-Marshall, 1983; Whitted, 1983, *in* Newman *et al.*, 1985). Esta troca negativa de papéis pode ser contrariada através da inserção dos idosos em actividades produtivas (Lemon, Bengston & Petersen, 1972; Gregory, 1983).

Weintraub e Killian (2007) levaram a cabo um estudo com o objectivo de analisar a percepção dos idosos em centros de dia, sobre o impacto da programação intergeracional, no seu bem-estar emocional. Os resultados apontam para experiências “esmagadoramente positivas” dos idosos, quando desenvolviam actividades intergeracionais (Weintraub & Killian, 2007, pp. 370). Os autores definem este tipo de actividades como “programação de alta qualidade”, porque consideram-na especialmente importante para os idosos que estão habituados a vidas activas e independentes e que por isso estão mais propensos a aceitar um estilo de vida dinâmico (Weintraub & Killian, 2007, pp. 371). Os autores também referem que a prevenção do declínio cognitivo pode ser outro dos benefícios das actividades intergeracionais. Alguns estudos também sugerem correlações positivas com o bem-estar emocional dos participantes (Weintraub & Killian, 2007). Kane (2001) refere que a capacidade de ter relações pessoais é uma componente essencial na percepção do bem-estar emocional por parte dos utentes dos centros de dia.

Para exprimir o grau de envolvimento dos idosos com as crianças e com as actividades intergeracionais, Weintraub e Killian (2007) fazem a distinção entre: contacto e envolvimento. O contacto remete para interacções ocasionais com crianças, onde não há procura de programas intergeracionais com regularidade, mesmo quando oferecidos. O envolvimento sugere uma participação activa e regular em programas intergeracionais. Desta categorização os autores ressaltam três aspectos. Primeiro, o facto de os participantes idosos controlarem os níveis de interacção com as crianças é interpretado como uma forma de respeito. Os participantes relatam que o sentimento de liberdade de escolher o envolvimento na interacção é fundamental para se sentirem respeitados e com maior bem-estar. O segundo aspecto relaciona-se com o sentimento de utilidade percebido pelos idosos quando destacam os contributos que podem dar à comunidade com a participação neste tipo de actividades. Por último, os autores referem que os sentimentos de familiaridade descritos pelos participantes permitem-lhes ter oportunidades para desenvolverem relações familiares mais próximas.

O projecto levado a cabo em Portugal aponta como benefícios da prática intergeracional para os idosos, os seguintes aspectos: promoção da educação ao longo

da vida, aumento da auto-estima e perspectivas de vida dos participantes, promoção da aprendizagem, sensibilização dos mais velhos para a compreensão e aceitação dos mais novos, criação de oportunidades para a transmissão de saberes e experiências, redução do isolamento e promoção de estilos de vida saudáveis e estimulantes (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004).

Para as Crianças e Jovens

A promoção da intergeracionalidade, como já foi descrito, teve um dos seus pontos de partida na desmistificação dos estereótipos dos mais novos em relação aos mais velhos. Aspecto este que beneficiou não só os mais novos e/ou os mais velhos, como todas as gerações, constituindo-se, por si só, como uma das implicações mais estudadas da prática intergeracional.

Outras implicações das actividades intergeracionais apontadas para as crianças e jovens são: aumento do interesse pela aprendizagem, pelo saber e pelo conhecimento dos idosos, através do convívio informal; fortalecimento das relações com os idosos, sejam eles parentes ou não; desenvolvimento de respeito, de responsabilidade e sentimento de estima pelos idosos; incentivo à criação de modelos de vida pelo contacto directo com os mais velhos; motivação para aprender de forma informal e lúdica; indução de comportamentos de tolerância para com algumas atitudes e preferências dos idosos; aumento do conhecimento acerca dos idosos, assim como a interajuda. (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004)

Para a Comunidade

A intergeracionalidade, para além de reforçar a solidariedade entre as gerações e contribuir para a sua prosperidade, também produz efeitos benéficos nas organizações envolvidas e contribui para a concretização das políticas globais, como é o caso das Comissão Europeia e das Nações Unidas (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004).

Considerando os princípios básicos de interligação entre gerações, idealmente, as actividades intergeracionais deveriam contribuir para o estreitar de relações entre os diferentes organismos de uma mesma comunidade. Considera-se, por isso, que todos os elementos individuais e colectivos da comunidade sejam potenciais participantes nas actividades intergeracionais. Estas, ao serem planeadas ao nível da comunidade, podem desenhar-se como soluções ajustadas para as necessidades da população.

Ao nível da comunidade, as actividades intergeracionais fomentam modelos de organização e fluxos de comunicação que, inequivocamente, beneficiam todas as partes envolvidas. Descrito no Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, são-nos apresentados alguns exemplos de estruturas que podem colaborar e beneficiar com estas actividades:

- Escolas, Universidades, Universidades Seniores (outras estruturas de educação e formação);
- Lares, Centros de Dia, Centros de Lazer;
- Infantários, Jardins-de-infância;
- Câmaras Municipais, Juntas de Freguesia (ou outras estruturas governamentais e de poder local);
- Órgãos de Comunicação Social, Centros de Saúde, Centros Paroquiais (ou empresas e entidades privadas).

No que concerne às mais valias e implicações da programação intergeracional para a comunidade, os autores do Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, sugerem as seguintes: possibilita a valorização acrescida dos serviços prestados; possibilita o desenvolvimento de competências e a acumulação de conhecimentos para os colaboradores; aumenta a criatividade e a distinção institucional; promove a conciliação trabalho/família ao oferecer um modelo flexível e inovador de apoio às famílias; presta apoio a idosos e crianças; estabelece relações com outras organizações da comunidade; promove o envelhecimento “bem-sucedido” dos idosos a seu cargo; reforça a comunicação família/instituição.

Terminamos, referindo que as medidas de intergeracionalidade e as suas práticas são ainda um assunto desconhecido para muitos. Os resultados das investigações parecem claros quando apontam para as suas mais valias em todas as gerações envolvidas, sejam elas novas, de meia-idade ou idosas. Foi nesta linha, e tomando como ponto de partida alguns desses estudos, que nos propusemos estudar a temática numa tentativa de conhecer quais as implicações destas actividades no bem-estar dos idosos institucionalizados em Centros de Dia.

PARTE II – ENQUADRAMENTO EMPÍRICO

CAPÍTULO 1 – METODOLOGIA

1. OBJECTIVOS E HIPÓTESES DE INVESTIGAÇÃO

Os capítulos anteriores relativos ao bem-estar subjectivo e à intergeracionalidade permitiram estruturar um enquadramento teórico-conceitual que fundamenta o estudo empírico que apresentamos de seguida.

No contexto da nossa investigação, é nossa pretensão principal verificar se existe relação entre a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais e o seu bem-estar subjectivo.

Face a esta problemática, delineamos os seguintes objectivos:

- Analisar a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais;
- Descrever o bem-estar subjectivo dos idosos;
- Analisar a relação entre a opinião acerca das actividades intergeracionais e a satisfação com a vida dos idosos, afectividade positiva e afectividade negativa dos idosos;

- Perceber a influência das variáveis sociodemográficas (idade, número de filhos, número de netos/bisnetos menores, contacto com netos/bisnetos menores), no bem-estar subjectivo e na opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais.

Tendo como pano de fundo a revisão bibliográfica desenvolvida nos capítulos anteriores, foram elaboradas as seguintes hipóteses:

H1 – Os idosos demonstram opiniões favoráveis acerca das actividades intergeracionais.

H2 – Existe uma relação positiva entre a opinião dos idosos acerca actividades intergeracionais e o bem-estar subjectivo.

H3 – Quanto mais positiva é a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais maior é a sua satisfação com a vida.

H4 – Quanto mais positiva é a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais maior é a sua afectividade positiva.

H5 – Quanto mais positiva é a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais menor é a sua afectividade negativa.

2. POPULAÇÃO E AMOSTRA

2.1. SELECÇÃO DA AMOSTRA

Os idosos que são participantes deste estudo foram seleccionados de três Centros de Dia¹: Foz de Arouce, Lousã e Sanguêdo, distritos de Coimbra e Aveiro, respectivamente.

Tendo conhecimento das instituições que desenvolvem actividades intergeracionais em Portugal, através do projecto Tio (Terceira Idade On-line), e após

¹ Centro de Dia é “uma resposta social, desenvolvida em equipamento que consiste na prestação de serviços que contribuem para a manutenção do idoso no seu meio habitual de vida, visando a promoção da autonomia e a prevenção de situações de dependência ou o seu agravamento” (Decreto-Lei nº119/83 de 25 de Fevereiro. Os objectivos do centro de dia são: garantir aos utentes o acesso crescente a serviços de qualidade; proporcionar bem-estar e desenvolvimento individual dos cidadãos; ocupação e animação; prestação de apoio psico-social aos idosos; fomentar as relações interpessoais a nível dos idosos e destes com outros grupos etários; a fim de evitar o isolamento e a solidão” (Decreto-Lei nº 119/83 de 25 de Fevereiro).

contacto com as instituições, foi-lhes solicitada a participação no nosso estudo. Obteve-se resposta favorável das três instituições acima referidas. De entre os idosos (com 65 ou mais anos) que frequentavam as respectivas instituições em regime de centro de dia, fizeram parte da amostra aqueles que participavam nas actividades intergeracionais pelo menos uma vez por semana, aqueles que não apresentavam deficiência mental, demência ou patologia psiquiátrica. Em relação à frequência nas actividades, esta selecção fez-se previamente e contou com a colaboração do Técnico de Animação Social das instituições; relativamente aos restantes critérios de exclusão fizeram-se com base na informação da Equipa de Saúde e respectivos diagnósticos clínicos. Foi utilizado o método de amostragem por conveniência.

No sentido de facilitar a compreensão sobre as actividades intergeracionais levadas a cabo pelas respectivas instituições, apresentamos de seguida uma síntese caracterizadora das instituições, bem como do tipo de actividades intergeracionais que promovem.²

Centro de Dia São Miguel – Foz de Arouce

O Centro de Dia São Miguel, situado em Foz de Arouce, pertencente à Santa Casa da Misericórdia da Lousã, possui as valências de Centro de Dia e Apoio Domiciliário. Em regime de centro de dia encontravam-se, até à data da recolha dos dados, 16 utentes, dos quais 8 foram excluídos por terem diagnóstico clínico de deficiência mental e/ou demência. Foz de Arouce é uma das seis freguesias do concelho da Lousã, distrito de Coimbra, possui dois estabelecimentos escolares: o Jardim-de-infância e a Escola Básica do 1º Ciclo de Foz de Arouce. O Centro de Dia de São Miguel, em parceria com os dois estabelecimentos de ensino existentes na freguesia, conduzem um plano de actividades intergeracionais. Este plano é delineado anualmente numa reunião conjunta com docentes dos estabelecimentos de ensino, animadora social e assistente social. Nestas reuniões são tidas em conta as sugestões dos participantes relativamente ao tipo de actividades que mais gostariam de desenvolver. As actividades intergeracionais levadas a cabo são mais frequentes aquando das épocas festivas (Natal, Carnaval, Dia da Árvore, Páscoa, Santos Populares, Época das Vindimas, Magusto). Na maior parte das actividades são as crianças das escolas que se deslocam às instalações

² Na descrição das actividades realizadas pelas referidas instituições, são citados alguns depoimentos de idosos relatados no decorrer da recolha dos dados. Os nomes descritos são fictícios.

do centro de dia, a razão apontada para este facto é a diminuição das capacidades locomotoras de alguns idosos. Aquando das actividades, as crianças fazem-se acompanhar e recebem as orientações dos professores, os idosos são orientados e esclarecidos pelo animador social. Para além destas actividades, os idosos do centro deslocam-se uma vez por semana (Segunda-Feira) à Santa Casa da Misericórdia da Lousã para desenvolverem a actividade “Educação Musical” com um professor de Educação Musical e a Animadora Social da instituição. Esta actividade decorre num espaço amplo, nas instalações da Santa Casa, que dispõem de cadeiras para todos os participantes. São utilizados instrumentos de fácil manuseamento para os idosos, como por exemplo, tambores, ferrinhos, xilofone, pandeireta. As crianças ajudam os idosos no manuseio dos referidos instrumentos. Apresenta-se a música para o reconhecimento de todos os participantes e incentivam-se as crianças e os idosos a cantar em conjunto até ao conhecimento total da música apresentada, que é, frequentemente, música tradicional portuguesa. Em seguida, orientam-se os participantes para uma pequena coreografia, proposta pelos orientadores ou pelos participantes. Todos podem dar ideias e opiniões. Os idosos referem com frequência que a actividade os diverte e lhes faz bem, sobretudo porque com as crianças à sua volta relembram os tempos passados: *“As canções trazem alegria! Até parece como antigamente quando os miúdos estavam sempre à nossa volta!”* (D. Maria, 78 anos).

Santa Casa da Misericórdia da Lousã – Centro de Dia

A Santa Casa da Misericórdia da Lousã (SCML) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, de âmbito regional e sem fins lucrativos, fundada por iniciativa de particulares. Sendo uma IPSS, tem como finalidade “dar expressão organizada ao dever moral de solidariedade e de justiça entre os indivíduos” (Decreto-Lei nº 119/83 de 25 de Fevereiro: Aprova os Estatutos das IPSS). A SCML caracteriza-se por prestar serviços no âmbito da Segurança Social, tendo como objectivos dar apoio às crianças e jovens, às famílias, protecção aos cidadãos na velhice e invalidez e em situações de diminuição dos meios de subsistência ou de incapacidade. Estes objectivos são concretizados através de respostas de acção social em equipamentos e serviços, bem como através de parcerias em programas e projectos. São desenvolvidas actividades variadas, no sentido de contribuir para o envelhecimento saudável, das quais destacamos os encontros intergeracionais entre os idosos e as crianças do Jardim-de-infância e da Creche, valências que também pertencem à SCML. O Centro de Dia da SCML, até à data da

recolha dos dados, tinha 43 utentes, tendo apenas 14 respondido ao questionário. Os restantes 29 tinham diagnóstico clínico de deficiência mental ou demência. A SCML dispõe de uma Animadora Social que conduz a programação intergeracional da instituição. A delimitação do programa e do tipo de actividades a desenvolver tem em conta as sugestões dadas quer pelos idosos quer pelas crianças. As actividades são direccionadas para os utentes em regime de Lar e Centro de Dia e para as crianças que frequentam a Creche e o Jardim-de-infância da SCML. O Plano de Programação Intergeracional é definido anualmente. Em reunião, Assistentes Sociais, Animadora Social, Educadoras de Infância, delimitam o calendário. A “Educação Musical” é a actividade intergeracional semanal. As restantes actividades intergeracionais são promovidas, sobretudo, aquando das épocas festivas e dias comemorativos, nomeadamente: Carnaval, Dia dos Namorados, Páscoa, Santos Populares, São Martinho, Natal. Damos alguns exemplos de actividades decorridas no ano de 2008: “Desfolhada”, “Magusto”, “Dia da Mãe”. “Apanha dos Ovos da Páscoa”, “Baile de Carnaval” e “O Dia da Amizade”. Passamos a descrever esta actividade, que decorre no dia 14 de Fevereiro na sala de actividades do centro de dia, cujo objectivo é a partilha de presentes, mas sobretudo a partilha de afectos entre as crianças e os idosos. As crianças nas escolas elaboram manualmente postais onde escrevem poemas sobre os afectos; os idosos executam uma lembrança simbólica (exemplo: flor de papel) para retribuírem às crianças. Neste encontro, os orientadores promovem o contacto físico entre idosos e crianças, através de, por exemplo, danças em roda, onde os idosos dão as mãos às crianças. Os idosos referem sentirem-se bem quando as crianças lhes dão as mãos: *“Gosto quando os meninos me dão a mão! Gostam de dançar comigo!” (D. Maria, 80 anos)*. Nestas actividades, são as crianças que, com mais frequência, se deslocam ao centro de dia, as razões prendem-se com os problemas de locomoção de alguns dos idosos e com algumas barreiras arquitectónicas.

Centro de Assistência Social À Terceira Idade e Infância de Sanguêdo

O Centro de Assistência à Terceira Idade e Infância de Sanguêdo - CASTIIS, localizado na freguesia de Sanguêdo, concelho de Santa Maria da Feira, é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, de utilidade pública e sem fins lucrativos. Desenvolve protocolos com a Segurança Social e com o Ministério da Educação e desenvolve as valências de Creche, Jardim-de-Infância, Actividades Tempos Livres (ATL), Centro de Dia, Apoio Domiciliário e Lar. No sentido de uma cada vez maior

adaptação à sociedade actual, o CASTIIS tem como objectivo motivar crianças e idosos à investigação e pesquisa, contando para isso, com recursos tecnológicos como, por exemplo, a Internet e a videoconferência, conduzidos através da prática intergeracional. Semanalmente, segundo o plano de actividades da instituição, são desenvolvidas as seguintes actividades intergeracionais: “Movimento e Acção”, “Musicoterapia”, “Artes e Ideias”, “Oficina dos Afectos”, “Envio de E-mails”, “Videoconferência” e “Culinária”. Passamos a descrever a actividade “Festa das Sopas”. A tradição da “Festa das Sopas” é originária de umas das freguesias envolventes a Sanguêdo, como tal, é um evento celebrado por toda a comunidade. Esta actividade sedimenta-se na partilha de saberes culinários que devem ser transmitidos às diferentes gerações, para que os mais novos possam dar continuidade à romaria. Juntam-se várias gerações a confeccionar as sopas. É dinamizada por 2 animadores, um auxiliar de lar e outro de centro de dia e um cozinheiro. Participam os idosos das valências de lar e centro de dia, crianças e jovens. Tem como objectivos: partilhar intergeracionalmente o saber gastronómico da região; reconhecer e valorizar os produtos agrícolas da região; fomentar a participação da comunidade; estimular o interesse das gerações mais novas pela gastronomia tradicional e incentivar o convívio entre gerações num contexto divertido e alegre. *“Voltar às origens da terra, reviver as tradições e transmiti-las aos mais novos, nunca me tinha passado pela cabeça. Mas não trocava estes momentos por nada deste mundo!”* (D. Odete, 77 anos) (Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, pp.72) A avaliação da actividade faz-se através da observação directa. Regista-se também em suporte de papel, um preenchido pelo animador outro pelos participantes: idosos, crianças e jovens. A título de curiosidade, apresentamos no anexo 1 a descrição mais pormenorizada de algumas das actividades acima referidas³.

A programação das actividades é realizada anualmente pelos técnicos da instituição. As sugestões dos participantes são critérios para a escolha das actividades a desenvolver. Para além destas actividades semanais são também desenvolvidas actividades intergeracionais temáticas e visitas de estudo. Apresentamos algumas das actividades já decorridas: “Dia de Reis”, “Dia das Fogaças”, “Primavera, Mudança da Quinta”, “Dia da Liberdade”, “Dia da Europa”, “Visita de Estudo a Santa Maria da Feira”, “Visita de Estudo ao Porto”, “Verão, Mudança da Quinta”. O CASTIIS foi

³ No anexo 1 apresentamos alguns exemplos de actividades intergeracionais levadas a cabo pelo CASTIIS. Material cordialmente cedido pelos membros do projecto Viver.

também uma das instituições que participou na execução do projecto Viver. Como já foi referido, o projecto teve a parceria de outras entidades e decorreu de Janeiro de 2002 a Setembro de 2003.

Tabela 1: Distribuição da Amostra

Local de colheita de dados	População (número de utentes do lar)	Amostra	% Relativa à população	% Relativa à amostra
Lousã	43	14	32.6	46.7
Foz de Arouce	16	8	50	26.7
Sanguêdo	12	8	66.7	26.7
Total	71	30		100

De uma população de 71 sujeitos das referidas instituições, 30 entraram no nosso estudo, 14 do Centro de Dia da Lousã (46,7%), 8 do Centro de Dia de Foz de Arouce (26,7%) e 8 do Centro De dia de Sanguêdo (26,7%).

2.2. CARACTERIZAÇÃO GERAL DA AMOSTRA

A caracterização sociodemográfica da nossa amostra é expressa na tabela seguinte.

Tabela 2: Caracterização sociodemográfica da amostra

Sexo	N	%
Masculino	5	16,7
Feminino	25	83,3
Total	30	100
Situação Conjugal	N	%
Casado(a)/União de Facto	4	13,3
Viúvo(a)	24	80
Divorciado(a)	0	0
Solteiro(a)	2	6,7
Total	30	100
Habilitações Literárias	N	%
Não frequentou o sistema de ensino formal	5	16,7
1º Ciclo do Ensino Básico	24	80
2º Ciclo do Ensino Básico	0	0
3º Ciclo do Ensino Básico	0	0
Ensino Secundário	0	0
Ensino Superior	1	3,3
Total	30	100
Local de Residência	N	%
Predominantemente Rural	21	70
Predominantemente Urbana	9	30
Total	30	100

Como se depreende da observação da tabela 2, a nossa amostra integra maioritariamente elementos do sexo feminino (83,3%) comparativamente com o

número de elementos do sexo masculino (16,7%). A maioria dos idosos (80%) referiram ser viúvos, 4 indivíduos (13,3%) referiram ser casados/união de facto. Apenas 6,7% dos indivíduos referiram ser solteiros, não há indivíduos divorciados na nossa amostra.

O nível de escolaridade que os idosos maioritariamente referiram ter frequentado é o 1º Ciclo do Ensino Básico (80%), sendo que 16,7 % dos idosos referiram não ter frequentado o sistema de ensino formal. Apenas um idoso referiu ter frequentado o Ensino Superior (3,3%) e nenhum o 2º e 3º Ciclos do Ensino Básico assim como o Ensino Secundário.

Trata-se de uma população predominantemente rural (70%) e só 30% dos idosos referiram viver num meio predominantemente urbano.

Tabela 3: Caracterização da amostra relativamente à profissão anterior à reforma

Profissão	N	%
Doméstica	12	40
Comerciante	2	6,7
Tipografo	1	3,3
Porteiro	2	6,7
Agricultor	7	23,3
Revisor	1	3,3
Professor	1	3,3
Costureira	3	10
Motorista	1	3,3
Total	30	100

Pela análise da tabela 3, a profissão anterior à reforma mais frequente é a de doméstica (40%), seguidamente a de agricultor (23,3%) e a de costureira (10%). As profissões de tipógrafo, revisor, professor e motorista representam 3,3%, respectivamente. Estes dados são consistentes com o elevado número de mulheres idosas na amostra.

Tabela 4: Caracterização da amostra relativamente à variável idade

N	Min.	Max.	Média	Desvio-padrão
30	65	93	82,27	6,05

A média das idades é elevada (82,27 anos) (DP=6,05), oscilando entre um mínimo de 65 e um máximo de 93 anos (Tabela 4).

Tabela 5: Caracterização da amostra relativamente ao nº Filhos e Netos/Bisnetos

Menores

Nº Filhos						
N	Min.	Max.	Média	Moda	Mediana	Desvio-padrão
30	0	9	2,23	2	2,00	2,08
Nº Netos/Bisnetos Menores						
N	Min.	Max.	Média	Moda	Mediana	Desvio-padrão
30	0	22	2,47	0	1,00	4,45

Considerando o número de filhos, os idosos que constituem a amostra têm em média 2,23 filhos, flutuando entre as pessoas que não têm filhos e aquelas que têm um máximo de 9 filhos. Relativamente ao número de netos/bisnetos menores, depreende-se que a média é de 2,47 netos/bisnetos menores, observando-se uma flutuação entre os que não têm netos/bisnetos menores e os que têm um máximo de 22 netos/bisnetos menores (Tabela 5).

Tabela 6: Caracterização da amostra relativamente ao número de Netos/Bisnetos

Menores

Nº Netos/Bisnetos Menores	N	%
0	14	46,7
1	4	13,3
2	1	3,3
3	4	13,3
4	3	10,0
5	1	3,3
6	1	3,3
11	1	3,3
22	1	3,3
Total	30	100

Da observação da tabela depreende-se que a maioria dos idosos identificou não ter netos/bisnetos menores (46,7%), pelo que as restantes pessoas têm 1 ou mais netos/bisnetos menores, sendo estes valores mais significativos para 1 neto/bisneto menor, 3 netos/bisnetos menores e 4 netos/bisnetos menores, respectivamente 13.3%, 13.3% e 10%.

Tabela 7: Caracterização da amostra relativamente à variável contacto com

Netos/Bisnetos Menores

Contacto com Netos/bisnetos Menores	N	%
Nenhum	4	25
Pouco	7	43.75
Muito	5	31.25
Total	16	

De entre o total de pessoas idosas (16) com netos/bisnetos menores, 25% identificaram que não têm qualquer contacto com netos/bisnetos menores, 7 responderam ter pouco contacto (43.75%) e 5 referiram ter muito contacto (31,25%) (Tabela 7).

2.3. AVALIAÇÃO DA SAÚDE SUBJECTIVA

Tabela 8: Caracterização da amostra relativamente à avaliação da saúde subjectiva

Avaliação da Saúde Subjectiva	N	%
Péssima	4	13,3
Má	13	43,3
Razoável	10	33,3
Boa	2	6,7
Muito Boa	1	3,3
Total	30	100

A maioria dos idosos avalia negativamente a sua saúde (má – 43.3%, péssima – 13.3%) ou razoavelmente (33,3%). Estes valores distanciam-se de uma avaliação da saúde subjectiva positiva em que apenas 6.7% e 3.3% dos idosos avaliaram a sua saúde subjectiva como boa, muito boa, respectivamente (Tabela 8).

3. OPERACIONALIZAÇÃO DAS VARIÁVEIS

Tendo em conta a revisão teórico-conceptual que levámos a efeito, os objectivos que se pretendem atingir e as hipóteses de trabalho por nós traçadas, distinguimos três tipos de variáveis: a variável independente que consiste na opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais, a variável dependente diz respeito ao bem-estar subjectivo dos idosos e as variáveis atributo correspondem às características sociodemográficas. Pretende-se assim conhecer qual o efeito da variável independente sobre a variável dependente, e como estas se relacionam com as características sociodemográficas. Isto é, qual o efeito da opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais no bem-estar subjectivo dos mesmos.

Variável Independente:

- A opinião dos idosos acerca das Actividades Intergeracionais, avaliada através do Questionário de Actividades Intergeracionais de Dellmann-Jenkins (1997). Para a realização deste estudo optámos ainda pela inclusão de dois novos itens no questionário original. A saber: item 12: *Acha que as crianças gostam mais de si depois de participar*

nas actividades com elas? e item 13: *Acha que as crianças gostam mais dos idosos depois de participarem nestas actividades?* Esta inclusão pareceu-nos importante, uma vez que também pretendemos conhecer a opinião dos idosos acerca dos estereótipos que os mais novos podem ter em relação às pessoas idosas.

Variáveis Atributo:

- As características sociodemográficas (idade, número de filhos, número de netos, contacto com netos/bisnetos menores) e a avaliação subjectiva da saúde.

Variável Dependente:

- O bem-estar subjectivo, medido através da Escala de Satisfação com a Vida (*Satisfaction with Life Scale – SWLS*) de Diener e colaboradores (1985) e pela Escala de Afecto Positivo e Negativo (*Positive and Negative Affect Schedule – PANAS*) de Watson, Clark e Tellegen (1988)

Como protocolo de recolha de dados optámos por aplicar um questionário (Anexo 2), constituído por quatro partes: Questionário Sociodemográfico, Escala de Avaliação da Saúde Subjectiva, Escala de Satisfação com a Vida – *SWLS*, Escala de Afecto Positivo e de Afecto Negativo - *PANAS* e o Questionário de Dellmann-Jenkins adaptado.

3.1. QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

O questionário sociodemográfico é constituído por sete questões, para além da idade e do sexo, questiona a situação conjugal, habilitações literárias, profissão anterior à reforma, local de residência, número de filhos e netos/bisnetos menores e contacto com netos/bisnetos menores. Em relação às questões que abordam o número de netos/bisnetos menores bem como o contacto com estes, justificamos a sua inclusão neste estudo com o que referem Seefeldt, Warman, Jantz, e Galper (1990) acerca do contacto entre avós e netos. Segundo os autores, as crianças que não têm oportunidades suficientes para interagir com os seus avós, têm uma maior probabilidade de experienciarem sentimentos negativos acerca destes e do seu envelhecimento (Seefeldt, Warman, Jantz, & Galper, 1990, *in* Chen, 1997). Pensamos que este aspecto pode ter implicações no bem-estar dos idosos.

3.2. ESCALA DE AVALIAÇÃO DA SAÚDE SUBJECTIVA

A avaliação da saúde subjectiva tem como objectivo obter a percepção dos idosos sobre o seu estado de saúde. A escala é composta por um só item com 5 alternativas de resposta: *Muito Boa* (5), *Boa* (4), *Razoável* (3), *Má* (2) e *Péssima* (1).

Utilizamos no nosso estudo uma avaliação subjectiva, na medida em que em populações mais jovens, se revelaram melhores preditores do bem-estar subjectivo que as medidas objectivas (Simões *et al.*, 2001). Embora as escalas de um só item sejam, psicometricamente, menos recomendadas que os instrumentos multi-itens (Diener, 1984, 2000), é prática corrente, na literatura da especialidade, a utilização das mesmas. Embora discutível, este pressuposto é confirmado no estudo de Smith *et al.* (1999) que, numa população de indivíduos com idade avançada, confirmaram que as avaliações subjectivas funcionam também melhor nestes indivíduos. Assim, por exemplo, Heidrich e Ryff (1993, pp. 329) mediram a saúde subjectiva com um único item ("Em geral, como avaliaria a sua saúde?"), numa escala de cinco pontos (de "má" a "excelente"). Também Simões *et al.* (2001) num estudo sobre o bem-estar subjectivo dos idosos procuraram avaliar a saúde subjectiva através de escalas de um só item com cinco alternativas de resposta (de "muito" a "nada"). Simões *et al.* (2000) referem ainda que é necessário ter presente que é a saúde subjectiva, ou seja a percepção que o indivíduo tem do seu estado físico, que mais se relaciona com o bem-estar subjectivo.

3.3. INSTRUMENTOS UTILIZADOS PARA AVALIAR O BEM-ESTAR SUBJECTIVO

3.3.1. Escala de Satisfação com a Vida – *SWLS*

Um dos instrumentos mais utilizados para avaliar o bem-estar subjectivo é a *SWLS* (*Satisfaction with life scale*), ou Escala de Satisfação com a Vida, elaborada por Diener *et al.* (1985) com o objectivo de avaliar o juízo subjectivo que os indivíduos fazem sobre a qualidade das suas próprias vidas e, posteriormente, objecto de uma revisão realizada por Pavot e Diener (1993). Os critérios adoptados pelos indivíduos para proceder a esse juízo são formulados pelos próprios sujeitos, colocando-se de parte a imposição dos mesmos pelo investigador ou qualquer outra pessoa. É importante que o juízo formulado seja relativo à qualidade de vida num sentido global e não apenas

referente a domínios específicos (Pavot & Diener, 1993). Os itens de *SWLS* são globais, conduzindo os respondentes a pesar os domínios das suas vidas segundo os seus próprios valores e permitindo um julgamento global sobre a satisfação com a vida.

A *SWLS*, na sua versão original, é constituída por 5 itens formulados no sentido positivo com uma escala de resposta tipo Likert de 7 pontos, pelo que a pontuação do sujeito pode variar entre 5 a 35 pontos, sendo que a pontuação 20 representa o ponto médio. Na sua construção, Diener *et al.* (1985) tiveram como base uma escala de 45 itens, a qual foi sujeita a uma análise factorial da qual resultaram três factores: Satisfação com a Vida, Afecto Positivo e Afecto Negativo. 10 dos itens apresentavam uma saturação de .60 no factor Satisfação com a Vida, sendo este grupo reduzido posteriormente a 5 itens, minimizando redundâncias em termos de enunciado e com custos mínimos ao nível da consistência interna (Pavot & Diener, 1993). Este formato mais preciso permite a sua incorporação numa bateria de instrumentos de avaliação com um mínimo de custos, no que se refere ao tempo necessário para o seu preenchimento.

A *SWLS* tem mostrado uma forte consistência interna e uma moderada estabilidade temporal (Pavot & Diener, 1993). Diener e colaboradores (1985) referem um coeficiente alfa de .87 e no teste-reteste, após dois meses, um coeficiente de estabilidade de .82.

Diener e colaboradores (1985) e Pavot e Diener (1993) encontraram uma estrutura unifactorial na *SWLS* explicativa de 66% da variância da escala, sendo este resultado replicado em vários estudos (Arrindell, Meeuwesen & Huyse, 1991; Pavot *et al.*, 1991). Estes estudos revelaram igualmente que o último item é o mais fraco em termos de convergência com os restantes.

A validade de constructo do instrumento é visível pelas correlações positivas e significativas que o mesmo apresenta com outros instrumentos de avaliação do bem-estar e da satisfação com a vida, apresentando uma convergência adequada com as referidas medidas, incluindo medidas utilizadas em diferentes abordagens metodológicas (Diener *et al.*, 1985; Pavot *et al.*, 1991). Por outro lado, mostrou estar negativamente relacionado com a depressão, com o afecto negativo, a ansiedade e ou neuroticismo (Diener *et al.*, 1985; Larsen, Diener & Emmons, 1985; Blais *et al.*, 1989; Pavot & Diener, 1993).

No que se refere à validade discriminante da *SWLS*, os estudos mostram que, muito embora a satisfação com a vida e o bem-estar subjectivo estejam relacionadas, são constructos independentes, existindo resultados que sugerem a evidência da

validade discriminante da escala (Pavot & Diener, 1993; Lucas, Diener & Suh, 1996; Eid & Diener, 2004).

A *SWLS* tem sido também utilizada em diferentes línguas, revelando capacidades de aplicação em diversas culturas, mantendo os seus níveis de fidelidade e validade (Abdallah, 1998; Shevlin *et al.*, 1998; Arrindell, Heesink & Feij, 1999; Schimmack *et al.*, 2002).

Adaptada para a população portuguesa, primeiro por Neto e colaboradores (1990), e depois por Simões (1992), a *SWLS* revelou boas qualidades psicométricas e uma estrutura unifactorial, que é possível identificar como a dimensão cognitiva do bem-estar subjectivo (Simões *et al.*, 2001). Simões (1992) validou a escala numa amostra constituída por 74 alunos da Faculdade de Psicologia e Ciência de Educação da Universidade de Coimbra e por 130 adultos de idades e profissões diversas. Os aspectos da tradução foram aperfeiçoados de forma a facilitar a compreensão do conteúdo a pessoas de níveis académicos inferiores, reduzindo paralelamente a amplitude da escala de resposta para cinco pontos. Optámos pela validação posterior de Simões (1992), por ser mais acessível a pessoas com baixo nível académico, indo mais ao encontro da nossa amostra, onde as opções de resposta foram reduzidas para cinco: *discordo muito* (1), *discordo um pouco* (2), *não concordo, nem discordo* (3), *concordo um pouco* (4) e *concordo muito*. Os resultados possíveis de obter com esta escala, oscilam entre um mínimo de 5 e um máximo de 25, indicando maior satisfação com a vida, quanto mais elevado for o valor; o ponto médio situa-se na pontuação 15. Os resultados obtidos apontaram para um único factor explicativo de 53.1% e uma consistência interna de .77. Ambos os resultados corroboraram os resultados de Diener e colaboradores (1985), relativamente ao facto do item 5 ser menos convergente com os demais, podendo este facto derivar do mesmo estar formulado no passado e não no presente como nos quatro restantes. A escala integra boas propriedades psicométricas. Mais recentemente, Simões *et al.* (2001), conduziram um estudo com 113 idosos seleccionados de instituições da cidade de Coimbra. Nesta investigação, a satisfação com a vida também foi avaliada com a *SWLS*.

3.3.2. Escala de Afecto Positivo e de Afecto Negativo – PANAS

A *PANAS*, Escala de Afecto Positivo e de Afecto Negativo, é o instrumento utilizado para medir a vertente afectiva do bem-estar subjectivo (*PA* – Afectividade

Positiva; *NA* – Afectividade Negativa). Foi desenvolvida por Watson, Clark e Tellegen (1988) e apareceu como resultado de diversas investigações que se preocuparam com a identificação das dimensões do afecto e com o esclarecimento da sua natureza. A escala é constituída por 20 termos descritores da afectividade sentida pelo sujeito, 10 dos quais se integram no domínio do afecto positivo e formam a subescala *PA* (Afecto Positivo), e os outros 10 termos descrevem o afecto negativo, dando lugar à subescala *NA* (Afecto Negativo). A escala de resposta é do tipo Likert de 5 pontos e o respondente deve assinalar a extensão em que experienciou cada um dos estados de espírito durante um determinado período de tempo (hoje, na última semana, no último mês). Os termos descritores dos afectos estão distribuídos sem acerto e aleatoriamente pela escala *PANAS*. O desenvolvimento da escala teve como base a utilização de 60 termos descritores da afectividade, que foram sujeitos a uma análise em componentes principais, na qual se consideraram os termos descritores com uma saturação igual ou superior a .40.

A validação da escala foi feita com várias e numerosas amostras, obtendo-se dados relativos a sete diferentes instruções temporais. As médias tendem a ser mais elevadas à medida que o tempo estipulado é mais longo, o que se pode considerar coerente, sendo que a probabilidade de experienciar um dado estado aumenta se o tempo considerado for maior. As médias são superiores nos descritores do afecto positivo, *PA*, relativamente às médias obtidas nos descritores do afecto negativo, *NA*, e não existe uma diferença significativa de médias entre sexos. A correlação entre as subescalas *PA* e *NA* é baixa, indo de -.12 a -.23, consoante o período de tempo a que se reporta (Watson, Clark & Tellegen, 1988).

A *PANAS* apresenta uma boa consistência interna, com valores que se situam entre .86 e .90 para a subescala *PA* e valores entre .84 e .87 na subescala *NA*, não sendo nenhuma delas afectadas pelo quadro temporal considerado. A estabilidade avaliada pela consistência do teste-reteste atinge níveis significantes em qualquer dos quadros temporais considerados (Watson, Clark & Tellegen, 1988). Também Watson e Walker (1996) num estudo cujo objectivo era avaliar a estabilidade a longo prazo da *PANAS* (entre seis e sete anos), encontraram valores de estabilidade significativos, embora menores na subescala *NA*.

Os autores encontraram uma estrutura de dois factores que explicam cerca de 70% da variância. Recentemente tem-se levantado alguma polémica relativamente à estrutura factorial da *PANAS* (Green, Goldmen & Salovey, 1993). No entanto, Tellegen,

Watson e Clark (1999), mediante uma reapreciação dos resultados obtidos e recorrendo a uma análise factorial confirmatória, corroboraram a independência do afecto positivo e do afecto negativo.

A validade externa, avaliada pelas correlações entre a *PANAS* e outros instrumentos que medem constructos relacionados com a ansiedade, a depressão e o *distress*, apresenta-se adequada, surgindo correlações significativas, quer entre a *PA* e outros instrumentos de medição do afecto positivo, quer entre a *NA* e instrumentos de medição do afecto negativo (Watson, Clark & Tellegen, 1988). Também os resultados evidenciados por Watson e Walker (1996) vão no mesmo sentido.

Neste estudo utilizaremos a versão da *PANAS* validada por Simões (1993) para a população portuguesa. Nesta validação, Simões adicionou um item à subescala *PA* e um item à subescala *NA* por considerar que “alguns destes itens originais não ficavam, adequadamente traduzidos, em termos de conteúdo” (pp.389). Assim sendo, a versão totaliza 22 itens. As duas escalas revelam bons índices de fidelidade, apresentando um alfa de Cronbach de .82 para a *PA* e de .85 para a *NA*. A versão da *PANAS* validada para a população portuguesa revelou também boa validade de constructo e discriminante. No mesmo estudo com idosos, descrito anteriormente, Simões *et al.* (2001) utilizaram a *PANAS* para medir a vertente afectiva do bem-estar subjectivo.

3.4. QUESTIONÁRIO DE ACTIVIDADES INTERGERACIONAIS DE DELLMANN-JENKINS

Para conhecer a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais, usámos o questionário de Dellmann-Jenkins (1997). Como já foi referido na página 70, a autora propõe este questionário sobre as actividades que envolvem interacção com os mais novos com base no Modelo *Senior-Centered*. É composto por 11 itens, para os quais são oferecidas quatro alternativas de resposta: *nem por isso* (1), *poucas vezes* (2), *algumas vezes* (3) e *muitas vezes* (4), e é para administrar a idosos que participam em actividades intergeracionais. No nosso estudo incluímos dois novos itens: 12 - *Acha que as crianças gostam mais de si depois de participar nas actividades com elas?* e 13 - *Acha que as crianças gostam mais dos idosos depois de participarem nestas actividades?*. A inclusão destes dois itens pareceu-nos pertinente no sentido de conhecermos a opinião dos idosos sobre o que as crianças pensam deles próprios e dos idosos em geral. As pontuações do questionário oscilam entre um mínimo de 13 e um

máximo de 52, sendo que quanto mais elevadas forem as pontuações, mais positiva é a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais.

4. PROCEDIMENTOS FORMAIS E ÉTICOS DE RECOLHA DE DADOS

Contactámos o Provedor da Santa Casa da Misericórdia da Lousã, também responsável pelo Centro de Dia São Miguel, e a Directora Técnica/Pedagógica do Centro de Assistência Social à Terceira Idade e Infância de Sanguêdo com o objectivo de esclarecer o âmbito e objectivos da nossa investigação, pedindo igualmente autorização para realizar a recolha dos dados nas respectivas instituições (Anexo 3). Face às respostas positivas dos mesmos, iniciámos o processo de recolha dos dados que decorreu entre Janeiro e Maio de 2008.

Após o estabelecimento das datas, por telefone, com os responsáveis das respectivas instituições, demos início ao processo de recolha de dados. Tratando-se de indivíduos com as características anteriormente descritas, de baixo nível de instrução e idade avançada, tornou-se necessário individualizar o processo de recolha de dados. Deste modo, deslocámo-nos às instituições onde administrámos os questionários aos idosos, depois de lhes explicarmos a necessidade e a importância do estudo. A aplicação dos questionários foi feita individualmente, sendo todos os itens lidos em voz alta pelo investigador, e também anotados por ele. Aquando da discriminação das alternativas de resposta, a tendência de resposta era em termos de “sim” ou “não”. Cada encontro teve a duração de, aproximadamente, uma hora e foram realizados em gabinetes disponibilizados pelas instituições.

Neste estudo, respeitámos os princípios relativos ao direito de auto-determinação, direito à intimidade, direito à protecção contra o desconforto e ao prejuízo e direito a um tratamento justo e equitativo.

De um modo geral, a reacção dos nossos inquiridos foi positiva, manifestando satisfação em participar no estudo. O mesmo se pode verificar pela totalidade de itens respondidos por todos os inquiridos.

CAPITULO 2 – APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

Neste capítulo são apresentados os resultados relativos à análise dos itens, consistência interna dos instrumentos e estatística descritiva das variáveis em estudo.

1. CARACTERÍSTICAS PSICOMÉTRICAS DOS INSTRUMENTOS

Os itens dos diferentes instrumentos, utilizados como medidas das variáveis presentes no estudo, foram objecto de uma avaliação das respectivas propriedades, mediante o cálculo de médias, desvios-padrão e da correlação dos mesmos com a escala, bem como da apreciação da consistência interna através do alfa de Cronbach.

1.1. ESCALA DE SATISFAÇÃO COM A VIDA – *SWLS*

A escala que serviu de medida à satisfação com a vida apresentou correlações corrigidas item-total superiores a .40. Na tabela 9 podem ser observadas as estatísticas descritivas referentes aos diferentes itens e ainda o respectivo valor de alfa de Cronbach.

Tabela 9: Estatística relativa à fidelidade da *SWLS*

Item	Média	Desvio-padrão	<i>SWLS</i>	
			r (c/ exclusão do item)	alfa (c/ exclusão do item)
1	2.50	1.66	.66	.84
2	2.97	1.45	.86	.79
3	3.37	1.45	.81	.80
4	3.23	1.55	.71	.82
5	2.97	1.65	.41	.90
Alfa Total = .86				

A *SWLS* apresenta um índice de consistência interna de .86, quase a rondar, segundo a escala de Pestana e Gageiro (2003), o nível muito bom. Este valor da consistência interna aproxima-se muito do valor que é referido pelos autores da escala, .87 (Diener *et al.*, 1985), e com o que é referido na revisão feita por Pavot e Diener (1993), em que os autores apontam para uma forte consistência interna. Simões (1992), na validação da escala para a população portuguesa, após redução das alternativas de resposta de sete para cinco, encontrou um valor de consistência interna de .77. Tal como no estudo de Simões (1992), o item 5 foi o menos convergente com os demais itens da escala. Os autores da escala justificam que isto pode derivar do facto do mesmo estar formulado no passado e não no presente, como os quatro itens restantes (Diener *et al.*, 1985).

Na tabela 10 apresentamos às correlações entre os itens que constituem a escala e entre estes e a escala global.

Tabela 10: Correlação Item/Item e Item/Teste da *SWLS*

	<i>SWLS</i>					
	1	2	3	4	5	SWLS
1	1.00					
2	.75**	1.00				
3	.61**	.86**	1.00			
4	.57**	.71**	.68**	1.00		
5	.27	.399*	.45*	.35	1.00	
SWLS	.80**	.91**	.89**	.82**	.62**	1.00

* Correlação significativa a $p < .05$

** Correlação significativa a $p < .01$

Verificamos da análise do tabela 10 que as correlações são significativas ao nível de 1%, excepto as correlações entre os itens 5 e 2 que são significativas a 5%, e as correlações entre os itens 5 e 1, e os itens 5 e 4, que não apresentam relação estatisticamente significativa. Todos os itens, como era de esperar, estão estatisticamente correlacionados com o item total da escala.

1.2. ESCALA DO AFECTO POSITIVO E DO AFECTO NEGATIVO – PANAS

Os resultados relativos ao estudo da respectiva consistência interna e características dos itens da Escala do Afecto Positivo e do Afecto Negativo são apresentados na tabela 11.

Tabela 11: Estatísticas relativas à fidelidade da *PA* e *NA*

Item	<i>PA</i>				<i>PANAS</i>					<i>NA</i>				
	Média	Desvio-padrão	r (c/exclusão do item)	alfa (c/exclusão do item)	Item	Média	Desvio-padrão	r (c/exclusão do item)	alfa (c/exclusão do item)	Item	Média	Desvio-padrão	r (c/exclusão do item)	alfa (c/exclusão do item)
1	2.43	1.17	.23	.80	2	3.07	1.20	.32	.65	3	2.70	1.44	.61	.76
3	2.70	1.44	.61	.76	4	2.13	1.14	-.11	.72	5	2.20	1.24	.48	.77
5	2.20	1.24	.48	.77	6	1.13	.43	.24	.67	9	2.37	1.19	.56	.76
9	2.37	1.19	.56	.76	7	2.00	1.31	.48	.62	10	1.93	1.34	.20	.81
10	1.93	1.34	.20	.81	8	1.27	.64	.33	.66	12	2.70	1.02	.44	.78
12	2.70	1.02	.44	.78	11	2.50	1.17	.56	.61	14	2.40	1.19	.60	.76
14	2.40	1.19	.60	.76	13	2.00	1.41	.39	.64	16	3.10	1.27	.59	.76
16	3.10	1.27	.59	.76	15	3.30	1.47	.42	.63	17	3.40	.89	.18	.80
17	3.40	.89	.18	.80	18	2.63	1.33	.12	.69	19	2.87	1.17	.54	.77
19	2.87	1.17	.54	.77	20	1.83	1.18	.69	.58	21	3.10	1.03	.53	.77
21	3.10	1.03	.53	.77	22	2.33	1.24	.24	.67	Alfa Total <i>PA</i> = .79				
										Alfa Total <i>NA</i> = .67				

Como podemos observar, os itens da escala *PA* (afecto positivo) apresentam, à excepção do item 1 (Interessado/a), item 10 (Orgulhoso/a) e item 17 (Atencioso/a), correlações item-total corrigidas com exclusão do próprio item superiores a .40. Os valores de alfa com exclusão do próprio item são razoáveis. A consistência interna apresenta um valor de .79, perto do bom, embora os autores da *PANAS* (Watson, Clark & Tellegen, 1988) refiram valores entre .86 e .90 para a subescala *PA*. Na validação para a população portuguesa, Simões (1993) encontrou valores de .82 para a subescala *PA*.

Em relação à subescala *NA* (afecto negativo), as correlações item-total corrigidas são inferiores a .40, com excepção dos itens 7 (Assustado/a), 11 (Irritável), 15 (Nervoso/a) e 20 (Medroso/a), que apresentam correlações moderadas. Os valores de alfa com exclusão do próprio item são próximos do razoável. O valor de consistência interna total é de .67, próximo do razoável. Para a subescala *NA*, os autores (Watson, Clark & Tellegen, 1988) referem valores entre .84 e .87. Simões (1993), na validação da escala para a população portuguesa, encontrou valores de .85 para a subescala *NA*.

Os valores obtidos no nosso estudo podem estar relacionados com o facto de que o tempo estipulado foi de apenas uma semana, isto é, uma menor probabilidade de experienciar um dado estado. A probabilidade de experienciar um dado estado aumenta se o tempo considerado for maior (Watson, Clark & Tellegen, 1988).

Na tabela 12 apresentamos as correlações entre os itens que constituem a subescala *PA* (afecto positivo) e entre estes e a subescala global.

Tabela 12: Correlação Item/Item e Item/Teste da *PA*

	<i>PA</i>											
	1	3	5	9	10	12	14	16	17	19	21	PA
1	1.00											
3	.16	1.00										
5	.15	.61**	1.00									
9	.28	.55**	.51**	1.00								
10	-.07	.29	.13	.06	1.00							
12	-.03	.26	.10	.18	.09	1.00						
14	.12	.31	.36*	.31	.32	.44*	1.00					
16	.13	.43*	.34	.43*	.11	.42*	.50**	1.00				
17	.09	.18	-.14	.21	-.18	.29	.17	.27	1.00			
19	.12	.39*	.23	.36	.30	.40*	.34	.38*	.05	1.00		
21	.45*	.14	.25	.22	.03	.42*	.53**	.36*	.26	.44*	1.00	
PA	.38*	.72**	.60**	.67**	.37*	.54**	.70**	.70**	.30	.64**	.62**	1.00

* Correlação significativa a $p < .05$

** Correlação significativa a $p < .01$

Depreende-se da observação da tabela 12 que as correlações são significativas ao nível de 1% para os itens 3 (Estimulado/a): 5 (Forte), 9 (Entusiasmado); item 14 (Inspirado/a) com item 16 (Decidido/a) e item 21 (Emocionado/a). Todos os itens se correlacionam significativamente com o item total da subescala *PA*, com excepção do item 17 (Atencioso).

Na tabela 13 apresentamos as correlações entre os itens que constituem a subescala *NA* (afecto negativo) e entre estes e a subescala global.

Tabela 13: Correlação Item/Item e Item/Teste da *NA*

	<i>NA</i>											
	2	4	6	7	8	11	13	15	18	20	22	NA
2	1.00											
4	.07	1.00										
6	.12	-.04	1.00									
7	.15	-.19	.24	1.00								
8	.25	-.00	-.01	.25	1.00							
11	.22	.21	.27	.27	.19	1.00						
13	.18	.04	.17	.33	.15	.29	1.00					
15	.16	.10	-.17	.25	.10	.47**	.18	1.00				
18	-.05	-.24	-.09	.30	.16	-.08	.00	.31	1.00			
20	.30	-.22	.45*	.63**	.43*	.41*	.44*	.23	.34	1.00		
22	.24	-.30	.30	.11	.06	.41*	.14	.15	-.11	.37*	1.00	
NA	.48**	.07	.31	.63**	.42*	.68**	.57**	.60**	.33	.79**	.43**	1.00

* Correlação significativa a $p < .05$

** Correlação significativa a $p < .01$

Em relação à subescala *NA* (afecto negativo) verificam-se correlações significativas a 1% entre os seguintes itens: 7 (Assustado/a) e 20 (Medroso); 11 (Irritável) e 15 (Nervoso/a). Quase todos os itens se correlacionam significativamente com o item total da subescala *NA*, com excepção dos itens: 4 (Aborrecido/a); 6 (Culpado/a) e 18 (Agitado/a) (tabela 13).

1.3. QUESTIONÁRIO DE ACTIVIDADES INTERGERACIONAIS DE DELLMANN-JENKINS

Os resultados relativos à respectiva consistência interna e características dos itens referentes ao questionário de Dellmann-Jenkins são apresentados na tabela 14. Para um melhor entendimento, passamos a chamar-lhe Questionário de Actividades Intergeracionais.

Tabela 14: Estatística relativa à fidelidade do Questionário de Actividades Intergeracionais

Item	r (c/ exclusão do item)	alfa (c/ exclusão do item)
1	.06	.69
2	.42	.65
3	.27	.68
4	.41	.67
5	.60	.63
6	.24	.68
7	.28	.67
8	.41	.65
9	.44	.64
10	.36	.66
11	.57	.64
12	.47	.64
13	.04	.73
Alfa Total = .68		

Depreende-se da observação da tabela 14 que o questionário apresenta um índice de consistência interna de .68, quase a rondar, segundo a escala de Pestana e Gageiro (2003), o nível razoável. Os itens do questionário apresentam correlações item-total corrigidas moderadas a baixas, respectivamente. Os itens 1 e 13 revelam-se mesmo problemáticos, com correlações abaixo de .15. Relativamente ao item 13, podemos dizer que os valores encontrados podem estar relacionados com o facto de este item não questionar directamente sobre as actividades intergeracionais, assim como o que se verifica com o item 12. Podemos verificar ainda, relativamente aos itens 12 e 13, que foram acrescentados ao questionário original, correlações item-total corrigidas

moderada e baixa, respectivamente. No entanto, ambos os itens apresentam uma consistência interna razoável com o alfa total da escala, .64 e .73, respectivamente.

Tabela15: Correlação Item/Item e Item/Teste do Questionário de Actividades Intergeracionais

Actividades Intergeracionais														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	ACTIG
1	1.00													
2	.09	1.00												
3	-.04	.56**	1.00											
4	-.06	.45*	.29	1.00										
5	-.13	.27	.31	.17	1.00									
6	-.09	.07	.08	-.05	.25	1.00								
7	-.09	.21	.08	.70**	.25	-.07	1.00							
8	.26	.05	-.08	.05	.39*	.07	.07	1.00						
9	.02	-.03	.14	.10	.56**	.14	.14	.61**	1.00					
10	.30	.32	-.01	.31	.11	-.16	.14	.51**	.21	1.00				
11	.15	.60**	.35	.42*	.24	.24	.24	.26	.11	.34	1.00			
12	.03	.23	.26	.39*	.34	.36*	.36*	.24	.33	.14	.415*	1.00		
13	-.10	-.03	-.26	-.12	.32	.26	-.03	.11	.19	.02	.00	.01	1.00	
ACTIG	.15	.62**	.48**	.46*	.69**	.31	.35	.56**	.59**	.47**	.64**	.61**	.30	1.00

* Correlação significativa a $p < .05$

** Correlação significativa a $p < .01$

Verificam-se correlações significativas a 1% entre os itens: 2 e 3; 2 e 11; 4 e 7; 5 e 9; 8 e 9; 8 e 10. Quase todos os itens se correlacionam significativamente com o item total da escala, com excepção dos itens 1; 6; 7; e 13 (Tabela 15).

2. ANÁLISE DESCRITIVA

2.1. ANÁLISE DESCRITIVA DAS ACTIVIDADES INTERGERACIONAIS

No que concerne à estatística descritiva relativa à variável independente, começamos por apresentar a média e o desvio padrão (Tabela 16) obtidos pela nossa amostra.

Tabela 16: Estatística descritiva relativa ao Questionário de Actividades Intergeracionais

	N	Min.	Max.	Média	Desvio-padrão
Actividades Intergeracionais	30	38	52	46,57	3,55

O questionário de Actividades Intergeracionais, como já referido, é composto por 11 itens originais, mais dois, totalizando 13 itens. As pontuações oscilam entre um

mínimo de 13 e um máximo de 52, sendo que quanto mais elevada for a pontuação mais positiva é a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais. Como podemos constatar da observação do quadro, para um mínimo de 38 e máximo de 52, a média é de 46.57, o que indica que os idosos têm opiniões claramente positivas acerca das actividades que desenvolvem com as crianças.

Consideramos importante analisar as médias e os desvio-padrão de cada um dos 13 itens que compõem o Questionário de Actividades Intergeracionais, porque pensamos que esta análise permite não só um entendimento global da opinião dos idosos sobre a sua participação nas actividades intergeracionais, mas também permite conhecer em particular quais os aspectos mais valorizados na interacção. A relevância desta análise prende-se também com a inexistência de estudos com este instrumento, que permitam analisar as convergências e/ou divergências de resultados (Tabela 17).

Tabela 17: Médias e desvios-padrão dos itens do Questionário de Actividades

Intergeracionais		
	Média	Desvio-padrão
1	3.90	.31
2	3.23	.94
3	3.23	.82
4	3.97	.18
5	3.47	.51
6	3.93	.25
7	3.93	.25
8	3.17	.65
9	3.37	.72
10	3.73	.45
11	3.83	.38
12	3.40	.67
13	3.40	.93

Como podemos observar, as médias dos itens variam entre o valor mínimo de 3.17 (dp=.65) para o item 8 “*Acha-se uma pessoa mais competente e capaz depois de participar nas actividades?*” e o valor máximo de 3.93 (dp=.25) para o item 7 “*Acha que as actividades com as crianças lhe trazem mais alegria e satisfação?*”. No que respeita aos dois itens acrescentados por nós ao questionário, item 12 “*Acha que as crianças gostam mais de si depois de participar nas actividades com elas?*” e item 13 “*Acha que as crianças gostam mais dos idosos depois de participarem nestas actividades?*”, ambos apresentam médias de 3.40 (dp=.67 e dp=.93, respectivamente). Depreende-se da observação das médias que, no contexto geral, os idosos têm uma opinião muito positiva acerca das actividades intergeracionais que desenvolvem, contudo não se revelam tão optimistas quando são questionados sobre as suas

capacidades e competências (item 8). Por outras palavras, mostram-se mais contidos em considerarem-se pessoas competentes e capazes.

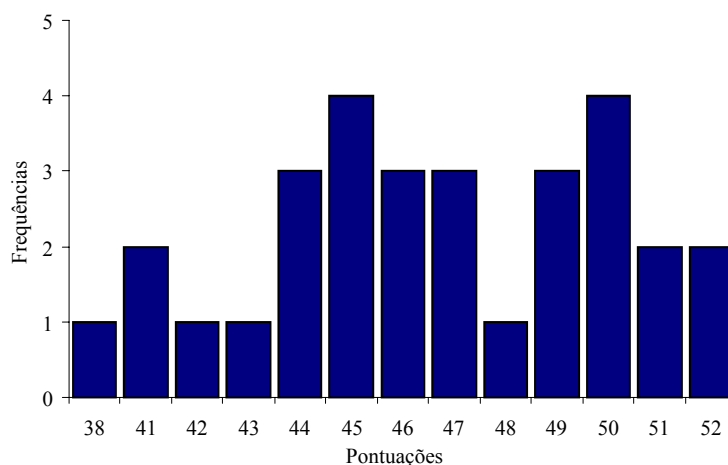
Analisamos também os valores máximos e mínimos obtidos no preenchimento do questionário das actividades intergeracionais (Tabela 18), sendo que a frequência corresponde ao número de idosos.

Tabela 18: Pontuações obtidas no Questionário de Actividades Intergeracionais

Pontuação	Frequência	%
38	1	3,3
41	2	6,7
42	1	3,3
43	1	3,3
44	3	10,0
45	4	13,3
46	3	10,0
47	3	10,0
48	1	3,3
49	3	10,0
50	4	13,3
51	2	6,7
52	2	6,7

Verifica-se da observação da tabela 18 que a pontuação mínima obtida no preenchimento do questionário foi de 38, sendo que, apenas um idoso obteve esta pontuação. 26.6% dos idosos obtiveram pontuações totais de 45 e 50, respectivamente. A pontuação máxima obtida 52, para 6.7% dos idosos. Importa aqui realçar que 6.7% dos idosos obtiveram a pontuação máxima do questionário, manifestando uma opinião muito positiva em todos os itens. Consideramos que o gráfico 1 permite uma melhor leitura da tabela 18.

Gráfico 1: Pontuações obtidas no Questionário de Actividades Intergeracionais



Pensamos que a análise das pontuações obtidas em cada um dos itens que compõem o questionário permite compreender melhor a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais. A frequência refere-se ao número de idosos. A tabela 19 que se segue mostra esses resultados.

Tabela 19: Análise das pontuações por item, obtidas no Questionário de Actividades Intergeracionais

Itens	Pontuações	Frequência	%
ACTIG1	3	3	10
	4	27	90
ACTIG 2	1	2	6.7
	2	4	3.3
	3	9	30
	4	15	50
ACTIG 3	1	1	3.3
	2	4	13.3
	3	12	40
	4	13	43.3
ACTIG 4	3	1	3.3
	4	29	96.7
ACTIG 5	3	16	53.3
	4	14	46.7
ACTIG 6	3	2	6.7
	4	28	93.3
ACTIG 7	3	2	6.7
	4	28	93.3
ACTIG 8	2	4	13.3
	3	17	56.7
	4	9	30
ACTIG 9	2	4	13.3
	3	11	36.7
	4	15	50
ACTIG 10	3	8	26.7
	4	22	73.3
ACTIG 11	3	5	16.7
	4	25	83.3
ACTIG 12	2	3	10
	3	12	40
	4	15	50
ACTIG 13	1	3	10
	3	9	30
	4	18	60

Relativamente ao primeiro item do questionário de actividades intergeracionais, “*Sente-se satisfeito(a) ao interagir com as crianças nestas actividades?*”, observa-se que as opções de resposta foram *Algumas Vezes*, para 10% dos idosos e *Muitas Vezes*, para 90% dos idosos. Nenhum dos idosos respondeu *Nem por isso* ou *Poucas Vezes*.

Podemos constatar que, relativamente ao segundo item, “*Quando participa nestas actividades acha que tem conhecimentos para transmitir às crianças?*”, 6,7% dos idosos responderam *Nem por isso*; no entanto, metade dos idosos (50%) considera que tem conhecimentos para transmitir às crianças.

Quando questionados sobre se “*As actividades com crianças eram algo que desejava realizar?*”, apenas um idoso respondeu *Nem por isso*, sendo que 40% dos idosos desejaram *Algumas Vezes* realizar actividades com crianças e 43.3% dos idosos desejaram-no *Muitas Vezes*.

Relativamente ao item “*As actividades intergeracionais alegam-lhe o espírito?*”, 96.7% dos idosos responderam que isso se verifica *Muitas Vezes*, apenas 3.3% dos idosos respondem que isso acontece *Algumas Vezes*.

No item que avalia a forma como os idosos se vêm depois de participarem nas actividades, 46.7% dos idosos responderam que se vêm de uma forma positiva *Muitas Vezes*, 53.3% dos idosos responderam que se vêm de uma forma positiva *Algumas Vezes*.

No item que avalia se os idosos gostam da companhia das crianças com quem desenvolvem as actividades, 93.3% dos idosos responderam gostar *Muitas Vezes* da companhia das crianças e 6.7% dos idosos responderam que só *Algumas Vezes* gostam da companhia das crianças.

Quando questionados sobre a alegria e satisfação que as actividades com as crianças lhes trazem, 93.3% dos idosos responderam que *Muitas Vezes* sentem alegria e satisfação, para 6.7% dos idosos estas actividades apenas *Algumas Vezes* lhes trazem alegria e satisfação.

Quando questionados sobre se se achavam mais competentes e capazes depois de participarem nas actividades com crianças, 13.3% dos idosos responderam que *Poucas Vezes* se sentem mais competentes e capazes; 56.7% dos idosos referiram que *Algumas Vezes* se sentem mais competentes e capazes e 30% idosos referiram que *Muitas Vezes* se sentem mais competentes e capazes depois de participarem nas actividades com crianças.

No item que avalia o sentimento de realização dos idosos após a participação nas actividades intergeracionais, 50% dos idosos referiram que *Muitas Vezes* se sentem mais realizados, 36.7% responderam que *Algumas Vezes* isso acontece, e 13.3% referiram que se sentem *Poucas Vezes* mais realizados.

Quando questionados sobre se “*A interacção com as crianças ajuda-o(a) a esquecer os seus problemas e preocupações?*”, uma grande parte da amostra (73.3%) respondeu que *Muitas Vezes* a interacção com as crianças ajuda-os a esquecerem-se dos problemas e preocupações; 26.7% dos idosos responderam que essa interacção ajuda-os *Algumas Vezes*.

No item que avalia se os idosos gostam de participar nas actividades intergeracionais, a quase totalidade (83.3%) da amostra respondeu que *Muitas Vezes* gosta de participar nas actividades. Os restantes 16.7%, embora apresentem também uma resposta positiva, responderam que só *Algumas Vezes* gostam de participar neste tipo de actividades.

Quando questionados: “*Acha que as crianças gostam mais de si depois de participar nas actividades intergeracionais?*”, 10% dos idosos responderam que *Poucas Vezes* as crianças gostam mais deles depois de participarem nas actividades. 40% dos idosos responderam que *Algumas Vezes* isso acontece, e metade da amostra (50%) respondeu que *Muitas Vezes* as crianças gostam mais deles depois de participarem nas actividades

No item que avaliou a opinião dos idosos sobre se consideram que as crianças gostam mais deles depois de participarem nas actividades, 30% responderam que acontece *Algumas Vezes* as crianças gostarem mais dos idosos depois de participarem nas actividades intergeracionais, 60% referiram que acontece *Muitas Vezes* as crianças gostarem mais dos idosos depois de participarem nas actividades intergeracionais. Só 10% dos idosos referem o facto de isso nem sempre acontecer.

2.2. ANÁLISE DESCRITIVA DO BEM-ESTAR SUBJECTIVO

O bem-estar subjectivo integra valores relativos à satisfação com a vida, ao afecto positivo (*PA*) e ao afecto negativo (*NA*). A análise descritiva das três componentes do bem-estar subjectivo prende-se com o facto de que estas, ainda que relacionadas, são independentes umas das outras, devendo ser estudadas, individualmente, para se obter uma visão adequada do mesmo (Lucas, Diener & Suh, 1996). A tabela que se segue mostra a estatística descritiva relativa a essas variáveis.

Tabela 20: Estatística descritiva relativa à *SWLS* e à *PANAS*

	N	Mín.	Max.	Média	Desvio-padrão
<i>SWLS</i>	39	5	25	15,03	6,22
<i>PA</i>	30	15	42	29,20	7,44
<i>NA</i>	30	12	37	24,20	6,27

Tanto a *SWLS* como a *PANAS* possuem uma escala de resposta tipo Likert de 5 pontos. A *SWLS* é constituída por cinco itens, enquanto que as subescalas *PA* e *NA* integram cada uma 11 itens. Assim sendo, a variabilidade das pontuações da *SWLS*

situa-se entre 5 e 25 pontos, com um ponto médio de 15 pontos. No caso das subescalas *PA* e *NA* a variabilidade das pontuações situa-se entre os 11 e os 55 pontos, com um ponto médio de 33 pontos. Podemos observar que, no que respeita à satisfação com a vida, as pontuações dos idosos aproximam-se, sensivelmente, do meio da escala. Em relação à afectividade positiva (*PA*) e negativa (*NA*) obtêm pontuações ligeiramente aquém do meio da escala, sendo que a afectividade positiva se aproxima mais deste (Tabela 20). Tal como no estudo de Simões *et al.* (2001), também no nosso estudo não se verifica tendência para o exagero de qualquer das duas componentes do equilíbrio afectivo.

Atendendo a que o bem-estar subjectivo abrange uma componente cognitiva e outra afectiva (Diener *et al.*, 1999; Simões *et al.* 2000) calculámos uma medida compósita do bem-estar subjectivo. Para o cálculo dessa medida compósita seguimos o procedimento referido por Lent (2004) e Simões e colaboradores (2001). Somámos os valores estandardizados da *SWLS* (*ZSWLS*) com os valores estandardizados da *PA* (*ZPA*), subtraindo os valores estandardizados do *NA* (*ZNA*), tendo obtido como variável o *ZBES*, a variável dependente. A tabela seguinte mostra a estatística descritiva dessa variável.

Tabela 21: Estatística descritiva relativa ao bem-estar subjectivo estandardizado

	N	Min.	Max.	Média	Desvio-padrão
<i>ZBES</i>	30	- 37.42	15.58	- 7.39	13.51

Na tabela 21 podemos observar esta variável relativa à medida compósita do bem-estar subjectivo, cujo valor médio é de $- 7.39$ ($dp=13.51$) e situa-se entre -37.42 e 15.58 . Esta distribuição terá de ser entendida atendendo à estandardização realizada, ou seja, os valores possíveis para esta variável variam entre -1 e 1 .

3. ANÁLISE DAS CORRELAÇÕES

Começamos por estabelecer as correlações entre a variável independente, opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais, as variáveis dependentes, satisfação com a vida (*SWLS*), afectos positivos (*PA*) e afectos negativos (*NA*), e variáveis sociodemográficas contínuas. A tabela 22 apresenta esses resultados.

Tabela 22: Matriz de intercorrelações entre a variável independente, variáveis dependentes e variáveis sociodemográficas contínuas.

	Actividades Intergeracionais	SWLS	Afectos Positivos	Afectos Negativos	Idade	Nº Filhos	Nº Netos	Contacto c/ Netos menores	Saúde
Actividades Intergeracionais	1.00								
SWLS	.34	1.00							
Afectos Positivos	.41*	.49**	1.00						
Afectos Negativos	-.20	.01	-.06	1.00					
Idade	.12	-.13	-.09	-.13	1.00				
Nº Filhos	-.13	-.13	-.25	.15	.12	1.00			
Nº Netos	-.03	-.19	-.10	.16	.07	.59**	1.00		
Contacto c/ Netos menores	.75**	-.20	.09	-.45	.11	-.20	.14	1.00	
Saúde	.03	.32	.28	.14	-.12	-.20	-.23	.12	1.00

* Correlação significativa a $p < .05$

** Correlação significativa a $p < .01$

Analizamos em primeiro lugar a correlação entre as actividades intergeracionais, que aparecem significativamente correlacionadas com os afectos positivos (*PA*), sendo que à medida que se elevam as pontuações das *Actividades Intergeracionais* aumentam os valores do *Afecto Positivo*. As *Actividades Intergeracionais* aparecem também correlacionadas significativamente com o contacto com *Netos/Bisnetos menores*, sendo que os valores do *Contacto com Netos/Bisnetos menores* aumentam com a elevação dos valores das *Actividades Intergeracionais*.

Não se verificam relações estatisticamente significativas entre as actividades intergeracionais com as restantes variáveis sociodemográficas, quer ao nível da *satisfação com a vida (SWLS)* quer ao nível dos *afectos negativos*.

Analizamos igualmente as correlações entre a variável independente, opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais, o bem-estar subjectivo, variável dependente, e variáveis sociodemográficas contínuas. Os resultados estão apresentados na tabela 23.

Tabela 23: Matriz de intercorrelações entre a variável independente, bem-estar subjectivo e variáveis sociodemográficas contínuas.

	BES	Actividades Intergeracionais	Idade	Nº Filhos	Nº Netos	Contacto c/ Netos menores	Saúde
BES	1						
Actividades Intergeracionais	.47**	1					
Idade	-.05	.12	1				
Nº Filhos	-.265	-.13	.12	1			
Nº Netos	-.21	-.03	.07	.59**	1		
Contacto c/ Netos menores	.16	.75**	.11	-.20	.14	1	
Saúde	.24	.03	-.12	-.20	-.23	.12	1

** Correlação significativa a $p < .01$

Da análise do tabela 23 verificamos que o bem-estar subjectivo (*BES*) se correlaciona significativamente com as actividades intergeracionais, sendo que quanto mais elevados são os valores das *Actividades Intergeracionais* mais elevados são os valores de *BES*.

Relativamente às variáveis sociodemográficas não se verificam relações estatisticamente significativas com o bem-estar subjectivo.

CAPÍTULO 3 – DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

1. INTERPRETAÇÃO E IMPLICAÇÕES

Após a apresentação dos resultados do estudo empírico (Capítulo II), efectuamos de seguida a discussão dos mesmos, procurando lê-los com base no enquadramento teórico-conceitual, evidenciando os seus significados e retirando as implicações teóricas, empíricas e práticas.

Este ponto está estruturado de acordo com os objectivos delineados e hipóteses formuladas no Capítulo I.

No que concerne à análise da *opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais*, os idosos que constituíram a nossa amostra manifestaram uma opinião positiva (média=46.57 para uma pontuação máxima de 52) acerca das mesmas.

Um dos aspectos que pode ter contribuído para a opinião positiva dos idosos é o facto de que, em todas as instituições, as actividades intergeracionais desenvolvidas são planeadas num processo de co-participação onde são consideradas as vontades, sugestões e opiniões das crianças e dos idosos. Do mesmo modo, Mack e Wilson (1989, *in* Ames & Youatt, 1994), nos seus estudos, distinguem também a importância da

participação de todos os participantes nas actividades intergeracionais. Similarmente, os estudos de Griff *et al.* (1996b), evidenciam que os idosos tendem a descrever as actividades intergeracionais com maior entusiasmo e percepcioná-las de forma mais positiva quando contribuem para o planeamento das mesmas. Dellmann-Jenkins (1997), no *Modelo Senior-Centerd*, também destaca a importância de conduzir sessões prévias entre idosos e crianças, para que identifiquem em conjunto aquilo que gostariam de partilhar nas actividades. Os autores do Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade (2004) sublinham a importância de uma “Reunião Intergeracional” na fase de planificação da actividade intergeracional. Consideram que estas reuniões são momentos excelentes de partilha, de aprendizagem e valorização das experiências de cada um, o que permite que haja um maior envolvimento pessoal e uma participação mais activa por parte dos envolvidos.

Partilhamos também do entendimento de que estes encontros entre crianças e idosos, realizados numa fase prévia à execução das actividades intergeracionais, são um factor contributivo para o sucesso das mesmas. Devem, por isso, ser considerados por todos os profissionais que trabalham com crianças e idosos, e que aspirem levar a cabo actividades intergeracionais bem sucedidas.

Como vimos no Capítulo I, aquando da caracterização da amostra, fizeram parte desta, os idosos que participavam pelo menos uma vez por semana (critério de inclusão no estudo) nas actividades desenvolvidas pelas referidas instituições. Ao terem conhecimento prévio das actividades a desenvolver, os idosos escolhiam livremente as actividades a participar. Weintraub e Killian (2007), no estudo *Intergenerational Programming: OlderPersons’ Perceptions of Its Impact*, destacam a importância da variável controlo na satisfação com as actividades. Descreveram que, no seu estudo, os idosos manifestaram gostar da companhia das crianças, mas que ressaltaram de igual forma o quanto foi importante para eles decidir quando e como queriam essa interacção.

Os nossos resultados são condizentes com os apresentados no estudo de Weintraub e Killian (2007), uma vez que as pontuações obtidas no item 6 “*Gosta da companhia das crianças com quem desenvolve as actividades?*” também evidenciam que os idosos do nosso estudo gostam da companhia das crianças com quem desenvolvem as actividades (93.3% assinalaram gostar *Muitas Vezes*). Como referimos no nosso estudo, são os idosos que escolhem livremente as actividades em que querem participar, logo, detêm de igual forma o controlo na participação. Pensamos que o controlo na participação das actividades foi outro dos factores que influenciou a opinião

positiva dos idosos acerca das actividades intergeracionais. O gosto pela companhia das crianças manifestado pelos idosos pode ser, no nosso entender, outro dos factores que contribuiu para a opinião positiva acerca das actividades.

Ainda relativamente à variável controlo, tendo em consideração os estudos referidos e os resultados apresentados no nosso estudo, pensamos ser um dos factores a explorar em investigações posteriores. Isto é, no presente estudo analisamos a opinião de idosos independentes, autónomos, e que controlam o nível de interacção com as crianças. Em estudos posteriores, pensamos que seria importante analisar esta opinião em idosos em situação de maior dependência, onde o controlo da interacção não é feito pelos próprios mas, por exemplo, pelos técnicos das instituições onde se encontram. Conhecendo estas opiniões, e se estas se revelassem igualmente favoráveis à prática intergeracional, um dos exemplos de actividades a desenvolver no futuro poderia ser as crianças ajudarem idosos dependentes, durante as refeições.

Analisando a perspectiva dos idosos acerca da transmissão de conhecimentos às crianças (Item 2), observa-se uma dispersão de respostas comparativamente aos valores obtidos noutros itens. Ainda assim, 50% dos idosos manifestaram *ter conhecimentos para transmitir às crianças*. Estes resultados parecem evidenciar que alguns têm vontade de ensinar algo às crianças e se sentem capazes para o fazer. Em relação aos idosos que responderam *Nem por Isso* e *Poucas Vezes*, 6.7% e 13.3%, respectivamente, *terem conhecimentos para transmitir às crianças*, pensamos que são aqueles que, ou consideram que não têm nada para ensinar às crianças, sentem-se incapazes ou simplesmente não têm vontade para o fazer. Na concepção de Triado e Villar (1997), estes idosos seriam aqueles que encaram o envelhecimento como um processo de declínio, e a velhice como a etapa da vida em que prevalecem os aspectos negativos.

Face aos resultados obtidos no item 2, fazemos referência ao conceito de generatividade, defendido por Erikson. “A generatividade é (...) a preocupação em estabelecer e orientar a geração seguinte” (1976, pp. 126). Denota a possibilidade de se ser criativo e produtivo em diversas áreas da vida, indo para além dos interesses e certezas pessoais. Representa uma preocupação com o contentamento das gerações seguintes, uma descentração e expansão do Ego, empenhado em converter o mundo num lugar melhor para viver. Caracteriza-se pelo desejo de realizar algo que nos sobreviva (Rodrigues, 2001). Se, por outro lado, o desenvolvimento e descentração do Ego não ocorre, ou seja, se se dá o fracasso na expansão da generatividade, o indivíduo pode estagnar (Rodrigues, 2001). Estamos diante daquilo que Erikson considera ser o

perigo desta etapa. “Sempre que tal enriquecimento falha completamente, ocorre uma regressão e uma necessidade obsessiva de pseudo-intimidade, por vezes, com um difuso sentimento de estagnação, tédio, depauperamento interpessoal” (1976, pp. 138-139).

Tem sido defendido (Fisher *et al.*, 1998) que a generatividade, enquanto desafio desenvolvimental, se estende até às idades mais tardias. Em 1986 Erikson *et al.* escreveram que “a reconciliação da generatividade com a estagnação envolve os mais velhos a expressarem a ‘grand-generativity’ que está, de certo modo, para além das responsabilidades das pessoas de meia-idade em relação ao cuidar do mundo. Os papéis de avô, velho amigo, mentor, consultor, conselheiro providenciam ao adulto mais velho as oportunidades essenciais a experimentar a ‘grand-generativity’ nas relações interpessoais com as pessoas de todas as idades. Relações pautadas pelo cuidados pelos demais sem negligenciar o próprio *self*” (pp.76).

O envolvimento de um número crescente de idosos em actividades formais e informais de voluntariado sugere a continuidade da importância da generatividade (Fisher *et al.* 1998). Neste sentido, o envelhecimento bem-sucedido significa contribuir para o mundo em geral enquanto vivemos. Para tal, não é demasiado dar oportunidades para os mais velhos poderem contribuir para o benefício dos demais, sobretudo dos mais novos.

Relativamente ao tipo de conhecimentos que os idosos manifestaram possuir para transmitir às crianças, pensamos, atendendo ao nível de escolaridade da nossa amostra ser baixo (Capítulo I), que estes se referem maioritariamente a conhecimentos empíricos e não tanto ao conhecimento científico.

Ainda nesta linha, são vários os autores que defendem que os idosos são detentores de um conjunto vasto de conhecimentos, histórias e tradições culturais, fruto da sua experiência de vida, que são passíveis de serem transmitidos aos mais novos, oralmente. Deste modo implicar-se-iam na transmissão do seu património histórico, pessoal e social (Ames & Youatt, 1994; Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade, 2004, Velda *et al.*, 2006). Esta implicação na transmissão de saberes pode ser também uma forma de compromisso social, um dos factores apontados por Neto (1999), conjuntamente com a prática de actividades produtivas, para uma velhice bem sucedida.

Remetemos para esta discussão o conceito de sabedoria, no seguimento do que foi anteriormente descrito acerca dos conhecimentos que os idosos manifestam ter para transmitir às crianças. Ainda que, para alguns autores a sabedoria não deixa de ser uma aspiração do desenvolvimento humano, por isso, nem sempre alcançada (Marchand,

2005), na perspectiva dos idosos, os elementos essenciais da sabedoria são: o aconselhamento, o conhecimento, a experiência, os princípios morais, a gestão do tempo e as relações empáticas (Montgomery *et al.*, 2002).

Apesar dos estudos em torno deste conceito, são várias as definições que lhe são remetidas, havendo autores que atribuem mais importância aos factores cognitivos, outros aos afectivos (Barros, 2008). No nosso entender, importa que os idosos se sintam possuidores de sabedoria e que esta seja passível de ser transmitida às gerações mais jovens.

Acerca do relacionamento entre idosos e crianças, os estudos referidos por Veleza *et al.* (2006), deixam concluir que estes são sempre mutuamente enriquecedores, ou seja, não são relações passivas, em que o mais velho ensina e o mais novo aprende (Davidhizar *et al.*, 2000; Peterson., 1999; Oliveira, 2003; Sands *et al.*, 2005). Estes relacionamentos são, acima de tudo, interactivos, onde todos os participantes se desenvolvem igualmente (Oliveira, 2003), sendo o diálogo entre as gerações que permite que novos e velhos se descubram como educadores uns dos outros (Both, 1999; Oliveira, 2003).

Rematamos com as palavras de Veleza *et al.* (2006, pp.34) acerca das relações que se estabelecem entre crianças e idosos aquando dos programas intergeracionais: “...favorecem o desenvolvimento da criatividade e a educação mútua”.

Analisando agora o item 4 “*As actividades intergeracionais alegram-lhe o espírito?*”, a quase totalidade dos idosos respondeu que *Muitas Vezes* isso acontece. Também no item 7 “*Acha que as actividades com as crianças lhe trazem mais alegria e satisfação*” a maior parte dos idosos (93.3%) referiu que *Muitas Vezes* experienciam sentimentos de alegria e satisfação. O resultado destes dois itens evidencia que as actividades intergeracionais são potenciadoras de contentamento. Estes resultados parecem ir ao encontro de outros estudos (Newman, *et al.*, 1985; Weintraub & Killian, 2007) onde os idosos referiram sentir-se reanimados pelo entusiasmo e inteligência das crianças com quem interagem. Pensamos que também as pontuações obtidas no item 10 são condizentes com os resultados destes estudos, uma vez que 73.3% dos idosos referiram que *as actividades intergeracionais ajuda-os a esquecer os seus problemas e preocupações*.

No que concerne ao item 5, os resultados, ainda que positivos, contrariamente à generalidade dos outros itens, revelaram opiniões menos homogéneas: ou seja, 53.3% dos idosos manifestaram que, apenas *algumas vezes, se vêem a si próprios de uma*

forma mais positiva depois de participarem nas actividades. Enquanto que os restantes 46.7% referiram que *depois de participarem nas actividades intergeracionais vêem-se, muitas vezes, de forma positiva.* Em suma, os idosos, ainda que de uma forma menos representativa, *vêem-se a si próprios de forma mais positiva depois de participarem nas actividades intergeracionais.*

Consideramos que estes resultados são condizentes com os resultados do item 8, onde 13.3% dos idosos *sentem que a participação nas actividades intergeracionais poucas vezes os torna mais competentes e capazes,* 56.7% *só algumas vezes* e 30% *muitas vezes.* Depreende-se da análise dos resultados que as actividades intergeracionais não permitem, por si só, a aquisição de competências de forma a que os idosos se percepcionem como mais capazes, ainda que para 30% dos idosos isso aconteça. Estes resultados podem ser o reflexo do carácter temporal das actividades intergeracionais não promovendo deste modo o treino e a aquisição de competências.

Também o item 9, que avalia o sentimento de realização dos idosos após a participação nas actividades intergeracionais, sugere algumas coincidências com os resultados dos itens 5 e 8. Ainda que as respostas obtidas sejam tendencialmente positivas, 13.3% dos idosos referiram que, *após participarem nas actividades, são poucas as vezes em que se sentem realizados.*

De salientar que os 3 itens atrás descritos (5,8 e 9) questionam os idosos sobre *si próprios, competências, capacidades e sentimentos de realização.* Particularmente, os itens 8 e 9 evidenciam algumas respostas menos positivas, comparativamente com os restantes itens do questionário. A justificação parece residir no facto de estes itens envolverem características personológicas, daí a maior dispersão nas respostas.

Em suma, consideramos que os resultados das questões que avaliam as actividades em si e os sentimentos experienciados durante estas, são mais positivos comparativamente com os resultados obtidos nas questões sobre as implicações das actividades intergeracionais nas suas próprias vidas.

Analizamos agora os itens 12 e 13, que questionam os idosos sobre *de que modo é que eles acham que as crianças os percebem após participarem nas actividades,* quer individual quer colectivamente. Os resultados evidenciam que, para o item 12, metade dos idosos *referem que depois de participarem nas actividades, as crianças gostam mais deles.* Pontuações que se aproximam da avaliação em relação à pessoa idosa (Item 13), em que, 60% dos idosos *acham que depois participarem nas actividades, as crianças gostam mais da população idosa.* Esta percepção vai ao

encontro de vários estudos (Dooley & Frankel, 1990; Aday, McDuffie & Sims, 1993; Bringle & Kremer, 1993; Smilow, 1993; Wacker, Roberto & Piper, 2002) que evidenciam as alterações favoráveis na percepção dos mais novos em relação às pessoas idosas. Pensamos que o contacto entre novos e velhos, que decorre ao longo das actividades pode ser uma justificação para os idosos acharem que as crianças gostam mais deles depois de participarem nas actividades.

Relativamente à percepção dos mais novos em relação à população idosa, Neto (1999) considera que um dos factores que muda a percepção em relação à pessoa idosa é o contacto das crianças com este grupo etário, factor que vai ao encontro dos nossos resultados. A opinião expressa pelos idosos nestes itens (12 e 13) é reveladora da mais-valia das actividades intergeracionais na construção de uma sociedade mais inclusiva dos mais velhos, baseada no princípio de equidade entre gerações. Este facto é ainda reforçado pelos resultados obtidos no item 1, uma vez que 90% dos idosos *referiram que se sentem, muitas vezes, satisfeitos ao interagirem com as crianças nas actividades*.

No que concerne ao item 3, também as respostas foram dispersas. Para 16.6% dos idosos a *realização de actividades intergeracionais, Nem por Isso (3.3%), ou Poucas Vezes (13.3%), foi algo que desejaram realizar*; 40% dos idosos *desejaram Algumas Vezes realizar actividades com crianças e 43.3% desejaram-no Muitas Vezes*. Estes resultados parecem reflectir o facto de os idosos no nosso estudo manifestarem ter *pouco/nenhum contacto com Netos/Bisnetos Menores (43.75% e 25%, respectivamente)*, o que pode justificar o desejo de desenvolverem actividades com crianças.

Relativamente ao item 11, foi aquele cujas respostas parecem ter sido dadas de forma mais rápida e directa. Os resultados são peremptórios, sendo que 90% da amostra referiu que *de um modo geral gosta de participar nas actividades*. Verificou-se também uma tendência para o tipo de resposta *sim* ou *não*. Este item mostra a visão global da opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais, como tal, os resultados encontrados constituem, por si só, como um importante indicativo do modo como as actividades intergeracionais são vistas pelos idosos.

Analisando globalmente a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais, foram factores determinantes para a opinião positiva os seguintes aspectos: a participação no planeamento das actividades; o controlo sobre o nível de interacção com as crianças; a consciência de terem conhecimentos para transmitir aos mais novos; as experiências e sentimentos de alegria vivenciados no decorrer das

actividades; o esquecimento dos problemas e preocupações no decorrer da actividade e a percepção de que as crianças gostam mais deles próprios e dos idosos em geral, depois de participarem nas actividades.

Pensamos que as actividades intergeracionais em que participaram os idosos deste estudo podem ir ao encontro do que Barros (2006, pp.141) considera ser necessário para “educar os mais novos para que respeitem e apreciem os valores que os idosos lhes podem transmitir, ao mesmo tempo que se que se levam os idosos a não olhar com desconfiança para os mais novos”. Através desta interacção, mais novos e mais velhos podem construir juntos uma percepção mais ampliada sobre a velhice, favorecendo a consciencialização sobre a importância destas pessoas para o desenvolvimento da sociedade (Both, 1999) e permitindo assim, o que Andrade (2002) almeja: uma maior solidariedade entre gerações. Estas conclusões confirmam a hipótese (H1) de que os idosos demonstram opiniões favoráveis acerca das actividades intergeracionais.

De seguida, passamos à análise do bem-estar subjectivo. Consideramos em primeiro lugar a satisfação com a vida. Os idosos que constituíram a nossa amostra, mostraram-se razoavelmente satisfeitos com a vida, o que vai ao encontro dos estudos de Smith *et al.* (1999), Baltes e Mayer (1999), Myers (2000), e Simões *et al.* (2001). A média encontrada foi de 15.03 – valor situado sensivelmente no meio da escala, o que indica um bem-estar subjectivo cognitivo positivo. No que concerne à afectividade positiva e negativa, predomina na amostra a afectividade positiva ($PA=29.2$) sobre a afectividade negativa ($NA=24.2$). Isto é, ainda que com valores um pouco abaixo do meio da escala, os resultados apontam no sentido de um bem-estar subjectivo emocional positivo, já que se verifica um NA relativamente baixo e, em todo o caso, inferior a PA . Salientamos: o bem-estar subjectivo cognitivo evidenciado (acima do ponto médio da escala) e o bem-estar subjectivo emocional, onde predominaram os afectos positivos sobre os negativos nos idosos da nossa amostra.

Tentaremos agora perceber a influência das variáveis sociodemográficas (idade, número de filhos, número de netos/bisnetos menores, contacto com netos/bisnetos menores), no bem-estar subjectivo. A idade, no nosso estudo, e de forma semelhante aos resultados encontrados por Simões e colaboradores (2001), também não se revelou significativa no bem-estar subjectivo dos idosos ($r = -.05$). Também as correlações daquela variável com os índices do bem-estar subjectivo não se traduziram em valores significativos: nem com NA ($r = -.013$), nem com PA ($r = -.09$), nem com a $SWLS$ ($r = -$

.13). Isto era de esperar, atendendo aos dados da literatura da especialidade (Adkins *et al.*, 1996; Diener & Suh, 1997; Simões *et al.*, 2000).

Relativamente às restantes variáveis, nenhuma delas apresentou correlações estatisticamente significativas com o bem-estar subjectivo. Destacamos a saúde, que contrariamente ao que se verifica na revisão da literatura (Diener *et al.*, 1999; Simões *et al.*, 2000) e nas investigações de Simões e colaboradores (2001), onde é considerada como um dos factores preditivos mais eficazes, no nosso estudo não evidenciou relação estatisticamente significativa com o bem-estar subjectivo dos idosos ($r = .24$). Avaliamos a saúde subjectiva, tal como recomendam os especialistas na literatura, uma vez que é a variável sociodemográfica que mais se relaciona com o bem-estar subjectivo, e não tanto a saúde objectiva (avaliada pelos médicos) (Simões *et al.*, 2000; Simões *et al.*, 2003). Verificámos que mais de metade dos idosos da amostra avaliaram a sua saúde como *má* ou *péssima* (Capítulo I) mas, ainda assim, mostraram-se satisfeitos com a vida. Este facto pode justificar-se de várias formas: a adaptação dos idosos às suas próprias incapacidades e limitações, a sua maior resiliência e gestão emocional. Adiantamos ainda que estes resultados parecem evidenciar que os idosos avaliaram a sua situação de saúde em função das limitações que se produzem ao nível das actividades que mais valorizam e, por outro lado, em função dos diagnósticos clínicos e/ou quantidade de medicamentos prescritos pelo médico. A personalidade pode ter influenciado a percepção de saúde, uma vez que, como vem descrito na literatura, os indivíduos optimistas mais facilmente percebem que gozam de um bom estado de saúde do que aqueles que não o são (Simões *et al.*, 2000; Simões *et al.*, 2003). Estas variáveis mediadoras poderão explicar por que os idosos avaliam a sua saúde subjectiva negativamente e, em contrapartida, apresentam valores médios de satisfação com a vida.

Em relação à influência das variáveis sociodemográficas (idade, número de filhos, número de netos/bisnetos menores, contacto com netos/bisnetos menores) na opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais, verificamos que aquela que se correlaciona mais fortemente com a sua opinião acerca das actividades intergeracionais é a variável Contacto com Netos/Bisnetos Menores ($r=.75$) para $p<.01$. Depreende-se que quanto maior é o contacto dos idosos com os seus netos/bisnetos menores, mais positiva é a opinião que têm acerca das actividades intergeracionais. Este resultado deixa antever que os idosos que têm contacto intergeracional com os seus netos, mostram-se mais positivos em relação às actividades intergeracionais desenvolvidas com outras crianças.

Estes resultados parecem ir ao encontro do que Veleda *et al.* (2006, pp.36) referem acerca do contacto entre avós e netos: "... esta troca entre avós e netos pode auxiliar na redução dos preconceitos em relação aos idosos, aspecto muito importante quando se vivencia uma época em que a expectativa de vida se torna cada vez maior, mas os preconceitos em relação à velhice permanecem na sociedade". A consequência deste contacto entre avós e netos pode ser a opinião positiva acerca do contacto intergeracional com outras crianças.

O contacto intergeracional, neste estudo, também se evidencia na relação que os idosos têm com os seus *Netos/Bisnetos Menores* (Capítulo I). Contudo, verifica-se que apenas uma pequena percentagem de idosos relatou que tem um contacto regular com os seus *Netos/Bisnetos Menores*. A maioria dos idosos ou tem pouco ou nenhum contacto, respectivamente 43.75% e 25%. Pensamos que, para muitos destes idosos, a participação nas actividades intergeracionais constitui-se como um dos poucos momentos para contactarem com crianças, fazendo deles uma espécie de "avós emprestados". Este desejo de serem avós, mesmo com netos que não os seus, pode ser um reforço para a opinião favorável acerca das actividades intergeracionais. As razões para o não-contacto são-nos desconhecidas, no entanto, o facto de estes idosos frequentarem o centro de dia e terem pouco contacto com netos/bisnetos pode ser revelador de algum isolamento familiar.

Pensamos que em alguns itens do questionário as respostas poderiam ter sido mais favoráveis se os idosos tivessem um maior contacto com os seus netos, nomeadamente no item 2 "*Quando participa nas actividades acha que tem conhecimentos para transmitir às crianças?*", item 5 "*Depois de participar nas actividades com as crianças vê-se a si próprio de uma forma mais positiva?*", item 8 "*Acha-se uma pessoa mais competente e capaz depois de participar nas actividades?*" e item 9 "*Ao participar nas actividades sente-se mais realizado(a) e activo(a) na sua vida?*", uma vez que teriam, simultaneamente, um maior envolvimento familiar, podendo dar os seus contributos e sentir-se mais úteis e valorizados perante a família e perante a sociedade.

Os estudos abaixo referidos sublinham algumas das contribuições dos idosos para o sistema familiar e demonstram que os avós podem exercer diferentes papéis no âmbito familiar. De entre eles, apontamos: uma fonte de apoio emocional ou instrumental da família (Araújo & Dias, 2002), experiência, amabilidade e respeito (Dias & Silva, 2003; Kennedy, 1990), um modelo de vida para os mais novos

(Kennedy, 1990), suporte socioeconómico da família (Dessen & Braz, 2000, *in* Veleda *et al.*, 2006) e papel de “segundos pais” para os seus netos (Franks *et al.*, 1993).

Nesta linha também vão os estudos de Vicente e Sousa (2007) que referem que, devido ao conjunto de alterações sociais, são cada vez mais comuns as famílias multigeracionais com elementos vivos em 3 ou 4 gerações. A inerente verticalização das famílias (coexistência de várias gerações, cada uma com poucos elementos) permite o encontro entre gerações, e faz desenhar a emergência de novos papéis no contexto familiar (Vicente & Sousa, 2007). Um desses papéis é o papel dos avós evidenciado nas investigações de Neugarten e Weinstein (1968) (*in* Vicente & Sousa, 2007). A relevância deste papel está no “contexto de uma relação didáctica: avô e neto.” (Vicente & Sousa, 2007, pp.163).

Rematamos com as palavras de Ramos: “Ser avô proporciona novas identidades, novos papéis, novas interações, dá um sentido à vida e um desejo de continuidade” (2005, pp. 207).

De seguida, apresentamos os resultados referentes às restantes hipóteses de investigação.

No que concerne a H2 – *Existe uma relação positiva entre a opinião dos idosos acerca actividades intergeracionais e o bem-estar subjectivo*, comprovamos a existência de uma relação positiva, ainda que moderada, entre a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais e o bem-estar subjectivo ($r=.47$) para $p<.01$. Os idosos que têm uma opinião mais positiva acerca das actividades intergeracionais são aqueles que apresentam maior bem-estar subjectivo. Sendo que, quanto mais positiva é a avaliação que os idosos fazem acerca das actividades intergeracionais maiores são os seus níveis de bem-estar subjectivo. Esta associação é relevante, uma vez que o relacionamento com crianças pode ser um indicador no bem-estar subjectivo das pessoas idosas. Pensamos que este poderá ser um aspecto a estudar em estudos subsequentes, nomeadamente com a inclusão de grupos de controlo (por exemplo: participam/não participam em actividades intergeracionais; têm/não têm contacto com netos/bisnetos menores).

Relativamente a H3 – *Quanto mais positiva é a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais maior é a satisfação com a vida*, a nossa hipótese não foi confirmada. Depreende-se que o facto dos indivíduos terem uma opinião positiva acerca das actividades intergeracionais não é condição para experimentarem maior satisfação

com a vida. A questão da satisfação com a vida diz respeito à forma como o sujeito avalia a própria vida, globalmente considerada (Novo, 2003; Simões, 2006), isto é dimensão cognitiva do bem-estar subjectivo. Consideramos que, quando os idosos são questionados sobre a sua *opinião acerca das actividades intergeracionais*, respondem mais em conformidade com as suas emoções (dimensão afectiva do bem-estar subjectivo), o que pode justificar o facto de os idosos terem uma opinião positiva acerca das actividades intergeracionais e não terem necessariamente maior satisfação com a vida. Haverá outros factores, para além deste, que influenciarão a maior satisfação com a vida, como por exemplo, os factores de personalidade.

No que concerne a H4 – *Quanto mais positiva é a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais maior é a afectividade positiva*, os resultados apresentados corroboram a nossa hipótese ($r=.41$) para $p<.05$. Depreende-se que os idosos que têm uma opinião mais positiva acerca das actividades intergeracionais são aqueles que evidenciam experienciar mais afectos positivos. Isto é, são mais interessados, animados, entusiasmados, sentem-se mais fortes, são mais orgulhosos, atentos e inspirados, decididos, atenciosos, emotivos e activos. Os nossos resultados vão ao encontro dos estudos de Weintraub e Killian (2007) onde os autores revelam que o impacto dos programas intergeracionais é mais visível ao nível do bem-estar emocional dos idosos. Também Ames e Youatt (1994) destacam que os sentimentos de companheirismo, partilha e solidariedade devem ser experienciados pelos idosos na programação intergeracional.

Os idosos do nosso estudo evidenciaram, face às respostas obtidas nos itens 4, 6, 7 e 10, terem experienciado emoções e afectos positivos no decorrer das actividades intergeracionais. Demonstraram que as actividades intergeracionais lhes trazem sentimentos de alegria e satisfação. Ao experienciarem afectos positivos, os idosos podem desenvolver comportamentos de aproximação e de procura de situações sociais, em virtude de estas serem propensas à estimulação positiva (Pavot *et al.*, 1991). A programação intergeracional parece constituir-se como um momento ideal para a estimulação positiva dos idosos.

Em relação a H5 – *Quanto mais positiva é a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais menor é a afectividade negativa*, face aos resultados encontrados, a nossa hipótese não foi confirmada. Este resultado não nos permite afirmar que os idosos que têm uma opinião positiva acerca das actividades intergeracionais são aqueles que experimentam menos afectos negativos. Isto é, para os

idosos, o facto de experienciarem emoções positivas aquando das actividades intergeracionais, e de terem uma opinião positiva acerca das mesmas, não significa que não experienciem sentimentos negativos. Estas emoções negativas podem estar relacionadas com outros aspectos do nosso desconhecimento. Um deles, como já referimos neste trabalho, é o possível isolamento familiar, capaz de proporcionar sentimentos como o medo, mágoa, culpa, entre outros. Contudo, ainda assim, na programação intergeracional prevalecem as emoções positivas.

Após a discussão dos resultados, passamos de seguida a apresentar algumas das limitações deste estudo.

2. LIMITAÇÕES

Uma das limitações das limitações do nosso estudo foi a não-inclusão de preditores importantes do bem-estar subjectivo, como é o caso dos factores personológicos, e que poderiam ter contribuído para analisar a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais.

Relativamente ao questionário utilizado no nosso estudo para avaliar a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais, há uma notória falta de publicações, e uma vez que desconhecemos a sua aplicação noutros estudos, torna-se impossível a comparação de resultados. Por outro lado, pensamos que este questionário deveria contemplar questões mais direccionadas para os benefícios específicos da programação intergeracional.

O Questionário de Actividades Intergeracionais de Dellmann-Jenkins foi proposto para avaliar a opinião dos participantes idosos acerca da programação intergeracional. Contudo, no modelo *Senior Centerd*, não é referido o momento ideal para a aplicação do questionário. Pensamos que a não-aplicação do questionário, imediatamente após a participação nas actividades intergeracionais, pode ter contribuído para alguma desconformidade nas respostas, nomeadamente, acerca dos sentimentos e emoções experienciados no decorrer da actividade.

O tamanho da amostra foi outra limitação do nosso estudo. Este facto resultou do desconhecimento de instituições em Portugal que integram actividades intergeracionais nos seus planos de actividades.

No que concerne à recolha de dados, a opção pela hetero-avaliação dos dados, (preenchimento pelo investigador em função das respostas dos idosos), pode ter conduzido a alguns enviesamentos nas respostas, possíveis erros na interpretação das questões, ou inibição por parte dos idosos por estarem na presença de uma pessoa estranha e sentirem algum constrangimento. A opção por esta forma de recolha dos dados resulta do facto de a maioria dos idosos inquiridos não sabe ler nem escrever.

Em função das limitações referidas, em investigações futuras seria importante realizar estudos experimentais com um grupo controlo que incluísse idosos pertencentes a instituições que não conduzem actividades intergeracionais. Este género de investigação permitiria a comparação dos resultados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Envelhecer e ser idoso em Portugal é ainda um privilégio para alguns. Apesar dos esforços e das melhorias verificadas nos últimos anos, a realidade que sobressai quando se fala da velhice são as lacunas sociais desta franja da nossa sociedade, que se reflectem nos estereótipos a ela associados. Uma das formas de combater este estigma em relação à pessoa idosa e à velhice passa pela aproximação das gerações. Neste contexto, a intergeracionalidade assume-se como uma abordagem válida na mudança das concepções negativas acerca da pessoa idosa. A nossa investigação evidenciou que a programação intergeracional com crianças e idosos é um dos caminhos a percorrer para a valorização das pessoas mais velhas e, conseqüentemente, para o desenvolvimento das sociedades.

À semelhança de outros estudos que avaliaram o bem-estar subjectivo de pessoas idosas, também constatámos que os idosos da nossa amostra estão satisfeitos com a vida, apresentando uma maior prevalência da emocionalidade positiva sobre a negativa.

Nenhuma das variáveis sociodemográficas mostrou ter influência no bem-estar subjectivo dos idosos. De igual modo, estas variáveis também não evidenciaram influenciar a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais, com excepção

da variável contacto com netos/bisnetos menores, que mostrou estar relacionada com a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais. Pelo que, o contacto com os netos/bisnetos menores distinguiu-se como um factor que influencia positivamente a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais.

Verificamos ainda que aqueles que têm uma opinião mais positiva acerca das actividades intergeracionais são aqueles que experimentam maior bem-estar subjectivo, o que vai ao encontro de outros estudos. São também os idosos que têm uma opinião mais favorável acerca das actividades intergeracionais que experienciam mais afectos positivos. No que se refere à satisfação com a vida, esta não se revelou significativa quando correlacionada com a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais, o que demonstra que a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais não é influenciada pela (in)satisfação com a vida destes. Também a afectividade negativa não se revelou significativa quando correlacionada com a opinião dos idosos acerca das actividades intergeracionais.

Da apreciação global que os idosos fazem acerca da programação intergeracional, constatámos que estes demonstram opiniões favoráveis acerca destas actividades. De forma semelhante aos resultados de outros estudos, é ao nível das emoções experimentadas que os idosos têm uma opinião mais positiva sobre as actividades intergeracionais, o que anuncia que as actividades que estimulam os afectos positivos são as mais apreciadas pelos idosos, como é expresso nas respostas aos itens 4, 6, 7 e 10 do questionário de actividades intergeracionais.

Outros factores para além do exposto, que evidenciam ter contribuído para a opinião positiva dos idosos acerca das actividades intergeracionais, são os seguintes: a participação no planeamento das actividades; o controlo sobre o nível de interacção com as crianças; a consciência de terem conhecimentos para transmitirem aos mais novos; as experiências e os sentimentos de alegria vivenciados no decorrer das actividades; o esquecimento dos seus problemas e preocupações no decorrer das actividades e a percepção de que as crianças gostam mais deles próprios e dos idosos em geral, depois de participarem nas actividades intergeracionais. Esta opinião favorável advém do facto de os idosos sentirem que têm um papel activo no decorrer das actividades. O lazer e a percepção mais positiva das crianças acerca deles próprios, são também apontados como mais valias destas actividades.

Face ao exposto, uma das implicações que pode ser retirada deste estudo tem a ver com a necessidade de adoptar medidas políticas e sociais que visem a eliminação

dos estereótipos ainda vigentes em relação à velhice. Essas acções podem passar pelo planeamento de actividades nas comunidades, com parecerias entre as escolas, jardins-de-infância, lares, centros de dia, centro de saúde, entidades políticas, com vista a favorecer o contacto entre gerações.

Salientamos ainda a necessidade de se criarem condições para que os idosos continuem o seu processo de desenvolvimento e educação contínua, privilegiando a sua experiência de vida passada e a transmissão de saberes às gerações vindouras.

A intergeracionalidade, ao proporcionar aos idosos uma oportunidade para se tornarem mais participativos na sociedade, pode ser um dos caminhos para a promoção do seu bem-estar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abdallah, T. (1998). The Satisfaction With Life Scale (SWLS): Psychometrics properties in an Arabic speaking sample. *International Journal of Adolescence and Youth*, 2, 113-119.

Aday, C., Rice, C. & Evens, E. (1991). Intergenerational partners project: A model linking elementary students with senior volunteers. *The Gerontologist*, 31, 263-266.

Aday, R., Mcduffie, W., & Sims, C. (1993). Impact of an intergenerational program on Black adolescents' attitudes toward the elderly. *Educational Gerontology*, 19(7), 663-673.

Adkins, G., Martin, P. & Poon, L. (1996). Personality traits and states as predictors of subjective well-being in centenarians, octogenarians and sexagenarians. *Psychology and Aging*, 11(3), 408-416.

Alain. (2000). *Propus sur le bonheur*. Paris: Gallimard.

Albuquerque, I. (2006). *O florescimento dos professores: projectos pessoais, bem-estar subjectivo e satisfação profissional*. Dissertação de mestrado à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

Albuquerque, I. & Lima, M. (2007). Personalidade e Bem-Estar Subjectivo: Uma Abordagem com os Projectos Pessoais. Consultado em 4 de Março de 2008, www.psicologia.com.pt.

Ames, B. & Youatt, J. (1994). Intergenerational education and service programming: A model for selection and evaluation of activities. *Gerontology*, 20(8).

Andrade, F. (2002). *Uma experiência de solidariedade entre gerações: Contributos para a formação pessoal e social dos alunos de uma escola secundária*. Lisboa: Instituto de Inovação Educacional.

Andrews, F. & Robinson, J. (1991). Measures of subjective well-being. In J. Robinson, P. Shaver & L. Wrightman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (1, pp. 61-114). San Diego, CA: Academic Press.

Andrews, M. & Withey, B. (1976). *Social indicators of well-being*. New York: Plenum Press.

Araújo, M. & Dias, C. (2002). Papel dos avós: Apoio oferecido pelos netos antes e após situações de separação/divórcio dos pais. *Estudos de Psicologia*, 7, 91-101.

Ardelt, M. (1997). Wisdom and life satisfaction in old age. *Journal of Gerontology*, 52B(1), 15-27.

Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwartz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 353-373). New York: Russell Sage Foundation.

Arrindel, W., Heesink, J. & Feij, J. (1999). The Satisfaction With Life Scale (SWLS): Appraisal with 1700 healthy young adults in the Netherlands. *Personality and Individual Differences*, 26, 815-826.

Arrindel, W., Meeuwesen, L. & Huyse, F. (1991). The Satisfaction With Life Scale (SWLS): Psychometric properties in a non-psychiatric medical outpatients sample. *Personality and Individual Differences*, 12, 117-123.

- Asakawa, K. & Csikszentmihalyi, M. (1998). Feelings of connectedness and internalization of values in Asian American adolescents. *Journal of Youth Adolescents*, 29, 121-145.
- Bales, S., Eklund, S., & Siffin, C. (2000). Children's perceptions of elders before and after a school-based intergenerational program. *Educational Gerontology*, 26(7), 677-689.
- Baltes, P. & Mayer, K. (1999). (Eds.), *The Berlin aging study: Aging from 70 to 100*, Cambridge: Cambridge University Press.
- Barros, J. (2004). *Psicologia Positiva*. Porto: Asa.
- Barros, J. (2006). Espiritualidade, sabedoria e sentido da vida nos idosos. *Psychologica*, 42, 133-147.
- Barros, J. (2008). *Psicologia do Envelhecimento e do Idoso*. Porto: Legis Editora.
- Berger, L. (1995). Atitudes, mitos e estereótipos. In L. Berger & D. Mailloux-Poirier, *Pessoas idosas: Uma abordagem global* (pp.63-71). Lisboa: Lusodidacta.
- Blais, M., Vallerand, R., Pelletier, L. & Briere, N. (1989). L'Echelle de satisfaction de vie: Validation Canadienne-Française du «Satisfaction With Life Scale». *Canadian Journal of Behavioral Science*, 21, 210-223.
- Both, A. (1999). *Gerontogogia: Educação e Longevidade*. Passo Fundo: Editora Imperial.
- Braren, K. (1988). *Adolescents' knowledge and attitudes about the elderly*. Southern Connecticut State University. Tese de mestrado.
- Bringle, G. & Kremer, F. (1993). Evaluation of an intergenerational Service-Learning Project for Undergraduates. *Educational Gerontology*, 19(5), 407-416.
- Brunstein, J. (1993). Personal goals and subjective well-being: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(5), 1061-1070.
- Brunstein, J., Schultheis, O. & Grassman, R. (1998). Personal goals and emotional well-being: The moderating role of motive disposition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(2), 494-508.
- Butler, R. (1980). Ageism: A Foreword. *Journal of Social Issues*, 36(2), 8-11.

- Campbell, A., Converse, O. & Rodgers, W. (1976). *The quality of American life*. New York: Russell Sage Foundation.
- Carvalho, P. & Pinho, A. (2006). Legislação e programas de apoio para o idoso. In H. Firmino (Ed.), *Psicogeriatría* (pp. 201-213). Coimbra: Almedina.
- Chapman, N. & Neal, M. (1990). The effect of intergenerational experiences on adolescents and older adults. *The Gerontologist*, 30, 825-832.
- Chen, N. (1997). Building Bridges – An Intergenerational Program. *Journal of Extension*, 35, 5.
- Cherry, L., Benest, R., Gates, B. & White, J. (1985). Intergenerational service programs: Meeting shared needs of young and old. *The Gerontologist*, 25(2), 126-129.
- Compton, W., Smith, M., Cornish, K. & Qualls, D. (1996). Factor structure of mental health measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 406-413.
- Costa, P., McCrae, R. & Zonderman, A. (1987). Environmental and dispositional influences on well-being: Longitudinal follow-up of an American national sample. *British Journal of Psychology*, 78, 299-306.
- Davidhizar, R., Bechtel, A. & Woodring, C. (2000). The changing role of grandparenthood. *Journal Gerontol. Nurs.*, 26(1), 24-29.
- Dellmann-Jenkins, M. (1997). A senior-Centered Model of Intergenerational Programming With Young Children. *Journal of Applied Gerontology*, 16, 495.
- Dellmann-Jenkins, M., Lambert, D. & Fruit, D. (1991). Fostering preschoolers' prosocial behavior toward the elderly: The effect of an intergenerational program. *Educational Gerontology*, 17, 21-32.
- Dellmann-Jenkins, M., Lambert, D., Fruit, D. & Dinero, T. (1986). Young and old: The effect of an intergenerational program. *Childhood Education*, 62, 206-212.
- DeNeve, K. & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 Personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Dias, C. & Silva, M. (2003). Os avós na perspectiva de jovens universitários. *Psicologia em Estudo*, 1, 55-62.

- Dicionário da Língua Portuguesa (2008). Porto: Porto Editora.
- Diener, E. & Biswas-Diener, R. (2000). New directions in subjective well-being research: The cutting edge. Consultado em 31 de Maio de 2008, http://psych.uiuc.edu/~diener/hottopic/NEW_DIRECTIONS.
- Diener, E. & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research. *Social Indicators Research*, 57, 119-169.
- Diener, E. & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7, 181-185.
- Diener, E. & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life-satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
- Diener, E. & Emmons, R. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1105-1117.
- Diener, E. & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 926-935.
- Diener, E. & Lucas, R. (2000). Subjective emotional well-being. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp.325-337). New York: Guilford.
- Diener, E. & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diner, & N. Schwartz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation.
- Diener, E. & Oishi, S. (2005). The nonobvious social psychology of happiness. *Psychological Inquiry*, 16, 162-167.
- Diener, E. & Suh, E. (1997). Subjective well-being and age: An international analysis. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 17, 304-324.
- Diener, E. & Suh, M. (1998). Subjective well-being and age: An international analysis. In K. Schaie *et al.* (Ed.), *Annual Review of gerontology and geriatrics*, Vol.17: *Focus on emotional and adult development* (pp. 304-324). New York: Springer Publishing Co.

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (1996). Traits can be powerful but are not enough: Lessons from subjective well-being. *Journal of Research in Personality*, 30, 389-399.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. & Grifflins, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-424.
- Diener, E., Smith, H. & Fujita, F. (1995). The personality structure of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 130-141.
- Diener, E., Suh, E. & Oishi, S. (1997). Recent findings in subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25-41.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Dooley, S. & Frankel, G. (1990). Improving attitudes toward elderly people: Evaluation of an intervention program for adolescents. *Canadian Journal on Aging/La revue canadienne du vieillissement*, 9(4), 400-409.
- Eid, M. & Diener, E. (1999). Intraindividual variability in affect: Reliability, validity, and personality correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 662-676.
- Eid, M. & Diener, E. (2004). Global judgments of subjective well-being: Situational variability and long-term stability. *Social Indicators Research*, 65, 245-277.
- Emmons, R. & King, L. (1988). Conflict among personal strivings: Immediate and long-term implications for psychology and physical well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1040-1048.

- Emmons, R. (1992). Abstract versus concrete goals: Personal striving level, physical illness and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 292-300.
- Erikson, E. (1976). *Identidade, Juventude e Crise*. Rio de Janeiro: Zahar Editores. (Trabalho original publicado na língua inglesa em 1968).
- Erikson, E., Erikson, J. & Kivnick, H. (1986). *Vital involvement in old age*. New York: W. W. Norton & Company, Inc.
- Feist, J., Bodner, E., Jacobs, F., Miles, M. & Tan, V. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural models of subjective well-being: A longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(1), 138-150.
- Fernandes, A. (1997). *Velhice e sociedade*. Oeiras: Celta Editora.
- Fisher, B., Day, M. & Collier, C. (1998). Successful Aging: Volunteerism and Generativity in Later Life. In D. Redburn & R. McNamara (Eds), *Social Gerontology* (pp.43-54). Westport: Greenwood Publishing Group.
- Fonseca, A. (2005a). *Desenvolvimento Humano e Envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Fonseca, A. (2005b). O envelhecimento bem-sucedido. In C. Paúl & A. Fonseca (Eds.), *Envelhecer em Portugal. Psicologia, saúde e prestação de cuidados* (pp. 281-311). Lisboa: Climepsi Editores.
- Franks, L., Hughes, J., Phelps, L. & Williams, D. (1993). Intergenerational influences on Midwest college students by the grandparents and significant elders. *Education Gerontology*, 19, 265-271.
- Gordon, S., & Hallauner, D. (1976). Impact of a Friendly visiting program on attitudes of college students toward the aged. *The Gerontologist*, 16, 371-376.
- Green, D., Goldman, S. & Salovey, P. (1993). Measurement error masks bipolarity in affect ratings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 1029-1041.
- Greenblatt, F. (1982). Adopt-A-Grandchild program: Improving attitudes of adolescents toward the aged. *Activities, adaptation and aging*, 3(1), 21-25.

- Gregory, M. (1983). Occupational behavior and life satisfaction among retirees. *American Journal of Occupational Therapy*, 37(8), 548-553.
- Griff, M., Lambert, D., Dellmann-Jenkins, M. & Fruit, D. (1996a). Intergenerational activity analysis with three groups of older adults: Frail, community-living, and Alzheimer's. *Educational Gerontology*, 22, 601-612.
- Griff, M., Lambert, D., Fruit, D. & Dellmann-Jenkins, M. (1996b). *Linkages: Planning an intergenerational program for preschool*. Menlo Park, CA: Addison-Wesley Innovative Learning Publications.
- Gross, J., Carstensen, L., Pasupathi, M., Tsai, J., Skorpen, C. & Hsu, A. (1997). Emotion and aging: Experience, expression, and control. *Psychology and Aging*, 12(4), 590-599.
- Heidrich, S. & Ryff, C. (1993). Physical and mental health in later life: the self-system as mediator. *Psychology Aging*, 8(3), 327-338.
- <http://www.william-shakespeare.info/act2-script-text-as-you-like-it.htm>.
- Ivester, L., & King, K. (1977). Attitudes of Adolescents Toward the Aged. *The Gerontologist*, 17, 85-89.
- Jacob, L. (2007). As Relações Intergeracionais. Consultado em 16 de Janeiro de 2008, http://www.socialgest.pt/_dlds/APintergeracoes.pdf
- Jouvenel, H. (1989). Le vieillissement démographique en Europe. Tendences et enjeux à l'horizon 2025. *Futuribles*, 129/130, 53-113.
- Kane, R. (2001). Long term care and a good quality of life: Bringing them closer together. *The Gerontologist*, 41(3), 293-304.
- Kaplan, M. (1997). The benefits of intergenerational community service projects: Implications for promoting intergenerational unity, community activism, and cultural continuity. *Journal of Gerontological Social Work*, 28(1/2), 211-228.
- Kaplan, M., Henkin, N. & Kusano, A. (2002). *Linking lifetimes: A global view of intergenerational exchange*. Lanham, MD: University Press of America.

- Kaplan, M., Liu, S. & Hannon, P. (2006). Intergenerational Engagement in Retirement Communities: A Case Study of a Community Capacity-Building Model. *Journal of Applied Gerontology*, 25(5), 406-426.
- Kennedy, G. (1990). College student's expectations of grandparent and grandchild role behaviors. *The Gerontologist*, 30, 43-48.
- Keys, C., Shmotkin, D. & Ryff, C. (2002). Optimizing well-being. The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.
- Kim-Prieto, C., Fujita, F. & Diener, E. (2004). *Culture and structure of emotional experience*. Manuscrito não publicado. Universidade de Illinois: Urbana-Champaign.
- King, L. & Napa, C. (1998). What makes a life good? *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 156-165.
- Larsen, R., Diener, E. & Emmons, R. (1985). An evaluation of subjective well-being measures. *Social Indicators Research*, 17, 1-18.
- Larson, R. (1978). Thirty years of research on the subjective well-being of older Americans. *Journal of Gerontology*, 33(1), 109-125.
- Lemon, B., Bengston, V. & Petersen, J. (1972). An exploration of the activity theory of aging: Activity types and life expectations among in-movers to a retirement community. *Journal of Gerontology*, 27(4), 511-523.
- Lent, R., (2004). Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychosocial adjustment. *Journal of Counseling Psychology*. 51(4), 482-509.
- Lichtenberg, G. (1990). *Aphorisms*. London: Penguin Books.
- Lima, M. (2004). Envelhecimento e perdas: Como posso não me perder? *Psychologica*, 35, 133-145.
- Lima, M. (2006). *Posso Participar? Atividades de Desenvolvimento Pessoal Para Idosos*. Coleção Idade do Saber. Porto: Ambar.

- Lima, M., Simões, A., Vieira, C., Oliveira, M., Ferreira, J., Pinheiro, M. & Matos, A. (2001). O bem-estar subjectivo na meia-idade. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXXV, 171-190.
- Little, B. (1999a). Personal projects and social ecology. In J. Brandstadter & R. Learner (Eds.), *Action and self-development: Theory and research through the lifespan* (pp. 197-221). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Little, B. (1999b). Personality and motivation: Personal action and conative evolution. In L. Pervin & O. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd Ed.) (pp. 501-524). New York: Guilford.
- Lucas, R., Diener, E. & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade*. (2004). Documento não publicado.
- Marchand, H. (1998). Wisdom: a case of high level of human performance. In A. Quelhas & F. Pereira (Eds.), *Cognition and context* (pp.367-380). Lisboa: ISPA.
- Marchand, H. (2005). *A idade do saber*. Colecção Idade do Saber. Porto: Ambar
- McClusky, H. (1990). The community of generations: a goal and a context for the education of persons in the later years. In R. Sherron & D. Lumsden (Eds.), *Introduction to Educational Gerontology*. London: Hemisphere Publishing Corporation.
- McConatha, J., McConatha, J., Jackson, J. & Berger, A. (1998). The control factor: Life satisfaction in later adulthood. *Journal of Clinical Geropsychology*, 4(2), 159-168.
- McGowan, T. & Blankenship, S. (1994). Intergenerational Experience and Ontological Change. *Educational Gerontology*, 20(6), 589-604.
- McGregor, I. & Little, B. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: On doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 494-512.
- Molina, J. (2000). Estereótipos hacia los ancianos. Estudio comparativo de la variable edad. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 53(3), 489-501.

- Montgomery, A., Barber, C. & McKee, P. (2002). A phenomenological study of wisdom in later life. *International Journal of Aging and Human Development*, 54(2), 139-157.
- Mroczek, D. & Kolarz, C. (1998). The effect of age on positive and negative affect: A developmental perspective on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5), 1333-1349.
- Myers, D. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55(1), 56-67.
- Neri, A. (1986). O inventário Sheppard para medida de atitudes em relação à velhice e sua adaptação para o português. *Estudos de Psicologia*, 3(1/2), 23-42.
- Neto, F. (1992). *Solidão, embaraço e amor*. Porto: Centro de Psicologia Social.
- Neto, F. (1999). As pessoas idosas são pessoas: Aspectos psico-sociais do envelhecimento. *Psicologia, Educação e Cultura*, 2, 297-332.
- Newman, S., Lyons, C. & Onawola, R. (1985). The development of an intergenerational service-learning program at a nursing home. *The Gerontologist*, 25(2), 130-33.
- Novo, R. (2003). *Para além de eudaimonia*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Oishi, S. & Diener, E. (2001). Goals, culture and subjective well-being. *Personality, Social Psychological Bulletin*, 27, 1674-1682.
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. & Suh, E. (1999). Cross-cultural variations in predictors of life satisfaction: Perspectives from needs and values. *Personality, Social Psychological Bulletin*, 25, 980-990.
- Okun, M., Stock, W., Haring, M. & Witter, R. (1984). Health and subjective well-being: A meta-analysis. *International Journal of Aging and Human Development*, 19, 111-132.
- Oliveira, P. (2003). Cultura e co-educação de gerações nas classes populares. Congresso Internacional de Co-educação de Gerações. São Paulo: SESC.

Consultado em 23 de Julho de 2008, <http://www.sescsp.org.br/sesc/images/upload/conferencias/89.rtf>.

Park, N., Peterson, C. & Seligman, M. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 603-619.

Paúl, C. & Fonseca, A. (2001). *Psicossociologia da Saúde*. Lisboa: Climepsi.

Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.

Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. & Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57, 149-161.

Pestana, M. & Gageiro, J. (2003). *Análise de dados para Ciências Sociais: a complementaridade do SPSS* (3ª ed.). Lisboa: Edições Sílabo.

Peterson, C. (1999). Grandfathers' and grandmothers' satisfaction with the grandparenting role: seeking new answers to old questions. *Int. J. Aging. Hum. Dev.* 49(1), 61-78.

Quintero, D. & Ason, V. (1983). Estudio de las actitudes de los jovenes hacia los ancianos./A study of young people's attitudes towards the elderly. *Boletin-de-Psicologia-Cuba*, 6(3), 51-79.

Ramos, N. (2005). Relações e solidariedades intergeracionais na família – Dos avós aos netos. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 39(1), 195-216.

Rapkin, B. & Fisher, K. (1992). Personal goals of older adults: Issues in assessment and prediction. *Psychology and Aging*, 7(1), 127-137.

Richard, J. & Mateev-Dirkx, E. (2004). *Psychogérontologie* (2ª ed.). Paris: Masson.

Rodrigues, L. (2001). *Psicologia*. 1º Vol. (2ª ed.). Lisboa: Plátano Editora.

Ryan, R. & Deci, E. (2001). On happiness and on human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.

Ryff, C. & Singer (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.

- Ryff, C. (1989). Successful aging: A developmental approach. *The Gerontologist*, 22(2), 209-214.
- Ryff, C. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4, 99-104.
- Sands, R., Goldberg-Glen, R. & Thornton, P. (2005). Factors associated with the positive well-being of grandparents caring for their grandchildren. *J. Gerontol Soc. Work.*, 45(4), 65-82.
- Sandvik, E., Diener, E. & Seidlitz (1993). Subjective well-being. The convergence and stability of self-report and non-self-report measures. *Journal of Personality*, 61, 317-342.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V. & Ahadi, S. (2002). Culture, personality and subjective well-being: Integrating process models of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 582-593.
- Schwartz, N. & Strack, F. (1999). Reports of subjective well-being: Judgmental processes and their methodological implications. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwartz (Eds.), *Well-being: The Foundations of hedonic psychology* (pp. 61-84). New York: Russell Sage Foundation.
- Sheldon, K. & Elliot, A. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 482-497.
- Sheldon, K. & Kasser, T. (1998). Pursuing progress: Skills enable progress, but not all progress is beneficial. *Personality and Social Psychological Bulletin*, 68, 1319-1331.
- Shevlin, M., Brunsten, V. & Miles, J. (1998). Satisfaction With Life Scale: Analysis of factorial invariance, mean structures and reliability. *Personality and Individual Differences*, 25, 911-916.
- Simões, A. (1985). Estereótipos relacionados com os idosos. *Revista Portuguesa de Pedagogia*. Ano XIX, 207-234.

- Simões, A. (1992). Ulterior validação de uma escala de satisfação com a vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, Ano XXVI, 3, 503-515.
- Simões, A. (1993). São os homens mais agressivos que as mulheres? *Revista Portuguesa de Pedagogia*, Ano XXVII, 3, 387-404.
- Simões, A. (2006). *A nova velhice Um novo público a educar*. Colecção idade do saber. Porto: Ambar.
- Simões, A., Ferreira, J., Lima, M., Pinheiro, M., Vieira, C., Matos, A. & Oliveira, A. (2000). O bem-estar subjectivo: Estado actual dos conhecimentos. *Psicologia, Educação e Cultura*, 4(2), 243-279.
- Simões, A., Ferreira, J., Lima, M., Pinheiro, M., Vieira, C., Matos, A. & Oliveira, A. (2001). O bem-estar subjectivo dos idosos: Factores sociodemográficos e de personalidade. *Modelos e Práticas em Educação de Adultos*, 301-320, Coimbra: NAPFA.
- Simões, A., Ferreira, J., Lima, M., Pinheiro, M., Vieira, C., Matos, A. & Oliveira, A. (2003). O bem-estar subjectivo dos adultos: Um estudo transversal. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 37(1), 5-30.
- Simões, A., Lima, M., Vieira, C., Ferreira, J., Oliveira, A., Alcoforado, L., Neto, F., Ruiz, F., Cardoso, A., Felizardo, S. & Sousa, L. (2006). Promover o bem estar dos idosos: Um estudo experimental, *Psychologica*, 42, 115-131.
- Smilow, P. (1993). How would you like to visit a nursing home? *Equity and Excellence in Education*, 26(2), 22-26.
- Smith, J., Fleeson, W., Geiselman, B., Settersten, Jr. & Kunzmann, U. (1999). Sources of well-being in very old age. In P. Baltes & K. Mayer (Eds.), *The Berlin aging study: Aging from 70 to 100* (pp. 450-471). Cambridge: Cambridge University Press.
- Sparling, W., & Rogers, J. (1985). Intergenerational interventions: A reciprocal service delivery system for preschoolers, adolescents, and older persons. *Educational Gerontology*, 11(1), 41-55.

- Staudinger, U., Fleeson, W. & Baltes, P. (1999). Predictors of subjective physical health and global well-being: Similarities and differences between the United States and Germany. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(2), 305-319.
- Stuart-Hamilton, I. (2002). *Psicologia do envelhecimento* (3ª ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Tellegen, A., Watson, D. & Clark, L. A. (1999). On dimensional and hierarchical structure of affect. *Psychological Science*, 10, 297-303.
- Trent, C., Glass, C. & Crockett, J. (1979). Changing adolescent 4-H Club members' attitudes toward the aged. *Educational Gerontology*, 4(1), 33-48.
- Triado, C. & Villar, F. (1997). Modelos de envejecimiento y perception de cambios en una muestra de personas mayores. *Anuario de Psicologia*, 73(2), 43-55.
- United Generations Ontario (2006). *Best Practices in Intergenerational Programming: Connections Generations Tool Kit*. Documento não publicado.
- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of happiness*. Dordrecht: The Riedel Publishing Company.
- Veenhoven, R. (2005). Is life getting better? How long and happily do people live in modern society? *European Psychologist*, 10, 330-343.
- Veleda, A., Neves, F., Baisch, A., Vaz, M., Santos, S. & Soares, M. (2006). Os significados e contribuições da convivência entre avós e netos para o desenvolvimento da criança. *Psychologica*, 43, 27-40.
- Vicente, H. & Sousa, L. (2007). Família multigeracional: Estruturas típicas. Contributo para a avaliação do sistema familiar. *Psychologica* 46, 143-166.
- Viegas, S. & Gomes, C. (2007). *A Identidade na Velhice*. Coleção Idade do Saber. Porto: Ambar.
- Wacker, R., Roberto, K. & Piper, L. (2002). *Community resources for older adults: Programs and Services in a Era of Change* (2nd Ed.) California: Sage Publications, Pine Forge Press.

Waterman, A. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678-691.

Watson, D. & Walker, L. (1996). The long-term stability and predictive validity of trait measures affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 556-577.

Watson, D., Clark, L. & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*. 54(6), 1063-1070.

Weintraub, A. & Killian, T. (2007). Intergenerational Programming: Older Person's Perceptions of Its Impact. *Journal of Applied Gerontology*, 26, 370.

Wood , W., Rhodes, N. & Whelan, M. (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin*, 106, 249-264.

Legislação

Artigo nº 72 da Constituição da República Portuguesa

Assembleia-Geral das Nações Unidas, Resolução 46/91 de 16 de Dezembro de 1991

Decreto-Lei nº 119/83 de 25 de Fevereiro

ANEXOS

Anexo 1¹ Actividades Intergeracionais

Actividade 1 “**Atelier de Informática**”

Historial da Actividade

As novas tecnologias de informação e comunicação são um complemento intelectual para todas as idades. A comunicação é o elo mais forte para o estabelecimento das relações intergeracionais entre todos os participantes e respectivos familiares.

Esta actividade desenvolveu-se, então, no sentido de promover a comunicação e a transmissão de conhecimentos aos participantes sobre as novas tecnologias de informação.

Os jovens e crianças dominam bem esta área, os idosos ainda a desconhecem.

Criou-se, então, o atelier de informática, que funciona como sendo um complemento intelectual e de comunicação para todas as idades. Para além disso, permite a partilha de experiências e de conhecimentos entre as diferentes gerações (sendo os mais novos portadores de grande parte do conhecimento informático) na utilização do computador.

Descritivo da Actividade

Quem Dinamiza?

- 2 Animadores
- 1 Auxiliar de Lar e Centro de Dia

Quem Participa?

- 15 Idosos das valências de Lar e Centro de Dia
- 8 Crianças e Jovens

Com que Periodicidade o fazemos?

- Duas vezes por semana

Quais os objectivos?

- Promoção de um envelhecimento sadio;
- Partilhar a aprendizagem entre as diferentes gerações;
- Promover a qualidade de vida das diferentes gerações através das novas tecnologias;
- Proporcionar o convívio intergeracional;
- Criar para unir a sabedoria e a inovação;
- Promover a capacidade de comunicação.

Que materiais?

- 4 Computadores;
- Folhas de papel;
- Lápis;
- Canetas;
- Livros de histórias.

¹ As actividades que apresentamos, foram levadas a cabo pelo CASTIIS no âmbito do projecto Viver e estão descritas no Manual de Boas Práticas-Intergeracionalidade. Após contacto com um dos membros do projecto, foi-nos autorizada a divulgação da descrição das actividades levadas a cabo.

Como fazemos?

São constituídos grupos de trabalho formados por 3 elementos de cada faixa etária.

Depois de uma breve contextualização dos fundamentos teóricos da informática, realiza-se um primeiro contacto com os instrumentos de trabalho.

De seguida, são construídos, a partir da verbalização dos idosos, contos tradicionais, que são escritos no *Word*. Nesta fase são os jovens que assumem um papel mais activo.

As histórias são devidamente ilustradas, e depois apresentadas aos restantes grupos de trabalho, em *Power Point*.

Actividade 2 “Dia dos Avós”

Historial da Actividade

O “Dia dos Avós” foi idealizado atendendo a diversas variantes, tanto no que concerne aos idosos, como no que respeita aos seus netos.

Os mais velhos manifestavam constante preocupação com os seus netos, e ansiavam pela presença daqueles na instituição que os acolhe.

Quanto aos “filhos duas vezes”, e partindo das aspirações dos familiares ancestrais, por um lado, e por outro, considerando a filosofia do próprio estabelecimento social (promoção das relações de proximidade, invalidando a ideia de “instituição-depósito”), pretendeu-se sensibilizar os netos para a importância que lhes é reservada pelo avós, do ponto de vista emocional; valorizar os avós, enquanto detentores de um “tesouro” pessoal, histórico e familiar; sensibilizar os mais jovens para as características comuns a pessoas de idade mais avançada, preparando-os para a aceitação de um envelhecimento salutar tanto dos seus avós, como dos seus pais, como ainda para perspectivarem a sua própria ancianidade.

Institucionalizou-se o Dia Nacional dos Avós como uma celebração que pretende conjugar estas características, comungando das noções de partilha, bem-estar físico e emocional.

Descritivo da Actividade

Quem Dinamiza?

- 2 Animadores
- 4 Auxiliares de Lar e Centro de Dia
- 1 Elemento da Direcção da Instituição

Quanto tempo pode durar?

- Cerca de 4 horas (uma tarde)

Com que periodicidade o fazemos?

- Uma vez por ano, no Dia Nacional dos Avós

Quais os objectivos?

- Promover a Intergeracionalidade através de um reencontro entre avós e netos;
- Valorizar o papel dos avós;
- Divulgar junto dos netos as actividades intergeracionais dinamizadas;
- Aproximar os avós e netos “verdadeiros” através de actividades onde os avós costumam participar com os seus netos “adoptivos*”;
- Promover um envelhecimento “bem-sucedido”.

Que espaço?

- Uma sala ampla e confortável

* Os termos “avós adoptivos” e “netos adoptivos” foram normalizados pelo CASTIIS aquando da primeira reunião intergeracional, onde miúdos e graúdos se escolheram entre si para serem avós e netos dentro da Instituição.

Quem Participa?

- 20 Idosos da valência de Lar
- 10 Idosos da valência de Centro de Dia
- 40 Netos

Que Material?

- 1 Rádio-Cd
- 25 Bolas de esponja
- 4 Cartões (azul, amarelo, vermelho, verde)

Como fazemos?

A actividade foi dividida em 4 momentos distintos:

1. Organização;
2. Acolhimento e sensibilização;
3. Actividade Intergeracional: “Movimento e Acção”;
4. Convívio.

1º Momento

Contacto e motivação junto dos netos para participarem nesta actividade. Quando o contacto pessoal não foi possível, a sensibilização para a participação foi feita por carta ou por telefone;

Os preparativos para receber os netos dos utentes. Para o acolhimento foi realizado, no âmbito da oficina intergeracional de expressão plástica, um pano de grandes dimensões para colocar na entrada das instalações da instituição. Este trabalho foi realizado por idosos do Centro de Dia e por crianças de 5 anos de idade. Foi criado um livro intitulado “Memórias” para que os participantes pudessem registar os momentos mais marcantes da actividade. Para recordar este dia, a organização preparou uma surpresa aos netos: uma fotografia do avô e/ou avó.

2º Momento

O acolhimento traduziu-se numa apresentação de imagens sobre as actividades intergeracionais para divulgar e sensibilizar os netos para a ocupação dos seus avós. Posteriormente, foi efectuado um debate sobre os objectivos do Centro de Dia, do Lar e das Actividades Intergeracionais. O momento terminou com a visita às instalações da instituição.

3º Momento

Esta actividade teve a duração de 40 minutos. Foram realizados cinco exercícios diferentes.

Um jogo com bola em que os avós sentados e os netos em pé, frente a frente, realizavam diversas acções, consoante indicação do animador.

Um exercício de alongamento. Para tal, todos os participantes estavam sentados e realizavam acções como a flexão lateral do corpo e a extensão do tronco à retaguarda (espreguiçar).

No terceiro jogo, denominado “Jogo da União”, os participantes ainda sentados e com as mãos dadas faziam movimentos de flexão e extensão, quer com os membros superiores, quer com os membros inferiores.

O quarto jogo, “Jogo dos Cartões”, visava a promoção da capacidade de atenção e memorização dos participantes. O animador exibia quatro cartões de cores diferentes que correspondiam a quatro movimentos distintos que os participantes deveriam reconhecer e executar (exemplo: amarelo – bate palmas; verde – elevação dos membros inferiores; azul – flexão e extensão dos membros superiores; vermelho – abdução e adução dos membros inferiores).

O último consistiu na realização de exercícios de automassagem e de controlo respiratório.

4º Momento

Após a realização da actividade Intergeracional seguiu-se um momento de convívio entre todos os participantes.

Como Avaliamos?

Através da observação directa e do registo da mesma.

Os registos do “Memórias” funcionam como avaliação indirecta da actividade.

Anexo 2 Instrumento de Recolha de Dados

Estudo sobre a relação entre o bem-estar subjectivo e a participação em actividades intergeracionais

Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação
Universidade de Coimbra

Por favor, dê a sua opinião da forma mais honesta possível. Não existem respostas mais ou menos desejáveis ou mais ou menos correctas, todas as opiniões são válidas e igualmente legítimas. É muito importante que preencha o questionário pela ordem apresentada e que responda a todas as questões. Em caso de dúvida, dê a resposta que mais se assemelha ao seu modo de sentir ou agir.

O questionário demora cerca de 30 minutos a ser completado. Os dados recolhidos são confidenciais e serão utilizados apenas nesta investigação.

Muito obrigada pela sua disponibilidade e colaboração!

I. Dados sociodemográficos do inquirido

De seguida, encontrará várias questões às quais deverá responder de forma breve no espaço marcado na folha, ou marcar uma cruz (X) dentro do quadrado que mais se adequa ao seu caso.

1. Idade: _____ anos

2. Sexo: Masculino Feminino

3. Situação conjugal

Casado (a)/em união de facto Divorciado(a)/separado(a)

Viúvo Solteiro(a)

4. Habilitações literárias:

Não frequentou o sistema de ensino formal

1º ciclo do Ensino Básico (1º - 4ºano)

2º ciclo do Ensino Básico (5º - 6ºano)

3º ciclo do Ensino Básico (7º - 9ºano)

Ensino Secundário (10º - 12ºano)

Ensino Superior

5. Profissão anterior à reforma: _____

6. Local de residência

Predominantemente rural

Predominantemente urbana

7.1. Indique quantos filhos tem: _____

7.2. Indique quantos netos/bisnetos menores tem: _____

7.2.1. Qual o contacto que tem com os seus netos/bisnetos? Muito Pouco Nenhum

II. Saúde

Por favor, assinala com uma cruz (X) o quadrado que corresponde ao seu estado de saúde.

Muito Boa Boa Razoável Má Péssima

III. SLWS – Satisfaction With Life Scale (Diener et al., 1985); (Escala de Satisfação com a Vida, versão portuguesa de Simões, 1992)

Esta escala compreende cinco frases com as quais poderá concordar ou discordar. Utilize a escala de 1 a 5 e marque uma cruz (X) no quadrado que melhor indica a sua resposta.

	Discordo muito (1)	Discordo um pouco (2)	Não concordo, nem discordo (3)	Concordo um pouco (4)	Concordo muito (5)
1. A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu desejaria que fosse.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. As minhas condições de vida são muito boas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Estou satisfeito(a) com a minha vida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Até agora, tenho conseguido as coisas importantes da vida, que eu desejaria.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Se eu pudesse recomeçar a minha vida, não mudaria quase nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

IV. PANAS - Positive and Negative Affect Schedule (Watson, Clark e Tellegen, 1988); (Versão portuguesa de Simões, 1993)

Encontra a seguir uma lista de palavras, que representam diferentes sentimentos e emoções. Indique o quanto experienciou esses sentimentos e emoções, na semana passada. Por favor, marque uma cruz (X) no quadrado que melhor indica a sua resposta.

	1 Muito Pouco ou nada	2 Um Pouco	3 Assim, assim	4 Muito	5 Muitíssimo
1. Interessado (a)					
2. Aflito (a)					
3. Estimulado (animado)					
4. Aborrecido (a)					
5. Forte					
6. Culpado (a)					
7. Assustado (a)					
8. Hostil (inimigo)					
9. Entusiasmado (arreatado)					
10. Orgulhoso (a)					
11. Irritável					
12. Atento (a)					
13. Envergonhado (a)					
14. Inspirado (a)					
15. Nervoso (a)					
16. Decidido (a)					
17. Atencioso (a)					
18. Agitado (inquieta)					
19. Activo (mexido)					
20. Medroso (a)					
21. Emocionado (a)					
22. Magoado (a)					

V. Questionário de Actividades Intergeracionais (adaptado de Dellmann-Jenkins, 1997)

De seguida, encontra várias perguntas, acerca das actividades com crianças desenvolvidas no Centro de Dia. Em relação a cada uma delas, assinale com uma cruz (X) o quadrado que melhor indica a sua resposta

1 - Sente-se satisfeito(a) ao interagir com as crianças nestas actividades?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

2 - Quando participa nestas actividades acha que tem conhecimentos para transmitir às crianças?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

3 - As actividades com crianças eram algo que desejava realizar?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

4 - As actividades com as crianças “alegram-lhe o espírito”?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

5 - Depois de participar nas actividades com as crianças, vê-se a si próprio(a) de uma forma mais positiva?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

6 - Gosta da companhia das crianças com quem desenvolve as actividades?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

7 - Acha que as actividades com as crianças lhe trazem mais alegria e satisfação?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

8 - Acha-se uma pessoa mais competente e capaz depois de participar nas actividades?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

9 - Ao participar nas actividades sente-se mais realizado(a) e activo(a) na sua vida?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

10 - A interacção com as crianças ajuda-o(a) a esquecer os seus problemas e preocupações?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

11 - De um modo geral, gosta de participar nestas actividades?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

12 - Acha que as crianças gostam mais de si depois de participar nas actividades com elas?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

13 - Acha que as crianças gostam mais dos idosos depois de participarem nestas actividades?

Nem por isso	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes

Anexo 3 Pedido de autorização para a recolha dos dados

Assunto: Pedido de colaboração para realização de estudo sobre o papel dos programas intergeracionais na promoção do bem-estar dos idosos

Eu, Lisa Alexandra Nogueira Veiga Nunes, Enfermeira nos Hospitais da Universidade de Coimbra (Serviço de Neurocirurgia 1), encontrando-me a elaborar a minha dissertação no âmbito do Curso de Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento, da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, sob orientação da Professora Doutora Margarida Pedroso de Lima, sobre a importância dos projectos intergeracionais com crianças em idade pré-escolar e idosos, e tendo tido conhecimento sobre as actividades desenvolvidas pela instituição que dirige, venho solicitar, respeitosamente, a V. Exa. autorização para proceder à recolha de dados junto da população idosa.

Grata pela atenção e compreensão que o meu pedido possa merecer para a realização deste estudo, subscrevo-me com os meus cumprimentos, aguardando uma resposta.

Atenciosamente,
Lisa Nunes

Peço deferimento.

Coimbra, 02 de Janeiro de 2008