

ASPECTOS PSICOLÓGICOS DO LAZER

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE LEISURE

Gisele Maria Schwartz¹

São incontáveis as transformações com as quais nos deparamos, quando tomamos como foco a área de psicologia e suas aplicações. Do enfoque clínico às assessorias esportivas, passando pelos recursos humanos qualitativos no trabalho, efetiva-se, cada vez mais, o dinamismo da área.

Esta área tem contribuído com o aprofundamento do conhecimento das bases das condutas humanas, agregando-se a outras ciências como a sociologia, a biologia, a antropologia, a motricidade humana e outras, no sentido de ampliar a compreensão do universo de conduta humano.

Muitas são as variáveis que permeiam as condutas humanas, sendo especialmente distintas, como já relatava Harrison (1975), entre variáveis situacionais, as quais são exteriores à pessoa humana e as variáveis disposicionais, as quais pertencem intrinsecamente ao indivíduo. Mesmo com esta distinção, o autor salientou que em qualquer comportamento pode-se ver refletido o funcionamento conjunto de ambas as variáveis anteriormente citadas, o que dá a medida da dificuldade de compreensão deste fenômeno, sendo necessário uma base de sustentação que envolve outras ciências.

Outros autores, como Carvalho (1981), evidenciaram as constantes alterações com as quais o campo da psicologia vem se defrontando, não apenas em relação ao conceito, mas, inclusive, quanto aos objetos de estudo.

Para Carvalho, há uma necessidade de subdivisão didática dos objetos de estudo da psicologia, para se possibilitar a percepção de todo enfoque do campo. Esta divisão proposta relaciona-se aos fatos afetivos, ativos e intelectivos, ainda que a autora tenha o cuidado de afirmar que, na realidade da vida psíquica, esta setarização seja impossível de ser feita.

Ainda sobre este assunto, em sua obra, Carvalho (1981) apresenta uma outra divisão proposta por Pierre Janet, no sentido de tentar classificar os objetos de estudo da psicologia. Para Janet, há possibilidade dessa classificação em duas funções:

1 - funções elementares, as quais se apresentam no nível inconsciente e dizem respeito aos automatismos afetivos (emoções e tendências); automatismos motores (reflexos, instintos e hábitos simples) e automatismos intelectuais (percepção,

¹ Docente do Departamento de Educação Física da Universidade Estadual Paulista (UNESP/Rio Claro). Doutora em Psicologia pela Universidade de São Paulo. Coordenadora do Laboratório de Estudos do Lazer (LEL/UNESP/RC).

imagem, memorização e atenção).

2 - funções complexas, cujas bases são os níveis de consciência e dizem respeito às funções afetivas (sentimentos e paixões); às funções motoras (hábitos complexos e atos voluntários); funções intelectivas (imaginação criadora, memorização lógica, atenção voluntária, pensamento e vontade).

É evidente que tais subdivisões são apresentadas apenas no sentido de se perceber a amplitude da complexidade em se compreender as condutas humanas e evidenciar as dificuldades inerentes aos diversos campos de estudos, quando o foco recai no humano, necessitando-se a implementação de olhares interdisciplinares, para se garantir um mínimo de fidedignidade para com a abrangência da área.

Com as constantes alterações e ampliação desses focos no quadro de aplicação da psicologia, muitos temas apresentam-se emergentes e ainda carentes de abordagens acadêmicas mais precisas. O avanço dos estudos sobre elementos com o comportamento motor, aprendizagem motora e psicologia do esporte, tem marcado a atualidade, uma vez que estes representam algumas das novas tendências da área, cujos estudos são baseados na necessidade de se compreender mais detalhadamente as variáveis intervenientes nos processos motores.

Focalizando-se especificamente a psicologia do esporte, nota-se que esta tem tomado vulto em âmbito mundial, tendo em vista as necessidades cada vez mais apuradas de adequação à evolução de uma outra esfera de interesses, o esporte de rendimento, a qual tem merecido atenção, devido ao avanço dos treinamentos esportivos e das áreas médicas correlatas, uma vez que o esporte é tomado como um dos grandes fenômenos da atualidade.

A psicologia do esporte passou a existir mais formalmente após a segunda grande guerra, no sentido de otimizar as condições emocionais de atletas e equipes esportivas, bem como, aprimorar as relações existentes entre dirigentes e praticantes, favorecendo a qualidade dos aspectos emocionais envolvidos neste contexto.

Alguns aspectos relacionados com os níveis de aperfeiçoamento de elementos táticos e técnicos, em busca de resultados melhores, assim como, a otimização da relação técnico-atleta, a interferência das torcidas e os estados emocionais de atletas, especialmente envolvidos no âmbito do esporte de alta performance, têm sido recorrentes como temáticas focais da psicologia do esporte no Brasil e no mundo.

Estudiosos como Cratty (1984), desenvolveram reflexões, salientando a preocupação com as interferências da motivação e da ansiedade sobre o atleta praticante de esportes de alto rendimento.

Em estudos mais atuais, no Brasil, a preocupação dos pesquisadores recai, entre outros temas, especialmente sobre a competitividade e os níveis de estresse promovido por este fator (STEFANELLI; ALVES; VICO; DE ROSE JUNIOR, 2001), ou, sobre as inter-relações de gênero no contexto esportivo (MACHADO, 2002), assim como, ainda, sobre a efetividade do papel da psicologia do esporte relacionada a projetos esportivos em geral (CALABRESI; PRESOTO; MACHADO, 2001).

Desta forma, pode-se reconhecer a efetiva contribuição da psicologia do esporte na área do estudo do esporte de rendimento, onde esta é inegavelmente reconhecida, mostrando-se consolidada de forma concreta no âmbito da área de psicologia, apresentando, inclusive, um crescimento visível no sentido do número de reuniões científicas e congressos próprios, gerando associações que tratam desta temática específica no mundo todo.

Contudo, quando a atenção recai sobre o fenômeno esportivo, tem-se que levar em consideração que este não está restrito apenas ao que diz respeito à alta performance, tendo uma outra vertente, ainda pouco explorada e emergente, relacionada com o contexto recreativo, inserido no campo do lazer.

Ao tomarmos o âmbito do lazer de maneira ampla, isto é abarcando todos os seus conteúdos culturais, desde os cinco primeiros: manual, intelectual, social, físico-esportivo e cultural, pedagogicamente estabelecidos por Dumazedier (1974) (os quais são tomados criticamente e de forma polêmica por outros pesquisadores da atualidade) e, posteriormente acrescidos do conteúdo turístico, proposto por Camargo (1998) e do conteúdo virtual, salientado por Schwartz (2003), nota-se que inúmeros aspectos psicológicos permeiam estes elementos, mas, ainda não foram sistematicamente inseridos no âmbito da psicologia.

As questões referentes aos comportamentos humanos de brincar e de jogar, por exemplo, têm merecido atenção de diversos pesquisadores da psicologia, em suas mais diversas linhas, entre eles pode-se citar Winnicott (1975), Piaget (1978), Bomtempo; Hussein e Zamberlan (1986), Bruner et ali (1978), Rosamilha (1979) entre diversos outros.

O turismo, também mereceu atenção especial de pesquisadores, especialmente na Alemanha, onde já nas primeiras décadas do século passado, o assunto se tornava polêmico e suscitou a atenção de diversos autores como Krippendorf (1989), apresentando brilhante contribuição nesta discussão.

Geradora de constante polêmica na atualidade, a questão da virtualidade, na qual se insere a participação humana nos contatos na rede Internet de comunicação e também a massificação dos jogos de videogame, imprimiu novos olhares de pesquisadores (SCHWARTZ E SILVA (2000 B); SCHWARTZ (2003); VIVIANI (2003), que tentam compreender as ressonâncias destas experiências nas atitudes e condutas humanas.

No entanto, ainda não se percebe uma sistematização da psicologia do lazer enquanto campo específico de estudo, mesmo com toda a atualidade e singularidade das temáticas relacionadas ao campo do lazer.

As experiências nesse campo possuem um caráter bastante peculiar, tendo em vista suas características que relevam os aspectos desinteressado, assistemático e de livre opção, entre outros, com dinâmicas próprias, que as diferenciam dos outros objetos de estudo da psicologia, mais diretamente, da psicologia do esporte, a qual centra atenção no conteúdo competitivo e profissionalizante relacionado especificamente à atividade física.

O lazer vem ganhando certa projeção nos meios acadêmicos nas diversas áreas do conhecimento, tendo em vista seu espectro temático, o qual envolve fatores determinantes da atualidade, como a discussão sobre a evolução do turismo, especialmente do ecoturismo e suas numerosas vertentes similares, como as atividades físicas de aventura na natureza, o turismo rural, o turismo de aventura, entre outras, além de uma tendência cada vez mais evidenciada de busca por elementos mais qualitativos e saudáveis para a existência.

Desses valores surgem outros que implementam o crescimento da área, como a procura pela naturalidade, a tentativa de equilíbrio na relação custo-benefício, atrelada aos aspectos econômicos e de emprego de capital para o lazer.

A soma de todos esses elementos catalisa um novo dimensionamento em relação à área de estudos no campo do lazer, que teve suas raízes na sociologia, decorrente da histórica organização social do trabalho, mas que extrapola este olhar, adensando novos questionamentos inerentes à sociedade pós-moderna e ampliando sobremaneira assuntos que perpassam pelo campo da psicologia.

Apesar da carência de estudos sistematizados e direcionados especificamente aos aspectos psicológicos do lazer, alguns pesquisadores sutilmente vêm desenvolvendo temas que se destacam no panorama da atualidade. Uma das inquietações que permeiam estes estudos gira em torno da compreensão sobre condutas e atitudes relacionadas ao campo do lazer. Algumas indagações são pertinentes, como o fato de compreender o que leva os indivíduos a aderirem a determinadas práticas, ou quais os benefícios, no campo psicológico, decorrentes da participação em certas vivências, ou, ainda, a representação e os valores que certas experiências adquirem no contexto da existência dos sujeitos.

As atitudes, tomadas como subprodutos das experiências, são capazes de fomentar a predisposição do sujeito para a conduta, especialmente em determinadas situações, como salientaram Mouly (1974) e Reich, Adcock (1976), em seus estudos sobre esse elemento, tendo em vista que estas, quando estabelecidas, representam fatores impeditivos ou facilitadores de novas aprendizagens.

Esta característica é importante, pelo fato de que, ao se expor o indivíduo a determinada situação significativa para seu enredo psicológico, pode-se desenvolver novos valores e percepções, o que auxilia no processo de revitalização para mudanças. Torna-se interessante ressaltar que a possibilidade de mudanças de atitudes não se restringe apenas à passagem por experiências, mas tem-se que levar, também, em consideração os aspectos da personalidade, do autoconceito e das necessidades imbricadas no sujeito.

Nos estudos referentes às atitudes, aliando a psicologia ao lazer, pode-se notar um dos focos recaindo na elucidação de possíveis dissonâncias cognitivas (FESTINGER, 1957), isto é, atitudes positivas, porém, com comportamentos negativos, em relação a alguns aspectos, como a aceitação da naturalidade da conduta lúdica, por exemplo, evidenciadas no estudo de Schwartz (1997), ou sobre as mudanças axiológicas referentes às condutas preservacionistas,

delineadas por Schwartz; Silva (1999b), salientando o efetivo compromisso com a perspectiva de motivar os indivíduos para aceitarem a naturalidade da brincadeira e redimensionarem e catalisarem uma nova consciência, a respeito da importância do lazer na esfera dos aspectos gerais dos níveis de qualidade existencial.

A questão da qualidade de vida, evidentemente, representa outro tema bastante atual referente à psicologia do lazer, tendo em vista as características da sociedade contemporânea, a qual pressiona o sujeito com doses cada vez mais densas de informações e aquisições.

O conceito assimilado de qualidade de vida é um fator bastante pessoal, tendo em vista determinantes individuais pautados na rede de fenômenos particulares a cada pessoa, conforme salienta Nahas (2001), evidenciando que alguns fatores são diretamente associados ao estado de saúde, às satisfações salariais, de trabalho, afetivas e familiares, entre outros que pressupõem as necessidades fundamentais do homem.

Para Mouly (1974), são, justamente, as necessidades que podem gerar a conduta, a qual, por sua vez, representa uma tentativa do sujeito de satisfazer suas próprias necessidades, que podem ser de diversas ordens, sendo que as de ordem psicológica são sempre as mais difíceis de serem satisfeitas e são, por este motivo, as consideradas mais motivadoras de novas condutas.

Mas, para se buscar um novo estilo de viver, outros elementos são igualmente importantes no processo, como os atributos sociais, financeiros, a conscientização e a própria noção de bem-estar e do conceito de felicidade.

Quando se focaliza esta relação da qualidade de vida e do lazer, alguns elementos se tornam incongruentes, uma vez que a primazia de valores atribuídos ao trabalho sempre deixou em segundo plano as vivências do lazer, no entanto, estes elementos passam a receber outros valores, quando se percebe as altas taxas financeiras atreladas à possibilidade de usufruto de tais vivências.

Alguns pesquisadores têm dedicado atenção de seus estudos em alguns pontos desta relação, como Gáspari; Schwartz (2001), Schwartz; Gáspari (2001), evidenciando ressonâncias positivas da busca por atividades físicas no âmbito do lazer, por exemplo, permitindo transformações positivas nos aspectos da qualidade de vida, aos olhos de adolescentes praticantes.

Silva; Schwartz (2001b) e Luba; Schwartz (2001) corroboram neste sentido, evidenciando a possibilidade de interferência para uma vida mais ativa e menos sedentária, partindo das experiências positivas no campo das atividades físicas no contexto do lazer.

Motivar para uma vida mais saudável representa, hoje, um grande desafio para todos os profissionais envolvidos com os aspectos educacionais, tendo em vista a possibilidade de interferência positiva no fomento para a aquisição de estilos de vida mais saudáveis e na revitalização da percepção de atitudes e valores relacionados à qualidade existencial.

Quando a intenção é gerar mudanças de atitudes, outro fator primordial é a motivação, tema este bastante pesquisado dentro da área de psicologia, porém ainda sutilmente explorado no âmbito do lazer.

Despertar interesse por novos elementos depende da ativação que os desencadeia, mas também, da orientação para um determinado objetivo, o qual é imbuído de valores de diversas ordens e Woodworth; Marquis (1977) os classifica como motivos dependentes das condições corporais internas, representando as necessidades orgânicas; motivos de emergência, relacionados à reação rápida e energética exigida pelo ambiente e motivos objetivos, com estreita ligação ao modo mais eficiente de lidar com os relacionamentos interpessoais e com os objetos do meio.

Os motivos desenvolvem-se no ser humano por meio da maturação, da experiência e da aprendizagem, evidenciando a diversidade de fatores envolvidos com a busca da compreensão sobre estes aspectos, especialmente no que tange ao campo do lazer.

Em estudos recentes, alguns pesquisadores envolveram-se com a perspectiva de sondar os principais motivos de aderência, especialmente em relação à prática de atividades físicas, conforme se pode notar nos estudos de Van Munster; Anelli Junior (1999); Costa; Cavalcanti (1999), Silva; Schwartz (2002), Tahara (2001), Tahara; Schwartz (2003) os quais são geradores de interesse para novas investidas, no sentido da compreensão desta temática.

Os motivos podem ser desencadeados de maneira pessoal, mas, também, gerados pela ação do grupo, o que confere aos relacionamentos interpessoais um lugar de destaque na atenção da psicologia do lazer.

A reciprocidade nos contatos sociais pode se dar de modo primário, se acontece de maneira direta, com a situação presencial e íntima, mas também, pode acontecer de modo secundário, quando de maneira indireta, com espontaneidade e poucas exigências de normas, prevalecendo a definição de papéis socialmente estabelecidos, conforme a visão de Carvalho (1981)

As expectativas geradas nos diversos grupos sociais podem moldar o processo de socialização, dificultando-o ou facilitando-o, surgindo daí as ações, as quais Harrison (1975) delinea sob três aspectos, sendo elas ações para, com e contra outras pessoas, conforme as razões, passageiras ou duradouras e os motivos dos indivíduos, relacionados com as situações a serem vivenciadas, com suas necessidades e com a aprovação de seus atos em determinado nível social.

A busca pela interação é decorrente, em grande parte, das características pessoais e situacionais, apresentando uma ordem de seletividade nestas relações, tornando-as amistosas, competitivas ou, até mesmo, agressivas. Sobre estes aspectos relativos a estas dinâmicas, alguns estudiosos como Alonso; Moreno (2002), Lico; Pauli; Veiga; Machado (2000) debruçam a atenção, favorecendo reflexões interessantes.

Outros elementos decorrentes destas situações de interação são as questões relacionadas à discriminação, a gênero e às minorias no âmbito do lazer, fatores interessantes, especialmente focalizando a homossexualidade e as vivências do lazer, bem como a questão da mulher e suas relações com as vivências no lazer, nos trabalhos de Silva; Schwartz (1999, 2001), Schwartz; Silva (1999a) e Silva (2004), temas estes ainda bastante incipientes nos olhares acadêmicos da área.

Tanto a temática do preconceito como a da discriminação possuem vínculo direto com as atitudes pessoais, com os valores e com as interferências dos padrões socialmente aceitos, fatores estes capazes de moldar ações positivas ou negativas, carregadas ou não de preconceitos e estigmas, os quais têm suas bases na perspectiva equivocada de se julgar algo ou alguém apenas por um único prisma, perpetuando, conforme salienta Goldberg (1988), a intolerância por desvios do que se entende ser a padronização imposta socialmente.

Um outro desafio importante no campo do lazer é procurar a identificação de possibilidades de intervenção neste processo de discriminação, favorecendo motivos capazes de catalisar as necessárias mudanças axiológicas, por meio da implementação dos aspectos afetivos intervenientes nos processos educacionais.

Estes elementos afetivo-emocionais vinculam-se de maneira bastante intensa com as atitudes e condutas humanas, uma vez que as noções de certo e errado, bem como de interesses e sentimentos, são fatores complexos e subjetivos, passíveis de diferentes níveis e mutáveis conforme outros fatores, como estado de ânimo, ou formas de interiorização de elementos situacionais específicos.

Esta complexidade é evidenciada já nas questões conceituais, tendo em vista a diferenciação utilizada para os fenômenos emocionais, os quais, muitas vezes são nomeados por sentimento, afeto, entre outras conceituações, apresentando a falta de consenso sobre estes estados subjetivos.

No campo da psicologia, as emoções são fenômenos intensamente estudados, especialmente por seu aspecto de estado individual exaltado, envolvendo movimento ou provocando estados excitados expressos na ação motora, conforme evidenciam Woodworth, Marquis (1977) e Engelmann (1978). Este último autor afirma que as dificuldades de compreensão da palavra emoção tem suas bases nas limitações semânticas dos idiomas e nos aspectos ativos e passivos referentes ao termo, evidenciando, que os mesmos representam aspectos particulares de fenômenos de consciência, conforme também evidenciaram alguns etologistas, como Lorenz (1965), o qual procedeu a comparações entre espécies, no sentido de aprofundar esta perspectiva.

Outras vertentes nos estudos das emoções apontam inúmeras correlações e, atualmente, uma delas tomou vulto com os estudos de Gardner (1994), Goleman (1995), os quais evidenciaram os componentes da inteligência emocional.

No âmbito da motricidade humana, outras correlações são estabelecidas, onde, no Brasil, pesquisadores como Deutsch (2002) e Volp (2001) têm direcionado seus estudos nos estados subjetivos, no sentido de evidenciar os componentes

emocionais e as alterações nos estados de ânimo e as possíveis interferências de elementos como a música, em atividades físicas como os diversos tipos de dança ou outras atividades físicas.

Sob outros enfoques, a questão das emoções e dos estados emocionais no âmbito do lazer se fazem presentes, especialmente no que concerne à ativação ou à resignificação da relação homem-natureza, onde estão inseridos os aspectos da conscientização ambiental, especialmente definidos nos estudos de Bruhns (1997); Marinho (2001); Schwartz; Silva (2000a), entre outros.

Com o avanço das tendências das atividades de lazer, duas vertentes tomaram vulto, sendo uma relativa justamente à implementação do contato homem-natureza, por meio das atividades físicas de aventura na natureza e outra relativa à virtualidade, fenômeno mundial, decorrente do processo de globalização.

Sobre a primeira vertente, a das atividades físicas de aventura na natureza, o crescente interesse pelo envolvimento com estas práticas tem direta relação com os aspectos emocionais decorrentes das possibilidades de fuga do cotidiano estressante, com o apelo a novos estilos existenciais, com a necessidade de auto-afirmação e superação de obstáculos propostos por atividades de risco controlado, com a perspectiva de vivência de novas emoções significativas.

Com o intuito de melhor compreender tais práticas e de caracterizar suas ressonâncias, autores como Costa; Tubino (1999); Bruhns (1997); Marinho (1999); Silva; Schwartz (2002); Schwartz (2002) desenvolvem estudos interessantes, trazendo discussões acirradas e novas perspectivas para a elucidação deste fenômeno, especialmente no que tange às situações éticas, do compromisso social com o ambiente e com suas implicações e riscos, com a vontade humana crescente de excursionar pelo inusitado.

É esta ligação com o inusitado e com a novidade que move e desencadeia também outro interesse atual como atividade no âmbito do lazer, para a vertente da virtualidade, contendo uma gama infinita de possibilidades de utilização destes recursos, variando da simples curiosidade, à procura por informações, aprimoramento cultural, entrosamento, diversão e outros, conforme as diferentes finalidades e objetivos dos usuários.

A peculiaridade das características do ambiente virtual está centrada em uma outra ordem de valores, apontando a possibilidade de uso da imaginação, da criatividade e mesmo de maior expressão de sensibilidade emocional, agora numa outra dinâmica perceptiva.

O ambiente virtual possui inúmeras possibilidades de exploração, mas é, principalmente, caracterizado pela utilização da rede internet de comunicação e pelos jogos eletrônicos. Estas modalidades imprimem um novo significado para as situações de relacionamento, pelo fato da distância entre os interlocutores diretos e para a questão da competitividade, promovendo uma nova concepção para as situações de competição, onde o adversário pode ser uma máquina, ou uma pessoa humana, diferenciando-se da situação presencial, gerando novas emoções e suscitando

novas reflexões acerca dos parâmetros de liderança, de agressividade, dos estados emocionais dos jogadores, das situações de ansiedade, dos níveis motivacionais e de estresse, que permeiam a situação momentânea do jogo, sofrendo modificações significativas.

Acirrada é a discussão atual sobre as ressonâncias da agressividade impressa na maioria dos jogos, na modelagem de comportamentos, tendo em vista, a relação direta com a máquina e o imaginário criado virtualmente nos videogames, sobre as quais os autores ainda não entraram em consenso, conforme aponta Viviani (2003).

No contexto do lazer, alguns autores como Schwartz; Silva (2000b), Werneck (1999) e Schwartz (2003) promoveram reflexões sobre os aspectos afetivo-emocionais e lúdicos que permeiam a utilização de novas tecnologias, evidenciando suas peculiaridades e características, salientando as possibilidades de disseminação da educação para o lazer, como mais uma tarefa dos profissionais envolvidos.

As relações entre a psicologia e o lazer não se encerram aqui, havendo uma gama bastante ampla de possibilidades de olhares e temas atuais, evidenciando a necessidade de se ampliar o espectro de pesquisas acadêmicas nesta direção em ambas as áreas. Para tanto, torna-se premente a atualização constante dos campos e focos de estudos, favorecendo o acompanhamento da dinâmica que perpassa o mundo da conduta humana e evidenciando a valorização do lazer enquanto campo de estudo.

REFERÊNCIAS

ALONSO, H. A. G.; MORENO, M. Jogos inclusivos da cidade do Rio de Janeiro, a busca pela qualidade de vida. In: CONGRESSO CIENTÍFICO LATINO-AMERICANO da FIEP-UNIMEP, 2, 2002, Piracicaba. *Anais...* Piracicaba: UNIMEP, 2002. p.655.

BOMTEMPO, E.; HUSSEIN, C.L.; ZAMBERLAN, M.A.T. *Psicologia do Brinquedo*. São Paulo: EDUSP, Nova Stella, 1986.

BRUHNS, H. T. Lazer e meio ambiente: corpos buscando o verde e a aventura. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Santa Catarina, v.18, n.2, p. 86-91, 1997.

_____. O corpo visitando a natureza: possibilidades de um diálogo crítico. In: SERRANO, C.; BRUHNS, H. T. (Org.). *Viagens à natureza: turismo, cultura e ambiente*. Campinas: Papyrus, 1997.

BRUNER, J. et al (Ed.). *Play: its role in development evolution*. New York: Penguin Books, 1978.

CALABRESI, C. A. M.; PRESOTO, D.; MACHADO, A. A. Manutenção em projetos esportivos: estudo da Psicologia do Esporte. In: *SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE*, 24., 2001, São Paulo. *Anais...* São Paulo: CELAFISCS, 2001. p. 116.

CAMARGO, L.O.L *Educação para o Lazer*. São Paulo: Moderna, 1998.

CARVALHO, I. M. *Introdução à psicologia das relações humanas*. 12 ed. Rio de Janeiro: Ed. da Fundação Getúlio Vargas, 1981.

COSTA, A. C. M.; CAVALCANTI, K. B. O surf como atividade de lazer. In: ENCONTRO NACIONAL DE RECREAÇÃO E LAZER, 2., 1999, Foz do Iguaçu. *Anais...* Foz do Iguaçu, 1999, p.44.

COSTA, V. L. M.; TUBINO, M. J. G. A aventura e o risco na prática de esportes vinculados à natureza. *Motus Corporis*, Rio de Janeiro, v.6, n.2, p.96-112, nov.,1999.

CRATTY, B. J. *Psicologia no esporte*. 2 ed. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil, 1984.

DEUTSCH, S. A audição de mambo acompanhada ou não de movimentação corporal altera os estados de ânimo? In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E MOTRICIDADE HUMANA, 2, Simpósio Paulista de Educação Física, 8, 2001., Rio Claro. *Anais...* Rio Claro: UNESP, 2001, p. 152.

DUMAZEDIER, J. *Sociologia Empírica do Lazer*. São Paulo: Perspectiva, 1974.

ENGELMANN, A. *Os estados subjetivos: uma tentativa de classificação de seus relatos verbais*. São Paulo: Ática, 1978, 545 p. (Ensaio, 36).

FESTINGER, L. *Teoria da dissonância cognitiva*. Rio de Janeiro: Zahar, 1957.

GARDNER, H. *Estruturas da mente: a teoria das inteligências múltiplas*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

GÁSPARI, J. C.; SCHWARTZ, G. M. Adolescência, esporte e qualidade de vida. *Motriz*, Rio Claro, v.7, n.2, p.107 - 113, 2001.

GOLDBERG, M. A. A. *Educação sexual: uma proposta, um desafio*. São Paulo: Cortez, 1988.

GOLEMAN, D. *Inteligência emocional*. São Paulo: Objetiva, 1995.

HARRISON, A. A. *A psicologia como ciência social*. São Paulo: Cultrix, Ed. Da Universidade de São Paulo, 1975.

LICO, F. A. A.; PAULI, J. R.; VEIGA, M. D. A.; MACHADO, A. A. A competitividade e liberalidade do mundo esportivizado. In: Encontro Regional da ABRAPSO, 8, 2000, Piracicaba. *Anais...* Piracicaba: Unimep, 2000. p.276.

LORENZ, K. Ueber die Bildung des Instinkt Begriffes, In: LORENZ, K. *Uebertierisches und menschliches Verhalten*. Muenchen: Piper, 1965. v.1, p.283-342.

LUBA, G. M.; SCHWARTZ, G. M. Estilo de vida ativo: o rappel urbano. In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 24, 2001, São Paulo. *Anais...* São Paulo: CELAFISCS, 2001. p.147.

MACHADO, A. A. Homens para o esporte: estudo do gênero masculino e suas inter-relações no esporte. In: CONGRESSO CIENTÍFICO LATINO-AMERICANO DA FIEP-UNIMEP, 2; SIMPÓSIO CIENTÍFICO CULTURAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTES BRASIL/CUBA, 2, 2002, Piracicaba. *Anais...* Piracicaba: Unimep, 2002. p.645.

MARINHO, A. Natureza, tecnologia e esporte: novos rumos. *Revista Conexões: Educação, Esporte, Lazer*, Campinas, v.1, n 2, p. 60-69, 1999.

_____. Lazer, natureza e aventura: compartilhando emoções e compromissos. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Campinas, v. 22, n. 2, jan, p.143-153, 2001.

MOULY, G. J. *Psicologia educacional*. 6. ed. São Paulo: Pioneira, 1974. 529p.

NAHAS, M. V. *Atividade Física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. Londrina: Midiograf, 2001. p. 9-21.

PIAGET, J. *A formação do símbolo na criança*. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

REICH, B.; ADCOCK, C. *Valores, atitudes e mudança de comportamento*. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

ROSAMILHA, N. *Psicologia do jogo e aprendizagem infantil*. São Paulo: Pioneira, 1979.

SCHWARTZ, G. M. *Atividades lúdicas no contexto da Educação Física: possível dissonância?* 1997, 181 f. Tese. (Doutorado em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1997.

_____. Emoção, risco e aventura – a dinâmica metafórica dos novos estilos. In: BURGOS, M.S., PINTO, L. M. S. M. (Org.). *Lazer e estilo de vida*. Santa Cruz do Sul: Edunisc, 2002.

_____. A virtualidade no lazer: contemporizando Dumazedier. *Licere*, Belo Horizonte, v.2, n. 6, p.23-31, dez, 2003.

SCHWARTZ, G. M., GÁSPARI, J. C. Vida ativa: contribuições da área de Educação Física In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 24, 2001, São Paulo. *Anais...* São Paulo: CELAFISCS, 2001, p.120.

SCHWARTZ, G. M., SILVA, R. L. Ecological tourism, leisure and man nature relationship. In: WORLD LEISURE CONGRESS, 2000 a, Bilbao. *Anais...* Bilbao: Universidad de Deusto, 2000, p.114.

_____. Leisure education through web In: WORLD LEISURE CONGRESS, 2000 (b), Bilbao. *Anais...* Bilbao: Universidad de Deusto, 2000, p.198.

_____. Interfaces lazer e gênero no V Congresso Mundial de Lazer In: SIMPÓSIO PAULISTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, 7; CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E MOTRICIDADE HUMANA, 1, 1999 a, Rio Claro. *Anais...* Rio Claro: UNESP, 1999, p. 98.

_____. Lazer, turismo, ecologia: contribuições para uma nova atitude In: ENCONTRO NACIONAL DE RECREAÇÃO E LAZER, 2, 1999 b, Foz do Iguaçu. *Anais...* Foz do Iguaçu: UNIOESTE, 1999. p.418 – 422.

SILVA, R. L., SCHWARTZ, G. M. Fatores impeditivos da aderência às vivências em atividades de aventura In: CONGRESSO CIENTÍFICO LATINO-AMERICANO DA FIEP-UNIMEP,2; SIMPÓSIO CIENTÍFICO CULTURAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTES BRASIL/CUBA, 2, 2002, Piracicaba. *Anais...* Piracicaba: UNIMEP, 2002, p.825.

_____. Aderência, atividades físicas de lazer e homossexualidade. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E MOTRICIDADE HUMANA, 2, Simpósio Paulista de Educação Física, 8. 2001 a Rio Claro. *Anais...* Rio Claro, 2001, p.198,

_____. Vida ativa ao ar livre: perspectivas dos esportes de aventura In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 24., São Paulo. *Anais...* São Paulo: CELAFISCS, 2001 b. p.148.

_____. Discriminação, gênero e as interfaces do lazer In: SIMPÓSIO PAULISTA

DE EDUCAÇÃO FÍSICA, 7.; CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E MOTRICIDADE HUMANA, 1, 1999, Rio Claro. *Anais...* Rio Claro: UNESP, p.115.

STEFANELLI, C.S.S.; ALVES, S.V.; VICO, P.; DE ROSE JR., D. Situações competitivas de stress no futebol infanto-juvenil. In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 24., 2001, São Paulo. *Anais...* São Paulo: CELAFISCS, p.116.

TAHARA, A. K. ADERÊNCIA E MANUTENÇÃO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ACADEMIAS. 2001. 31 f. Monografia. (Graduação em Educação Física) - Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2001.

TAHARA, A. K.; SCHWARTZ, G.M. Aderência e manutenção da prática de exercícios em academias. *REVISTA BRASILEIRA DE CIÊNCIA E MOVIMENTO*, Brasília, v. 11, n. 4, p. 7-11, out/dez 2003.

VAN MUNSTER, M. A.; ANELLI JR., L. C. Esportes em integração com a natureza: uma experiência acadêmica. In: ENCONTRO NACIONAL DE RECREAÇÃO E LAZER, 2, 1999, Foz do Iguaçu. *Anais...* Foz do Iguaçu: UNIOESTE, 1999. p.1.

VIVIANI, L.S.N. VIOLÊNCIA E VIDEOGAME. 2003, 24 f. Monografia. (Graduação em Educação Física) - Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2003.

VOLP, C. M. A dança do ventre e os estados de ânimo. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E MOTRICIDADE HUMANA, 2., Simpósio Paulista de Educação Física, 8, 2001, Rio Claro, *Anais...* Rio Claro: UNESP, p.153.

WERNECK, C.L. Brincando na internet: uma análise sobre o imaginário presente nos bate-papos virtuais. *Licere*, Belo Horizonte, v.2, n.1, p.74-90, 1999.

WINNICOTT, W. O BRINCAR E A REALIDADE. Rio de Janeiro: Imago, 1975.

WOODWORTH, R. S.; MARQUIS, D. G. *Psicologia*. São Paulo: Cia Nacional, 1977.

Endereço da autora:

Gisele Maria Schwartz

LEL - Laboratório de Estudos do Lazer

Departamento de Educação Física - UNESP - Campus de Rio Claro

Av. 24 A, n. 1515, Bela Vista, Rio Claro - SP

Endereço Eletrônico: schwartz@rc.unesp.br

Recebido em: 17/ 03/2004

Aceito em: 01/ 04/2004