

REALIZAÇÃO DE ACTIVIDADES DE LAZER E SATISFAÇÃO PESSOAL DOS JOVENS

M. Luísa Santos - F.P.C.E., Universidade do Porto; E.S.Enf., Instituto Politécnico de Viana do Castelo

J. Pais-Ribeiro - F.P.C.E., Universidade do Porto

M. Carolina Silva - I.C.B.A.S., Universidade do Porto

Palavras-chave: lazer; estilo de vida; jovens.

O lazer, apesar de ter vindo a ser definido a partir de um grande número de perspectivas, tem a ver com a “liberdade” e também com a capacidade de construção pessoal de sentido através das acções individuais. Uma ausência de obrigatoriedade parece uma pré-condição, envolvendo sobretudo a necessidade de estar voluntária e significativamente ocupado. O início da idade adulta corresponde a uma fase de desenvolvimento caracterizada por um processo de autonomia progressivo em que se desenvolvem estilos de vida e papéis sociais e em que é construído um estilo de lazer funcional (Weissinger, 1995). Considera-se poder caracterizar o lazer juvenil através de experiências significativas e satisfatórias (p.e. sentimento de satisfação, divertimento, excitação, etc.) ou através da combinação de actividades, tempo e experiência. A definição do conceito e a forma de o avaliar tem sido uma das dificuldades para o progresso do estudo do lazer, mas alguns autores têm considerado que esta dificuldade representa por si um desafio (Mannell & Kleiber, 1999). Interessava-nos conhecer as actividades que são consideradas de lazer e utilizadas pelos jovens para ocupar os seus tempos livres e a satisfação proporcionada pelas mesmas.

Este estudo transversal, correlacional e exploratório pretende identificar e caracterizar comportamentos de lazer de jovens estudantes do ensino superior e seguidamente analisar a relação entre a participação e a satisfação proporcionada pelas actividades realizadas nos tempos livres e consideradas de lazer por estes jovens.

Foi objecto de estudo uma amostra de conveniência de 196 estudantes do Ensino Superior, sendo 63% do sexo feminino, 87,4% com idade inferior a 23 anos e 97,6% solteiros.

Para a avaliação da participação em actividades de lazer e da satisfação proporcionada os participantes responderam a um Inventário de Comportamentos de Lazer previamente construído a partir de um Inventário-tipo (Mannell & Kleiber, 1999).

Os resultados sugerem que das actividades realizadas são consideradas mais frequentemente como lazer por mais de 80% dos jovens: ouvir música, ler, ir ao cinema, ler revistas ou jornais, ver televisão, sair com amigos, ir a festas com amigos e ir a discotecas ou bares.

São consideradas actividades de lazer de modo significativamente diferente ($p < 0,05$) segundo o sexo: pintura (62,9% vs 43,1%), bordados (54,3% vs 2,8%) e arranjos florais (40,3% vs 6,9%) sendo estas mais frequentemente consideradas lazer pelos inquiridos do sexo feminino. São mais frequentemente consideradas lazer “no masculino”: utilização do computador (70,8% vs 44,4%), os trabalhos em madeira (25,0% vs 10,5%), sair com os amigos (98,6% vs 89,5%), frequentar clubes ou associações de recreio (51,4% vs 33,1%), namorar (48,6% vs 29,0%), participar em desportos de equipa (91,3% vs 60,5%), assistir a acontecimentos desportivos (86,1% vs 61,3%), praticar campismo (51,4% vs 34,7%) e praticar pesca ou caça (38,9% vs 8,1%).

Em relação ao grau de satisfação obtido com a realização das actividades, mais de 75% dos respondentes indicaram um grau de satisfação máximo em: ouvir música, sair com os amigos, namorar, frequentar instituições de solidariedade, participar em viagens de férias, ir à praia e assistir a festivais de música.

Proporcionaram um grau de satisfação baixo as seguintes actividades: frequentar bibliotecas, arranjos florais, trabalhos em madeira e jardinagem.

Todas as correlações entre a frequência da realização da actividade e a satisfação decorrente desta são significativamente diferentes de zero ($p < 0,05$), é de um modo geral nas actividades menos frequentemente realizadas que encontramos uma correlação mais forte, da ordem de 0,60, o que em parte pode ser também explicado pela dimensão amostral em questão, que nestes casos é mais reduzida, note-se que a correlação envolve apenas os indivíduos que realizaram a actividade no último ano.

Em síntese, pode salientar-se que de um modo geral estes jovens que frequentam o ensino superior consideram como lazer um leque de actividades onde predominam os *mass-media*, as actividades sociais e como passatempos, a música e a leitura. Menos assiduamente são consideradas como de lazer as actividades desportivas e de ar livre e mais raramente ainda os acontecimentos culturais (Ragheb, 1980).

A resposta em termos de satisfação não é muito conclusiva, visto que da realização da quase totalidade de actividades listadas mais de 50% dos inquiridos auferem um grau de satisfação elevado.

Referências

Mannell, R., & Kleiber, D. A. (1999). *A Social Psychology of Leisure* (4th ed.). State College, PA: Venture Publishing, Inc.

Ragheb, M. G. (1980). Interrelationships among leisure participation leisure satisfaction and leisure attitudes. *Journal of Leisure Research*, 12 (2); 138-149

Weissinger, E. (1995). Effects of Boredom on Self-Reported Health. *Loisir et Société*, 18; 21-32