



A PERCEPÇÃO DO SECRETÁRIO EXECUTIVO SOBRE O LAZER: UM ESTUDO EM EMPRESAS DE LONDRINA – PR

Graciane Apd^a. Silva Guilherme

Universidade Estadual de Londrina - graguilherme@gmail.com

Gerson Antonio Melatti

Universidade Estadual de Londrina - gmelatti@uel.br

RESUMO: O presente trabalho objetiva verificar se os profissionais de Secretariado Executivo possuem conhecimento sobre os benefícios do lazer e se exercem alguma atividade relacionada a essa prática, bem como apresentar os conceitos existentes. Em virtude da realidade atual dos mercados, o mundo contemporâneo apresenta não só uma série de avanços tecnológicos, mas também transformações organizacionais e comportamentais. O Secretário Executivo, também integra este cenário de transformações, mudanças constantes e concorrência, precisando acompanhar as exigências e tendências para melhor atender às necessidades e contribuir com as soluções e resultados almejados pelas empresas. Apoiado em estudos de metodologia científica, a pesquisa caracteriza-se como sendo bibliográfica, exploratória, descritiva e de campo. A amostra de pesquisa envolveu 49 profissionais de Secretariado Executivo de empresas públicas e privadas de Londrina-PR, contatados através de questionário. Como resultados observou-se que existe a necessidade de se conscientizar o Secretário Executivo sobre a importância da prática regular de lazer, que pode funcionar como um alívio natural para o combate ao estresse gerado no ambiente profissional. O estudo também apontou elementos para que as Organizações implantem a cultura do lazer aos seus colaboradores.

Palavras-chave: Secretário Executivo. Lazer. Qualidade de vida no trabalho.

ABSTRACT: This paper aims to verify whether the Executive Secretarial professionals are aware of the benefits of leisure and perform some activity related to this practice, as well as the existing concepts. Due to the current market reality, the contemporary world presents not only a series of technological advances, but also organizational and behavioral transformations. The Executive Secretary also takes part of this scenario of transformations, constant changes and competition and must follow the requirements and market trends to better meet the needs and contribute to the solutions and the results sought by the company. To conduct this study it is based on scientific methodology studies and describes the research as being bibliographical, exploratory, descriptive and field, where questionnaires were applied to professionals who had experience as an Executive Secretary in companies in Londrina. It is

A evolução da profissão por meio da pesquisa

Passo Fundo/RS: UPF, 20, 21 e 22 de outubro de 2011

believed that leisure can act as a natural relief to assist in the administration of daily stress generated in the workplace, in addition to educating the Executive Secretary on the importance of regular leisure. This study also pointed out subsidies so that organizations establish the Culture of leisure to its employees.

Key-words: Executive Secretary. Leisure. Quality of life.

INTRODUÇÃO

Em virtude da realidade atual dos mercados, o mundo contemporâneo apresenta não só uma série de avanços tecnológicos, mas também transformações organizacionais e comportamentais.

A globalização contribuiu para o aumento da concorrência acirrada entre as empresas que buscam a satisfação plena de seus clientes e para tanto, também investem em melhores condições de trabalho para seus colaboradores, com intuito de que o ambiente organizacional favorável contribua para o alcance de melhores resultados para a empresa.

Em contrapartida aos benefícios que a empresa oferece, esta subjetivamente exige dedicação de “corpo e alma” de seus colaboradores, que muitas vezes para cumprir os objetivos e metas, acabam por ultrapassar seus limites e sacrificam o tempo de descanso, comprometendo assim a sua qualidade de vida no âmbito pessoal e profissional.

O Secretário Executivo, também integra este cenário de transformações, mudanças constantes e concorrência. E deve acompanhar as exigências e tendências do mercado para melhor atender às necessidades e contribuir com as soluções e resultados almejados pela empresa. Este profissional há muito tempo abandonou o estereótipo de enfeite ou serviçal do cafezinho.

Tornou-se um profissional apoiado em habilidades e competências técnicas e que atua como uma peça chave nas Organizações. Executa uma atividade com muitas responsabilidades, onde assessora executivos, gerencia equipes e projetos, posiciona-se como elo entre diretoria e demais colaboradores e é o primeiro cartão de visitas da empresa com o seu cliente externo, além de apresentar postura embasada na ética e discricção. Para gerenciar todos estes compromissos profissionais de forma organizada e com excelente nível de qualidade, este profissional necessita de um ponto de equilíbrio ou escape para repor suas energias.

A escolha do tema lazer vem para contrapor a fadiga e minimizar o desgaste físico e emocional evidenciado em todas as profissões, mas com grande exigência no cotidiano do Secretário Executivo, que além das atividades profissionais também necessita administrar os compromissos pessoais (casa, família, estudos, etc.). Verificar se os profissionais de Secretariado Executivo possuem conhecimento sobre os benefícios do lazer e se exercem alguma atividade relacionada a essa prática, são alguns dos objetivos deste trabalho.

Nesta pesquisa buscou-se evidenciar que o lazer pode funcionar como um alívio natural para auxiliar na administração do estresse diário gerado no ambiente profissional. Além de despertar no profissional de Secretariado Executivo a importância da prática regular de lazer, de forma consciente e prazerosa, o estudo também poderá apontar elementos para que as Organizações comecem a implantar a Cultura do lazer aos seus colaboradores.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Este capítulo aborda o histórico e o desenvolvimento da profissão de Secretário Executivo. Na sequência, a história e evolução do trabalho, o estresse e qualidade de vida e por fim o lazer: histórico, definições, as relações com o trabalho e o ócio, bem como seus benefícios e atividades consideradas de lazer.

2.1 HISTÓRICO DA PROFISSÃO DO SECRETÁRIO EXECUTIVO

A origem da profissão de Secretário ocorreu nas civilizações antigas, onde os escribas eram homens letrados e incumbidos de registrar a escrita, arquivar, fazer contas e redigir as ordens de seus superiores.

Segundo Nonato (2009), no tempo de Alexandre, o Grande (300 a.C), o secretário precisava muito mais que o conhecimento das letras, era preciso saber manusear as espadas e muitas vezes auxiliar seus governantes na escolha das melhores estratégias. Para fugirem das guerras e escaparem da morte, os escribas tornavam-se monges e refugiavam-se em mosteiros, e mesmo nestas condições não abandonaram o hábito da escrita; daí a origem da profissão de Secretário.

A palavra Secretário é oriunda de *secretarium* que significa lugar retirado, conselho privado.

Até a Revolução Industrial, aproximadamente em 1760, apenas os homens exerciam a função de secretário. Com a participação em massa dos homens nas duas grandes guerras mundiais (1914/1918 e 1939/1945) e a carência de mão de obra, abriu-se uma lacuna para a participação da mulher nas indústrias e a partir daí, a profissão de secretário passou a ser ocupada, na sua grande maioria, por mulheres.

No Brasil, nos anos 50, a atuação da mulher como secretária ocorre de forma modesta, onde realizava apenas algumas técnicas secretariais.

A partir dos anos 60, iniciam-se as reivindicações por melhores condições de trabalho, surgindo assim o Clube das Secretárias que mais tarde tornou-se a 1ª Associação das Secretárias do Rio de Janeiro, com intuito de unir a classe e buscar a capacitação profissional.

Com a valorização da profissão, possuir uma Secretária no âmbito gerencial passou a transmitir certo status para a empresa. Este profissional alcançou destaque quando aprendeu a dominar com desenvoltura, o uso das primeiras tecnologias como microcomputador, aparelho de fax e outros eletrônicos (NONATO, 2009).

O Código de Ética da Secretária Brasileira foi aprovado em 1983, na intenção de direcionar o exercício da profissão evidenciando os direitos e deveres, a importância do sigilo absoluto, os comportamentos esperados e adequados na empresa, as relações com outros secretários e com as entidades da categoria e também os princípios fundamentais para a atuação desse profissional.

2.2 EVOLUÇÃO DO PROFISSIONAL

Ao longo do tempo, com a globalização, fácil acesso às novas tecnologias e o mercado de trabalho cada vez mais exigente, o profissional de Secretariado Executivo

necessitou acompanhar estas mudanças e com isto novos valores foram agregados a profissão, valorizando ainda mais a sua atuação na empresa. Neste sentido Alonso argumenta que:

[...] o mercado de trabalho, altamente competitivo, está em busca de profissionais holísticos, isto é, que além dos conhecimentos específicos inerentes à área, seja uma pessoa equilibrada emocionalmente, que saiba relacionar-se com sua equipe de trabalho, que seja um líder nato, que saiba se comunicar com clareza e objetividade, que tenha motivação interna, que seja criativo, entre outras atribuições. (ALONSO, 2002, p.19).

Nota-se o nítido crescimento e desenvolvimento da profissão de Secretariado Executivo ao longo dos anos. As facilidades tecnológicas trouxeram novas competências e habilidades para o cotidiano deste profissional. E com isto, mais responsabilidades e compromissos organizacionais foram incorporados a sua rotina de trabalho, sem deixar de lado os requisitos já conhecidos e exigidos para o cargo. O Secretário Executivo representa a imagem que a empresa pretende transmitir ao mercado, portanto este profissional deve apresentar conduta e postura ética impecáveis (GRION, 2002).

O mundo dos negócios exige executivos e assessores atualizados com as constantes mudanças, onde o uso correto da informação e dos recursos tecnológicos disponíveis torna-se obrigatório, para tanto, é preciso que o Secretário Executivo esteja apto a agir com competência e assessorá-lo com desenvoltura, criatividade, assertividade e participação ativa na busca de soluções e melhores resultados para a empresa.

Para melhor compreensão da necessidade da qualidade de vida no ambiente de trabalho, faz-se necessário entender a história e evolução do trabalho, próximo tópico deste estudo.

2.3 HISTÓRIA E EVOLUÇÃO DO TRABALHO

Para compreender o significado de lazer, busca-se o entendimento sobre trabalho e sua evolução ao longo do tempo.

A palavra trabalho origina-se do latim *tripalium* que era associado a um instrumento de tortura utilizado para o castigo e constrangimento (CAMARGO, 1998).

Oliveira (1987) aponta que o trabalho pode ser entendido como atividade executada pelo homem para alcançar riqueza. A origem do trabalho começa quando o homem luta pela satisfação de suas necessidades de sobrevivência, que ao serem atingidas, associam-se as demais necessidades humanas e da vida em sociedade.

Analisando a organização da sociedade, nos diferentes momentos históricos: “Escravidão, Feudalismo e Capitalismo” (OLIVEIRA, 1987, p. 6) estabeleceu suas relações de produção e troca. Assim, o processo de trabalho pode ser definido como:

[...] é o resultado da combinação do objeto, dos meios, da força e do produto do trabalho. O objeto do trabalho é a matéria com que se trabalha: matéria bruta é a matéria que se encontra em estado natural; matéria-prima é a matéria que já sofreu a intervenção do homem, mas ainda não foi convertida em produto. (OLIVEIRA, 1987, p. 6-7).

A evolução da profissão por meio da pesquisa

Passo Fundo/RS: UPF, 20, 21 e 22 de outubro de 2011

Para melhor compreender o processo de trabalho (OLIVEIRA, 1987), busca o entendimento sobre meios de trabalho, força de trabalho e produto. Os meios de trabalho podem ser entendidos como as formas que o homem usa para transformar a matéria e ambiente em que está inserido. O citado autor conceitua a força do trabalho como a energia utilizada nesta transformação e que não deve ser confundida com o trabalho, que nada mais é do que o rendimento da força de trabalho. O produto pode ser entendido como valor dado pelo trabalho e representa o objeto concretizado para atender as necessidades do homem.

Nota-se que os sistemas econômicos e evolução tecnológica em seus momentos históricos distintos interferem e contribuem para as transformações da sociedade e o surgimento de novos conceitos em relação ao trabalho.

Segundo Oliveira (1987, p.88), a relação que o homem estabelece com o trabalho, pode ser entendida como:

- a) Trabalho compulsório: “é o mesmo que trabalho forçado ou obrigatório”. Ou quando evidenciado “a exploração do trabalho”.
- b) Trabalho excedente: é “o trabalho extra ou não pago”. Ou seja, não remunerado, mas “apropriado pelo proprietário dos meios...”
- c) Trabalho necessário: aquele que “consiste no tempo que o trabalhador gasta para reproduzir sua força de trabalho”. Entende-se por trabalho remunerado, “o que permite ao trabalhador renovar suas energias para continuar produzindo”.

Com os avanços e alcance das leis trabalhistas que funcionavam como proteção ao trabalhador, iniciam-se as negociações e implantação do contrato de trabalho e com isto o homem, sem consciência sobre isto, abandona seus sonhos para empenhar-se em algo não escolhido no tempo mais precioso de sua vida (CAMARGO, 1994).

O tempo dedicado ao trabalho é visto como amarras e isolamento do mundo. Assume um caráter de privação, onde o homem se vê cercado pelas paredes do local de trabalho. Trabalho que ocupa a maior parte do tempo da vida e mesmo quando bem pago, não vale a liberdade do homem.

Na obra “LAZER benção ou maldição?”, evidencia-se que o tempo destinado ao trabalho é uma troca pela remuneração recebida, onde mesmo assim o trabalhador ansiosamente aguarda pelo momento livre do trabalho a fim de curtir a vida. Esta reflexão demonstra que o trabalho apodera-se de um tempo valioso da vida do homem (GAELZER, 1979).

Com a evolução da sociedade, percebe-se que as empresas apontam uma certa preocupação com a insatisfação de seus colaboradores e “reconhecem no trabalhador a força primordial da produção, considerando que o trabalho e seu rendimento são influenciados por muitos fatores de características humanas”. (GAELZER, 1979, p. 66).

Em prol da obtenção dos lucros desejados, os empresários percebem a necessidade de seus trabalhadores apresentarem boa condição de saúde para melhor produzirem no trabalho, onde sobressai a preocupação com a promoção humana, cujo

gerenciador das atividades desempenha um comportamento voltado para direcionar a habilidade individual do trabalhador de acordo com as necessidades individuais somado ao grupo de trabalho.

Evidencia-se que a partir destas transformações sobre o pensar e o agir das empresas e funcionários, novos termos e conceitos passam a integrar o cenário organizacional, direcionando para uma cultura de qualidade de vida no trabalho, gerenciamento do estresse, aumento do bem estar, criatividade, satisfação dos clientes e conseqüentemente resultados positivos para a empresa.

2.4 ESTRESSE E QUALIDADE DE VIDA

O ambiente competitivo entre as empresas, as pressões para o alcance das metas organizacionais, os esforços para adaptar-se aos novos conhecimentos e tecnologias contribuem para o surgimento do estresse na sociedade moderna.

Percebe-se que atualmente as empresas deparam-se com um novo desafio, além dos organizacionais, que é o aprender a “cuidar” do seu capital humano. A preocupação com a qualidade total na execução de seus serviços e a conquista de amplos mercados trouxeram para o seu cotidiano a necessidade da participação de todos os seus colaboradores na intenção de atender as expectativas de seus potenciais clientes, objetivando realizar bons negócios e conseqüentemente, o aumento dos lucros. E isto, também exige mais dedicação e comprometimento dos funcionários, em todos os níveis hierárquicos.

Minimizar as conseqüências do estresse excessivo tornou-se objetivo da maioria das empresas preocupadas com a qualidade de vida de seus colaboradores e com os prejuízos que este fenômeno pode acarretar para a Organização, uma vez que o desgaste provocado por este mal, traz elevados custos para a saúde e bem estar do trabalhador, bem como para a empresa, em todos os seus setores (TAMAYO, 2004).

O estresse pode ser definido como um desequilíbrio na capacidade que o indivíduo possui em tolerar, superar ou adaptar-se às condições psicológicas existentes em seu meio. Quando ultrapassa o seu patamar de equilíbrio, manifesta-se o estresse e seus prejuízos, que podem variar de pessoa para pessoa.

Quando em excesso, o estresse interfere na saúde física e psicológica do homem e abre espaço para o desânimo, a improdutividade, a intolerância, pouca ou nenhuma concentração, insônia, esgotamento físico, esquecimentos, ansiedade ou extrema agressividade (SCHERMERHORN, 1999). Também pode provocar alterações fisiológicas, como: demasiado aumento da frequência cardíaca, da pressão arterial e do controle respiratório, dando espaço para o surgimento de cardiopatias e outras doenças crônicas.

Camargo (1998) enfatiza que o estresse pode ser entendido como a reação do organismo às condições externas.

2.5 LAZER

Quando se fala em lazer ou usufruir lazer, naturalmente as pessoas apresentam uma associação ao divertimento, a folga ou ao descanso. Isto se deve ao fato do trabalho, na maioria das vezes, ocupar o primeiro plano na vida das pessoas, devido aos princípios e valores transmitidos desde as primeiras sociedades.

Em sua obra, Marcellino (1987) destaca a associação que as pessoas fazem sobre a definição de lazer, relacionando-o com diversão e descanso.

No contexto atual, da sociedade globalizada, não se pode mais restringir os conceitos de lazer somente a estas palavras. É preciso considerar a evolução tecnológica que veio para facilitar a vida do homem, nas diferentes áreas de atuações, mas também trouxe consigo outras preocupações: como a concorrência, o cumprimento de metas, a administração de conflitos, o excesso de trabalho e seus malefícios a saúde humana.

2.5.1 Histórico

De acordo com Camargo (1998), o surgimento do lazer ocorreu na civilização greco-romana e já era apontado como oposto ao trabalho. Nesta época, antes da consolidação do Cristianismo, preconizava-se que o homem era a plena expressão de si próprio nos aspectos físicos, artísticos e intelectuais.

As ocupações consideradas dignas para um homem livre eram “as caçadas, os exercícios físicos, as artes, as letras, a filosofia, a especulação científica”, ao contrário dos escravos e servos que realizavam o trabalho necessário, considerado o “serviço sujo” (CAMARGO, 1998, p. 27).

Para o Cristianismo, o não fazer nada ou o divertimento em geral, era visto de forma negativa como ociosidade, considerada “a Mãe de todos os vícios”, onde a Igreja preconizava que “cabeça vazia, o diabo arruma serviço” e também valorizava o homem que trabalhava bastante e destinava seu tempo livre para as orações, evitando assim de cair em tentações (CAMARGO, 1998, p. 27).

2.5.2 Conceito

A palavra lazer origina-se do latim *licere* que significa “ser permitido”. Em português origina-se do termo latino, *licere*. Em francês, *Loisir* e *leisure* em inglês (CAMARGO, 1998, p.27).

Vale mencionar que a palavra Lazer não existe em todas as línguas, por isso em alguns idiomas como o espanhol, o italiano, o alemão, é associado ao ócio ou à recreação, mas mantendo o mesmo significado.

Para o sociólogo francês Joffre Dumazedier, considerado por alguns estudiosos como o “Pai do Lazer”, a definição é:

conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou ainda para desenvolver sua formação desinteressada, sua participação social voluntária, ou sua livre capacidade criadora, após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais e sociais. (DUMAZEDIER, 1976, p. 34).

Os pesquisadores sobre o lazer apresentam diferentes linhas de pensamento para conceituá-lo. A maioria apóia-se em três vertentes para defini-lo: lazer tempo, lazer atividade e lazer atitude.

Baseado nas posições acima buscou-se conceitos de lazer pertinentes na elaboração deste estudo, sem esquecer que as transformações das sociedades interferem

diretamente na evidência destas definições. No decorrer destas transformações e do tempo, aparecem novos comportamentos que interferem no surgimento de novos conceitos também.

Na busca dos conceitos sobre o lazer, observa-se que para compreendê-lo e exercê-lo também é preciso ter consciência da existência do tempo fora do trabalho, demonstrar atitude e vontade de realizar atividades lúdicas de acordo com seus interesses e preferências.

Para Camargo (1998, p.32) “o lazer é a forma mais buscada de ocupação desse tempo livre, seja para se divertir, seja para repousar, seja para se autodesenvolver por meio da conversa, da leitura, do esporte, etc”.

Além das definições de lazer tempo, lazer atividade e lazer atitude, há outros autores que apresentam outras concepções sobre o assunto.

O lazer desempenha três funções básicas: repouso entendido como recuperação das pressões cotidianas; diversão, quando vista como alívio do tédio e o enriquecimento dos conhecimentos, quando contribui para o desenvolvimento da personalidade (DUMAZEDIER, 1979).

A sociologia do lazer explica que “O lazer assume formas específicas e significados vários para os estratos diferentes da sociedade e para os diferentes estágios do ciclo vital”. E pode ser entendido como “tempo livre de trabalho e de outras obrigações” que expressem total liberdade (PARKER, 1978, p.15).

Analizando esses aspectos, percebe-se que o termo lazer está longe de uma definição única, pois acompanha as transformações e aspirações que as sociedades em seus distintos tempos apresentam e estas mudanças são incessantes. Mas há consenso de que os movimentos históricos devem amenizar os efeitos do trabalho sobre a vida do homem.

2.5.3 Lazer e trabalho

Por questões históricas e culturais, o trabalho está sempre em primeiro plano na vida do homem, de tal forma que muitos não sabem o que fazer com o tempo disponível fora do trabalho.

A importância que o trabalho tem na sociedade é indiscutível, pois é a partir dele que os homens se organizam, interagem e alcançam o sustento das necessidades essenciais a vida. Mas o que precisa ser alterado é a maneira de pensar sobre o trabalho.

Limongi França (2007) ressalta que a busca pelo equilíbrio entre o tempo dedicado ao trabalho e a remuneração recebida por ele é a grande necessidade de busca da sociedade atual. É imprescindível aprender não produzir em excesso e acumular recursos sem refletir sobre o tempo precioso que se dedica ao trabalho, quando poderia usufruir este tempo de outra forma.

Camargo (1998) mostra uma comparação interessante entre o homem *faber* e o homem *ludens*. Para ele, *homo faber* é aquele que deve “ser disciplinado, tenso, produtivo – posturas contrárias à do divertir-se”, ou seja, percebido como homem produtivo. Enquanto que o *homo ludens* “abomina a disciplina e a rotina. Procura ser relaxado, improdutivo e natural”. É visto como o homem lúdico, aquele que brinca.

Também aponta que o homem ao nascer é *ludens*, isso faz parte da sua essência, pelo menos na primeira infância. Quando criança movimenta-se, descobre espaços, exercita seus sentidos, enfim brinca. Ao longo da sua existência e da sua evolução o homem massacra o seu lado *ludens* em prol do *faber*. A civilização e o padrão estabelecido pelo trabalho escondem o homem *ludens* (CAMARGO, 1998, p.22).

Observando tais conceitos, percebe-se a nítida necessidade de buscar a cultura do equilíbrio entre os pilares trabalho, família e lazer. E como integrante deste cenário, o Secretário Executivo pode contribuir com as primeiras mudanças evidenciando e inserindo reflexões em seu cotidiano sobre a importância e os benefícios do lazer, na sua vida, na vida dos demais colaboradores e gradativamente para a empresa como um todo.

A implantação desse equilíbrio, inicialmente deve partir da equipe de gerenciamento das Organizações, estruturando e flexibilizando os horários e as atividades profissionais de forma a não comprometer a vida social e cultural de seus funcionários (CAMARGO, 1998).

2.5.4 Lazer e ócio

De acordo com Ferreira (1993, p.389) ócio significa “descanso de trabalho; folga. Lazer, vagar”.

De Masi (2000) salienta que os momentos de criatividade sobressaem quando o homem encontra-se em situação de desobrigação, sem vínculo com a necessidade de produzir. Ou seja, as grandes invenções não têm hora marcada para aflorarem, acontecem no momento em que a mente está livre de obrigações e totalmente absoluta. Esta situação inspira o ócio criativo.

Marcellino (2006) enfatiza que a humanidade precisa de momentos para não fazer nada, de admiração e de ócio.

Observa-se que sobre a vivência do tempo de ócio, ainda pairam muitas dúvidas e preconceitos. Mas é real que a atual sociedade precisa quebrar paradigmas, abolir comportamentos e alterar suas concepções em torno das necessidades que os homens inseridos nesta sociedade almejam.

Uma boa maneira de entender o ócio é compreender os benefícios que o lazer pode inserir no cotidiano deste homem contemporâneo.

2.5.5 Benefícios do lazer

Para melhor assimilar e usufruir os benefícios alcançados com a prática regular das atividades de lazer é preciso perceber que sem satisfação plena e prazer não há lazer. É “fundamental a busca do prazer no lazer” (MARCELLINO, 1987, p. 41).

Ao traçar um paralelo com a realidade do mercado atual, mas precisamente com o cotidiano do Secretário Executivo, observa-se que este profissional desempenha atividades que exigem concentração, por exemplo, ao elaborar documentos (Atas, ofícios, relatórios, entre outros) que lhe são solicitados; ou desembaraço e simpatia, ao recepcionar um cliente na empresa; ou ainda destreza e criatividade, diante dos inúmeros imprevistos, perfeitamente possíveis nas Organizações. Certamente, o seu estado de espírito poderá impactar em seu desempenho profissional.

Gaelzer (1979, p.153) aponta outros benefícios que podem ser adquiridos com a prática regular de lazer como: “os esportes, os jogos e a dança também são atividades que favorecem o desenvolvimento da iniciativa, da confiança em si mesmo e da autorealização”. Certamente todos os adjetivos e ganhos incidirão sobre um melhor desempenho e postura profissional.

O Secretário executivo que desempenha atividades voltadas para o lazer pessoal, certamente poderá contribuir mais e melhor com a sua Organização. Demonstra mais

disposição, concentração, iniciativa, altivez e confiança em suas ações. Características fundamentais para um bom profissional driblar o estresse diário do trabalho.

2.5.6 Atividades de lazer

Existem inúmeras opções para atividades de lazer, desde que o indivíduo realize com plena satisfação e esteja interessado no que realmente lhe interessa e participe por opção e desejo, mesmo quando em atividades estimuladas, em uma colônia de férias, por exemplo (MARCELLINO, 2000).

Para Marcellino (2000) os interesses de lazer podem ser classificados em artísticos, intelectuais, físicos, manuais, turísticos e sociais, na intenção de demonstrar que existem diversas opções, desde que escolhidas e desempenhadas com prazer.

Os interesses artísticos englobam as manifestações artísticas, que podem ser cinema, teatro e apresentações culturais em geral.

Os interesses intelectuais buscam o contato com as informações objetivas e racionais. Exemplos: cursos e leituras.

Por sua vez as práticas esportivas, os passeios, a pesca, a ginástica, o exercício físico, nas variadas modalidades, enquadram-se nos interesses físicos.

Já os interesses manuais são desenvolvidos através da manipulação, quer para transformar objetos ou materiais, por exemplo, pinturas, artesanatos, tricô, crochê, bricolagem, jardinagem ou cuidar de animais.

O campo de domínio dos interesses turísticos é a saída da rotina temporal e espacial, pela busca de novas paisagens, de novas pessoas ou costumes. Ou seja, viagens, passeios, acampamentos ou algo do gênero.

Ainda há os interesses sociais no lazer, onde é caracterizado pelo relacionamento e pelo convívio social. Como exemplos: festas, jantares, bailes, bares, receber amigos, etc...

A importância de optar por atividades não só físicas, mas prazerosas para amenizar a tensão profissional é cada vez mais salientada na literatura. O exercício físico é muito eficaz para descarregar as tensões, mas existem outras possibilidades, como usufruir quinze minutos de relaxamento ou meditação ou quando não for possível nenhuma destas alternativas, vale uma boa espreguiçada para alongar os músculos (GRION, 2002).

De acordo com Gaelzer (1979, p.116), a prática e busca pelas atividades de lazer: "... estão condicionadas pelo gosto, necessidades, experiências pessoais, influência de companhias ou do meio ambiente".

Ressalta-se a importância de realizar o que o indivíduo realmente aprecia e sem o caráter obrigatório, conforme aponta Marcellino (2006, p.13): "Lazer sim, mas não práticas compulsivas ou compulsórias".

Nota-se que as atividades de lazer são inúmeras e ilimitadas e o grande desafio é que o Secretário Executivo entenda e perceba os benefícios desta prática regular na sua vida pessoal e profissional, para que gradativamente estas mudanças comportamentais possam ser incorporadas no estilo de vida da Organização como um todo.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Conforme Ruiz (2008), na condução de qualquer tipo de pesquisa, independente da área do estudo, é importante realizar uma prévia pesquisa bibliográfica, seja para um melhor direcionamento do assunto, para determinar os objetivos ou evidenciar as possíveis contribuições da pesquisa.

Assim, este estudo envolve uma pesquisa bibliográfica, exploratória, descritiva e de campo, onde os autores apoiados em Metodologia Científica buscam a compreensão dos respectivos conceitos.

Entende-se que pesquisa bibliográfica é aquela que investiga um tema através de consulta a materiais literários, como livros, artigos e textos, existentes e produzidos sobre um determinado assunto até o presente momento. A pesquisa caracteriza-se também como exploratória, pois investiga um tema e contexto ainda não totalmente abordado pela literatura e descritiva, uma vez que o propósito foi apresentar os fatos encontrados no trabalho de campo, sem o controle e intervenção dos pesquisadores sobre as variáveis estudadas.

Por outro lado, denomina-se pesquisa quantitativa, pois as informações adquiridas através de instrumento padronizado puderam ser transformadas, apresentadas e mensuradas em gráficos. O estudo também se apóia em características de uma pesquisa qualitativa, uma vez que contribuiu para a exposição dos argumentos dos sujeitos de pesquisa, permitindo que os pesquisados refletissem sobre o assunto em questão, informações estas normalmente difíceis de serem mensuradas (GIL, 2008).

Após a classificação da pesquisa delimitou-se que a população deste estudo abrangeria os profissionais com experiência como Secretário Executivo, independente da sua área de formação, em empresas públicas e privadas de Londrina e Região. O acesso aos respondentes ocorreu segundo os critérios de conveniência e acessibilidade, sendo que a coleta de dados foi realizada através de questionários, que foram encaminhados pessoalmente e em alguns casos por intermédio de correio eletrônico. O envio e coleta dos questionários ocorreram no período de 01/08/2010 a 30/09/2010.

O questionário pode ser entendido como um conjunto de questões sistematizadas e padronizadas, com o objetivo de obter informações escritas do público alvo da pesquisa na intenção de evidenciar a opinião dos mesmos sobre o tema abordado (SEVERINO, 2007).

Com o auxílio da literatura existente sobre metodologia e lazer, os autores elaboraram um questionário com 16 perguntas (12 fechadas e 4 abertas) e dentre estas destacam-se as informações pessoais, escolaridade, dados da empresa e conhecimento deste profissional sobre lazer e atividades exercidas.

Ao todo foram recebidos 49 questionários, sendo 30 de Secretários Executivos que atuam em organizações públicas e 19 de profissionais de empresas privadas em Londrina – PR, com intuito principal de verificar se estes profissionais possuem conhecimento sobre os conceitos, benefícios do lazer e se exercem alguma atividade relacionada a esta prática.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com as informações obtidas a partir dos questionários respondidos foram elaborados gráficos através de um pacote estatístico administrado pela ATI – Assessoria de Tecnologia de Informação – Divisão de Manutenção de Sistemas da UEL. Dentre os diversos

gráficos realizados destacamos a seguir, os mais relevantes para a proposta inicial deste estudo.

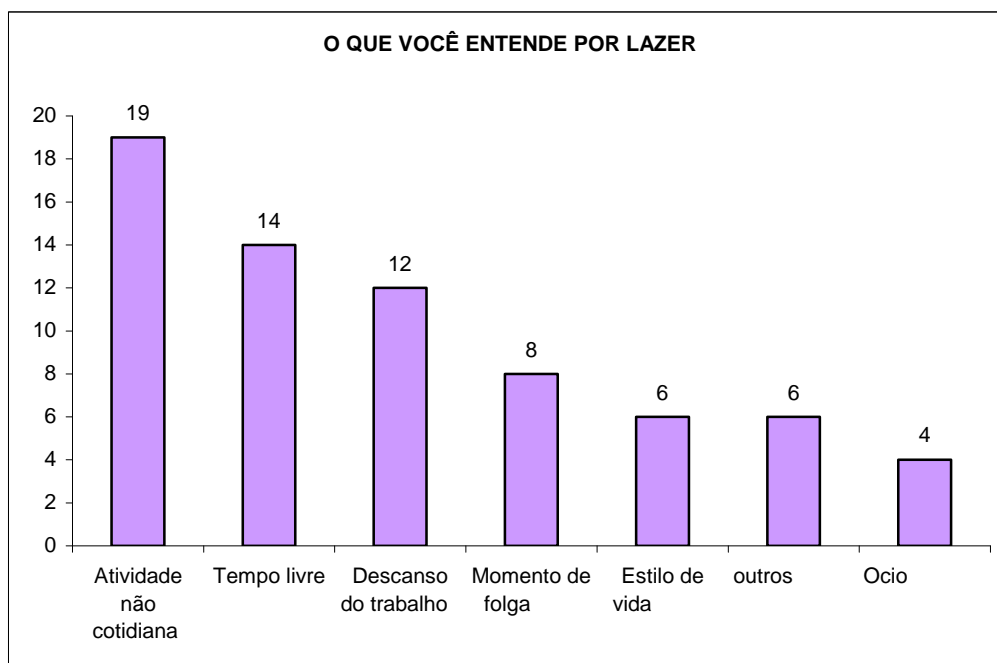


Gráfico 1 – Entendimento sobre lazer

Esta questão aponta o entendimento destes profissionais sobre o lazer, sendo que 19% acreditam que lazer são atividades cotidianas, 14% entendem o lazer como tempo livre, 12% como descanso do trabalho, 8% momento de folga, 6% estilo de vida, 6% outras definições e 4% ócio (Gráfico 1).

Os apontamentos acima não estão errados, uma vez que os próprios estudiosos do assunto também não apresentam um consenso sobre o termo lazer.

Marcellino (1995) enfatiza que lazer pode ser entendido como tempo livre de todo tipo de obrigação, seja familiar, profissional, religiosa, escolar ou social.

O conceito de lazer também pode se associado ao momento de liberdade, que permite que o indivíduo tenha o direito de escolher a realização da atividade que melhor lhe convier, desde que o prazer seja predominante.

A seguir foi possível evidenciar as inúmeras atividades de lazer realizadas por estes profissionais nos momentos de descanso do trabalho, conforme verifica-se a seguir:

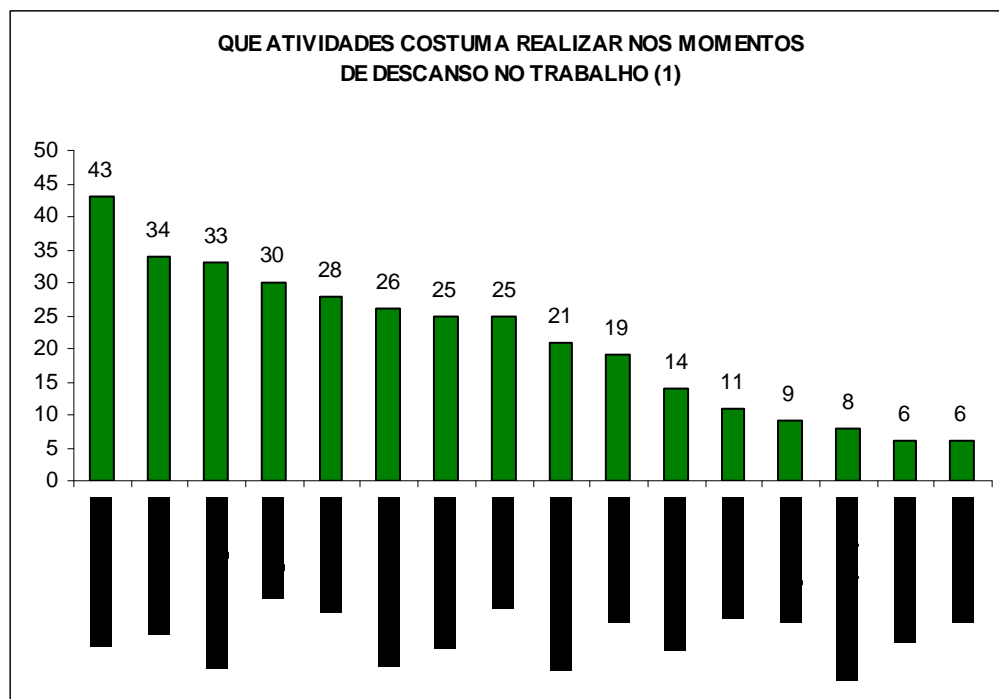


Gráfico 2 – Atividades que realiza no descanso do trabalho

Através de uma questão, fechada e de múltiplas escolhas, evidencia-se as atividades realizadas no momento de folga do trabalho (Gráfico 2), onde 43% optam por TV e filmes; 34% por shopping; 33% sair com amigos, 30% viagem; 28% leitura; 26% cinema/teatro; 25% ouvir música; 25% Igreja; 21% afazeres domésticos; 19% internet; 14% atividade física; 11% show; 9% dançar; 8% passear no parque; 6% artesanato; 6% piscina; 5% Jardinagem; 5% frequentam clubes ou associações; 4% pescaria, esportes, fotografar e outras; 3% cursos de aperfeiçoamento e trabalho voluntário; 2% idiomas e coral; 1% ecoturismo, jogo eletrônico, bricolagem, museu e ciclismo (Gráfico 2).

Camargo (1998) argumenta que a ocupação do tempo livre em casa tem sido a preferência da maioria das pessoas, talvez por comodidade ou segurança. O lazer doméstico na maior parte do tempo é ocupado pelos meios de comunicação. Aponta também que o acesso fácil às novas tecnologias contribui para o crescimento deste tipo de lazer. Ainda alerta a importância de escolher o que assistir no momento de folga, pois ao aceitar o que os veículos de comunicação desejam, o lazer perde o caráter de opção pessoal.

As atividades praticadas fora do ambiente doméstico, geralmente são notadas em uma frequência menor, mas não menos importante, pois os preparativos que antecedem e a motivação para desfrutar a atividade escolhida também são primordiais. Ao optar por uma viagem, a pessoa está ansiando por mudança de ritmo e estilo de vida, mesmo que temporariamente, busca fugir do cotidiano frenético e das formalidades profissionais.

Outro ponto a considerar é que as pessoas não podem ser induzidas às atividades da moda, realizar por realizar. Torna-se imprescindível, a necessidade da escolha consciente que promoverá a satisfação pessoal e o bem estar desejado.

A última questão deste instrumento continha um espaço aberto para que os Secretários Executivos comentassem algo que fosse pertinente ao tema. Abaixo apresenta-se alguns destes comentários:

Respondente 3:

“Como em toda profissão existem níveis de stress, a profissão de Secretária na fica de fora, principalmente por que somos um tipo de “escudo” para o executivo/empresa. Tudo para em nós, e assim sobrecarregamo-nos de cargas negativas e necessitamos nos livrar dela de forma que esta não nos esmague”.

Respondente 5:

“Na minha vida isso significa bem estar, o remédio para combater as dores do cansaço físico e mental, a arma mais poderosa contra o stress do trabalho e da vida pessoal. Ou seja, a prática do lazer no meu mundo é parte da minha felicidade, penso que cada pessoa, sem exceção deve procurar atividades nas quais consiga sentir prazer”.

Respondente 7:

“..... os Gestores deveriam levar mais a sério, e que na realidade esse tema é muito esquecido”.

Respondente 8:

“Quando o SER HUMANO perceber a verdadeira necessidade de participar de lazer familiar, com amigos, ele vai viver melhor”.

Respondente 9:

“Sim, para ser sincera nunca tinha visto este tema em trabalhos de conclusões de cursos, acho interessante começarmos a medir como está a saúde física e psicológica das secretárias”.

Respondente 15:

“Se não pararmos para viver, a vida nos pára, não recuperamos tempo perdido, portanto temos q ter equilíbrio entre profissão, família, lazer, senão é o velho jargão: a vida passa por nós e não nós por ela”.

Em todas as falas acima mencionadas, mesmo sem possuir conhecimento técnico e específico sobre o lazer, os Secretários Executivos demonstram entendimento sobre a necessidade desta prática em seu cotidiano e a importância de equilibrá-lo com os compromissos, principalmente profissionais.

A seguir apresentam-se alguns apontamentos como considerações finais deste estudo.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a elaboração deste trabalho e o desenvolvimento do tema, evidenciou-se que o aumento do estresse nas empresas é eminente devido aos fatores tecnológicos, concorrência de mercados e outros motivos já conhecidos. Percebeu-se a necessidade de gerenciar positivamente este estresse no cotidiano das empresas de forma que a vivência oferecida por elas para minimizar seus efeitos negativos possa ser levada para além da vida profissional.

É fato que o trabalho é primordial em nossas vidas, mas é preciso repensar a forma como trabalhamos. Este é o grande desafio das organizações contemporâneas:

A evolução da profissão por meio da pesquisa

Passo Fundo/RS: UPF, 20, 21 e 22 de outubro de 2011

equilibrar o uso das tecnologias em excelente nível técnico atrelado a melhoria da qualidade de vida de seus colaboradores, no âmbito profissional e pessoal.

As tarefas diárias do Secretariado Executivo devem ser bem divididas em seu cotidiano de forma que tenha tempo inclusive para administrar os imprevistos e assim inserir regularmente as práticas de lazer no seu cotidiano.

Outro ponto a destacar neste estudo é que o Secretário Executivo além de aprender a administrar o seu tempo para melhor executar as atividades profissionais e pessoais, também precisa com muita perspicácia conscientizar o executivo ou organização que atua, sobre a importância de usufruir o tempo disponível fora do ambiente profissional.

Percebeu-se que o Secretário Executivo pode desempenhar um papel fundamental na difusão da QVT - Qualidade de Vida no Trabalho, posicionando-se como agente facilitador na implantação destas melhorias na área que assessora, aos colaboradores da empresa e principalmente, a si próprio.

Evidenciou-se que a metodologia utilizada para a condução deste estudo atendeu os objetivos iniciais propostos. O questionário desenvolvido para a coleta das informações contribuiu para o êxito do estudo. As informações obtidas possibilitaram a comparação com as literaturas analisadas e percebeu-se que os entrevistados, mesmo sem o conhecimento técnico e formal, buscam por lazer na intenção de atingirem uma melhor qualidade de vida.

No entanto, constatou-se que ainda existem outras questões pertinentes ao assunto que podem ser abordadas futuramente. Como contribuição deste trabalho, pode-se incorporar a discussão do lazer à qualidade de vida no trabalho e, junto à Área de Recursos Humanos das empresas, difundir esta prática necessária.

Observou-se também a emergente necessidade da Humanidade repensar o tempo de trabalho e incentivar seus gestores a buscar práticas que valorizem e incentivem o alcance do equilíbrio perfeito entre os compromissos laborais, familiares, acadêmicos, sociais, religiosos e de lazer. Enfim, é preciso aprender a equilibrar a vida.

REFERÊNCIAS

ALONSO, Maria Éster Cambréa. A arte de assessorar executivos. São Paulo: Edições Pulsar, 2002. 207 p.

CAMARGO, Luiz Octávio de Lima. Educação para o lazer. São Paulo: Moderna, 1998. 160 p.

DE MASI, Domenico. O ócio criativo. Rio de Janeiro: Sextante, 2000. 336 p.

DUMAZEDIER, Joffre. Lazer e cultura popular. São Paulo: Editora perspectiva, 1976. 333 p.

_____. Sociologia empírica do lazer. São Paulo: Perspectiva, 1979. 249p.

FERREIRA, Aurélio Buarque de H. Minidicionário da língua portuguesa. 3ª ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1993. 536 p.

GAEZLER, Lenea. Lazer: benção ou maldição? Porto Alegre; Sulina: Editora da UFRGS, 1979. 191 p.

GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6ªed. São Paulo: Atlas, 2008. 200 p.

GRION, Laurinda Silva. Como ser uma secretária de sucesso. São Paulo: Érica, 2002. 190 p.

LIMONGI FRANÇA, Ana Cristina. Práticas de recursos humanos – RH: conceitos, ferramentas e procedimentos. São Paulo: Atlas, 2007. 267 p.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. Lazer e educação. Campinas, SP: Papirus, 1987. 175 p.

_____ Lazer e humanização. 2ª ed. Campinas, SP: Papirus, 1995. 83 p.

_____ Estudos do Lazer, uma introdução. 2ªed. Campinas, SP: Autores associados, 2000. 97 p.

_____ Lazer e recreação: repertório de atividades por fases da vida. Campinas, SP: Papirus, 2006. 197 p.

NONATO JR., Raimundo. Epistemologia e teoria do conhecimento em secretariado executivo: a fundação das ciências da assessoria. Fortaleza: Expressão gráfica, 2009. 257 p.

OLIVEIRA, Carlos Roberto. A história do trabalho. Coleção princípios. São Paulo: 1987. 94 p.

PARKER, Stanley. A sociologia do lazer. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1978. 184p.

RUIZ, Álvaro. Metodologia científica. 6ª. ed. São Paulo: Atlas, 2008. 180p.

SCHERMERHORN, John. R. Fundamentos de comportamento organizacional, traduzido por Sara Rivka Gedanke. 2ª ed. Porto Alegre: Bookman, 1999. 328 p.

SEVERINO, Antônio Joaquim. Metodologia do trabalho científico. 23 ed. Rev. e atualizada. São Paulo: Cortez, 2007. 304 p.

TAMAYO, Álvaro e colaboradores. Cultura e saúde nas organizações. Porto Alegre: Artmed, 2004. 255 p.