

**esec**

**ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO**

---



INSTITUTO POLITÉCNICO  
DE COIMBRA

Departamento de Educação

Mestrado em Educação e Lazer

O lazer e o desenvolvimento pessoal e social dos  
indivíduos: estudo de um grupo de excursionistas

Cátia Dias Barbosa

Coimbra, 2017



Cátia Dias Barbosa

## **O lazer e o desenvolvimento pessoal e social dos indivíduos: estudo de um grupo de excursionistas**

Dissertação de Mestrado em Educação e Lazer, apresentada ao  
Departamento de Educação da Escola Superior de Educação de Coimbra  
para obtenção do grau de Mestre

Constituição do Júri

Presidente: Professora Doutora Maria de Fátima Neves

Arguente: Professora Doutora Sílvia Maria Rodrigues Da Cruz Parreiral

Orientadora: Professora Doutora Sofia de Lurdes Rosas Silva

Data da realização da Prova Pública:

Classificação







## **Agradecimentos**

Esta dissertação marca o fim de uma importante etapa da minha vida. Gostaria, desta forma de agradecer a todos aqueles que contribuíram direta ou indiretamente para a sua concretização.

Aos meus pais, por todo o apoio dado e por acreditarem em mim e nas minhas capacidades para dar mais um passo na minha carreira profissional. Sem eles tudo isto não seria possível. O meu muito obrigado a eles.

À Doutora Sofia Silva, minha professora e orientadora de tese, pela paciência, pelo acreditar, pelos saberes, pela disponibilidade e ajuda importante para a elaboração deste estudo.

À empresa Vagoviagens, na pessoa de Luís Matos, pela disponibilidade e atenção que teve para comigo.

Aos organizadores das excursões Luís e Fernando, pela atenção e colaboração dispensada durante as excursões.

E a todas as pessoas entrevistadas e inquiridas que contribuíram de forma direta para este estudo, pela colaboração e participação neste. Sem eles não seria possível.

O meu muito obrigado a todos!



## **O lazer e o desenvolvimento pessoal e social dos indivíduos: estudo de um grupo de excursionistas**

### **Resumo**

Ao longo do tempo, o tempo de lazer tem vindo a ser cada vez mais valorizado. É no tempo de lazer que o indivíduo se entrega de livre vontade, seja com o objetivo de repousar, de se divertir, de recrear, de se entreter, ou até mesmo para desenvolver a sua formação e informação desinteressada, para desenvolver a sua participação social voluntária ou a sua livre capacidade criadora depois de cumpridas as obrigações profissionais, sociais e familiares.

É então que falamos das excursões como uma das atividades de lazer importantes para o desenvolvimento pessoal e social do indivíduo. Neste sentido, o presente estudo pretende verificar qual o contributo das atividades de lazer, em específico das excursões, como forma de perceber em que é que esta atividade contribui para o desenvolvimento pessoal e social de quem nelas participa.

Para a concretização deste objetivo, optou-se por uma investigação qualitativa, estudo de caso, junto de uma empresa organizadora de excursões e seus grupos de excursionistas.

Para a recolha dos dados foram utilizados os seguintes instrumentos: inquérito por questionário, entrevista semiestruturada e conversas informais, observação participante e diário de bordo.

Quanto à análise de dados permitiu-nos concluir que existem diferenças no que se refere ao desenvolvimento pessoal e social em função do tempo em que participa em excursões, do sexo e da idade e destes em função da Escala da Solidão (UCLA) e da Escala de Satisfação com a Vida (SWLS).

Já quanto à análise de conteúdo permitiu-nos concluir que existem diferentes prestativas em excursionistas mais novos comparativamente com os mais velhos, não só no que se refere ao desenvolvimento pessoal e social, mas também ao nível dos motivos e regularidade com que estes participam em excursões.

**Palavras-chave:** Lazer; Excursões; Desenvolvimento pessoal; Desenvolvimento social.

## **Leisure and personal and social development of individuals: study of a group of excursionists**

### **Abstract**

Over time, leisure time has been increasingly appreciated. It is on leisure time that an individual indulges himself freely, either in order to rest, to have fun, to recreate, to entertain, or even to develop his/her training and disinterested information, to develop his/her social participation voluntary or his/her free creative capacity after the fulfillment of the professional, social and family obligations.

It is then that we talk about the tours as one of the major leisure activities for personal and social development of an individual. In this sense, the present study aims to analyze leisure activities contributions, in specific tours, as a way to see and understand, in what this activity contributes to the personal and social development of those who participate in it.

To achieve this objective, it was conducted a qualitative research, a case study, with an organizing tour company and their respective excursionist's groups.

For data collection the following instruments were used: questionnaire survey, semi-structured interviews and informal conversations, participant observation and logbook.

Regarding data analysis, it allowed us to conclude that there are differences in excursionists' personal and social development, loneliness and satisfaction with life considering how long they have been participating in excursions, gender and age.

As for content analysis, it allowed us to conclude that there are differences between young and old excursionists, not only with regard to personal and social development but also in terms of their motives and regularity for participating in tours.

**Keywords:** Leisure; Tours; Personal development; Social development

**Sumário**

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	1
<b>EQUADRAMENTO TEÓRICO E CONCEPTUAL</b> .....	7
<b>Capítulo I – Lazer</b> .....	9
1.1. Conceito de Lazer .....	9
1.2. Lazer e as excursões .....	13
1.3. Impacto da prática de atividades de lazer para o desenvolvimento pessoal e social .....	16
1.4. Lazer e desenvolvimento pessoal e social .....	19
<b>Capítulo II - Animação Socioeducativa e o seu contributo para o desenvolvimento pessoal e social</b> .....	24
2.1. Animação Socioeducativa.....	24
2.2. Animador Socioeducativo.....	26
2.3. Animador socioeducativo e a sua contribuição para o desenvolvimento pessoal e social do indivíduo em contextos e situações de lazer .....	28
<b>ENQUADRAMENTO EMPÍRICO</b> .....	35
<b>Capítulo III - Definição e delimitação da problemática do estudo</b> .....	36
3.1. Opções metodológicas .....	36
3.2. Desenho da investigação.....	37
3.3. Instrumentos de recolha e análise de dados .....	38
3.4. Seleção da amostra.....	40
3.5. Inquérito por questionário.....	41
3.6. Entrevista Semiestruturada .....	43
3.7. Tratamento de dados .....	44
<b>Capítulo IV – Apresentação, análise e discussão de dados quantitativos</b> .....	45
4.1. Análise descritiva dos dados.....	45

4.1.1. Caracterização dos inquiridos .....	45
4.1.2. Importância de participar em excursões .....	46
4.1.3. Preferências .....	47
4.1.4. Benefícios da participação nas excursões .....	49
4.2. Análise descritiva de tabulações cruzada.....	52
4.2.1. Ordem de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função do tempo que participa em excursões.....	52
4.2.1.1. Benefícios pessoais em função do tempo que participa em excursões .....	53
4.2.1.2. Benefícios sociais em função do tempo que participa em excursões .....	55
4.2.2. Ordem de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função do sexo.....	56
4.2.2.1. Benefícios pessoais em função do sexo.....	57
4.2.2.2. Benefícios sociais em função do sexo .....	58
4.2.3. Ordem de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função da idade.....	60
4.2.3.1. Benefícios pessoais em função da idade.....	60
4.2.3.2. Benefícios sociais em função da idade .....	62
4.2.4. Resultados na Escala da Solidão (UCLA) em função do tempo de participação em excursões.....	64
4.2.4.1. Resultados na Escala da Solidão (UCLA) em função do sexo.....	65
4.2.4.2. Resultados na Escala da Solidão (UCLA) em função da idade.....	66
4.2.5. Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) em função dos anos que participa em excursões .....	67
4.2.5.1. Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) em função do sexo.....	68
4.2.5.2. Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) em função da idade.....	69

4.3. Síntese sobre os dados recolhidos.....	69
<b>Capítulo V - Apresentação, análise e discussão de dados qualitativos .....</b>	<b>72</b>
5.1. Análise e discussão de dados da entrevista ao diretor da empresa .....	72
5.1.1. Categoria 1 - Entrevistado .....	74
5.1.2. Categoria 2 - Excursões.....	74
5.1.3. Categoria 3 – População que mais participa.....	75
5.1.4. Categoria 4 – Vantagens de participar em excursões.....	75
5.1.5. Categoria 5 - Ganhos de participar em excursões .....	76
5.2. Síntese conclusiva dos dados recolhidos .....	77
5.3. Análise e discussão de dados das entrevistas à pessoa mais nova e à pessoa mais velha do grupo. ....	78
5.3.1. Categoria 1 - Excursões.....	79
5.3.2. Categoria 2 - Vantagens de participar em excursões .....	80
5.3.3. Categoria 3 - Ganhos de participar em excursões.....	81
5.4. Síntese conclusiva dos dados recolhidos .....	82
<b>CONCLUSÃO .....</b>	<b>85</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>91</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>99</b>
Anexo I – Inquérito por questionário .....	100
Anexo II – Entrevista semiestruturada ao diretor da empresa.....	108
Anexo III – Entrevista semiestruturada às pessoas mais nova e mais velha .....	109
Anexo IV – Análise de conteúdo da entrevista ao diretor da empresa.....	110
Anexo V - Análise de conteúdo das entrevistas à pessoa mais nova e mais velha .....	112

## **Abreviaturas**

ESEC – Escola Superior de Educação de Coimbra

APDASC – Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Animação Sociocultural

IQF - Instituto para a Qualidade na Formação

SPSS - Statistical Package for the Social Sciences

UFSM - Universidade Federal de Santa Maria

UCLA - University of California, Los Angeles

SWLS - Satisfaction with Life Scale

WLRA – World Leisure and Recreation Association

AIDA – Associação Industrial do Distrito de Aveiro

**Índice de quadros**

Quadro 1 – Idade.....	45
Quadro 2 - Sexo .....	45
Quadro 3 – Estado Civil.....	45
Quadro 4 – Situação profissional .....	46
Quadro 5 – Escolaridade .....	46
Quadro 6 – Tempo de participação em excursões .....	46
Quadro 7 – Importância das excursões na vida dos excursionistas .....	47
Quadro 8 – Preferências de excursões .....	47
Quadro 9 – Tipos de excursões .....	48
Quadro 10 – Gosto de excursões para.....	49
Quadro 11 - Benefícios de participar em excursões, por ordem de importância .....	49
Quadro 12 - Excursões e desenvolvimento pessoal e social .....	50
Quadro 13 - Motivo de participação em excursões.....	50
Quadro 14 - Escala da Solidão (UCLA) .....	51
<b>Quadro 15 - Escala de satisfação com a vida (SWLS) .....</b>	<b>51</b>
<b>Quadro 16 – Ordem nº1 de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função do tempo que participa em excursões.....</b>	<b>53</b>
<b>Quadro 17 – Benefícios pessoais em função do tempo que participam em excursões .....</b>	<b>54</b>
<b>Quadro 18 – Benefícios sociais em função do tempo que participa em excursões .....</b>	<b>55</b>
<b>Quadro 19 - Ordem n.º 1 de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função do sexo .....</b>	<b>56</b>
Quadro 20 - Benefícios pessoais em função do sexo.....	57
Quadro 21 - Benefícios sociais em função do sexo .....	59
Quadro 22 - Ordem nº1 de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função da idade.....	60
Quadro 23 - Benefícios pessoais em função da idade.....	61
Quadro 24 - Benefícios sociais em função da idade .....	63

Quadro 25 - Escala da Solidão em função do tempo a que cada excursionista participa em excursões .....	64
Quadro 26 - Escala da Solidão em função do sexo .....	66
Quadro 27 - Escala da Solidão em função da idade .....	67
Quadro 28 - Escala de Satisfação com a Vida em função dos anos que participa em excursões .....	68
Quadro 29 - Escala de Satisfação com a Vida em função do sexo .....	68
Quadro 30 - Escala de Satisfação com a Vida em função da idade .....	69
Quadro 31 - Matriz de categorização de dados da entrevista ao diretor .....	73
Quadro 32 - Matriz de categorização de dados das entrevistas aos excursionistas....	79

## **Índice de ilustrações**

Ilustração 1 - Mapa Aveiro, Região Centro de Portugal .....	40
---	----



## **INTRODUÇÃO**



Apesar de o excursionismo se tratar de uma prática de lazer, falar sobre passeios e/ou viagens de excursão não é tarefa fácil, isto porque são poucos os estudos nesta área do lazer ligada às excursões.

O lazer é um direito fundamental da humanidade que já vem a ser estudado desde o século XIX, em diferentes perspectivas, como, psicológica, económica e sociológica. Quanto mais tempo livre há, mais as pessoas se encontram, se organizam e refletem sobre a sua vida. É fundamental o usufruto do tempo livre de uma forma saudável, lúdica e construtiva. É no tempo livre, mais do que no tempo de trabalho ou das obrigações familiares ou sociais, que se abre a melhor oportunidade para a livre descoberta do indivíduo. O tempo livre requer espaço livre, liberdade de agir e de sentir.

Segundo a Associação Mundial de Recreação e Lazer (World Leisure and Recreation Association – WLRA), na Carta Internacional de Educação para o Lazer 2005, o lazer promove a saúde e o bem-estar geral, ou seja, é um recurso para melhorar a qualidade de vida, englobando um estado de bem-estar físico, mental e social. Salienta ainda que o lazer deve incluir liberdade de escolha, criatividade, satisfação, diversão e aumento de prazer e felicidade.

Torna-se difícil separar e analisar o desenvolvimento pessoal e o desenvolvimento social separadamente, isto porque ambos caminham juntos. Ou seja, o desenvolvimento pessoal e social leva os indivíduos a uma formação integral, sendo que, no desenvolvimento social, o indivíduo transforma-se enquanto cidadão e no desenvolvimento pessoal o indivíduo transforma-se enquanto pessoa. Este desenvolvimento nem sempre é percebido pelos indivíduos, é inconsciente, isto porque é adquirido pela diversão e, além de tudo, por prazer e com prazer.

Segundo Alcantara (2005), as excursões são viagens populares inseridas no turismo popular, onde pessoas de diferentes localidades são integradas num “quase-grupo” de excursões e que visitam uma determinada localidade durante um período de tempo, seja por motivos de ócio ou de lazer.

É nas excursões que vamos encontrar a função de repouso, de divertimento e de desenvolvimento pessoal e social, como em qualquer outra atividade de lazer. A função de repouso é fundamental, isto porque permite revitalizar o corpo e a mente com a finalidade de recuperar o desgaste do dia-a-dia. Já a diversão é um complemento do repouso. Por sua vez, a função de repouso e de diversão são complementadas pela função de desenvolvimento. Enquanto as duas primeiras visam a evasão e o prazer, a função de desenvolvimento pressupõe um crescimento da pessoa através das atividades a que esta se dedica (Marcellino, 2002).

Não menos importante é o papel do animador socioeducativo neste contexto onde exerce o papel de organizador e motivador dos grupos sociais, interagindo e fazendo com que estes participem e se entreguem em cada excursão. É ele que poderá leva as pessoas a relacionarem-se com o meio que visitam (pessoas, património natural, paisagem, crenças e tradições, património arquitetónico, associações existentes, artesanato, gastronomia, festas populares, etc.); substitui o ver pelo envolver, procurando uma integração ativa social e cultural; cria processos dinâmicos e criativos, fruto de diferentes interações, em que articulam valências culturais, sociais e educativas; transforma o tempo livre em ócios criativos e rejeita o tempo morto e a ociosidade depressiva; estabelece a comunicação entre a população nativa de um espaço visitado com a população visitante, através de eventos e experiências que passem por convivências, assentes em partilhas de saberes, partilhas culturais, partilhas inter e multiculturais, entre muitas outras coisas (Lopes, 2008).

Neste sentido passamos a analisar o excursionismo como atividade de lazer, tentando perceber qual é o contributo que esta atividade tem para o desenvolvimento pessoal e social dos excursionistas.

Como tal, foi conduzido um estudo de caso, que integra dados quantitativos e qualitativos. Os dados quantitativos através de questionário, realizado junto de uma amostra de 100 excursionistas e os qualitativos, através de entrevistas junto de 2 excursionistas (uma pessoa mais velha; uma pessoa mais nova) e ao diretor da empresa.

Este estudo está estruturado em duas partes: a primeira diz respeito à fundamentação teórica que aborda as temáticas do lazer, excursionismo, desenvolvimento pessoal e social e animação e o animador socioeducativo; a segunda parte apresenta as opções metodológicas do estudo, em particular, questões de investigação, objetivos, instrumentos de recolha de dados e apresentação da análise dos resultados obtidos.

No final são apresentadas as principais conclusões do estudo assim como algumas considerações ao nível do desenvolvimento pessoal e social ligado ao excursionismo.



## **EQUADRAMENTO TEÓRICO E CONCEPTUAL**



## Capítulo I – Lazer

### 1.1. Conceito de Lazer

Nunes e Hutz (2014) dizem-nos que o lazer já tem vindo a ser estudado desde o século XIX, em diferentes perspetivas, como, psicológica, económica e sociológica. Porém, não tem sido um processo fácil encontrar um conceito único para definir o lazer.

Do ponto de vista da Psicologia, o lazer pode ser visto como uma das áreas, fora do contexto de trabalho, onde o indivíduo pode desenvolver o seu potencial bem como as suas necessidades de vida (Armstrong & Rounds, 2008; Dik & Hansen, 2008; Gaudron & Vautier, 2007; Hur, McGue, & Lacono, 1996). Um outro ponto não menos importante sobre o olhar da psicologia, diz respeito aos riscos psicossociais relacionados com os hábitos de lazer hedonísticos (com características egoístas e individualistas) que levam muitas vezes a comportamentos desviantes. Nunes e Hutz (2014) defendem, por esta razão, o estimular de hábitos de lazer instrutivos e lúdicos, podendo a família e a escola atuar como fatores de proteção a condutas desviantes, ao organizar e administrar os espaços de diversão da criança e do jovem, com o objetivo de os manter socialmente bem.

Do ponto de vista económico, o lazer é visto como oposto ao trabalho profissional, como o momento de não-trabalho. Este tempo de lazer estará dependente dos vários papéis assumidos pelo indivíduo, bem como pela sua capacidade de organização do seu tempo. Neste sentido, é mais importante perceber como é que estes dois elementos se caracterizam em vez de perceber quais as atividades de lazer ou as motivações das pessoas (Amestoy, Rosal, & Toscano, 2008; Becker, 1965; Hurst, 2008).

Por fim, o ponto de vista sociológico vê o lazer como o “tempo orientado para a realização da pessoa com fim último” (Dumazedier, 1974, p. 91). Quer isto dizer que a pessoa consegue aproveitar esse tempo quando se liberta de todas as suas obrigações. Desse modo, o lazer não é compreendido como sinónimo de tempo livre, uma vez que este é limitado pelo tempo de trabalho profissional e de outras atividades, pelo tempo de deslocamento entre o trabalho e a casa e pelo tempo

destinado às obrigações domésticas ou familiares, obrigações sociopolíticas e sócio espirituais.

O lazer pode também ser definido como um conjunto mais ou menos estruturado de atividades que respondem às necessidades do corpo e do espírito: lazeres físicos, práticos, intelectuais, artísticos e sociais, dentro dos limites do condicionamento económico, social, político e cultural de cada sociedade (Nunes & Hutz, 2014).

Witt e Bishop (2009) dizem que cada pessoa define o lazer de acordo com os seus gostos e com os recursos disponíveis para satisfazer as suas necessidades, e poderá valorizar os resultados de maneira diferenciada, de acordo com o seu sistema de valores e aspirações. A atividade de lazer depende do significado que a pessoa lhe dá, e não à atividade em si. Com isso, o lazer pode assumir formas diversas para diferentes pessoas, ou seja, uma mesma atividade pode ser vista como obrigação ou como lazer.

Como diz Dumazedier (1976), o lazer tem carácter libertatório (liberdade de escolha), desinteressado (sem fins lucrativos), hedonístico (procura pelo prazer) e pessoal (libertação da rotina).

Neste sentido, passaremos a citar uma definição apresentada por Dumazedier (1976) e citada por muitos outros autores como Paiva (2003), Delgado (2003), Isayama (2002) e Stoppa (1998), como uma possível definição. Diz este autor que o lazer é "(...) um 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 informação ou formação desinteressada, a sua participação social voluntária ou a sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais" - (Dumazedier, 1976, p.94).

Assim sendo, Dumazedier (1976) apresenta três funções importantes do lazer: a função de repouso, a de diversão e a de desenvolvimento. A função de repouso tem como objetivo fazer com que a pessoa descanse da agitação e da fadiga do dia-a-dia. A função de divertimento tem como objetivo, tal como a palavra nos indica, de diversão, como forma de quebrar o ritmo, o automatismo e a rotina do dia-a-dia. Por

fim, tem ainda função de desenvolvimento que resulta da vontade que o indivíduo tem para aprender com as atividades de lazer a que se propõe fazer.

Já Requixa (1980, p.35) apresenta também uma definição de lazer dizendo que o lazer é a “(...) ocupação não obrigatória, de livre escolha do indivíduo que a vive, e cujos valores propiciam condições de recuperação psicossomática e de desenvolvimento pessoal e social”. Esta última parece-nos a mais adequada para a finalidade deste trabalho de investigação uma vez que, a partir desse entendimento, é possível compreender o lazer e as suas vertentes de desenvolvimento.

Esta escolha de atividades é feita segundo o interesse cultural de cada indivíduo. Segundo Dumazedier (1980a) podem ser por interesse físico, prático ou manual, artístico, intelectual ou social. Quem procura atividades por interesse físico tem como motivação melhorar a aparência estética e a saúde. Quem procura por interesse prático ou manual tem como principal motivação o prazer pela manipulação de objetos e produtos. O que acontece com este tipo de procura é que futuramente se torna artística, isto porque quem produz alguma coisa, vai sempre querer produzir, mais e melhor. Quem procura por interesse artístico procura com o objetivo do encontro e contacto pelo imaginário, pelo sonho, pelo que é belo e muitas vezes até passa mesmo pelo fazer de conta. Quem procura por interesses intelectuais, procura com o objetivo de encontrar atividades de raciocínio, como é o exemplo do xadrez, das damas ou até mesmo do bridge. Atividades com interesse social serão todas elas, isto porque em princípio todas as atividades de lazer tendem a envolver grupos e a desenvolver a sociabilidade. Mas quem procura atividades com interesse social, são pessoas cuja principal motivação é a socialização. A este respeito Camargo (1986) acrescenta um sexto interesse que diz respeito ao interesse turístico, cujo objetivo é conhecer novos lugares, novas formas de vida, novas culturas, conseguindo desta forma fugir à rotina do dia-a-dia.

Do ponto de vista de Marcellino (2000a, p.44) esta classificação dos seis conteúdos culturais do lazer “ (...) situa, no campo específico do lazer, as atividades que buscam o atendimento das necessidades do corpo – conferindo destaque especial às habilidades manuais, da mente, da sensibilidade e da sociabilidade”. É essencial que cada indivíduo conheça as atividades de lazer que satisfazem os seus interesses e que no seu tempo disponível vivencie atividades que façam parte de todos os grupos

de interesse podendo desta forma exercitar o corpo, a imaginação, o raciocínio, a habilidade manual e o relacionamento social, quando quiser, onde quiser, com quem quiser e da maneira que quiser.

Dumazedier (1980b) faz ainda uma outra classificação dos conteúdos culturais propondo categorias de tipos e níveis de participação. Diz o autor que os tipos das atividades a serem propostas e vivenciadas são três: prática ou vivência, assistência ou fruição e conhecimento. A prática ou vivência ocorre quando o indivíduo procura praticar as suas atividades de lazer. Já nas de assistência ou de fruição, o indivíduo observa apenas as atividades, a que se propõe. Por fim, o conhecimento, em que o indivíduo procura e recebe informação sobre as atividades escolhidas.

Com base nesta classificação surge então a distinção entre lazer ativo e lazer passivo. Segundo Marcellino (2000b), todo o “fazer” estaria associado ao lazer ativo; enquanto o “assistir”, ao lazer passivo. Ou seja, o que determina a atitude como ativa ou passiva é a maneira como o indivíduo participa nas atividades de lazer. Neste sentido, a classificação ativo/passivo poderia ser encontrada nos dois tipos – prática ou vivência, e assistência ou fruição, sendo que do lazer ativo faz parte a prática ou vivência, e do lazer passivo faz parte a assistência ou fruição.

Ainda em relação a esta classificação anteriormente mencionada, surge uma outra que diz respeito aos níveis de participação dos indivíduos, que podem ser classificados em elementar ou conformista, médio ou crítico e superior ou criativo (Dumazedier, 1980b). No nível elementar ou conformista, os indivíduos limitam-se apenas a reproduzir as atividades, não fazendo posteriormente qualquer tipo de análise ou reflexão. No nível médio ou crítico, o indivíduo procura informações que lhe são importantes e a partir delas faz opção por determinadas atividades ou experiências. Já no superior ou criativo, ocorre a criação de possíveis atividades e de novas oportunidades. Neste sentido, podemos dizer que os indivíduos, na vivência do lazer, devem passar por experiências do índice conformista ao crítico, até atingir o criativo. Com isto, e conhecendo a definição de lazer nas suas diferentes vertentes, psicológica, económica e sociológica conclui-se que o lazer tem função de repouso, diversão e ainda de desenvolvimento pessoal e social (Requixa, 1980). Quanto aos seus conteúdos culturais e às suas áreas específicas de interesse, os tipos e atividades,

bem como os níveis de participação nas atividades tornam o lazer uma prática educativa importante na medida em que pode permitir aos indivíduos passar da fase conformista para as fases crítica e criativa, independentemente do tipo de atividade que escolherem.

## **1.2. Lazer e as excursões**

Falar de uma atividade de lazer como as excursões não é tarefa fácil, isto porque são poucos os trabalhos acadêmicos que tratam este fenômeno. A denominação excursão abrange vários tipos de deslocamentos, que podem ter objetivos muito diferentes. Segundo Alcantara (2005), as excursões são viagens populares, muitas vezes viagens de baixo custo e sem uso de grandes recursos. Diz mesmo que é um setor bastante diferente no que se refere ao capital investido, à forma de organização e ao tipo de cliente que nelas participam.

Este tipo de atividade não é considerado por muitos investigadores da área do turismo como atividade turística, mas Alcantara (2005) classifica-a como turismo popular. O turismo popular é um tipo de turismo em que pessoas de diferentes localidades são integradas num “quase grupo” de excursões, e que visitam uma localidade durante um período de tempo, seja por motivos de ócio ou de lazer. Mayer (2010) utiliza a designação de “quase grupo”, porque refere que estas pessoas se reúnem em torno de um interesse comum, ou seja, vivenciam um dia de lazer, mas não constituem grupos definidos que mantêm alguma forma de associatividade entre os seus membros. Esta forma de relação social é inerente ao processo associativo desta modalidade de lazer coletivo.

Estas excursões, geralmente, envolvem a participação de membros de grupos diferenciados, isto é, o vizinho de um, o irmão de outro, e assim sucessivamente. Mayer (2010) explica que no quase grupo as interconexões não são permanentes, estão centradas num propósito comum, no qual os seus membros possuem laços sociais em função da sua participação.

Não estando estas pessoas envolvidas por uma associatividade fixa, é elemento fundamental as relações e experiências das excursões das camadas populares a partilha das refeições, que poderá ir desde a simples partilha ao próprio

cozinhar da refeição, os custos da viagem, a publicidade boca a boca, as brincadeiras e mesmo durante a viagem, o cantar e o contar piadas, entre outras coisas que podem fazer parte da viagem. Todas essas práticas, além de serem compartilhadas, acabam por ser motivo de mais um passeio (Alcantara, 2005).

Magnani (2003) faz uma outra qualificação destas excursões populares, incluindo-as numa rede de lazer. A rede de lazer é para este autor uma rede de relações e interações entre familiares, amigos, colegas e desconhecidos, destacando-se as conversas, o partilhar de refeições, o acolhimento, o passeio e o entusiasmo pela perspectiva de passar um dia diferente. Por esse motivo, na dinâmica das excursões populares, mesmo não havendo a permanência e regularidade da participação dos seus membros, estabelecem-se relações de troca e sociabilidades que são visíveis nas formas de descontração e ocupação dos diferentes espaços (Mayer, 2010).

Porém, há quem veja esta atividade de modo negativo. Segundo Rodrigues (2001, p.120), o excursionismo “trata-se de um fluxo de pessoas visto pelos políticos, pelos moradores locais e pelos turistas de maior poder aquisitivo, como verdadeira horda de desordeiros, acusados de causar sérios danos aos locais de destino, gerando anarquia, depredação e agressão ao ambiente”. Ou seja, é vista como uma atividade incómoda e indesejada.

Neste sentido, será oportuno falar de Nery (1998), que trabalha os deslocamentos físico-morais como valor e como atos sociais que atuam como elementos de desenvolvimento da pessoa moderna. Este autor não vê no caráter do acontecimento o interesse fundamental do sujeito que se desloca, mas sim “o efeito de espelho que essa experiência devolve para seu autorreconhecimento como pessoa” (Nery, 1998, p.22), que motiva o sujeito a fazer as escolhas dos destinos das suas viagens ou deslocamentos.

Para chegar a esta conclusão, Nery apoia-se em Duarte (1986) e no modelo hierárquico de Dumont (1992) que utiliza a hipótese da existência de dois tipos de análise de um modelo de pessoa. A primeira análise seria a holística ou particularista, e a segunda seria a análise individualista moderna ou da sociedade moderna.

A análise holística pode ser aplicada a sociedades onde o todo social possui primazia frente às necessidades e aspirações individuais. Nas sociedades holísticas as pessoas são concebidas como engrenagens do corpo social. Há geralmente uma identificação imediata entre a pessoa e a sua posição na ordem global ou universal. É aqui importante dar ênfase ao todo sobre a unidade, o que não acontece, nas sociedades modernas (Nery, 1998).

Como referido anteriormente, a ideologia individualista tende a valorizar a parte em detrimento do todo, isto é, o indivíduo já é um todo, mesmo antes de entrar em relação com a sociedade. Como consequência, as necessidades individuais são prioritárias frente à ordem social, assim como a liberdade de ação (Nery 1998).

O holismo é percebido como “hierárquico, não individualista, relacional, complementar, restrito, fechado, estereotípico, e relation-oriented” (Nery, 1998, pp.3-4). Mais frequentemente encontrado entre as classes populares, neste modelo, o prazer de viajar impulsiona os deslocamentos físico-morais, funcionando como um momento de saída da rotina quotidiana, à procura do prazer.

Segundo Velho (1994), o prazer de viajar está associado à constituição de projetos e às possibilidades de desenvolvimento individual a partir destes. Ao construir projetos, o indivíduo constrói o seu destino. Neste caso, são as viagens individuais, para os mais diversos destinos, que apresentam uma perspectiva de autoaperfeiçoamento pessoal.

Para Velho (1994), os deslocamentos para realizar atividades de lazer são percebidos como deslocamentos físico-morais do indivíduo. Mas diz ainda que não devemos tomar este esquema como rígido nem simplificador da realidade, uma vez que, na vida quotidiana, individualismo e hierarquia - estruturas de pensamento base de cada um dos modelos – articulam-se.

Nery (1998) qualifica o passeio como um deslocamento físico-moral que marca a saída do mundo do trabalho para o mundo da folga. O autor estabelece a oposição entre mundo da folga e mundo do trabalho, inserindo neste último o âmbito profissional, o doméstico e o escolar. A partir deste facto, é possível apontar que são relativamente escassos os momentos de folga da vida das classes populares, que em contrapartida, passam a assumir esses momentos como um dos mais importantes. Por isso, o passeio é visto como um grande acontecimento e constitui-se um verdadeiro

espetáculo, em que as pessoas são ao mesmo tempo espectadores e participantes. O passeio, ou melhor, o deslocamento é a finalidade em si, não importando “o objeto da experiência de prazer”, assim como “a própria experiência de prazer em si, como algo que fosse adicionado ao indivíduo enquanto um dado a mais de experiência” (Nery, 1998, p.160).

Os praticantes valorizam a vida em grupo e esta está acima das individualidades. A procura de prazer é em grupo, o que faz com que haja uma fidelidade aos padrões e às atividades realizadas em grupo. Como principal valor temos a partilha, que é provavelmente a principal razão da participação das pessoas nestes passeios, embora a distância e o desconforto dos serviços de transporte público, em geral, possam ser o motivo da sua não participação (Nery, 1998). No método holístico, a experiência vivida na relação com eventos e objetos de significados predeterminados é responsável direta pela obtenção de prazer. Há uma “manipulação simbólica da emoção” associada ao grupo, ou aos grupos sociais nos quais o indivíduo se insere. A partilha e a produção de relações são as formas reais de prazer das classes populares (Nery, 1998, p.161). Ou seja, o tempo de folga estabelece-se como um tempo de produção de relações, em que beber, comer, cantar, contar piadas, etc., são formas de exaltar a partilha.

Em suma, as excursões mesmo apresentando normas e códigos estruturantes, para as classes populares, são vistas como um momento da “farra”, “do descanso” ou da “recreação” (Nery, 1998, p.152).

### **1.3. Impacto da prática de atividades de lazer para o desenvolvimento pessoal e social**

O lazer pode representar um espaço privilegiado para vivências lúdicas que podem contribuir para o desenvolvimento humano permitindo, além do descanso e do divertimento, o desenvolvimento pessoal e social. Sendo poucos os estudos sobre o impacto de lazer para o desenvolvimento pessoal e social, apresenta-se um estudo realizado na Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), sendo possível ver o impacto do lazer, tendo como base as seis categorias de Marcelino (1996): físico, intelectual, artístico, manual, social e turístico.

Para este estudo foi utilizada uma amostra de 605 estudantes da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), com idades compreendidas entre os 17 e 28 anos, sendo 295 do sexo feminino e 310 do sexo masculino. Esta amostra era constituída por alunos dos cursos de Educação Física, Agronomia, Administração de Empresas, Arquitetura e Urbanismo, Psicologia e Pedagogia. A seleção destes ocorreu de maneira aleatória. Para esta análise foram utilizados questionário com questões abertas e fechadas, tendo sido feita a sua aplicação nos anos 2003 e 2004.

Este estudo mostra-nos que no que se refere às atividades físicas mais praticadas pelos homens são: jogar futebol (92,6%), musculação (74,2%), correr (41%), caminhadas (40%) e jogar voleibol (26,1%); já nas mulheres, as mais praticadas são caminhadas (77,3%), musculação (59,3%), ginástica (37,3%), dança (34,6%) e andar de bicicleta (26,1%). É importante ressaltar a percentagem elevada da prática do futebol entre os homens e as caminhadas entre as mulheres e da musculação em ambos os sexos.

O facto de os homens praticarem mais futebol, comparado com as mulheres, explica-se possivelmente pela grande influência que o futebol assume no desenvolvimento social e cultural do homem. Provavelmente é o facto social que envolve o maior público de todas as condições sociais e de todas as idades, em qualquer parte do mundo. Já o facto de as mulheres praticarem mais caminhadas que os homens deve-se à grande facilidade da prática desta atividade, com acesso garantido a todos os praticantes, e ao grande incentivo dado pela comunidade académica e médica. Já a musculação foi a segunda atividade física mais praticada por ambos os sexos, provavelmente por ser uma atividade bastante indicada e divulgada pelos profissionais da área e também pelos media.

Verificam-se que no que se referentes às atividades intelectuais mais praticadas pelos homens são o uso da internet (64,8%), cursos de aperfeiçoamento (42,9%) e leituras informais (32,3%). Nas mulheres são as leituras informais (38,3%), uso da internet (35,2%) e cursos de aperfeiçoamento (30,2%).

O uso da internet é maior em percentagem nos homens do que nas mulheres (32,5%) podendo ser explicado pelo facto do grande fenómeno da comunicação em que se transformou a internet na nossa sociedade, proporcionando aos alunos acesso imediato à pesquisa e informação e também ao incentivo dado pela administração da

UFSM à sua comunidade académica, mantendo em cada curso salas equipadas com computadores ligados à rede, com acesso livre aos seus alunos. Quanto aos resultados encontrados no que diz respeito às leituras informais, termos de média geral é bastante baixa, demonstrando que ainda é pequeno o número de universitários que desenvolveram o hábito da leitura. A atividade de lazer artístico, cursos de aperfeiçoamento, citada em ambos os sexos, com uma margem maior de preferência entre os homens, pode ser justificada pela constante procura de melhores qualificações para o mercado de trabalho.

Já as atividades artísticas mais praticadas pelos homens são: ouvir música (100%), assistir televisão (97,4%), ir a espetáculos musicais (47,4%), assistir filmes no vídeo/DVD (41,6%) e ir ao cinema (39,7%). As atividades que as mulheres mais praticam são: ouvir música (96,6%), assistir televisão (87,1%), ir a shows musicais (38,3%), ir ao cinema (34,6%) e assistir filmes no vídeo/DVD (33,5%). Daqui é importante notar a percentagem das atividades ouvir música e assistir televisão que é elevada em ambos os géneros.

Estes resultados apontam para o facto de que cada vez mais as pessoas procuram entretenimento e informação, e encontram no rádio e na TV alternativas de baixo custo, e com o conforto de estarem em casa. A televisão vem a confirmar-se como a atividade de lazer mais utilizada pela população.

Quanto às atividades manuais mais praticadas pelos homens, são: culinária (41,6%), cuidar de animais (25,4%), bricolagem (17,4%) e jardinagem (10,3%); já nas mulheres são: culinária (33,5%), cuidar de animais (26,8%), artesanato (15,6%) e tricô/croché (13,9%). Como vemos a culinária é a mais praticada por ambos os géneros.

É interessante que 129 homens citaram a culinária como um hobby, o que mostra uma grande metamorfose do “macho”, ou seja, essa revolução que está a criar um “novo homem”, que não tem medo de expor as suas emoções, onde o machismo perde a cada dia mais terreno e, no lugar, entra a delicadeza, a sensibilidade, à qual lhes permite falar em culinária, pratos e receitas novas, como se falassem de negócios, ou desporto.

Quanto às atividades sociais mais praticadas pelos homens são: ir às festas (97,4%), namorar/ficar (63,8%) e frequentar restaurantes (32,6%); já nas mulheres

são: ir às festas (91,5%), namorar/ficar (68,8%) e ir a bailes (32,5%). A destacar encontra-se a percentagem elevada nas atividades ir a festas e namorar/ficar, em ambos os sexos. Isto deve-se ao facto de que cada vez mais as pessoas, em especial os jovens, procurarem entretenimento e afiliação. Essas duas atividades estão muito ligadas, isto porque os jovens vão às festas à procura de novas amizades, de encontrar uma pessoa especial, podendo até chegar a um relacionamento que pode durar uma noite ou, até mesmo transformar-se num namoro.

Por fim temos as atividades turísticas mais praticadas pelos homens são: pequenos passeios na cidade (66,1%), viagens dentro do Estado (32,9%) e visitar outros Estados (32,6%); já nas mulheres as atividades são: pequenos passeios na cidade (82%) visitar outros Estados (33,2%) e viagens dentro do Estado (33,2%).

Quanto à elevada percentagem encontrada nas atividades turística de pequenos passeios na cidade em ambos os géneros, os resultados apontam para o facto de que cada vez mais as pessoas procurarem formas de lazer alternativas e económicas.

Em suma, as atividades mais desejadas pelas mulheres foram ouvir música, ir a festas, pequenos passeios na cidade, assistir televisão, caminhadas, namorar/ficar, praticar musculação, leituras informais, ir a espetáculos musicais, praticar ginástica e uso da internet. Nos homens foram: ouvir música, assistir televisão, ir a festas, jogar futebol, praticar musculação, pequenos passeios na cidade, uso da internet, namorar/ficar, ir a espetáculos musicais e cursos de aperfeiçoamento. É ainda de salientar que o género é maioritariamente o marcador das escolhas da prática das atividades.

#### **1.4. Lazer e desenvolvimento pessoal e social**

Como referido anteriormente, o lazer apresenta três funções fundamentais: a função de repouso, a de divertimento e a de desenvolvimento pessoal e social. Segundo Dumazedier (1980a), para que haja uma prática do lazer com qualidade é necessário um equilíbrio entre estas três funções. Devemos lembrar que lazer não é apenas divertimento ou descanso. Nele podemos encontrar também uma grande possibilidade de desenvolvimento, tanto dos aspetos biológicos e psicológicos, bem como da relação do indivíduo com a sociedade.

Mesmo quando a prática do lazer é limitada pela falta de tempo, dinheiro, recursos, ou limitada pela cultura, a sua necessidade está presente e torna-se cada vez mais importante para o pleno desenvolvimento do ser humano, em todas as etapas da sua vida (Paim, Nogueira, Jardim, & Tonetto, 2004).

O descanso e o divertimento estão presentes na maioria das atividades de lazer, isto porque são os principais objetivos dos indivíduos que as vivenciam. No que se refere ao desenvolvimento pessoal e social, este não é tão evidente.

A função de repouso é fundamental, isto porque permite revitalizar o corpo e a mente com a finalidade de recuperar o desgaste do dia-a-dia. Não nos podemos esquecer que descanso não é sinónimo de inatividade. Mesmo parecendo contraditório, podemos descansar praticando uma atividade desportiva. O simples facto de o indivíduo fazer algo de que gosta é uma forma de descanso. Neste caso, o esforço não gera cansaço, e tanto o esforço como os resultados obtidos por esse esforço tendem a gerar satisfação (Marcellino, 2002).

Já a diversão é um complemento do repouso. A diversão permite que o indivíduo deixe um pouco dos assuntos sérios da vida quotidiana. Através do entretenimento e da diversão, a prática do lazer gera bem-estar e prazer. Há que ter em atenção que a diversão não é o ponto-chave do lazer, isto porque como referido anteriormente existe lazer passivo e como tal, este poderá até gerar aborrecimento. A função de repouso e de diversão são complementadas pela função de desenvolvimento. Enquanto as duas primeiras visam a evasão e o prazer, a função de desenvolvimento pressupõe um crescimento da pessoa através das atividades a que esta se dedica (Marcellino, 2002).

Por este facto é que passaremos a analisar mais a função de desenvolvimento pessoal e social. Segundo Requixa (1980) e Marcellino (2002), as atividades de lazer ajudam, não só no desenvolvimento pessoal como no desenvolvimento social do indivíduo. Este é reconhecido pelas responsabilidades sociais, pelo incentivo ao autoaperfeiçoamento, pelas oportunidades de contactos primários e de desenvolvimento de sentimentos de solidariedade.

Para Teles (2001), o desenvolvimento pessoal e social ocorre desde que se nasce até à morte, no sentido de progresso e aquisição de capacidades mais amplas. Ou seja, diz respeito a todas as transformações que sofre o organismo de todo e

qualquer indivíduo. Segundo este, o mesmo ocorre com o desenvolvimento da personalidade.

Segundo Freud (1997)<sup>1</sup> a personalidade compõe-se por três grandes sistemas, o *id* o *ego* e o *superego* que estão ligados, simultaneamente, ao elemento biológico, psicológico e social. O *id* é a parte inconsciente, ou seja todos os desejos, impulsos, intuitivos responsáveis pela preservação e pelo desenvolvimento da vida. É a parte inata da estrutura mental do indivíduo, que quando nasce já vem com ele. Logo o *id* é toda a história evolutiva, tudo o que aprendemos e carregamos ao longo da vida, experiências que ficam marcadas e conseqüentemente servirão como exemplos futuros. O *ego* é a parte da consciência que trabalha a estimulação que provém da mente e também do mundo exterior. Este trabalha em favor do *id*, mas é dominado pela realidade que posteriormente conduz o comportamento humano e ao mesmo tempo satisfaz as exigências do *id* e do *superego* impondo obrigações entre ambas as partes sem que o sujeito retroceda exageradamente aos prazeres e sem colocar demasiadas regras. Por fim, o *superego*, que é a consciência moral, as características de um sujeito que lhe foram impressas através dos seus pais e congregadas à sua personalidade. A estrutura da personalidade forma-se pela coordenação destes três sistemas sendo impossível diferencia-se a colaboração destes para o comportamento do indivíduo.

Já a maturação/desenvolvimento e a aprendizagem estão diretamente ligadas, sendo praticamente impossível isolar a influência de uma sobre a outra. A maturação é o desenvolvimento do organismo em função do tempo ou da idade; a aprendizagem significa mudança no comportamento como resultado de uma experiência. Para que ocorra a aprendizagem, é necessária e até mesmo indispensável a maturação do indivíduo (Teles, 2001). Desde o nascimento, o indivíduo sofre influências do meio ambiente e, portanto, não se forma apenas pelas informações genéticas, mas também pelas possibilidades e pressões dos fatores ambientais.

Neste sentido, Teles (2001) diz que o desenvolvimento pessoal e social está associado ao desenvolvimento da personalidade ou então ao desenvolvimento das capacidades físicas, biológicas e psicológicas. Esquecemos que ele também deve

---

<sup>1</sup> Freud, S. (1997). *O mal-estar na civilização*. São Paulo: Imago.

estar associado ao desenvolvimento da sociabilidade, da individualidade e da liberdade de expressão, ao exercício da cidadania e à capacidade dos indivíduos de contestar a realidade. Todos estes fatores poderão ser proporcionados pela prática e experiência do lazer.

Parker (1978) é uma das autoras que refere que o lazer bem como a educação têm como objetivo o desenvolvimento da personalidade. Para o autor, “uma das funções do lazer é desenvolver a personalidade e, neste sentido, os objetivos do lazer e da educação se harmonizam. (...) Tal perspectiva do lazer, o vê não como o oposto do trabalho e de tudo o que seja sério, mas como seu colaborador” (pp.112-113).

Já na opinião de Dumazedier (1980a, p.24), o lazer, “ (...) permite uma participação social maior e livre, a prática de uma cultura desinteressada do corpo, da sensibilidade e da razão, além da formação prática e técnica; oferece novas possibilidades de integração voluntária à vida de agrupamentos recreativos, culturais e sociais; possibilita o desenvolvimento livre das atitudes adquiridas na escola...e incita a adotar atitudes ativas na utilização de fontes diversas de informações tradicionais ou modernas (imprensa, filme, rádio, televisão).”

Quer Dumazedier dizer com isto que é na vivência do lazer que o indivíduo se pode desenvolver socialmente, seja por meio do exercício do trabalho em grupo, seja pela tomada de consciência das suas responsabilidades, tanto para com o meio, como para com as pessoas.

Considera o autor que o tempo de lazer é o tempo onde é possível melhorar o corpo e o movimento, a mente e o raciocínio, a sociabilidade, aprimorar o sentido crítico e ainda conhecer pessoas e lugares. De acordo com Marcellino (2000a), o lazer pode oferecer oportunidades privilegiadas e espontâneas, tanto no contacto, como na perceção e reflexão sobre as pessoas e as realidades nas quais estão inseridas, ocorrendo ao mesmo tempo desenvolvimento pessoal e social.

O lazer é ainda um espaço para a participação cultural em que as pessoas podem usufruir e criar cultura. Assim, pode ser considerado como uma das mais importantes formas de manifestação cultural. Essa participação cultural permite a renovação democrática e humanista da cultura e da sociedade, possibilitando a criação e a instauração de uma nova ordem social e também de uma nova cultura, marcada pela necessária reforma moral e intelectual (Marcellino, 2003b).

Marcellino (2003b) acredita que o lazer é um momento no qual o ser humano se sente “livre” – principalmente das pressões exercidas pela sociedade. É onde encontra liberdade de expressão e relaxamento dos padrões e normas da ordem vigente, onde são aceites alguns comportamento e atitudes não aceites noutras esferas da vida humana. É quando existe a possibilidade de melhorar o corpo e o movimento, a mente e o raciocínio, a sociabilidade, aprimorar seu senso crítico, conhecer pessoas e lugares.

Além do desenvolvimento da personalidade, o lazer também proporciona desenvolvimento social e pessoal, seja por meio do contacto físico, do trabalho de grupo, quer seja por meio da percepção da realidade, da procura de informações, etc.

Em síntese, torna-se difícil separar e analisar o desenvolvimento pessoal e o desenvolvimento social separadamente, isto porque ambos caminham juntos. Ou seja, o desenvolvimento pessoal leva os indivíduos a uma formação integral, sendo que, no desenvolvimento social, o indivíduo transforma-se enquanto cidadão e no desenvolvimento pessoal o indivíduo transforma-se enquanto pessoa. Este desenvolvimento nem sempre é percebido pelos indivíduos, é inconsciente, isto porque é adquirido pela diversão e, além de tudo, por prazer e com prazer.

## **Capítulo II - Animação Socioeducativa e o seu contributo para o desenvolvimento pessoal e social**

### **2.1. Animação Socioeducativa**

Na caracterização da Animação Socioeducativa é imprescindível analisar a Animação Sociocultural, sendo esta a base de todas as vertentes que a Animação tem. São vários os autores que definem a animação. Trilla (1998) descreve-a como um conjunto de ações executadas por indivíduos, grupos ou instituições numa comunidade (ou num setor da mesma) e dentro do campo de ação de um território concreto, com o objetivo primordial de impulsionar nos seus membros uma atitude de participação ativa no decurso do seu próprio desenvolvimento social e cultural. Já segundo Lopes (2007) a animação é entendida por uma ação com dimensão social cultural e educativa que tem por objetivo dinamizar programas junto das populações. A Animação Sociocultural coincide com uma conceção definida pela UNESCO (1977) que a toma por um conjunto de práticas sociais que visam estimular a iniciativa e a participação das populações no processo do seu próprio desenvolvimento e na dinâmica global da vida sociopolítica em que estão integradas.

Tudo isto nos remete para uma noção de participação comprometida com o processo de transformação da sociedade, com implicações de ordem económica, política, cultural e educativa.

A animação é uma forma de promover o desenvolvimento individual e coletivo e incita à participação e educação. Não confundamos educação e escolaridade na medida em que, segundo Lopes (2008), educação é anterior à escola. Antes de existirem escolas já existiam práticas educativas, e como tal, o sistema educativo deve permitir a coabitação das três variantes da educação: formal, não-formal e informal.

Intrinsecamente inserida na educação não formal, a vertente educativa da Animação – A Animação Socioeducativa – é definida por Pérez (2006) como uma forma de animação que procura essencialmente a educação do e no tempo livre das crianças, jovens e também adultos, por via do jogo e das atividades aprazíveis em grupo. Esta animação educativa ou pedagógica trabalha no sentido de desenvolver a

motivação para a formação contínua, recorrendo a métodos ativos e técnicas de participação nos procedimentos de aprendizagem. “A animação é um estilo educativo entre os muitos existentes na tarefa educativa das sociedades contemporâneas: pressupõe uma intencionalidade (objetivos educativos), uma operacionalização dos objetivos através de um modo específico de intervir (estratégias educativas) e um processo sucessivo com ações graduais (itinerário educativo)” (Jardim, 2002, p.29).

Esta via educacional extra sala de aula, a animação, estritamente direcionada para conteúdos educativos e de forma mais geral para o desenvolvimento humano saudável, assenta a sua estratégia na promoção de uma educação em contexto não-formal e tende a uma educação global e permanente de carácter lúdico, criativo e participativo (Pereira & Carvalho, 2008). O vigente método de interação social, não se limita à introdução dos diversos conceitos, trabalha-os e incita ao desenvolvimento social e comunitário de forma participada. Por outras palavras, é urgente observar a educação como algo que vai mais além do que proporcionar/transmitir conhecimentos, ou seja, como um elo de ligação do indivíduo à comunidade, uma forma para comunicar, um meio para promover a expressividade, a criatividade e a confiança. Apesar de ser indispensável trabalhar este aspeto educativo não-formal, não se pode minimizar a importância das outras duas vertentes da educação, considerando que o desejável seja implementar as três de forma equilibrada.

As estratégias da Animação Sociocultural podem ser visualizadas de uma forma tridimensional, sendo elas: a dimensão etária, ou seja, os públicos com que trabalha, como já anteriormente referido; o espaço de intervenção remetendo para áreas urbanas ou rurais; e a pluralidade de âmbitos no que diz respeito a setores de áreas temáticas como por exemplo a educação, os tempos livres, a saúde, o ambiente, o turismo, a comunidade, o comércio, o trabalho, etc. (Costa, 2010). Analisando ainda a documentação da Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Animação Sociocultural (APDASC) confirmamos que a missão da Animação Sociocultural, baseada em valores, propósitos e finalidades humanos próprios, são a autonomia pessoal e a melhoria da convivência humana, assente numa base cultural (APDASC, 2005). O trabalho socioeducativo é completo, visto que se inicia com um diagnóstico atravessando as fases do planeamento e da intervenção e termina com a

avaliação de todo o processo. A evolução de um projeto prevê planeamento, execução e avaliação. No decorrer destas várias fases é fulcral existir cooperação de modo a que o conhecimento possa ser partilhado e dividido entre os indivíduos da comunidade de aprendizagem (Castro & Ricardo, 1994).

O animador não é um portador de soluções, mas sim um gestor de projetos onde trabalha “com” e não “para” o público-alvo ao encontro do seus objetivos.

Em suma, ter a animação como profissão é posicionar-se entre a do educador social e a do agente social puro (Trilla, 1998). E todo o trabalho sociocultural e socioeducativo remete para um “(...) conjunto de técnicas e metodologias que têm a finalidade de potenciar os processos de normalização das atividades da vida quotidiana das pessoas, de provocar o desenvolvimento das capacidades preservadas e ao mesmo tempo ajudar a recuperar as perdas” (Costa, 2010, p.13).

## **2.2. Animador Socioeducativo**

Analisadas as definições do conceito de Animação Socioeducativa resta ainda referir o que se entende por animador socioeducativo, as suas funções e características, baseadas no pressuposto de que “a finalidade transformadora que se espera da Animação Sociocultural, só é possível na medida em que esta intervenha e facilite o animador sociocultural” (Fernández & Peres, 2007, p. 624). O animador deverá ser um exemplo, não a imitar, mas que encoraja à alteração de hábitos em várias direções. Ou seja, nas relações entre as pessoas, na coesão do grupo e na inserção de grupo na vida social; no desenvolvimento e valorização de talentos, competências e qualidades particulares, podendo ser utilizadas em prol do grupo; na promoção de uma autonomia interior (desenvolvendo a consciência das capacidades), exterior (aceitando tomar responsabilidades, tomando o seu lugar na vida do grupo e da comunidade), individual (motivando e enaltecendo os valores pessoais) e coletiva (adotando esta autonomia para que os indivíduos se insiram no desenvolvimento da humanidade, participando ativamente na vida dos grupos que ajam nessa direção); no apoio a participante no sentido de tomar uma responsabilidade no grupo, de interagir com ele em atividades que o grupo considera

necessárias para a sua própria existência (Maccio, 1977). Segundo Lopes (2006) o animador é um organizador e dinamizador de atividades que proporcionam uma vida mais ativa, mais criativa e mais livre, levando a uma evolução da personalidade bem como da autonomia dos próprios. Não menos importante é a forma como estas atividades são realizadas, ou seja, em grupo, o que facilita ainda a comunicação entre participantes, que por sua vez também desenvolvem a pessoa.

Cecília Jesus (1988), citada por Lopes (2006, p.527), refere que “a função do animador não é a de mero transmissor. Ele suscitará a tomada de consciência por um conjunto de pessoas, sensibilizando-as para o conhecimento de uma realidade que as rodeia promovendo o relacionamento e provocando a expressão criativa”. Já Trilla (2004) afirma que o animador é um agente social que trabalha com grupos e pessoas, o que implica uma ação conjunta, desde as situações mais simples às mais complexas. É um educador, um dinamizador, um mobilizador, um relacionador, capaz de estabelecer comunicação entre indivíduos, grupos e comunidades e mais, com instituições sociais, educativas e culturais. Este animador/educador pretende, na sua essência, provocar mudanças nas atitudes, desde a passividade à atividade ativa. Na perspectiva de Jardim (2002), a ação e o dinamismo que o animador realiza podem não estar tão orientados para a transformação da realidade social, mas incidem mais sobre as relações sociais, principalmente naquelas onde os sistemas de relação estão desorganizados. Expressam-se prioritariamente em três vertentes: como uma metodologia de intervenção social, como uma das formas de ação da política cultural e como uma função educativa.

Segundo o Instituto para a Qualidade na Informação IQF (2005), citado por Carlos Costa (2010), “o animador sociocultural tem a missão alargada de promover o desenvolvimento sociocultural de grupos e comunidades, organizando, coordenando e/ou desenvolvendo atividades facilitadoras da animação.” Assim, a animação é tão ampla, tem um espaço de intervenção tão grande quanto o âmbito de aplicação dos projetos. Cada projeto de ASC é ímpar e ajustado à sua realidade, especialmente ao tipo de público e devidas circunstâncias existenciais (Costa, 2010, p.118).

Para terminar, segundo as palavras de Fernandes (2010, p. 50), podemos afirmar que: “Animação Sociocultural e o animador enquanto agente de animação são peças fundamentais deste laborioso puzzle, já que o animador é um Educador

Social que trabalha nos campos Social, Cultural e Educativo. O animador, ao centrar-se no produto e não no processo, promove a envolvimento no sentido de levar as pessoas a participar, a interagir, a ultrapassar medos e inibições, daí o cruzamento entre a educação formal, não formal e informal.”

Nas características que definem o animador sociocultural, verificamos que o objetivo principal do animador é levar o público a ter uma atitude participativa, ser comunicativo, desenvolver a criatividade e ser um elemento autónomo.

### **2.3. Animador socioeducativo e a sua contribuição para o desenvolvimento pessoal e social do indivíduo em contextos e situações de lazer**

Apresentados os conceitos de Animação socioeducativa e o papel do animador abordaremos agora o papel do animador para o desenvolvimento pessoal e social do indivíduo em contextos e situações de lazer.

A atuação desse profissional é um canal possível de utilização do lazer como espaço privilegiado para a vivência de novos valores, questionadores e transformadores da ordem social estabelecida. Uma animação eficiente garante não só as suas funções de repouso e divertimento, mas também e principalmente a de desenvolvimento pessoal e social de todos os indivíduos envolvidos.

A maioria dos autores contemporâneos relacionados aos estudos do lazer como Vazquez (2000), Requixa (1990), Medeiros (1970) e Rolim (2000), reconhece o seu duplo aspeto educativo. Para Requixa (1979, p.21), "a educação é hoje entendida como o grande veículo para o desenvolvimento, e o lazer, um excelente e suave instrumento para impulsionar o indivíduo a desenvolver-se, a aperfeiçoar-se, a ampliar os seus interesses e a sua esfera de responsabilidades". O mesmo autor (1980, p.72) sugere-nos um duplo aspeto educativo do lazer: o lazer como veículo de educação – educação pelo lazer; e o lazer como objeto de educação – educação para o lazer”.

Requixa (1980) defende que nada seria mais adequado que considerar a importância do aproveitamento das ocupações de lazer como instrumentos auxiliares da educação. Argumenta que o indivíduo, ao participar em atividades de lazer,

desenvolve quer individualmente, quer socialmente, condições indispensáveis para garantir o seu bem-estar e a participação mais ativa no atendimento de necessidades e aspirações de ordem individual, familiar, cultural e comunitária. Considera-se então que o aspeto educativo do lazer, a sua vivência e experiência com qualidade poderão contribuir para a compreensão do novo mundo social e para a intervenção nele.

Nesta relação entre educação e lazer, a produção de conhecimentos deve permitir ao ser humano novos horizontes, possibilitando a melhoria na qualidade de vida, com condições objetivas e progressistas, à medida que se propõe moldar cidadãos prático-reflexivos (França, 1999).

A educação pelo lazer é de extrema importância se procurarmos o enriquecimento pessoal e social do indivíduo, em que proporcione um maior e melhor desenvolvimento pessoal e social. Assim, segundo Marcellino (2003a, p.60), “tratando-se do lazer como veículo de educação, é necessário considerar as suas potencialidades para o desenvolvimento pessoal e social dos indivíduos. Tanto cumprindo objetivos consumatórios, como o relaxamento e o prazer propiciados pela prática ou pela contemplação, quanto objetivos instrumentais, no sentido de contribuir para a compreensão da realidade, as atividades de lazer favorecem, a par do desenvolvimento pessoal, também o desenvolvimento social, pelo reconhecimento das responsabilidades sociais, a partir do aguçamento da sensibilidade ao nível pessoal, pelo incentivo ao autoaperfeiçoamento, pelas oportunidades de contatos primários e de desenvolvimento de sentimentos de solidariedade.” O autor acredita que as possibilidades que o lazer oferece para o desenvolvimento pessoal e social encontram-se nas oportunidades de contacto, no estímulo da sensibilidade e nas variadas opções de informação que a prática de atividades de lazer proporciona. Tudo isto realizado com prazer e satisfação, de modo alegre, sem compromissos e de livre adesão.

Já a educação para o lazer é necessária, isto porque o ser humano é altamente valorizado em termos da sua produtividade. Este processo de educação para o lazer tem como objetivos “(...) contribuir para o aprendizado, o estímulo, a iniciação, que possibilitem a passagem de níveis menos elaborados, simples, para níveis mais elaborados, complexos, com o enriquecimento do espírito crítico, na prática ou na observação” (Marcellino, 2003a, p. 59).

Segundo Requixa (1980), a educação para o lazer é um instrumento importante para preparar o ser humano para uma vida em que haja um equilíbrio entre o trabalho e o lazer e, se possível, antecipar o lazer. Esse tipo de prática educativa, além de favorecer o indivíduo para o uso do tempo livre, também estimula a diversificação das atividades.

Para que este processo de educação para o lazer seja conseguido, é necessário divulgar o seu significado, perceber a sua importância, incentivar a participação e transmitir informações que tornem possível o seu desenvolvimento ou contribuam para o aperfeiçoar (Marcellino, 2000c), ou seja, é fazer com que a pessoa conheça as atividades de lazer que melhor satisfaçam os seus interesses, estimulando e orientando uma melhor participação a partir do entendimento da importância e do direito da sua vivência.

A educação para e pelo lazer apresenta um potencial educativo, se considerarmos que o lazer não é apenas repouso e divertimento, mas também desenvolvimento pessoal e social e que, portanto, auxilia o indivíduo a pensar e a entender a sua própria realidade bem como a realidade que o rodeia.

Estas duas formas de educação devem ser um processo contínuo de aprendizagem, desenvolvido ao longo da vida das pessoas, num processo de educação permanente. Segundo Requixa (1980), a educação permanente deve proporcionar o desenvolvimento cultural dos indivíduos no seu tempo livre. Ambos os tipos de educação, para e pelo lazer, devem ser encarados como permanentes, considerando serem troca e aprendizagem de novos valores, espaço para reivindicações, espaço para contestar a realidade e transformá-la.

As excursões, como temos vindo a referir são uma atividade de lazer importante para o desenvolvimento pessoal e social das pessoas que nelas participam. É neste tipo de atividade que um quase grupo se reúne em torno de interesses comuns, onde posteriormente são criados laços sociais em função da participação de cada um, criando assim uma rede de lazer. Nesta rede de lazer vão sendo criadas atividades e momentos que contribuem para o desenvolvimento da pessoa.

É neste sentido que se aposta no lazer como prática educativa, acreditando nas possibilidades de desenvolvimento não só a nível pessoal, mas também a nível

social, que da prática do lazer podem surgir. Assim sendo, na relação entre educação e lazer, estabelecida no duplo aspeto educativo do lazer, teríamos o lazer como veículo e como objeto da educação, enfatizando a possibilidade de desenvolvimento pessoal e social.

Para Pina (1995), o profissional de lazer, podendo ser ele o animador socioeducativo, pode efetuar as mais diversas funções, como: planeamento, organização, administração, animação e avaliação de atividades, atuando em várias instituições públicas e privadas, como hotéis, clubes, acampamentos, academias de ginástica e empresas de viagens.

Independentemente da função que este profissional venha a exercer, deve ter em atenção algumas características como: formação, informação, comportamento e atitude, atualização, imaginação e intuição, criatividade, cooperativismo, dedicação, comunicação e autoformação permanente (Pina, 1995). Para além destas, Delgado (2003, pp. 33-34) acrescenta: “respeito, humildade, saber ouvir, bom senso, ponderação, profissionalismo com horário e atividade, ética e amor pelo que se faz”.

De acordo com Ayoub (1993), os animadores enfrentam o desafio de trabalhar uma educação para e pelo lazer, permitindo que o indivíduo vivencie diferentes conteúdos culturais do lazer, nos vários géneros, atingindo desta forma a superação dos níveis conformistas a críticos e criativos, contribuindo, dessa forma, para gerar atitudes críticas e criativas que podem influenciar outros campos da ação humana. Para Carvalho (1977), o animador deve ter a competência para orientar atividades que proporcionem aos indivíduos o pleno desenvolvimento da sua autonomia.

A este profissional também lhe cabe a responsabilidade da minimização das barreiras socioculturais que restringem e até mesmo impedem a prática do lazer. O que acontece é que o acesso à prática do lazer muitas vezes é restringida a determinados grupos, enquanto outros são privilegiados. Uma das principais barreiras é a barreira económica, mas não é a única.

Marcellino (2000a) refere que existem muitas outras barreiras (a da violência, a do preconceito contra a mulher, contra a criança, contra o idoso e contra as pessoas com necessidades educativas especiais, a do padrão estético corporal e a da

necessidade de performance), que também devem ser pensadas e entendidas como barreiras para a vivência do lazer.

Um dos meios utilizados para se minimizar tais barreiras é a educação para o lazer, que pode possibilitar a vivência crítica e criativa do tempo disponível, superando a postura conformista em que se encontra a maioria dos indivíduos. Neste sentido, nada melhor que dispormos de uma equipa interdisciplinar que possibilite a participação de profissionais das mais diversas áreas, como por exemplo, da educação física, da educação, do turismo, da arte, da psicologia, da arquitetura, da pedagogia, entre outros (Delgado, 2003).

Estas equipas pluri e multidisciplinares, segundo Delgado (2003, p. 32), procuram uma “interdisciplinaridade que é de extrema importância, isto porque cada profissional, tendo em conta as suas diversas formações possui uma competência técnica específica, podendo proporcionar às pessoas uma maior variedade de conteúdos e uma vivência de diversas atividades, estimulando e dando um mínimo de orientação para que elas se tornem autônomas”.

Neste sentido, acreditamos que o lazer é uma prática educativa na medida em que o indivíduo toma consciência da transformação da realidade no momento em que o indivíduo é crítico e criativo, deixando de ser apenas conformista.

O lazer poderá ser um possível canal de atuação do animador socioeducativo como espaço para a emancipação dos seres humanos, proporcionando a sua participação cultural e gerando novas normas e valores capazes de questionar a atual ordem estabelecida e, se possível, encontrar a transformação de toda a sociedade, inclusive minimizando as barreiras socioculturais que restringem e até mesmo impedem a prática do lazer. Mas, para isso, é necessário que o animador garanta não só as funções de repouso e divertimento, como também, e principalmente, a função de desenvolvimento pessoal e social do indivíduo.

O animador socioeducativo exerce o papel de organizador e motivador dos grupos sociais, interagindo e fazendo com que estes participem e se entreguem em cada excursão. É ele que poderá leva as pessoas a relacionarem-se com o meio que visitam (pessoas, património natural, paisagem, crenças e tradições, património arquitetónico, associações existentes, artesanato, gastronomia, festas populares, etc.); substitui o ver pelo envolver, procurando uma integração ativa social e cultural; cria

processos dinâmicos e criativos, fruto de diferentes interações, em que articulam valências culturais, sociais e educativas; transforma o tempo livre em ócios criativos e rejeita o tempo morto e a ociosidade depressiva; estabelece a comunicação entre a população nativa de um espaço visitado com a população visitante, através de eventos e experiências que passem por convivências, assentes em partilhas de saberes, partilhas culturais, partilhas inter e multiculturais, entre muitas outras coisas (Lopes, 2008).

Lopes (2008) ainda diz que o animador é detentor de uma capacidade técnica e metodológica capaz de gerar processos participativos e criativos, de otimizar recursos humanos e outros, de promover a interação social, de potenciar o desenvolvimento social e pessoal, sempre com a preocupação central de levar a pessoa a um autodesenvolvimento que decorra das aprendizagens ativas.

É o animador que proporciona a interação com as pessoas e com o meio onde se está, gerando um potencial desenvolvimento económico, social, pessoal, cultural e ambiental.



## **ENQUADRAMENTO EMPÍRICO**

## **Capítulo III - Definição e delimitação da problemática do estudo**

### **3.1. Opções metodológicas**

Ao longo do tempo vem sendo cada vez mais valorizado o tempo de lazer que, como temos vindo a referir, é o conjunto de ocupações às quais o indivíduo se entrega de livre vontade, seja com o objetivo de repousar, divertir-se, recrear, entreter-se para desenvolver a sua formação e informação desinteressada; desenvolver a sua participação social voluntária ou a sua livre capacidade criadora depois de cumpridas as obrigações profissionais, sociais e familiares. É então que falamos das excursões como uma das atividades de lazer importantes para o desenvolvimento pessoal e social do indivíduo.

Neste sentido, e tendo como objetivo principal perceber qual o contributo das atividades de lazer para o desenvolvimento pessoal e social de um grupo de excursionistas, pretendemos realizar este estudo sobre uma empresa de organização de excursões, atividade de lazer que temos como objeto de estudo.

Partindo do pressuposto de que as excursões são uma atividade de lazer, que contribuem para o desenvolvimento pessoal e social do indivíduo que nelas participa, temos como objetivos específicos: 1) analisar o tipo de atividades de lazer que são organizadas pela empresa; 2) identificar os motivos para a participação desta população nestas excursões; e 3) perceber o tipo de benefícios que estes indivíduos retêm destas excursões, no que se refere ao seu desenvolvimento pessoal e social.

Neste sentido, delineámos uma questão central e quatro questões orientadoras sendo estas um dos fatores decisivos para o sucesso ou fracasso de qualquer projeto, tendo de ser devidamente formuladas (forma clara e precisa), para se conseguir novas descobertas para o projeto (Flick, 2005).

Assim formulámos as seguintes questões central e orientadora:

Questão central - Qual a perceção que cada pessoa do grupo de excursionista da empresa Vagoviagens tem das excursões como forma de lazer, para o seu desenvolvimento pessoal e social?

Questões orientadoras - Qual a tipologia das atividades organizadas (social/cultural/turísticas...etc.) pela empresa Vagoviagens?; Quantas vezes participam nestas excursões?; Quais são as suas motivações para participar nestas excursões?; Que tipos de excursões preferem? e Quais os benefícios pessoais e sociais que as excursões trazem para os participantes?.

### **3.2. Desenho da investigação**

Face aos objetivos e questões formuladas, entendeu-se como método mais adequado à sua concretização, o estudo de caso. O estudo de caso é uma metodologia de investigação científica de cariz predominantemente qualitativo, que procura um conhecimento aprofundado sobre um determinado fenómeno.

Em geral, este método é indicado quando as questões de investigação colocadas são do tipo “como?” ou “porquê?”, o investigador detém pouco controlo sobre os eventos a estudar e o enfoque da investigação são fenómenos contemporâneos com contextos reais (Yin, 2005). O caso, resultante da utilização deste método numa investigação, pode ser visto como “uma forma de pesquisa empírica que indaga um fenómeno contemporâneo envolvido num contexto real, mormente quando as fronteiras entre o fenómeno e o contexto não são evidentes” (Yin, 2005, p.13).

O estudo de caso baseia-se na utilização de múltiplas fontes de evidências, de modo a que as conclusões convirjam (processo denominado por triangulação de dados) (Gilham, 2000; Yin, 2005). Essas fontes de evidências têm vantagens e desvantagens associadas; no entanto, nenhuma delas possui uma vantagem incontornável sobre todas as outras. São complementares e deverão ser usadas em conjunto, desmentindo assim a ideia pré-concebida de que algumas fontes são mutuamente exclusivas.

Como vemos, o estudo de caso apresenta algumas características da investigação qualitativa. Neste sentido, o estudo de caso rege-se dentro da lógica que guia as sucessivas etapas de recolha, análise e interpretação da informação dos métodos qualitativos, com a particularidade de que o propósito da investigação é o estudo intensivo de um ou mais casos (Latorre, 2003).

Mas como referem Coutinho e Chaves (2002) se é verdade que na investigação educativa em geral abundam sobretudo os estudos de caso de natureza interpretativa/qualitativa, não menos verdade é admitir que, estudos de caso existem em que se combinam com toda a legitimidade métodos quantitativos e qualitativos, como acontecerá neste estudo.

A vantagem do estudo de caso é a sua aplicabilidade a situações humanas, a contextos contemporâneos de vida real (Dooley, 2002).

### **3.3. Instrumentos de recolha e análise de dados**

Neste sentido, como instrumentos de recolha de dados foram utilizados, a observação participante, as conversas informais, o inquérito por questionário, a entrevista semiestruturada e o diário de bordo. Como instrumentos e técnicas de análise de dados foram utilizados o *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) para dados quantitativos e a análise de conteúdo para os dados qualitativos.

Bogdan e Biklen (1994) referem que a observação participante é a técnica adequada ao investigador que deseja compreender um meio social que, à partida, lhe é estranho ou exterior e que lhe vai permitir integrar-se progressivamente nas atividades das pessoas que nele participam. Esta observação foi feita de forma ativa, o que permitiu a participação do observador nas excursões organizadas.

Como forma de conseguir recolher mais dados, ainda utilizámos, como referido, as conversas informais. Estas conversas possibilitam outra informação que, noutras condições, provavelmente não seriam possíveis. Como sabemos muitas vezes instrumentos como gravadores ou inquéritos ou a própria presença de alguém que investiga pode ser algo inibidor (Bogdan & Biklen, 1994).

Foi tudo registado em diário de bordo. O diário de bordo que serve como auxiliar de memória, permite registar tudo o que é observado bem como as interpretações pessoais do observado (Bogdan & Biklen, 1994).

Outra técnica de recolha de dados utilizada foi o questionário. Segundo Quivy e Campenhoudt (2008) os inquéritos são aconselhados quando se pretende conhecer uma população (modos de vida, costumes, comportamentos, valores e opiniões);

analisar um fenómeno social e em todos os casos em que seja necessário questionar um número elevado de pessoas sobre uma dada questão.

Este instrumento é constituído por um conjunto de perguntas fechadas dividindo-se em quatro partes. A primeira que diz respeito à caracterização do inquirido, a segunda que diz respeito à importância da participação em excursões, e terceira que diz respeito às preferências e por fim a quarta parte que se refere aos benefícios da participação em excursões. Este foi ministrado a uma amostra do universo de excursionistas da empresa em estudo, composto por cem pessoas, a fim de obter respostas aos objetivos em estudo.

Como forma de analisar os dados destes inquéritos por questionário foi feita uma análise estatística com recurso ao *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). O uso deste software de análise permitiu gerar relatórios tabulados, gráficos e dispersões de distribuições utilizados na realização de análises descritivas e de correlação entre variáveis.

Para além destes instrumentos foram realizadas três entrevistas semiestruturadas o que permitiu recolher informação mais precisa para este estudo e permitiu ainda a recolha de testemunhos, neste caso da pessoa mais velha e da pessoa mais nova, bem como do órgão máximo da empresa. Desta forma, foi possível obter respostas mais precisas para o estudo.

Duas destas entrevistas foram realizadas em formato de áudio, à pessoa mais velha e à pessoa mais nova do grupo, como forma de perceber se existe diferença nas motivações bem como ao nível das perceções de desenvolvimento pessoal e social da pessoa mais nova e da pessoa mais velha, praticantes deste tipo de atividade. Estas entrevistas foram constituídas por seis questões semiestruturadas, primeiro para perceber qual a idade da pessoa mais nova e da pessoa mais velha, depois perceber quais os motivos da participação em excursões, em seguida perceber se existem gostos diferentes nas escolhas das excursões entre a pessoa mais velha e a pessoa mais nova e ainda perceber se há diferenças entre a pessoa mais velha e a pessoa mais nova no que diz respeito às vantagens e ao contributo das excursões para o seu desenvolvimento pessoal e social.

Ainda uma terceira entrevista, também ela, semiestruturada, em formato áudio, foi conduzida junto do responsável pela empresa. Esta entrevista, constituída

por nove questões, procurando perceber a área de formação do diretor de empresa bem com as motivações para a criação daquela empresa; conhecer o tipo de excursões que são organizadas bem como os aspetos a ter em conta na sua organização, faixa etária dos participantes nas excursões e quantas excursões são organizadas por ano. Por fim procurou perceber ainda quais as vantagens em participar em excursões e quais os ganhos que as pessoas têm em participar nestas excursões, seja a nível pessoal quer a nível social.

### 3.4. Seleção da amostra

Coutinho (2013) diz que uma amostra é composta por um grupo de sujeitos selecionados, de quem se recolherá os dados para o estudo em causa. No que diz respeito às amostras de um estudo de caso esta é sempre intencional baseando-se em critérios pragmáticos e teóricos, em detrimento dos critérios probabilísticos, procurando as variações máximas e não a uniformidade (Bravo, 1998). Para esta amostra, foi usada uma técnica de amostragem de conveniência, não probabilística constituída por 100 inquiridos.

Sendo uma amostra de conveniência, não probabilística com 100 inquiridos, isto faz com que não possamos generalizar os resultados e as conclusões obtidos com esta amostra para o universo. Esta amostra é pertencente ao distrito de Aveiro, com idades compreendidas entre 16 e os 85 anos, sendo que 44 são do sexo masculino e 56 do sexo feminino.

O distrito de Aveiro<sup>2</sup> localiza-se na região centro de Portugal e é constituído por 19 municípios e 208 freguesias, ocupando uma área total de 2801.03 km<sup>2</sup>, o que corresponde a 3.04% do território nacional. Segundo os Censos de 2011, habitam 78450 pessoas, mais



**Ilustração 1 - Mapa Aveiro, Região Centro de Portugal**

Fonte: Portugal Virtual: Tourism Aveiro Municipality

<sup>2</sup> Disponível: [http://portugalvirtual.pt/\\_tourism/costadeprata/aveiro/index.html](http://portugalvirtual.pt/_tourism/costadeprata/aveiro/index.html), Janeiro de 2017.

7% do que em 2001. Destas, 37123 são do sexo masculino e 41327 do sexo femininos. É ainda um distrito composto por 11434 jovens com idades compreendidas entre os 0 e 14 anos de idade, sendo 5763 do sexo masculino e 5671 do sexo feminino. Entre os 15 e 24 anos é-nos apresentado 8531 sendo que 4241 são do sexo masculino e 4290 do sexo feminino. Entre 25 aos 64 anos de idade temos 45109 sendo que 21440 são do sexo masculino e 23669 são do sexo feminino. Por fim é-nos apresentado em maior número as pessoas com idade igual ou superior a 65 anos, representando 13376 do número total da população. Destes, 5679 são do sexo masculino e 7697 do sexo feminino (Censos 2011).

Segundo a Associação Industrial do Distrito de Aveiro (AIDA), a Região de Aveiro reúne atraentes polos urbanos, paisagens únicas e recursos naturais, combinados com uma oferta de turismo balnear, turismo de natureza e termalismo. A Ria de Aveiro, exemplar único do país, conjuga beleza e diversidade e proporciona momentos de lazer e partilha com a natureza. A Reserva Natural de S. Jacinto e as praias de areia dourada, que se estendem ao longo dos cerca de 50 Km de costa, são ponto de passagem obrigatório. Já a Pateira de Fermentelos, uma das maiores lagoas naturais da Península Ibérica, assume-se como local de incontornável interesse turístico. Aos recursos naturais da Região há a somar um vasto património material e arquitetónico, com destaque para as construções em tijolo e azulejo e para as manifestações do Barroco e da Arte Nova.

É ainda importante falar sobre a gastronomia que reflete a riqueza cultural e a biodiversidade da região, o que se traduz em pratos como a sopa, caldeirada de enguias e de peixe e uma variedade de receitas de bacalhau. Também a carne tem o seu lugar à mesa, com o afamado leitão à Bairrada, a chanfana (de borrego ou de cabrito), entre outras iguarias. Uma doçaria rica pode encontrar-se na região de Aveiro, onde os ovos-moles há muito conquistaram a preferência dos visitantes.

### **3.5. Inquérito por questionário**

A construção do inquérito por questionário (Anexo I) teve por base todo um trabalho prévio que implicou a definição de um conjunto de perguntas relacionadas com os objetivos subjacentes ao objeto de estudo. Este inquérito por questionário está dividido em quatro partes e é constituído por um conjunto de perguntas de

resposta fechada. Também se administraram a versão Portuguesa da Escala da Solidão - UCLA (Neto, 1989) e a versão Portuguesa da Satisfaction With Life Scale (SWLS) ou Escala de Satisfação (Simões, 1992).

A UCLA foi descrita e adaptada para a população portuguesa por Neto (1989). Esta escala revela-se relativamente curta e de simples aplicação, extremamente fidedigna e indica ser válida relativamente à avaliação da solidão e à discriminação entre solidão e outros construtos associados. É uma escala que encara a solidão como um estado psicológico, isto é, indivíduos diferentes podem experienciar sentimentos de solidão, ao longo de diferentes percursos de tempo, em diversas circunstâncias das suas vidas. E é apreendida de um modo unidimensional, é considerada um fenómeno unitário que muda na intensidade com que é experienciada. Esta escala é adequada para conhecer o nível de solidão da população, não questiona de forma direta os sentimentos de solidão e tem como finalidade avaliar a solidão indiretamente (Neto, 1989). Por ser uma das escalas mais utilizada na literatura para a avaliação da solidão e dos sentimentos associados à mesma foi por nós escolhida.

A versão portuguesa é composta por 18 itens que avaliam a solidão e os sentimentos que lhe estão associados. As respostas a cada item fazem-se numa escala tipo Likert de 4 pontos (desde nunca (1) até muitas vezes (4)). A pontuação mínima obtida é de 18 pontos e a máxima de 72 pontos. A pontuação total é obtida através da soma dos itens, metade dos quais formulados de forma inversa e reflete o índice de solidão. Assim, quanto maior número de pontos alcançados, mais solidão, enquanto uma pontuação baixa traduz uma maior satisfação social (menor solidão).

Em relação às características psicométricas no presente estudo e, sabendo desde já que o instrumento já se encontra validado, verificamos somente a fidelidade da escala UCLA no total da amostra e concluímos que o *alpha de Cronbach* da escala total é de .87 o que revela uma boa consistência interna (Neto 1989).

Por fim utilizámos a Escala de Satisfação com a Vida (Satisfaction with Life Scale – SWLS) que foi elaborada e validada por Diener, Emmons, Larsen e Griffin (1985) e pretende avaliar o bem-estar subjetivo, isto é, a maneira positiva ou negativa como as pessoas experienciam a vida (Simões, 1992). A primeira validação feita para a população portuguesa foi realizada por Neto, Barros e Barros (1990), contou com uma amostra de 308 professores do ensino básico e secundário. Obteve um

Coeficiente *alpha de Cronbach* de .78 e apresentou vários índices de validade, nomeadamente correlações significativas com a eficácia pessoal do ensino, aceitação/rejeição pessoal, autoeficácia, autoconceito total, maturidade psicológica e ansiedade social (Neto, Barros, & Barros, 1990). Em 1992, Simões, realizou uma ulterior validação do instrumento, pretendendo alargá-lo ao resto da população. O autor reformulou o instrumento reduzindo o número de respostas dos sete itens para cinco pontos (1- discordo muito; 2- discordo um pouco; 3- não concordo nem discordo; 4- concordo um pouco; 5 – concordo muito). Obteve uma boa consistência interna (*coeficiente  $\alpha$  de Cronbach* de .77) e uma boa validade convergente, demonstrando correlação positiva com uma medida diária da satisfação com a vida, uma versão do teste da escada de Cantril (1965) e um teste de felicidade e com a vertente afetiva do bem-estar subjetivo. Também demonstrou uma boa validade preditiva, correlacionando-se positivamente com tarefa de recordação diferencial, baseando-se no pressuposto de que os indivíduos com maior satisfação com a vida tenderão a recordar mais eventos positivos que negativos (Simões, 1992).

### **3.6. Entrevista Semiestruturada**

Para além dos questionários acima referenciados foram elaboradas três entrevista semiestruturada (anexo II). A primeira, realizada ao órgão máximo da empresa foi constituída por nove questões, com os objetivos de:

- Perceber qual a área de formação do diretor de empresa;
- Perceber as motivações para a criação desta empresa;
- Conhecer o tipo de excursões que são organizadas bem como os aspetos a ter em conta na sua organização;
- Conhecer as faixas etárias participantes nestas excursões;
- Identificar as vantagens da participação em excursões;
- Perceber qual o contributo das excursões para o desenvolvimento pessoal e social.

As outras duas entrevistas, realizadas à pessoa mais nova e à pessoa mais velha, foi constituída por seis questões com os objetivos de:

- Perceber qual a idade da pessoa mais nova e mais velha;

- Perceber quais os motivos da participação destas duas pessoas em excursões;
- Perceber qual o tipo de excursões que a pessoa mais nova e a pessoa mais velha gosta;
- Identificar as vantagens da participação em excursões, na perspetiva da pessoa mais nova e da pessoa mais velha;
- Perceber qual o contributo das excursões para o desenvolvimento pessoal e social da pessoa mais nova e da pessoa mais velha.

Estas entrevistas foram gravadas e a sua transcrição foi literal.

### **3.7. Tratamento de dados**

No que se refere aos inquéritos por questionário foi feita uma análise estatística com base no software SPSS, versão 23.

Quanto às entrevistas, como referido foram gravadas em suporte áudio e posteriormente transcritas, para assim registar as ideias, opiniões e perceções reveladas pelos entrevistados. Estas três entrevistas tiveram uma duração total de 29:08 minutos, o que resultou em 6 páginas de texto transcrito. Feito isto, foi preciso fazer uma análise de conteúdo de toda a informação recolhida.

## Capítulo IV – Apresentação, análise e discussão de dados quantitativos

### 4.1. Análise descritiva dos dados

Neste ponto apresentam-se os dados obtidos através da análise estatística descritiva, organizados em função do principal objetivo do presente estudo.

#### 4.1.1. Caracterização dos inquiridos

Observando o Quadro 1 constata-se que mais de 50% dos excursionistas inquiridos tem mais de 60 anos (n=54). Destes, 44 são do sexo masculino e 56 do sexo feminino (cf. Quadro 2).

**Quadro 1 – Idade**

Idade	
Menor de 30 anos	9 (9%)
Entre 30 e 60 anos	37 (37%)
Mais de 60 anos	54 (54%)

**Quadro 2 - Sexo**

Sexo	
Masculino	44
Feminino	56

Quanto ao estado civil, 43% são casados (n= 43), 22% são divorciados (n=22), 21% são viúvos (n=21), 10% são solteiros (n=10) e os restantes 2% vivem em união de facto (cf. Quadro 3).

**Quadro 3 – Estado Civil**

Estado civil	
Solteiro	10 (10%)
União de fato	2 (2%)
Casado	43 (43%)
Divorciado	22 (22%)
Viúvo	21 (21%)

Quanto à situação sua profissional (cf. Quadro 4), podemos verificar que mais de 50% são reformados (n=54), 24% desempenha atividade profissional ou está empregado (n=24), 17% é desempregada (n=17) e 4% (n=4) são estudantes. Quanto à escolaridade, quase 60% da amostra apresenta nível de escolaridade básico, ou seja, 4.º ano/4.ª classe (cf. Quadro 5).

**Quadro 4 – Situação profissional**

Situação profissional	
Estudante	4 (4%)
Empregado	24 (24%)
Desempregado	17 (17%)
Reformado	54 (54%)

**Quadro 5 – Escolaridade**

Escolaridade	
Analfabeto/a	0
Escolaridade básica (4º ano / 4ª classe)	59 (59%)
2º e 3º Ciclos (5º ao 9ºano)	16 (16%)
Ensino secundário (12º ano)	12 (12%)
Curso Técnico	2 (2%)
Licenciatura	5 (5%)
Pós-graduação	4 (4%)
Mestrado	2 (2%)
Doutoramento	0

#### 4.1.2. Importância de participar em excursões

Analisando os dados do Quadro 6, podemos ver que 49% (n=49) das pessoas inquiridas já participavam há mais de 6 anos em excursões, 25% (n=25) entre 3 e 6 anos e 26% há menos de 3 anos (n=26).

**Quadro 6 – Tempo de participação em excursões**

Há quanto tempo participa nas excursões?	
Há menos de 3 anos	26 (26%)
Entre 3 e 6 anos	25 (25%)
Há mais de 6 anos	49 (49%)

Desta amostra, e observando os dados apresentados no Quadro 7, vemos que 76% concorda totalmente com o facto de as excursões serem uma atividade importante na sua vida e 24% concorda, não havendo ninguém a discordar com esta afirmação, nem sem opinião.

**Quadro 7 – Importância das excursões na vida dos excursionistas**

<b>Considera as excursões uma atividade importante na sua vida?</b>	
Concordo totalmente	76 (76%)
Concordo	24 (24%)
Sem opinião	0
Discordo	0
Discordo totalmente	0

Quanto às preferências, estas estão mais direccionadas para os roteiros regionais (47%), seguidos dos roteiros nacionais (35%). Sendo que 18% dizem gostar dos dois tipos de roteiros (cf. Quadro 8).

**Quadro 8 – Preferências de excursões**

<b>O que mais prefere?</b>	
Roteiros Regionais	47 (47%)
Roteiros Nacionais	35 (35%)
Ambos	18 (18%)

#### **4.1.3. Preferências**

Analisando os dados disponíveis no Quadro 9, podemos ver que as excursões que mais apreciam são as excursões no campo, em contacto com a natureza (74%; n=74), e as que menos gostam são as excursões para a prática de atividades de aventura, de carácter recreativo, como por exemplo rafting, exploração de cavernas, mergulho de apneia, entre outras (43%; n=43).

**Quadro 9 – Tipos de excursões**

	Gosto muito	Gosto	Nem gosto nem desgosto	Não gosto	Não gosto nada
Excursões cuja finalidade é o encontro religioso, ou seja, rezar, visitar igrejas, monumentos ou espaços religiosos	48 (48%)	35 (35%)	14 (14%)	2 (2%)	1 (1%)
Excursões no campo, de contacto com a natureza	73 (73%)	27 (27%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Excursões cuja finalidade é visitar e conhecer festas típicas de algumas localidades, congressos, feiras e festivais	64 (64%)	32 (32%)	4 (4%)	0 (0%)	0 (0%)
Excursões para conhecer outros países, povos e culturas, com o intuito de visitar museus, galerias de arte, locais históricos e até mesmo o grupo de folclore local	47 (47%)	19 (19%)	20 (20%)	8 (8%)	6 (6%)
Gosto de excursões cuja finalidade é apreciar a natureza bem com os animais que nela habitam	50 (50%)	37 (37%)	9 (9%)	3 (3%)	1 (1%)
Gosto de excursões para a prática de atividades de aventura, de carácter recreativo, como por exemplo rafting, exploração de cavernas mergulho de apneia entre outras.	8 (8%)	20 (20%)	8 (8%)	21 (21%)	43 (43%)
Gosto de excursões que possibilitam o banho como forma de terapia levada a cabo pelas águas das piscinas naturais ou artificiais, bem como praias com banhos de água do mar.	16 (16%)	22 (22%)	19 (19%)	34 (34%)	9 (9%)

Analisando os dados apresentados no Quadro 10, vemos que 85% dos inquiridos indica que gosta de excursões para sair do seu local habitual de residência à procura de descanso, paz, tranquilidade, fugindo assim da rotina do dia-a-dia e só apenas 6% diz que “não se aplica ao meu caso”, “não se aplica mesmo nada ao meu caso”. Ainda 9% diz que “algumas vezes se aplica, outras vezes não”.

**Quadro 10 – Gosto de excursões para...**

	Aplica-se muito ao meu caso	Aplica-se	Às vezes aplica-se outras não	Não se aplica ao meu caso	Não se aplica mesmo nada ao meu caso
Gosto de excursões para sair do meu local habitual de residência à procura de descanso, paz, tranquilidade, fugindo assim da rotina do dia-a-dia	59 (59%)	26 (26%)	9 (9%)	4 (4%)	2 (2%)

#### 4.1.4. Benefícios da participação nas excursões

Analisando os dados apresentados no Quadro 11, podemos verificar que as excursões apresentam, benefícios em primeiro, sociais para 36 inquiridos, seguidos de benefícios para a saúde para 20 inquiridos, depois benefícios pessoais para 18 inquiridos e, por fim, benefícios psicológicos para 4 inquiridos.

**Quadro 11 - Benefícios de participar em excursões, por ordem de importância**

Ordem de importância	Benefícios para a saúde	Benefícios sociais	Benefícios pessoais	Benefícios psicológicos
1	20 (25.6%)	36 (48%)	18 (23.7%)	4 (5.4%)
2	11 (14.1%)	19 (25.3%)	34 (44.7%)	10 (13.5%)
3	22 (28.2%)	13 (17.3%)	15 (19.7%)	26 (35.1%)
4	25 (32.1%)	7 (9.3%)	9 (11.8%)	34 (45.9%)

Passando agora a analisar o Quadro 12, podemos ver que a maioria dos inquiridos concorda que as excursões trazem um conjunto de benefícios de ordem pessoal e social tal como ilustrado pelos itens apresentados.

**Quadro 12 - Excursões e desenvolvimento pessoal e social**

As excursões:	Concordo	Não concordo nem discordo	Discordo
Melhoram a minha realização pessoal	71 (75.5%)	22 (23.4%)	1 (1.1%)
Permitem-me aumentar o meu conhecimento acerca da cultura	78 (82.1%)	17 (17.9%)	0 (0%)
Permitem-me conhecer novas pessoas	89 (97.8%)	2 (2.2%)	0 (0%)
Permite-me fazer novas amizades	87 (95.6%)	3 (3.3%)	1 (1.1%)
Permitem-me criar memórias inesquecíveis	67 (73.6%)	24 (26.4%)	0
Permitem-me o realizar de um sonho	40 (45.5%)	43 (48.9%)	5 (5.7%)
Permitem-me ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia	83 (92.2%)	5 (5.6%)	2 (2.2%)
Permitem-me conhecer novos locais	91 (100%)	0 (0%)	0 (0%)
Mantêm-me mais otimista	60 (67.4%)	27 (30.3%)	2 (2.2%)
Fazem-me mais feliz	86 (94.5%)	5 (5.5%)	0 (0%)
Permitem-me partilhar saberes, refeições, cultura, etc. entre os excursionistas	91 (93.8%)	6 (6.2%)	0 (0%)
Permitem-me conviver com outras pessoas	91 (97.8%)	2 (2.2%)	0 (0%)
Permitem o autoaperfeiçoamento pessoal	59 (66.3%)	29 (32.6%)	1 (1.1%)
Permitem-me não me sentir sozinho	77 (84.6%)	12 (13.2%)	2 (2.2%)
Permitem-me viajar em grupo	90 (97.8%)	2 (2.2%)	0

Procurámos perceber que motivos levavam os excursionistas a participar nas excursões. Observando os dados apresentados no Quadro 13, verificamos que os motivos mais assinalados para participar em excursões são: “pelo gosto de conhecer novos lugares” (assinalado por 73 inquiridos), seguido pelo “prazer de viajar” e “para não estar sozinho” (assinalado por 47 pessoas). De notar, ainda, que não é para “arranjar um companheiro(a)” que estas pessoas procuram as excussões.

**Quadro 13 - Motivo de participação em excursões**

Para não estar sozinho	47 (100%)
Porque não tenho mais nada para fazer	3 (100%)
Para arranjar um companheiro(a)	0 (100%)
Pelo prazer de viajar	47 (100%)
Pelo gosto de conhecer novos lugares	73 (100%)
Porque sou desafiado	4 (100%)
Porque sinto necessidade de novas experiências	6 (100%)

Analisando o Quadro 14, que diz respeito à escala da solidão (18 itens), vemos que a média das respostas é de 32.72 com um desvio padrão de 6.40 (inferior

ao valor médio teórico da escala – 36), o que nos mostra que em termos gerais esta amostra não apresenta um elevado índice de solidão, mas satisfação social.

**Quadro 14 - Escala da Solidão (UCLA)**

	Média	Desvio padrão	Mínimo	Máximo
Escala da solidão (18 itens)	32.72	6.40	21.00	46.00

Por fim, os dados apresentados no Quadro 15, revelam-nos que a amostra de inquiridos genericamente se encontra satisfeita com a vida, apresentando uma média de 20.96 e um desvio padrão de 3.14.

**Quadro 15 - Escala de satisfação com a vida (SWLS)**

	Média	Desvio padrão	Mínimo	Máximo
Escala de Satisfação com a Vida (SWLS)	20.96	3.14	13.00	25.00

## **4.2. Análise descritiva de tabulações cruzada**

Também chamadas de tabelas de referência cruzada, são usadas para determinar se uma determinada variável está associada a uma outra variável, geralmente com dados categóricos. Neste sentido, passamos a apresentar a análise descritiva de tabulações cruzadas de algumas variáveis que consideramos de interesse.

### **4.2.1. Ordem de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função do tempo que participa em excursões**

Solicitou-se aos inquiridos que indicassem por ordem de importância os contributos/benefícios que as excursões lhes traziam (em termos de saúde, pessoais, sociais e psicológicos) em função do tempo que participam (há quanto tempo participa em excursões?): há menos de 3 anos (n=26), entre 3 e 6 anos (n=25), e há mais de 6 anos (n=49). Para efeitos do objetivo deste trabalho concentrar-nos-emos apenas nos benefícios pessoais e sociais.

Neste sentido, e verificando os dados apresentados no Quadro 16, quanto aos benefícios assinalados como os mais importantes podemos ver que quanto aos benefícios pessoais como benefício principal, 7 são participantes há menos de 3 anos, 3 são participantes em excursões entre 3 e 6 anos, e 8 vão a excursões há mais de 6 anos.

Já no que se refere aos benefícios sociais como benefício principal, 4 são participantes há menos de 3 anos, 15 são participantes em excursões entre 3 e 6 anos e 17 participam em excursões há mais de 6 anos.

Os dados parecem indicar, para as pessoas que participam há mais de 3 anos, que os benefícios sociais da sua participação nas excursões são considerados os mais importantes. Em segundo lugar assinalam mais os benefícios pessoais.

**Quadro 16 – Ordem n°1 de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função do tempo que participa em excursões**

		<b>Há quanto tempo participa em excursões?</b>			
		Menos de 3 anos	Entre 3 e 6 anos	Mais de 6 anos	Total
<b>Benefícios pessoais</b>	Ordem n.º1 de importância	7 (38.9%)	3 (16.7%)	8 (44.4%)	18 (100%)
	Ordem n.º2 de importância	6 (17.6%)	13 (38.2%)	15 (44.1%)	34 (100%)
	Ordem n.º3 de importância	1 (6.7%)	4 (26.7%)	10 (66.7%)	15 (100%)
	Ordem n.º4 de importância	4 (44.4%)	2 (22.2%)	3 (33.3%)	9 (100%)
	Total	18 (23.7%)	22 (28.9%)	36 (47.4%)	76 (100%)
<b>Benefícios sociais</b>	Ordem n.º1 de importância	4 (11.1%)	15 (41.7%)	17 (47.2%)	36 (100%)
	Ordem n.º2 de importância	6 (31.6%)	4 (21.1%)	9 (47.4%)	19 (100%)
	Ordem n.º3 de importância	7 (53.8%)	1 (7.7%)	5 (38.5%)	13 (100%)
	Ordem n.º4 de importância	1 (14.3%)	1 (14.3%)	5 (71.4%)	7 (100%)
	Total	18 (24.0%)	21 (28.0%)	36 (48.0%)	75(100%)

#### **4.2.1.1. Benefícios pessoais em função do tempo que participa em excursões**

Analisando agora os dados apresentados no Quadro 17, que nos mostra todos os benefícios pessoais por item, verificamos, de forma geral, que independentemente do há quanto tempo é excursionista, na sua maioria os três grupos de excursionistas concordam que as excursões lhes trazem um conjunto de benefícios pessoais: de realização pessoal, de aumento de conhecimentos a nível cultural, de construção de memórias pessoais, de ter uma pausa na agitação do dia-a-dia, de contribuírem para a sua felicidade, permitirem o autoaperfeiçoamento e o permitirem conhecer novos locais.

**Quadro 17 – Benefícios pessoais em função do tempo que participam em excursões**

Benefícios pessoais		Há quanto tempo participa em excursões?			
		Menos de 3 anos	Entre 3 e 6 anos	Mais de 6 anos	Total
Melhoram a minha realização pessoal	<b>Concordo</b>	14 (19.7%)	16 (22.5%)	41 (57.7%)	71 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	9 (40.9%)	8 (36.4%)	5 (22.7%)	22 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	1 (100%)	1 (100%)
	<b>Total</b>	23 (24.5%)	24 (25.5%)	47 (50.0%)	94 (100%)
Permitem-me aumentar o meu conhecimento acerca da cultura	<b>Concordo</b>	20 (25.6%)	19 (24.4%)	39 (50.0%)	78 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	6 (35.3%)	5 (29.4%)	6 (35.3%)	17 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	26 (27.4%)	24 (25.3%)	45 (47.4%)	95 (100%)
Permitem-me criar memórias inesquecíveis	<b>Concordo</b>	17 (25.4%)	15 (22.4%)	35 (52.2%)	67 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	7 (29.2%)	8 (33.3%)	9 (37.5%)	24 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	24 (26.4%)	23 (25.3%)	44 (48.4%)	91 (100%)
Permitem-me o realizar de um sonho	<b>Concordo</b>	9 (22.5%)	6 (15.0%)	25 (62.5%)	40 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	12 (27.9%)	13 (30.2%)	18 (41.9%)	43 (100%)
	<b>Discordo</b>	2 (40.0%)	3 (60.0%)	0 (0%)	5 (100%)
	<b>Total</b>	23 (26.1%)	22 (25.0%)	43 (48.9%)	88 (100%)
Permitem-me ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia	<b>Concordo</b>	23 (27.7%)	22 (26.5%)	38 (45.8%)	83 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	0 (0%)	1 (20.0%)	4 (40.0%)	5 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	2 (100%)	2 (100%)
	<b>Total</b>	23 (25.6%)	23 (25.6%)	44 (48.9%)	90 (100%)
Mantêm-me mais otimista	<b>Concordo</b>	15 (25.0%)	11 (18.3%)	34 (56.7%)	60 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	5 (18.5%)	12 (44.4%)	10 (37.0%)	27 (100%)
	<b>Discordo</b>	2 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	2 (100%)
	<b>Total</b>	22 (24.7%)	23 (25.8%)	44 (49.4%)	89 (100%)
Fazem-me mais feliz	<b>Concordo</b>	24 (27.9%)	21 (24.4%)	41 (47.7%)	86 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	0 (0%)	2 (40.0%)	3 (60.0%)	5 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	24 (26.4%)	23 (25.3%)	44 (48.9%)	91 (100%)
Permitem-me o autoaperfeiçoamento pessoal	<b>Concordo</b>	17 (28.8%)	12 (20.3%)	30 (50.8%)	59 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	5 (17.2%)	11 (37.9%)	13 (44.8%)	29 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	1 (100%)	1 (100%)
	<b>Total</b>	22 (24.7%)	23 (25.8%)	44 (49.4%)	89 (100%)
Permite-me conhecer novos locais	<b>Concordo</b>	24 (26.4%)	23 (25.3%)	44 (48.4%)	91 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	24 (26.4%)	23 (25.3%)	44 (48.4%)	91 (100%)

#### 4.2.1.2. Benefícios sociais em função do tempo que participa em excursões

Analisando agora os dados apresentados no Quadro 18, que nos mostra todos os benefícios sociais por item em função do tempo que cada inquirido participa em excursões, podemos verificar que independentemente do tempo de participação, todos os inquiridos disseram concordar em mais de 70% com as afirmações descritas: conhecer novas pessoas, fazer novas amizades, partilhar, conviver com outras pessoas e não se sentir sozinho.

**Quadro 18 – Benefícios sociais em função do tempo que participa em excursões**

Benefícios sociais		Há quanto tempo participa em excursões?			
		Menos de 3 anos	Entre 3 e 6 anos	Mais de 6 anos	Total
Permite-me conhecer novas pessoas	<b>Concordo</b>	23 (25.8%)	23 (25.8%)	43 (48.3%)	89 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	1 (50.0%)	0 (0%)	1 (50.0%)	2 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	24 (26.4%)	23 (25.3%)	44 (48.4%)	91 (100%)
Permite-me fazer novas amizades	<b>Concordo</b>	22 (25.3%)	22 (25.3%)	43 (49.4%)	87 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	1 (33.3%)	1 (33.3%)	1 (33.3%)	3 (100%)
	<b>Discordo</b>	1 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (100%)
	<b>Total</b>	24 (26.4%)	23 (25.3%)	44 (48.4%)	91 (100%)
Permite-me partilhar saberes, refeições, cultura, etc. entre os excursionistas	<b>Concordo</b>	23 (25.3%)	23 (25.3%)	45 (49.5%)	91 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	3 (50.0%)	0 (0%)	3 (50.0%)	6 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	26 (26.8%)	23 (23.7%)	48 (49.5%)	97 (100%)
Permite-me conviver com outras pessoas	<b>Concordo</b>	23 (25.3%)	24 (26.4%)	44 (48.4%)	91 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	1 (50.0%)	0 (0%)	1 (50.0%)	2 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	24 (25.8%)	24 (25.8%)	45 (48.4%)	93 (100%)
Permite-me não me sentir sozinho	<b>Concordo</b>	18 (23.4%)	21 (27.3%)	38 (49.4%)	77 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	5 (41.7%)	2 (16.7%)	5 (41.7%)	12 (100%)
	<b>Discordo</b>	1 (50.0%)	0 (0%)	1 (50.0%)	2 (100%)
	<b>Total</b>	24 (26.4%)	23 (25.3%)	44 (48.9%)	91 (100%)
Permite-me viajar em grupo	<b>Concordo</b>	24 (26.7%)	23 (25.6%)	43 (47.8%)	90 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	0 (0%)	1 (50.0%)	1 (50.0%)	2 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	24 (26.1%)	24 (26.1%)	44 (47.8%)	92 (100%)

#### 4.2.2. Ordem de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função do sexo

Analisando o Quadro 19, podemos observar a importância percebida em relação aos benefícios pessoais  $n = 76$  (100%) e aos benefícios sociais  $n = 75$  (100%) por sexo.

No que se refere à ordem n.º 1 de importância, relativa aos benefícios pessoais dos inquiridos do sexo masculino, temos 38.9% ( $n=7$ ); como ordem n.º 2 de importância temos 44,1% ( $n=15$ ); como ordem n.º 3, 40% ( $n=6$ ); e por fim, como ordem n.º 4 de importância temos 22,2% ( $n=2$ ). Do sexo feminino, com classificação de ordem n.º1 de importância temos 61.1% ( $n=11$ ); como ordem n.º 2 de importância 55,9% ( $n=19$ ); ordem n.º 3, 60% ( $n=9$ ); e por fim, como ordem n.º 4 de importância 77,8% ( $n=7$ ). Ou seja, do sexo masculino, 23% ( $n=7$ ) classificaram com ordem de importância n.º1 os benefícios pessoais e do sexo feminino 24% ( $n=11$ ).

No que se refere aos benefícios sociais, 36.1% ( $n=13$ ) são do sexo masculino e 63.9% ( $n=23$ ) são do sexo feminino. Ou seja, do sexo masculino, 45% ( $n=13$ ) classificaram com ordem de importância n.º1 os benefícios pessoais e do sexo feminino, 50% ( $n=23$ ).

O que se verifica nestes casos é que em ambos os sexos os benefícios sociais têm mais relevância do que os benefícios pessoais, tal sendo mais visível no sexo feminino com 50% ( $n=23$ ).

**Quadro 19 - Ordem n.º 1 de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função do sexo**

		Sexo		
		Masculino	Feminino	Total
<b>Benefícios pessoais</b>	Ordem n.º1 de importância	7 (38.9%)	11 (61.1%)	18 (100%)
	Ordem n.º2 de importância	15 (44.1%)	19 (55.9%)	34 (100%)
	Ordem n.º3 de importância	6 (40.0%)	9 (60.0%)	15 (100%)
	Ordem n.º4 de importância	2 (22.2%)	7 (77.8%)	9 (100%)
	Total	30 (39.5%)	46 (60.5%)	76 (100%)

**Quadro 19 - Ordem n.º 1 de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função do sexo (continuação)**

		Sexo		
		Masculino	Feminino	Total
<b>Benefícios sociais</b>	Ordem n.º1 de importância	13 (36.1%)	23 (63.9%)	36 (100%)
	Ordem n.º2 de importância	5 (26.3%)	14 (73.7%)	19 (100%)
	Ordem n.º3 de importância	6 (46.2%)	7 (53.8%)	13 (100%)
	Ordem n.º4 de importância	5 (71.4%)	2 (28.6%)	7 (100%)
	Total	29 (38.7%)	46 (61.3%)	75 (100%)

#### 4.2.2.1. Benefícios pessoais em função do sexo

Verificando agora o Quadro 20 relativo aos benefícios pessoais em função do sexo de cada inquirido podemos verificar algumas diferenças, sendo comum em ambos os sexos em 100% que as “excursões lhes permitem conhecer novos locais” (masculino n=40; feminino n= 51).

Quanto aos inquiridos do sexo masculino, dizem concordar em mais de 90% que as excursões “melhoram a minha realização pessoal” (93%, n=32); “permite-me ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia” (90%, n=35); e “faz-me mais feliz” (90%, n=36). Já no que se refere aos inquiridos do sexo feminino, estes dizem concordar em mais de 90% com “permite-me ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia” (94%, n=48); e “faz-me mais feliz” (98%, n=50).

Ambos os sexos dizem concordar com todos os benefícios pessoais em mais de 55% excetuando o sexo feminino que diz “não concordar nem discordar”, com o facto de as excursões lhes “permitirem o realizar de um sonho” (55%, n=27).

**Quadro 20 - Benefícios pessoais em função do sexo**

Benefícios pessoais		Sexo		
		Masculino	Feminino	Total
Melhoram a minha realização pessoal	<b>Concordo</b>	32 (45.1%)	39 (54.9%)	71 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	9 (40.9%)	13 (59.1%)	22 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	1 (100%)	1 (100%)
	Total	41 (43.6%)	53 (56.4%)	94 (100%)

**Quadro 20 - Benefícios pessoais em função do sexo (continuação)**

Benefícios pessoais		Sexo		
		Masculino	Feminino	Total
Permite-me aumentar o meu conhecimento acerca da cultura	<b>Concordo</b>	40 (51.3%)	38 (48.7%)	78 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	3 (17.6%)	14 (82.4%)	17 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	43 (45.3%)	52 (54.7%)	95 (100%)
Permite-me criar memórias inesquecíveis	<b>Concordo</b>	32 (47.8%)	35 (52.2%)	87 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	8 (33.3%)	16 (66.7%)	24 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	40 (44.0%)	51 (56.0%)	91 (100%)
Permite-me o realizar de um sonho	<b>Concordo</b>	22 (55.0%)	18 (45.0%)	40 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	16 (37.2%)	27 (62.8%)	43 (100%)
	<b>Discordo</b>	1 (20.0%)	4 (80.0%)	5 (100%)
	<b>Total</b>	39 (44.3%)	49 (55.7%)	88 (100%)
Permite-me ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia	<b>Concordo</b>	35 (42.2%)	48 (57.8%)	83 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	3 (60.0%)	2 (40.0%)	5 (100%)
	<b>Discordo</b>	1 (50.0%)	1 (50.0%)	2 (100%)
	<b>Total</b>	39 (43.3%)	51 (56.7%)	90 (100%)
Mantêm-me mais otimista	<b>Concordo</b>	32 (53.3%)	28 (46.7%)	80 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	8 (29.6%)	19 (70.4%)	27 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	2 (100%)	2 (100%)
	<b>Total</b>	40 (44.9%)	49 (55.1%)	89 (100%)
Fazem-me mais feliz	<b>Concordo</b>	36 (41.9%)	50 (58.1%)	86 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	4 (80.0%)	1 (20.0%)	5 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	40 (44.0%)	51 (56.0%)	94 (100%)
Permite-me conhecer novos locais	<b>Concordo</b>	40 (44.0%)	51 (56.0%)	91 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	40 (44.0%)	51 (56.0%)	91 (100%)

#### 4.2.2.2. Benefícios sociais em função do sexo

Analisados os benefícios pessoais, passamos agora aos sociais em função do sexo (cf. Quadro 21) e aqui verificamos que apenas o sexo feminino concorda em 100% que as excursões lhes “permite conhecer pessoas novas”; “permite conviver com outras pessoas” e “permite viajar em grupo”. Em mais de 95% concordam com o facto de as excursões lhes “permitir fazer novas amizades” (98%, n=50) e

“permite-me partilhar saberes, refeições, cultura etc. entre outros excursionistas” (98%, n=55).

Já no que se refere aos inquiridos do sexo masculino estes dizem concordar em mais de 90% que as excursões lhes permitem “conhecer novas pessoas” (95%, n=38); “permite-me fazer novas amizades” (93%, n=37); “permite-me conviver com outras pessoas” (95%, n=40) e “permite-me viajar em grupo” (95%, n=39).

**Quadro 21 - Benefícios sociais em função do sexo**

Benefícios sociais		Sexo		
		Masculino	Feminino	Total
Permite-me conhecer novas pessoas	<b>Concordo</b>	38 (42.7%)	51 (57.3%)	87 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	2 (100%)	0 (0%)	2 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0
	Total	40 (44.0%)	51 (56.0%)	91 (100%)
Permite-me fazer novas amizades	<b>Concordo</b>	37 (42.5%)	50 (57.5%)	87 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	2 (66.7%)	1 (33.3%)	3 (100%)
	<b>Discordo</b>	1 (100%)	0 (0%)	1 (100%)
	Total	40 (44.0%)	51 (56.0%)	91 (100%)
Permite-me partilhar saberes, refeições, cultura, etc. entre os excursionistas	<b>Concordo</b>	36 (39.6%)	55 (60.4%)	91 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	5 (83.3%)	1 (16.7%)	6 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0
	Total	41 (42.3%)	56 (57.7%)	97 (100%)
Permite-me conviver com outras pessoas	<b>Concordo</b>	40 (44.0%)	51 (56.0%)	91 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	2 (100%)	0 (0.0%)	2 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0
	Total	42 (45.2%)	51 (54.8%)	93 (100%)
Permite-me não me sentir sozinho	<b>Concordo</b>	32 (41.6%)	45 (58.4%)	77 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	6 (50.0%)	6 (50.0%)	12 (100%)
	<b>Discordo</b>	2 (100%)	0 (0%)	2 (100%)
	Total	40 (44.0%)	51 (56.0%)	91 (100%)
Permite-me viajar em grupo	<b>Concordo</b>	39 (43.3%)	51 (56.7%)	90 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	2 (100%)	0 (0%)	2 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0
	Total	41 (44.6%)	51 (55.4%)	92 (100%)

### 4.2.3. Ordem de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função da idade

Analisando os dados apresentados no Quadro 22, em função de três grupos etários (menos de 30 anos; entre 30 e 60 anos; mais de 60 anos), podemos ver que no que se refere aos benefícios pessoais, a maioria dos inquiridos dos dois grupos etários mais velhos os assinala em segundo lugar em termos de importância, enquanto os benefícios sociais, à semelhança do que se tem vindo a verificar ao longo deste trabalho, ocupam o primeiro lugar. Os inquiridos com menos de 30 anos, porém, assinalaram mais em primeiro e segundo lugar os benefícios pessoais do que os sociais.

**Quadro 22 - Ordem nº1 de importância em relação aos benefícios pessoais e sociais em função da idade**

		Idade			
		Menos de 30 anos	Entre 30 e 60 anos	Mais de 60 anos	Total
<b>Benefícios pessoais</b>	Ordem nº1 de importância	2 (11.1%)	8 (44.4%)	8 (44.4%)	18 (100%)
	Ordem nº2 de importância	2 (5.9%)	14 (41.2%)	18 (52.9%)	34 (100%)
	Ordem nº3 de importância	1 (6.7%)	7 (46.7%)	7 (46.7%)	15 (100%)
	Ordem nº4 de importância	1 (11.1%)	1 (11.1%)	7 (77.8%)	9 (100%)
	Total	6 (7.9%)	30 (39.5%)	40 (52.6%)	76 (100%)
<b>Benefícios sociais</b>	Ordem nº1 de importância	1 (2.8%)	12 (33.3%)	23 (63.9%)	36 (100%)
	Ordem nº2 de importância	1 (5.3%)	7 (36.8%)	11 (57.9%)	19 (100%)
	Ordem nº3 de importância	3 (23.1%)	5 (38.5%)	5 (38.5%)	13 (100%)
	Ordem nº4 de importância	1 (14.3%)	5 (71.4%)	1 (14.3%)	7 (100%)
	Total	6 (8.0%)	29 (38.7%)	40 (53.3%)	75 (100%)

#### 4.2.3.1. Benefícios pessoais em função da idade

Analisando agora o Quadro 23 que especifica os benefícios pessoais verificamos que todos os grupos concordam em 100% que as excursões lhes “permitem conhecer novos locais”.

Quanto aos inquiridos com menos de 30 anos, dizem concordar em 100% com o facto de as excursões lhes permitirem “criar memórias inesquecíveis”. Dizem ainda concordar em mais de 80% com “permitem-me aumentar o meu conhecimento acerca da cultura” (89%, n=8); “permitem-me ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia” (89%, n=8) e “fazem-me mais feliz” (89% n=8). Quanto às restantes alíneas todos os inquiridos manifestam concordância em mais de 50%.

Quanto aos inquiridos com idades compreendidas entre os 30 e os 60 anos de idade, dizem concordar em mais de 80% com o facto de as excursões lhes permitirem “melhorar a minha realização pessoal” (88%, n=30); permitem-me aumentar o meu conhecimento acerca da cultura” (86%, n=31); “permitem-me criar memórias inesquecíveis” (85%, n=29); “permitem-me ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia” (88%, n=29); e “fazem-me mais feliz” (91%, n=31).

Por fim, os inquiridos com mais de 60 anos referem concordar em mais de 80% com o facto de as excursões lhes permitirem “ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia” (96%, n=46) e “fazem-me mais feliz” (98%, n=47). Quanto aos restantes itens, estes dizem concordar em mais de 58% excetuando “permite-me o realizar de um sonho” afirmando não concordar nem discordar em 59% (n=27).

**Quadro 23 - Benefícios pessoais em função da idade**

Benefícios pessoais	Idade				
	Menos de 30 anos	Entre 30 e 60 anos	Mais de 60 anos	Total	
Melhoram a minha realização pessoal	<b>Concordo</b>	5 (7.0%)	30 (42.3%)	36 (50.7%)	71 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	4 (18.2%)	4 (18.2%)	14 (63.6%)	22 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	1 (100%)	1 (100%)
	Total	9 (9.6%)	34 (56.2%)	51 (54.3%)	94 (100%)
Permite-me aumentar o meu conhecimento acerca da cultura	<b>Concordo</b>	8 (10.3%)	31 (39.7%)	39 (50.0%)	78 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	1 (5.9%)	5 (29.4%)	11 (64.7%)	17 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	Total	9 (9.5%)	36 (37.9%)	50 (52.6%)	95 (100%)
Permite-me criar memórias inesquecíveis	<b>Concordo</b>	9 (13.4%)	29 (43.3%)	29 (43.3%)	67 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	0 (0%)	5 (20.8%)	19 (79.2%)	24 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	Total	9 (9.9%)	34 (37.4%)	48 (52.7%)	91 (100%)

**Quadro 23 - Benefícios pessoais em função da idade (continuação)**

Benefícios pessoais		Idade			
		Menos de 30 anos	Entre 30 e 60 anos	Mais de 60 anos	Total
Permite-me o realizar de um sonho	<b>Concordo</b>	5 (12.5%)	18 (45.0%)	17 (42.5%)	40 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	4 (9.3%)	12 (27.9%)	27 (62.8%)	43 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	3 (60.0%)	2 (40.0%)	5 (100%)
	<b>Total</b>	9 (10.2%)	33 (37.5%)	46 (52.3%)	88 (100%)
Mantêm-me mais otimista	<b>Concordo</b>	6 (10.0%)	27 (45.0%)	27 (45.0%)	60 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	3 (11.1%)	7 (25.9%)	17 (63.0%)	27 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	2 (100%)	2 (100%)
	<b>Total</b>	9 (10.1%)	34 (38.2%)	46 (51.7%)	89 (100%)
Fazem-me mais feliz	<b>Concordo</b>	8 (9.3%)	31 (36.0%)	47 (54.7%)	86 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	1 (20.0%)	3 (60.0%)	1 (20.0%)	5 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	9 (9.9%)	34 (37.4%)	48 (100%)	91 (100%)
Permite-me o autoaperfeiçoamento pessoal	<b>Concordo</b>	5 (8.5%)	25 (42.4%)	29 (49.2%)	59 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	4 (13.8%)	9 (31.0%)	16 (55.2%)	29 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	1 (100.0%)	1 (100%)
	<b>Total</b>	9 (10.1%)	34 (38.2%)	46 (51.7%)	89 (100%)
Permite-me conhecer novos locais	<b>Concordo</b>	9 (9.9%)	34 (37.4%)	48 (52.7%)	91(100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	9 (10.0%)	34 (37.4%)	48 (52.7%)	91 (100%)
Permite-me ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia	<b>Concordo</b>	8 (9.6%)	29 (34.9%)	46 (55.4%)	83 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	0 (0%)	4 (80.0%)	1 (20.0%)	5 (100%)
	<b>Discordo</b>	1 (50.0%)	0 (0%)	1 (50.0%)	2 (100%)
	<b>Total</b>	9 (10.0%)	33 (36.7%)	48 (53.3%)	90 (100%)

#### 4.2.3.2. Benefícios sociais em função da idade

Por fim, e analisando o Quadro 24 referente aos benefícios sociais em função da idade, verificamos que quem retira mais benefícios sociais das excursões são as pessoas com mais de 60 anos de idade, isto porque concordam em mais de 95% com todos os benefícios apresentados, sendo que concordam a 100% que as excursões lhes permitem “conhecer novas pessoas”; “partilhar saberes, refeições, cultura, etc., entre os excursionistas”; “conviver com outras pessoas” e “viajar em grupo”.

No que se refere aos inquiridos com menos de 30 anos idade, estes dizem concordar a 100% com o facto de as excursões lhes permitirem “viajar em grupo” sendo que nas restantes dizem concordar em mais de 55%.

Por fim, e analisando os inquiridos com idades compreendidas entre os 30 e os 60 anos verificamos que estes dizem concordar com todas as alíneas em mais de 90%, excetuando a que se refere “permite-me não me sentir sozinho” com 74% (n=25).

**Quadro 24 - Benefícios sociais em função da idade**

Benefícios sociais		Idade			
		Menos de 30 anos	Entre 30 e 60 anos	Mais de 60 anos	Total
Permite-me conhecer novas pessoas	<b>Concordo</b>	8 (9.0%)	33 (37.1%)	48 (53.9%)	89 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	1 (50.0%)	1 (50.0%)	0 (0%)	2 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	Total	9 (9.9%)	34 (37.4%)	48 (52.7%)	91 (100%)
Permite-me fazer novas amizades	<b>Concordo</b>	8 (9.2%)	32 (36.8%)	47 (54.0%)	87 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	0 (0%)	2 (66.7%)	1 (33.3%)	3 (100%)
	<b>Discordo</b>	1 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (100%)
	Total	9 (9.9%)	34 (37.4%)	48 (52.7%)	91 (100%)
Permite-me partilhar saberes, refeições, cultura, etc. entre os excursionistas	<b>Concordo</b>	5 (5.5%)	34 (37.4%)	52 (57.1%)	91 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	4 (56.7%)	2 (33.3%)	0 (0%)	6 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	Total	9 (9.3%)	36 (37.1%)	52 (53.6%)	97 (100%)
Permite-me conviver com outras pessoas	<b>Concordo</b>	7 (7.7%)	35 (38.5%)	49 (53.8%)	91 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	2 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	2 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	Total	9 (9.7%)	35 (37.6%)	49 (52.7%)	93 (100%)
Permite-me não me sentir sozinho	<b>Concordo</b>	5 (6.5%)	25 (33.8%)	46 (59.7%)	77 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	2 (16.7%)	8 (66.7%)	2 (16.7%)	12 (100%)
	<b>Discordo</b>	2 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	2 (100%)
	Total	9 (9.9%)	34 (37.4%)	48 (52.7%)	91 (100%)

**Quadro 24 - Benefícios sociais em função da idade (continuação)**

Benefícios sociais		Idade			Total
		Menos de 30 anos	Entre 30 e 60 anos	Mais de 60 anos	
Permite-me viajar em grupo	<b>Concordo</b>	9 (10.0%)	32 (35.6%)	49 (54.4%)	90 (100%)
	<b>Não concordo nem discordo</b>	0 (0%)	2 (100%)	0 (0%)	2 (100%)
	<b>Discordo</b>	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0
	<b>Total</b>	9 (9.8%)	34 (37.0%)	49 (53.3%)	92 100%)

#### 4.2.4. Resultados na Escala da Solidão (UCLA) em função do tempo de participação em excursões

Passamos agora a analisar os resultados obtidos na Escala da Solidão em função do tempo a que cada inquirido participa em excursões. De salientar que se a pontuação total obtida for menor que 36 pontos, significa que o indivíduo não experiencia solidão, mas sim satisfação social. Caso aconteça o contrário, e o somatório for superior a 36, verificamos solidão.

**Quadro 25 - Escala da Solidão em função do tempo a que cada excursionista participa em excursões**

Pontuação Escala UCLA	Há quanto tempo participa em excursões?			Total
	Há menos de 3 anos	Entre 3 e 6 anos	Há mais de 6 anos	
21	1	0	1	2
22	1	0	0	1
23	1	0	1	2
24	0	0	3	3
26	0	3	2	5
27	2	1	4	7
28	1	2	2	5
29	2	1	6	9
30	1	0	0	1
31	0	0	3	3
32	2	1	4	7
33	2	0	1	3
34	0	1	2	3
35	0	1	1	2
36	0	2	1	3
37	1	0	0	1

**Quadro 25 - Escala da Solidão em função do tempo a que cada excursionista participa em excursões (continuação)**

Pontuação Escala UCLA	Há quanto tempo participa em excursões?			Total
	Há menos de 3 anos	Entre 3 e 6 anos	Há mais de 6 anos	
39	0	1	2	3
40	2	1	1	4
41	2	2	0	4
42	0	1	0	1
43	0	1	0	1
45	1	0	0	1
46	3	1	2	6
<b>Total</b>	23	20	36	79

Neste sentido, e passando a analisar os resultados obtidos no Quadro 25 conseguimos ver que dos excursionistas que participam há menos de 3 anos (n= 23), 10 apresentam indícios de solidão (43.4%), muito embora os valores não sejam ainda muito elevados (não ultrapassam os 46 pontos). Quanto aos inquiridos que participam em excursões entre 3 e 6 anos verificamos que dos 20, 8 (40%) apresentam solidão com valores iguais ou superiores a 37. Por fim, no grupo dos 36 inquiridos que participam em excursões há mais de 6 anos em excursões, 5 (13.8%) apresentam valores indicativos de solidão.

#### **4.2.4.1. Resultados na Escala da Solidão (UCLA) em função do sexo**

Analisando agora os resultados obtidos na UCLA por sexo, observem-se os valores globais apresentados no Quadro 26. Constata-se que no grupo do sexo feminino (n=12; 26.6%) há em termos percentuais menos casos de solidão do que no grupo do sexo masculino (n= 11; 32.35%).

**Quadro 26 - Escala da Solidão em função do sexo**

Pontuação Escala UCLA	Sexo		Total
	Masculino	Feminino	
21	1	1	2
22	1	0	1
23	2	0	2
24	2	1	3
26	3	2	5
27	2	5	7
28	1	4	5
29	3	6	9
30	1	0	1
31	1	2	3
32	3	4	7
33	1	2	3
34	2	1	3
35	0	2	2
36	0	3	3
37	0	1	1
38	0	2	2
39	2	1	3
40	1	3	4
41	4	0	4
42	0	1	1
43	1	0	1
45	0	1	1
46	3	3	6
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>45</b>	<b>79</b>

**4.2.4.2. Resultados na Escala da Solidão (UCLA) em função da idade**

Os resultados obtidos na escala da solidão por grupo de idades apresentados no Quadro 27, revelam-nos que os casos de solidão são em termos percentuais mais elevados no grupo mais jovem ( $n = 3$ ; 33.33%), seguido do grupo das pessoas com idades compreendidas entre os 30 e os 60 anos, ( $n = 9$ ; 32.1%) e do grupo com mais de 60 anos ( $n = 9$ ; 26.19%).

**Quadro 27 - Escala da Solidão em função da idade**

Pontuação Escala UCLA	Idade			Total
	Menos de 30 anos	Entre 30 e 60 anos	Mais de 60 anos	
21	0	0	2	2
22	0	1	0	1
23	1	1	0	2
24	0	2	1	3
26	1	0	4	5
27	0	1	6	7
28	0	2	3	5
29	3	1	5	9
30	1	0	0	1
31	0	0	3	3
32	0	4	3	7
33	0	2	1	3
34	0	2	1	3
35	0	1	1	2
36	0	2	1	3
37	1	0	0	1
38	0	1	1	2
39	0	3	0	3
40	1	0	3	4
41	1	1	2	4
42	0	0	1	1
43	0	1	0	1
45	0	1	0	1
46	0	2	4	6
<b>Total</b>	9	28	42	79

#### **4.2.5. Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) em função dos anos que participa em excursões**

Como referido, a Escala de Satisfação com a Vida permite-nos avaliar a dimensão cognitiva do bem-estar subjetivo. A amplitude desta escala oscila entre o valor mínimo de 5 e o máximo de 25 pontos. Quanto mais elevado for o valor, maior satisfação com a vida, sendo que o ponto médio da escala se situa nos 12.5 pontos.

Neste sentido, e analisando o Quadro 28, verificamos que em todos os grupos em análise os indivíduos se encontram satisfeitos com vida, com valores superiores ao valor intermédio da escala.

**Quadro 28 - Escala de Satisfação com a Vida em função dos anos que participa em excursões**

Pontuação Escala SWLS	Há quanto tempo participa em excursões?			Total
	Há menos de 3 anos	Entre 3 e 6 anos	Há mais de 6 anos	
13	0	3	0	3
14	1	0	0	1
15	2	2	1	5
16	0	1	1	2
17	0	0	1	1
18	3	2	2	7
19	2	4	3	9
20	7	2	5	14
21	1	2	1	4
22	4	3	7	14
23	1	2	6	9
24	2	1	10	13
25	1	2	10	13
<b>Total</b>	24	24	47	95

**4.2.5.1. Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) em função do sexo**

Observando os valores obtidos na Escala de Satisfação com a Vida, em função do sexo, verifica-se conforme dados apresentados no Quadro 29 uma confirmação de satisfação com a vida em ambos os grupos.

**Quadro 29 - Escala de Satisfação com a Vida em função do sexo**

Pontuação Escala SWLS	Sexo		Total
	Masculino	Feminino	
13	2	1	3
14	0	1	1
15	2	3	5
16	1	1	2
17	0	1	1
18	4	3	7
19	6	3	9
20	4	10	14
21	0	4	4
22	5	9	14
23	1	8	9
24	7	6	13
25	8	5	13
<b>Total</b>	40	55	95

#### 4.2.5.2. Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) em função da idade

Por fim, e analisando o Quadro 30, que nos mostra a satisfação com a vida em função da idade, conseguimos ver que todos os grupos se encontram genericamente satisfeitos com a vida.

**Quadro 30 - Escala de Satisfação com a Vida em função da idade**

Pontuação Escala SWLS	Idade			Total
	Menos de 30 anos	Entre 30 e 60 anos	Mais de 60 anos	
13	0	1	2	3
14	1	0	0	1
15	1	0	4	5
16	1	0	1	2
17	0	0	1	1
18	0	7	0	7
19	1	3	5	9
20	1	5	8	14
21	0	1	3	4
22	2	3	9	14
23	1	2	6	9
24	1	4	8	13
25	0	9	4	13
<b>Total</b>	9	35	51	95

#### 4.3. Síntese sobre os dados recolhidos

Uma vez feita a análise de dados referente aos inquéritos por questionário passamos agora a apresentar os resultados que obtivemos neste estudo, não esquecendo que definimos por objetivo perceber qual o contributo das excursões para o desenvolvimento pessoal e social de um grupo de excursionistas.

Neste sentido, e procurando dar resposta a este objetivo, optámos por estudar as diferenças entre os grupos. Ou seja, os benefícios pessoais e sociais em função do número de anos em que cada pessoa participa em excursões; benefícios pessoais e sociais em função do sexo; os benefícios pessoais e sociais em função da idade; a Escala da Solidão (UCLA) em função do tempo que se participa em excursões, sexo e idade; e por fim, a Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) em função dos anos que se participa em excursões, sexo e idade.

O que se verificou foi que de uma forma geral, os 3 grupos (há menos de 3 anos; entre 3 e 6 anos e mais de 6 anos) dizem concordar que as excursões lhes trazem um conjunto de benefícios pessoais tais como: de realização pessoal, de aumento de conhecimentos a nível cultural, de construção de memórias pessoais, de ter uma pausa na agitação do dia-a-dia, de contribuírem para a sua felicidade, permitirem o autoaperfeiçoamento e o permitirem conhecer novos locais. Mas quem participa há mais de 3 anos em excursões refere como mais importantes os benefícios sociais seguidos dos benefícios pessoais.

Quanto aos benefícios pessoais, todos os inquiridos, independentemente do tempo que participam em excursões, concordaram em mais de 70% com: “melhoram a minha realização pessoal; permitem-me aumentar o meu conhecimento acerca da cultura; permitem-me criar memórias inesquecíveis; permitem-me o realizar de um sonho; permitem-me ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia; mantêm-me mais otimista; fazem-me mais feliz; permitem o autoaperfeiçoamento pessoal permite-me conhecer novos locais.”

Ou seja, verificou-se que o tempo de participação em excursões não se reflete na escolha dos benefícios pessoais e sociais, mas sim na sua ordem de importância, sendo que quem participa há mais de 3 anos em excursões considera como mais importantes os benefícios sociais e seguidamente os benefícios pessoais; já o grupo que participa há menos de 3 anos assinalou como mais importantes os benefícios pessoais e seguidamente os benefícios sociais.

Mayer (2010) diz-nos que na dinâmica das excursões mesmo não havendo permanência e regularidade na participação dos membros, estabelecem-se relações de troca e sociabilidade que são visíveis.

No que se refere aos benefícios pessoais e sociais em função do sexo, verificámos que em ambos os sexos os benefícios sociais apresentavam maior relevância em relação aos benefícios pessoais. Em contrapartida foi o sexo feminino que apresentou valores mais relevantes no que se refere aos benefícios pessoais.

Quanto aos benefícios pessoais e sociais em função da idade, verificou-se que quem tem mais de 30 anos considera os benefícios sociais mais relevantes que os pessoais quando participa em excursões; o mesmo não acontece com as pessoas com

menos de 30 anos, que valorizam mais os benefícios pessoais em detrimento dos sociais.

Os resultados obtidos na Escala de Solidão (UCLA) em função do tempo de participação em excursões revelam-nos que apesar de a média obtida pelo grupo de inquiridos não ser reveladora de solidão, registam-se casos de solidão nos 3 grupos, embora percentualmente menor no grupo dos que participam nas excursões há mais de 6 anos. Isto poderá ser explicado por Mayer (2010) que em função do tempo de participação de cada um em excursões se vai criando laços sociais no “quase grupo”. Quanto maior for a frequência nesse “quase grupo” maior serão os laços sociais por eles criados.

Conseguimos ainda verificar mais solidão em termos percentuais no grupo dos homens. Quanto à solidão em função da idade analisamos que o grupo mais jovem (menos de 30 anos) é o que apresenta percentualmente mais solidão, seguido dos que têm idades compreendidas entre os 30 e os 60 anos.

Por fim, e analisando os resultados obtidos na Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) em função do tempo de participação, sexo e idade, em todos os grupos existe satisfação com a vida, com valores superiores ao valor intermédio da escala. Como nos diz Nery (1998, p.152) “as excursões são vistas como um momento de farra, descanso ou recreação onde a produção de relações são as formas mais reais de prazer destas classes populares”.

## **Capítulo V - Apresentação, análise e discussão de dados qualitativos**

As entrevistas semiestruturadas que foram realizadas para o estudo em causa foram alvo de uma análise de conteúdo. Esta análise permitiu-nos responder às questões inicialmente formuladas. Para obter estas respostas e compreender de forma mais profunda o desenvolvimento pessoal e social das pessoas que participam em excursões, recolhemos testemunhos de pessoas que participam nas excursões.

Feito isto, fizemos uma análise de conteúdo que utiliza um conjunto de técnicas que permitem analisar de uma forma sistemática um texto, com o objetivo de desvendar e quantificar a ocorrência de palavras, frases, temas que podem ser considerados “chave”, e que possibilitem uma comparação posterior (Coutinho, 2013). Essa análise ajuda a interpretar as mensagens e a atingir uma compreensão dos seus significados num nível que vai para além de uma leitura comum. Na análise de conteúdo, o texto é um meio de expressão do sujeito, e o analista procura categorizar as unidades de texto que se repetem, inferindo uma expressão que as representem (Caregnato & Mutti, 2006).

Na nossa análise de conteúdo, procedemos, assim, à organização da informação num sistema de categorias, que traduzem as ideias-chave das entrevistas. De seguida, classificamos a informação, que diferenciamos em categorias, subcategorias, indicadores e unidades de registo.

### **5.1. Análise e discussão de dados da entrevista ao diretor da empresa**

No Quadro 31 são apresentadas as categorias, as subcategorias e os indicadores que estabelecemos após a análise da entrevista ao diretor da empresa que passamos a apresentar e a discutir.

Quadro 31 - Matriz de categorização de dados da entrevista ao diretor

<b>Categorias</b>	<b>Subcategorias</b>	<b>Indicadores</b>
1. Entrevistado	1.1. Área de formação	- Área formação pronto, eu deixei de estudar muito cedo por castigo por brincadeira, o meu pai tirou-me da escola.
	1.2. Motivações de abertura desta empresa	- Era muito extrovertido, ainda sou, e portanto fiz um sucesso, fazia furor mesmo. Ah...trabalhava em transportes urbanos e ao fim de semana como motorista de turismo. Fiz muito sucesso, fiz muito sucesso o que me levou a ter o sonho de abrir uma empresa deste género. Encontrei o parceiro, socio ideal e estamos aqui até hoje
2. Excursões	2.1. Tipologia das excursões	- Caris religioso, caris cultural, desportivo, todo, todo o tipo
	2.2. Aspectos importante quando se planeia uma excursão	- Interesse exclusivo. Os clientes escolheram esse destino específico e depois o preço qualidade
3. População que mais participa	3.1. Faixa etária superior	- Uma taxa etária superior. - Faixa etária é maioritariamente superior a 50, 60 anos
	3.2. Poder económico	Os reformados, aquelas pessoas que até vivem com muito pouco e que até pagam e depois têm o seu dinheirinho de lado
	3.3. Casais mais jovens	Os casais mais jovens, têm de pagar a casa que é uma fortuna, têm de pagar o carro a bicicleta e o consumismo feito da forma que está em que há facilidades para comprar tudo. (...) No entanto há algumas que vão à mistura, alguns casais nossos que gostam de fazer este tipo de viagens e esses sim, são os que fazem por gosto e até têm carta de condução e carro mas são os que fazem com objetivos muito claros. Querer conhecer querer passear, são daqueles que chegam mais tarde ao autocarro porque estiveram a aproveitar tudo até ao último minuto
4. Vantagens de participar em excursões	4.1. Pessoais	- As pessoas não se precisam de preocupar com nada: transporte, hospedagem, alimentação e até mesmo do passeio em si. - Aproveitar o passeio sem preocupações
	4.2. Sociais	- Convívio, saindo da solidão diária - O grupo que faz excursão acaba por entre si conversar e criar amizades e até mesmo grupos de amigos que ficam para a vida e que muitas vezes até viajam sempre juntos
5. Ganhos de participar em excursões	5.1. Pessoais	-Ganham a não solidão
	5.2. Culturais	- Pessoas de estrato social mais baixo que não ligam nenhuma à cultura, não têm interesse em saber se aquela igreja está ali e porque é que está, as pessoas viram, está visto, não têm aquela pertença de saber se está aqui, porque é que está, foi feito por quem porque é que foi mandado construir. Trazem um amigo novo um pseudo amigo, secalhar é uma riqueza inestimável, mas do ponto de vista cultural, não
	5.3. Sociais	Acabam por criar uma rede de lazer, mais do que o conhecimento

### 5.1.1. Categoria 1 - Entrevistado

Relativamente à subcategoria “área de formação” e “motivações de abertura desta empresa” analisamos que o diretor da empresa não apresenta formação escolar na área, mas foi um profissional competente na área do turismo, o que fez com que abrisse uma empresa neste ramo onde permanece até hoje.

E2<sup>3</sup>: *“deixei de estudar muito cedo por castigo por brincadeira, o meu pai tirou-me da escola (...)”*

E2: *“Era muito extrovertido, ainda sou, e portanto fiz um sucesso, fazia furor mesmo. Trabalhava em transportes urbanos e ao fim de semana como motorista de turismo. Fiz muito sucesso, que me levou a ter o sonho de abrir uma empresa deste género (...)”*

E2: *“Encontrei o parceiro, sócio ideal e estamos aqui até hoje (...)”*

### 5.1.2. Categoria 2 - Excursões

Sendo as excursões uma atividade de lazer e ainda consideradas por Alcantara (2005) como uma atividade turística, inserida no turismo popular, permite a quem nelas participa fazer a seleção das excursões segundo os seus interesses. E como tal, quisemos perceber que tipos de excursões é que são organizados nesta empresa bem como os aspetos a ter em conta na sua organização.

Para que a oferta seja variada, é preciso oferecer de tudo um pouco para que possa agradar ao maior número de pessoas e que estas possam ter margem de manobra de escolha.

E2: *“(...) Caris religioso, caris cultural, desportivo e de todo o tipo.”*

Quando estas excursões são planeadas e organizadas Alcantara (2005) diz-nos que são viagens de turismo popular, muitas vezes viagens de baixo custo e sem uso de grandes recursos. O que se vem a verificar.

---

<sup>3</sup> E2: Nome dado ao entrevistado

E2: *“Interesse exclusivo (...)”*

E2: *“(...) preço qualidade.”*

### **5.1.3. Categoria 3 – População que mais participa**

Segundo a perspectiva de E2, a população que mais participa é a de idade mais avançada, visto que a população mais nova apresenta uma série de encargos e todo o dinheiro que conseguem já se encontra muitas vezes destinado a pagamentos de muitos desses encargos, não sobrando nada, ou sobrando muito pouco.

E2: *“(...) faixa etária maioritariamente superior a 50, 60 anos (...)”*

E2: *“(...) do ponto de vista económico quem é que tem dinheiro para andar? Os reformados, aquelas pessoas que até vivem com muito pouco e que até pagam e depois têm o seu dinheirinho de lado (...)”*

E2: *“Os casais mais jovens têm de pagar a casa que é uma fortuna, têm de pagar o carro a bicicleta e o consumismo feito da forma que está em que há facilidades para comprar tudo. (...) No entanto, há algumas que vão à mistura, alguns casais nossos que gostam de fazer este tipo de viagens e esses sim, são os que fazem por gosto e até têm carta de condução e carro mas são os que fazem com objetivos muito claros, querer conhecer querer passear, são daqueles que chegam mais tarde ao autocarro porque estiveram a aproveitar tudo até ao último minuto.”*

### **5.1.4. Categoria 4 – Vantagens de participar em excursões**

Relativamente à subcategoria “pessoais” e “sociais” analisamos que são a nível pessoal, o facto de não ter de se preocupar com a viagem o que permite aproveitar a viagem ao máximo. A nível social, temos como vantagens o convívio como forma de sair da solidão diária, que por sua vez acaba por ser utilizado como forma de criação de laços.

E2: *“As pessoas não precisam de se preocupar com nada: transporte, hospedagem, alimentação e até mesmo do passeio em si. Podem aproveitar o passeio sem preocupações (...).”*

E2: *“Convívio, saindo da solidão diária. O grupo que faz excursão acaba por entre si conversar e criar amizades e até mesmo grupos de amigos que ficam para a vida e que muitas vezes até viajam sempre juntos (...).”*

Com dizia Alcantara (2005), as excursões envolvem a participação de membros de grupos diferenciados, onde muitas vezes são criados laços em função da participação nestas excursões. Aqui são criadas muitas vezes relações de amizade de convívio de partilha e até mesmo de brincadeiras que criam assim uma rede de lazer.

#### **5.1.5. Categoria 5 - Ganhos de participar em excursões**

E2: *“Ganham a não solidão.”*

No que diz respeito a esta categoria, mais uma vez é apontada a “não solidão” como ganho, neste caso pessoal, o que nos leva a concluir que as excursões são uma forma de ocupar os tempos livres, e conseqüentemente, combater a solidão.

Ganhos culturais não são verificados nesta entrevista, visto que as pessoas já têm alguma idade e pouca escolaridade.

E2: *“Pessoas de estrato social mais baixo que não ligam nenhuma à cultura, não têm interesse em saber se aquela igreja está ali e porque é que está, as pessoas viram, está visto, não têm aquela pertença de saber se está aqui, porque é que está, foi feito por quem porque é que foi mandado construir. Trazem um amigo novo um pseudo amigo, secalhar é uma riqueza inestimável, mas do ponto de vista cultural, não.”*

Diz-nos E2 que valorizam mais o convívio e um amigo do que o enriquecimento cultural.

E2: *“Acabam por criar uma rede de lazer, mais do que o conhecimento.*

## **5.2. Síntese conclusiva dos dados recolhidos**

Após fazermos a análise de conteúdo da entrevista ao diretor da empresa, propomo-nos, em forma de síntese, indicar as conclusões a que chegamos neste trabalho de investigação.

Podemos constatar, através da análise à entrevista realizada, que quem está à frente desta empresa não tem formação escolar na área do turismo ou lazer, mas foi um grande profissional da área do turismo e com isso surgiu a vontade de abrir uma empresa deste tipo. Esse diz-nos que é importante ter uma vasta oferta de destinos sejam eles regionais ou nacionais e é ainda bastante importante saber planeá-los. Para tal é preciso ter em conta dois grandes pontos quando se planeia uma viagem, em primeiro o interesse do cliente que procura este tipo de serviços e depois a relação preço qualidade.

Diz-nos ainda que quem mais participa em excursões é a faixa etária com idade mais avançada e com algum poder económico ou com alguma organização financeira como nos dizia. Efetivamente, durante a observação participante a população que mais verifiquei foi com idades compreendidas entre os 50 e os 75 anos. Quanto às pessoas mais jovens são muito, muito poucas as que se inserem nestes grupos. Como referido a população mais nova apresenta uma série de encargos e todo o dinheiro que conseguem já se encontra muitas vezes destinado a pagamentos de muitos desses encargos, não sobrando nada, ou sobrando muito pouco. Dos poucos que vão, vão com objetivos muito claros e com vontade de aproveitar tudo até ao fim, chegando mesmo atrasados ao autocarro por causa disso.

Também em conversas informais, detetamos que estas pessoas mais novas vão muitas vezes ou porque não têm carta e é uma forma de poderem viajar e outros porque querem fazer uma viagem sem preocupações, por exemplo, de conduzir, de saber onde vão comer, ou deixar o carro. E, esta é uma das vantagens pessoais apontadas por E2. A excursão tem uma de muitas vantagens que é a de as pessoas não precisarem de se preocupar com nada: transporte, hospedagem, alimentação e até

mesmo do passeio em si, podendo desta forma aproveitar tudo ao máximo e com a maior tranquilidade.

Uma das vantagens sociais apontadas é o convívio que diz ser o canal para a não solidão diária. O grupo que faz excursão acaba por entre si conversar e criar amizades e até mesmo grupos de amigos que ficam para a vida e que muitas vezes até viajam sempre juntos.

Por fim analisámos os ganhos que na perspetiva de diretor, estas pessoas tinham, sejam eles pessoais, culturais ou sociais. Verificamos que mais uma vez o ganho pessoal é a não solidão, ou seja, vemos aqui associado ao excursionismo um momento de convívio como forma de sair da solidão destas pessoas. Segundo E2 a valorização do conviver é bem mais importante que o conhecer. A isto chamamos ganho social, o importante que é estar com os outros, o estar em grupo. A nível cultural, analisámos que não tem qualquer valor para quem viaja, porque já são pessoas de muita idade e já não se interessam por isso e depois porque também são pessoas com pouca escolarização.

Passo a citar uma frase transcrita em diário de bordo que diz *se não forem estes passeios agora quando é que chegamos a sair de casa se os nossos filhos e netos não andam connosco para lado nenhum, não saímos a não ser em excursão*. Aqui as excursões como meio de transporte para poderem viajar e fazer tudo aquilo que a esta atividade está associado.

### **5.3. Análise e discussão de dados das entrevistas à pessoa mais nova e à pessoa mais velha do grupo.**

No Quadro 32 são descritas as categorias, as subcategorias e os indicadores que estabelecemos após a análise das entrevistas feita à pessoa mais nova e à pessoa mais velha a fazer excursões regularmente. Estas entrevistas foram realizadas com o intuito de perceber se há diferenças entre a pessoa mais nova e a pessoas mais velha no que se refere ao contributo destas excursões para o desenvolvimento pessoal e social. A pessoa mais nova tem 42 anos e a pessoa mais velha 66 anos.

Quadro 32 - Matriz de categorização de dados das entrevistas aos excursionistas

Categorias	Subcategorias	Indicadores da pessoa mais nova	Indicadores da pessoa mais velha
1. Excursões	1.1. Regularidade de participação	- <i>Uma vez por mês, sempre que posso venho</i>	- <i>Desde sempre, quando há uma eu lá vou</i>
	1.2. Motivo porque participa	- <i>Porque gosto, gosto disto, gosto de sair de casa, gosto muito</i>	- <i>Porque gosto, gosto de conviver, acho que as pessoas devem aproveitar todos os dias da vida porque a morte é certa. Deve-se aproveitar o bom que a vida tem.</i>
	1.3. Que tipo mais gosta	- <i>Assim mais de excursões que tenham procissões, pronto, não é assim religioso mas gosto. Gosto de todos</i>	- <i>Gosto de todas e não consigo dizer as que mais gosto</i>
2. Vantagens de participar em excursões	2.1. Pessoais e sociais	- <i>Há muitas, a gente conhece muitos sítios, muitas terras, muita gente se conhece, conhecemos muito bem uns aos outros e é assim tudo</i>	- <i>Gosto de ver os monumentos gosto de saber quando é que foi feito, a época, cultura, depois gosto de ir apreciar a paisagem, gosto de conversar com as pessoas para ver, o que é que acham, a opinião que têm, trocar informação</i>
3. Ganhos de participar em excursões	3.1. Pessoais	- <i>Uma pessoa fica mais alegre, não fica a pensar nos problemas, é a distração, saída da rotina do dia-a-dia, a gente bem com aquele pensar, já não pensa em mais nada, não pensa em mais ninguém</i>	- <i>Conheço novos lugares</i> - <i>Enriqueço-me culturalmente</i>
	3.2. Sociais	- <i>É bom a gente falar com as pessoas, perguntar isto ou aquilo, se a gente não saber pergunta onde é que é isto ou aquilo a gente desenrasca-se e as pessoas ajudam</i>	- <i>Falo com as pessoas</i> - <i>Conheço pessoas</i> - <i>Troco saberes e histórias</i>

### 5.3.1. Categoria 1 - Excursões

Relativamente à subcategoria “regularidade de participação” analisamos que existem diferenças entre estas. A pessoa mais nova só pode ir sempre que tem disponibilidade pós compromissos diários, já a pessoa mais velha vai sempre que

haja uma. Como sabemos esta idade é a idade privilegiada para a pessoa descansar, pois, está livre dos encargos e obrigações e tem mais tempo livre.

E3<sup>4</sup>: *“Uma vez por mês, sempre que posso venho.”*

E4<sup>5</sup>: *“Desde sempre, quando há uma eu lá vou.”*

Relativamente à subcategoria “motivo porque participa” analisamos que ambas realizam este tipo de atividade no tempo considerado de lazer, porque gostam. A mais nova para poder sair de casa a mais velha para poder conviver e por sua vez também poder aproveitar a vida ao máximo.

E3: *“Porque gosto, gosto disto, gosto de sair de casa, gosto muito.”*

E4: *“Porque gosto, gosto de conviver, acho que as pessoas devem aproveitar todos os dias da vida porque a morte é certa. Deve-se aproveitar o bom que a vida tem.”*

Por fim, e relativo à última subcategoria “que tipo mais gosta” analisamos que escolher um tipo de excursão não é tarefa fácil, gostam de todo o tipo de excursões.

E3: *“Assim mais de excursões que tenham procissões, pronto, não é assim religioso mas gosto. Gosto de todos.”*

E4: *“Gosto de todas e não consigo dizer as que mais gosto.”*

### **5.3.2. Categoria 2 - Vantagens de participar em excursões**

Relativamente à subcategoria “pessoais e sociais” analisamos que as excursões têm uma finalidade muito concreta para estas pessoas que é o conhecer o partilhar e o conviver. Nery (1998) diz-nos que a partilha e a produção de relações são as formas reais de prazer destas classes. Mas podemos ainda acrescentar associado à produção de relações o convívio, como podemos analisar.

---

<sup>4</sup> E3: Pessoa mais nova entrevistada

<sup>5</sup> E4: Pessoa mais velha entrevistada

E3: *“Há muitas. A gente conhece muitos sítios, muitas terras, muita gente se conhece, conhecemo-nos muito bem uns aos outros e é assim tudo (...)”*

E4: *“Gosto de ver os monumentos gosto de saber quando é que foi feito, a época, cultura, depois gosto de ir apreciar a paisagem, gosto de conversar com as pessoas para ver, o que é que acham, a opinião que têm, trocar informação.”*

### **5.3.3. Categoria 3 - Ganhos de participar em excursões**

Relativamente à subcategoria “pessoais” analisamos que a pessoa mais nova sente como principal vantagem a saída da rotina do dia-a-dia enquanto a pessoa mais velha é mesmo para conhecer novos locais e se enriquecer culturalmente. Temos aqui a necessidade do momento de lazer por parte da pessoa mais nova e o retirar do prazer do momento de lazer por parte da pessoa mais velha.

E3: *“Uma pessoa fica mais alegre, não fica a pensar nos problemas, é a distração, saída da rotina do dia-a-dia, a gente bem com aquele pensar, já não pensa em mais nada, não pensa em mais ninguém.”*

E4: *Conheço novos lugares e enriqueço-me culturalmente.*

Quanto à subcategoria “Social” analisamos aqui que a pessoa mais velha retira mais socialmente que a pessoa mais nova, provavelmente pelos anos de experiência em excursões. Ou seja falamos de pessoas com um objetivo comum mas com objetivos pessoais diferentes.

E3: *“É bom a gente falar com as pessoas, perguntar isto ou aquilo, se a gente não saber pergunta onde é que é isto ou aquilo a gente desenrasca-se e as pessoas ajudam (...)”*

E4: *“Conheço novos lugares, falo com as pessoas, conheço pessoas novas, troco saberes e histórias, enriqueço-me culturalmente,*

*convivo eu seu lá.... e faço o que tanto gosto que é viajar. E viajar aconselho que seja no nosso país que temos locais lindíssimos.”*

#### **5.4. Síntese conclusiva dos dados recolhidos**

Após fazermos a análise de conteúdo das entrevistas às pessoas que realizavam excursões, propomo-nos, em forma de síntese, indicar as conclusões a que chegamos neste trabalho de investigação.

Podemos constatar, através da análise às entrevistas realizadas, que existem diferenças entre estas duas pessoas. Diferenças não só aos nível do desenvolvimento pessoal e social, mas também ao nível dos motivos e regularidade com que estas participam nestas excursões.

Analisamos que ao nível da regularidade a pessoa mais velha é mais regular que a pessoa mais nova. Isto deve-se ao facto de que a pessoa mais nova ainda tem a seu cargo muitas tarefas que acabam algumas vezes por condiciona-la a participar de forma mais regular nestas excursões. O que já não se verifica na faixa etária mais avançada. Esta tem todo o tempo livre para o poder aproveitar desta forma prazerosa todas as excursões que vão havendo como forma a ocupar o seu tempo livre da melhor forma.

Quanto ao motivo porque participam nestas atividades aqui as diferenças são também visíveis. A pessoa mais nova aponta o “sair de casa” como um motivo da sua participação em excursões, já a pessoa mais velha apresenta o “convívio”. Ou seja, verificamos uma necessidade por parte da pessoa mais nova em sair de casa e da rotina do dia-a-dia e, por sua vez a necessidade de conviver por parte da pessoa mais velha, talvez porque é nesta idade que as pessoas se sentem mais sós e com elas cresce esta necessidade.

Da análise observou-se um ponto que é comum entre as duas pessoas a escolha das excursões, que para E3 e E4 não é muito importante, porque o que mais importa é ir seja ela de que tipo for. É mais importante sair de casa, o estar com o outro e conviver.

Quanto às vantagens que estas excursões proporcionam para estas duas pessoas sejam elas pessoais ou sociais, também se vem a demonstrar diferente, mas comum em três aspetos, são eles: conhecer, partilhar e conviver. Dizemos que são diferentes e comuns ao mesmo tempo, porque são praticados de forma diferente entre a pessoa mais nova e a pessoa mais velha. Por exemplo, enquanto a pessoa mais velha partilha opiniões a pessoa mais nova partilha conhecimentos.

Por fim, e analisando os ganhos pessoais e sociais, podemos dizer que são também diferentes pelo facto de a pessoa mais velha ter mais anos de experiência em excursões que a pessoa mais nova. A pessoa mais nova vê como ganho pessoal destas excursões um momento para si e para se libertar um pouco dos problemas e da rotina diária, enquanto para a pessoa mais velha este é o momento de conhecer novos lugares e de se enriquecer culturalmente.

Já no que se refere aos ganhos sociais são mais apontados pela pessoa mais velha, porque a parte social será talvez a sua maior necessidade. Da parte da pessoa mais nova existe apenas a necessidade de conversar com as pessoas como forma de pedir informações ou perguntar alguma coisa.

Em suma, e depois de analisados os dados podemos assim dizer que para a pessoa mais nova o que mais importa é a libertação da rotina do dia-a-dia e dos problemas, este é um momento só para si onde não se pensa em mais nada. Salienta o facto de ser importante conhecer novas pessoas e falar com as pessoas como forma de criar uma rede importante de lazer. Já a pessoa mais velha salienta como o mais importante o conviver como os outros; depois vem a importância de conhecer novos lugares e de se enriquecer culturalmente. Partilha, é também um elemento apontado: partilha de saberes, opiniões e histórias são importantes para a pessoa mais velha. É ainda de salientar que a E4 sente a necessidade de aproveitar cada dia ao máximo e da melhor maneira possível e sente que as excursões são uma das melhores formas de o fazer porque viajar é aquilo que tanto gosta de fazer.



## **CONCLUSÃO**



Não existindo até ao momento estudo sobre as excursões como atividade de lazer ligada ao desenvolvimento pessoal e social, este foi para nós um grande desafio que agora concluímos.

Tomou-se como ponto de partida o tentar perceber qual o contributo das excursões para o desenvolvimento pessoal e social de um grupo de excursionistas, uma vez que a nosso ver as excursões começaram a ganhar alguma importância como uma possível ocupação do tempo livre, considerado o tempo de lazer.

Foi então que nos propusemos a investigar esta problemática e para tal definimos algumas questões e objetivos.

Neste sentido, quisemos perceber com que regularidade é que estas pessoas participavam em excursões, os motivos que as fazia participar, o tipo de excursões que mais preferem e, por fim, perceber então qual é que é o contributo destas excursões para o seu desenvolvimento pessoal e social.

Para conseguirmos obter respostas construímos um inquérito por questionário e realizámos entrevistas semiestruturadas.

Como temos vindo a expor, torna-se difícil separar e analisar o desenvolvimento pessoal e o desenvolvimento social separadamente, isto porque ambos caminham juntos (Requixa, 1980). Ou seja, segundo Teles (2001) o desenvolvimento pessoal e social leva os indivíduos a uma formação integral, sendo que, no desenvolvimento social, o indivíduo transforma-se enquanto cidadão e no desenvolvimento pessoal o indivíduo transforma-se enquanto pessoa. Este desenvolvimento nem sempre é percebido pelos indivíduos, é inconsciente, isto porque é adquirido pela diversão e, além de tudo, por prazer e com prazer.

Neste sentido, o desenvolvimento pessoal e social está associado ao desenvolvimento da personalidade ou então ao desenvolvimento das capacidades físicas, biológicas e psicológicas. Esquecemos que ele também deve estar associado ao desenvolvimento da sociabilidade, da individualidade e da liberdade de expressão, ao exercício da cidadania e à capacidade dos indivíduos de contestar a realidade. Todos estes fatores poderão ser proporcionados pela prática e experiência do lazer (Teles, 2001).

Considerando nós as excursões uma atividade de lazer, e por Alcantara (2005) uma atividade turística inserida no turismo popular, passaremos a analisar os

dados quantitativos, onde verificámos que quanto maior era o tempo de participação em excursões maior era a valorização do benefícios sociais em detrimento dos pessoais. Quem participa há menos tempo em excursões tende a valorizar mais os benefícios pessoais do que os sociais.

Quanto ao sexo feminino e masculino verificámos que ambos apresentam maior relevância em relação aos benefícios sociais do que os benefícios pessoais, quando participam em excursões, sendo que o sexo feminino foi quem apresentou valores mais relevantes no que se refere aos benefícios pessoais e o sexo masculino no que se refere aos sociais.

Quanto à idade, o que se verificou foi que quanto mais idade a pessoa tinha mais valorizava os benefícios sociais em detrimento dos pessoais. O mesmo se verificou quando realizámos a entrevista onde a pessoa mais nova aponta o “sair de casa” como um motivo da sua participação em excursões, já a pessoa mais velha apresenta o “convívio”.

Já dizia Dumazedier (1974, p.91) que o lazer é o tempo orientado para a realização da pessoa com fim último.

No que se refere à solidão, o que verificámos é que quanto menor for o tempo de participação em excursões maior a solidão em termos percentuais. Isto poderá acontecer porque segundo Mayer (2010) quando se participa há algum tempo em excursões as pessoas acabam por criar um “quase grupo” que em função da sua participação vão criando laços sociais. Consecutivamente a isto é então criada uma rede de lazer (Magnani, 2003).

Quanto ao sexo, é no grupo masculino que se registam mais casos de solidão e quanto à idade, são os mais novos que mais casos de solidão registam (em termos percentuais). Isto poderá ser explicado pela entrevista a E2 que nos dizia que quem mais participa neste tipo de atividade é uma “faixa etária superior, maioritariamente acima dos 50/60 anos” que acaba por “criar uma rede de lazer” acabando por viajar muitas vezes sempre juntos criando assim laços que são visíveis.

Por fim, e analisando a Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) em função do tempo de participação, sexo e idade, verificou-se que em todos os grupos existe satisfação com a vida, com todos os inquiridos a apresentar valores superiores ao valor intermédio da escala.

Em suma, quem participa há mais tempo em excursões menos solidão apresenta; quanto maior é a idade maior é a valorização dos benefícios sociais em detrimento dos benefícios pessoais; quanto menor for a idade maior é a valorização dos benefícios pessoais em detrimento dos benefícios sociais; e por fim, o sexo masculino apresenta percentualmente mais casos solidão, valorizando os benefícios sociais quando participa em excursões.

Agora fazendo uma síntese aos resultados da análise de conteúdo verificámos que a regularidade com que a pessoa mais nova e a pessoa mais velha participam em excursões é bastante diferente. A pessoa mais velha consegue ir sempre que há uma excursão enquanto a pessoa mais nova apresenta mais dificuldades porque só poderá participar depois de se libertar das responsabilidades e obrigações do seu dia-a-dia, enquanto que isso já não acontece com a pessoa mais velha, visto já estar liberta dessas responsabilidades.

Como nos diz Nery (1998) as excursões são um deslocamento físico-moral que marca a saída do mundo do trabalho para o mundo da folga e que são cada vez mais escassos estes momentos de folga da vida das pessoas e que em contrapartida, estas passam a assumir estes momentos como muito importantes nas suas vidas.

No que se refere ao motivo porque participam, este também é diferente, na medida em que a pessoa mais nova participa para se libertar da rotina do dia-a-dia e dos problemas, enquanto a pessoa mais velha salienta o facto de ser importante em primeiro de tudo, o conviver como os outros. Nery (1998) refere que o prazer de viajar funciona como um momento de saída da rotina quotidiana à procura de prazer.

Partilha, é também um elemento apontado, partilha de saberes, relações, opiniões e histórias são importantes para a pessoa mais velha como nos diz Nery (1998, p.161), “a partilha e a produção de relações são as formas reais de prazer das classes populares”.

As preferências foram a única coisa que coincidiu, sendo que gostam de todo o tipo de excursões que até ao momento participaram. Em conversas informais estas diziam que o que realmente importava era o “ir e conviver”, que o resto não importava e que muitas das vezes até repetiam sítios. Já nos dizia E2 que estas pessoas valorizam mais o convívio e um amigo do que outra coisa qualquer.

Por fim, e no que diz respeito ao desenvolvimento pessoal e social a pessoa mais velha dizia que era muito importante, na medida em que partilha saberes, opiniões, enriquece-se culturalmente, conhece lugares, monumentos, histórias e muitas outras coisas que a tornam melhor enquanto pessoa. Já a pessoa mais nova salientou o facto de conhecer lugares, pessoas e conviver como fatores importantes para o desenvolvimento pessoal e social.

Podemos concluir assim que a atividade de excursionismo é extremamente rica no que diz respeito não só ao desenvolvimento pessoal e social, dos excursionistas, mas se assume também como uma experiência prazerosa e promotora de um sentimento de bem-estar.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**



Adams, D. (1969). Analysis of a life satisfaction index. *Journal of Gerontology*, 24, 470-474.

Alcantara, G. (2005). *Abaixo a farofa!: Exclusão “legitimada” em territórios de praia*. Dissertação de mestrado apresentada à Universidade Federal do Rio de Janeiro.

APDASC – Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Animação Sociocultural (2005). Código Deontológico do Animador Sociocultural. Acedido a 19 de Março de 2016 em [http://www.apdasc.com/info/ver\\_pagina.php?id=21](http://www.apdasc.com/info/ver_pagina.php?id=21).

Ayoub, E. (1993). *Interesses físicos no lazer, como área de intervenção do profissional*. Dissertação de mestrado apresentada à Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP.

Bogdan, R., & Bilken, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação*. Porto: Porto Editora.

Bravo, M., & Eisman, L. (1998). *Investigación Educativa* (3.<sup>a</sup> ed.). Sevilha: Ediciones Alfar.

Camargo, L. (1986). *O que é lazer?*. São Paulo: Brasiliense.

Cantril H. (1965). *The pattern of human concerns*. Brunswick: Rutgers University Press.

Caregnato, R., & Mutti, R. (2006). Pesquisa qualitativa: Análise de discurso versus análise de conteúdo. *Texto Contexto Enfermagem*, 15 (4), 679-84.

Carvalho, A. (s.d.). *Cultura física e desenvolvimento*. Lisboa: Compendium.

Castro, L., & Ricardo, M. (1994). *Trabalho de projecto educativo - Manual de formação no âmbito do projecto FORJA, gerir o trabalho de projecto*. Lisboa: Texto Editora.

Costa, C. (2010). *Animação Sociocultural – Profissão e profissionalização dos animadores*. Oliveira de Azeméis: Livpsic.

Coutinho, C. (2013). *Metodologia de investigação em Ciências Sociais e Humanas: Teoria e prática* (2.ª ed.). Coimbra: Almedina.

Coutinho, C., & Chaves, J. (2002). O estudo de caso na investigação em tecnologia educativa em Portugal. *Revista Portuguesa de Educação*, 15 (1), 221-244.

Delgado, M. (2003). *Conteúdos culturais do lazer: Presença e aplicabilidade na hotelaria*. Dissertação de mestrado apresentada à Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP.

Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale, *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

Dooley, L. (2002). Case study research and theory building. *Advances in Developing Human Resources*, 4, 335-354.

Dumazedier, J. (1974). *Sociologia empírica do lazer*. São Paulo: Perspectiva.

Dumazedier, J. (1976). *Lazer e cultura popular*. São Paulo: Perspectiva.

Dumazedier, J. (1980a). *Valores e conteúdos culturais do Lazer*. São Paulo: Perspectiva.

Dumazedier, J. (1980b). *Planejamento do lazer no Brasil: A teoria sociológica da decisão*. São Paulo: Perspectiva.

Fernandes, A. (2010). *Animação da leitura no contexto da animação sociocultural*. Dissertação de mestrado apresentada à Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Escola de Ciências Humanas e Sociais.

Fernández, X., & Peres, A. (2007). *Educación social, animación sociocultural y desarrollo comunitario*. Vigo: Universidade de Vigo.

Flick, U. (2005). *Métodos qualitativos na investigação científica* (1.ª ed.). Lisboa: Monitor.

- França, T. (1999). Educação para e pelo lazer. In N. Marcellino, (Org.), *Lúdico, educação e educação física* (pp. 33-47). Ijuí: Unijuí.
- Freud, S. (1997). *O mal-estar na civilização*. São Paulo: Imago.
- Gilham, B. (2000). *Case study research methods*. London: Continuum.
- Jardim, J. (2002). *O método da animação: Manual para o formador*. Porto: Associação dos Valentes Empenhados.
- Latorre, A. (2003). *La investigación acción. Conocer y cambiar la práctica educativa*. Espanha: Graó.
- Lopes, M. (2006). *Animação sociocultural em Portugal*. Chaves: Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.
- Lopes, M. (2007). Animação Sociocultural em Portugal. *Animador Sociocultural: Revista Iberoamericana*, 1 (1), pp. www.lazer.eefd.ufrj.Br/animadorsociocultural/pdf/ac105.pdf.
- Lopes, M. (2008), *Animação sociocultural em Portugal*. Chaves: Editora.
- Maccio, C. (1977). *Animação de grupos* (4.<sup>a</sup> ed.). Lisboa: Moraes Editores.
- Magnani, J. (2003). *Festa no pedaço: Cultura popular e lazer na cidade*. São Paulo: Universidade Estadual Paulista - UNESP.
- Marcellino, N. (2000a). *Lazer e humanização* (4.<sup>a</sup> ed.). Campinas: Papirus.
- Marcellino, N. (2000b). *Lazer e educação* (6.<sup>a</sup>ed.). Campinas: Papirus Editora.
- Marcellino, N. (2000c). *Estudos do lazer: Uma introdução* (2.<sup>a</sup> ed.). Campinas: Autores Associados.
- Marcellino, N. (2002). Lazer como fator e indicador de desenvolvimento regional. In A. Muller, & L. Costa (Orgs.), *Lazer e desenvolvimento regional* (pp. 41-52). Santa Cruz do Sul: Universidade de Santa Cruz do Sul - EDUNISC.
- Marcellino, N. (2003a). *Lazer e educação* (10.<sup>a</sup> ed.). Campinas: Papirus.

- Marcellino, N. (2003b). *Pedagogia da animação* (5.ªed.). Campinas: Papirus.
- Mayer, A. (2010). *A importância dos quase grupos no estudo das sociedades complexas*. São Paulo: Universidade Estadual Paulista - UNESP.
- Nery, P. (1998). *Viagem, passeio e turismo: Estudo comparado de deslocamento como valor*. Tese de doutoramento apresentada à Universidade Federal do Rio de Janeiro.
- Neto, F. (1989). A Escala de Solidão da UCLA: Adaptação Portuguesa. *Psicologia Clínica*, 2, 65-79.
- Neto, F., Barros, A., e Barros, J. (1990). Atribuição de responsabilidade e locus de controlo. *Psiquiatria Clínica*, 11 (1), 47-54.
- Nunes, M., & Hutz, C. (2014). Análise da produção de artigos científicos sobre o lazer: Uma revisão. *Psicologia: Teorias e Pesquisa*, 30 (3), 307-315.
- Paim, M., Silva, C., Jardim, E., & Tonetto, G. (2004) Atividades de lazer praticadas por académicos da UFSM no seu tempo livre. *Revista Digital*, 69. <http://www.efdeportes.com/efd69/ufsm.htm>.
- Parker, S. (1978). *A sociologia do lazer*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Pereira, B., & Carvalho, G. (2008). *Actividade física, saúde e lazer*. Lisboa: Lidel.
- Pérez, V. J. V. (2006). Educação, Animação, ócio e tempo livre (ou a escura noite onde todos os gatos são pardos). In A. Peres & M. Lopes (Coord). *Animação, cidadania e participação* (pp. 149-154). Chaves: Edição da APAP.
- Pina, L. (1995). Multiplicidade de profissionais e de funções. In N. Marcellino (Org.), *Lazer: Formação e atuação profissional* (8.ª ed.) (pp. 117-147). Campinas: Papirus.
- Quivy, R., & Campenhoudt, L. (2008). *Manual de investigação em ciências sociais*. (5.ª ed.). Lisboa: Gradiva.

Requixa, R. (1979). Conceito de lazer. *Revista Brasileira de Educação Física e Desporto*, (42), 11-21.

Requixa, R. (1980). As dimensões do lazer. *Revista Brasileira de Educação Física e Desporto*, 45, 54-76.

Rodrigues, A. (2001). *Turismo e espaço: Rumo a um conhecimento transdisciplinar*. São Paulo: Hicitec.

Simões, A. (1992). Ulterior validação de uma escala de satisfação com a vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 3, 503-515.

Teles, M. (2001). *Psicodinâmica do desenvolvimento humano: Uma introdução à psicologia da educação* (9.<sup>a</sup> ed.). Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes.

Trilla, J. (1998). *La educación fuera de la escuela*. Barcelona: Editorial Ariel.

Trilla, J. (2004). *Animação Sociocultural – Teorias, Programas e Âmbitos*, Lisboa: Instituto Piaget.

Velho, G. (1994). *Projeto e metamorfose: Antropologia das sociedades complexas*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.

Witt, P., & Bishop, D. (2009). Situational antecedents to leisure behavior. *Journal of Leisure Research*, 41 (3), 337-350.

Yin, R. (2005). *Estudo de caso: Planejamento e métodos* (3.<sup>a</sup> ed.). Porto Alegre: Bookman.



## **ANEXOS**

## **Anexo I – Inquérito por questionário**

### Inquérito por questionário

Com este questionário pretende-se recolher informações acerca das perceções que cada pessoa do grupo de excursionistas tem das excursões.

Este está inserido num trabalho de investigação desenvolvido no âmbito da dissertação do Mestrado em Educação e Lazer, desenvolvido na Escola Superior da Educação de Coimbra.

Desta forma ser-lhe-ão colocadas algumas perguntas de extrema relevância para este trabalho.

Tendo em conta o que sente sobre a sua participação nestas excursões, assinale com um (x) a resposta com que mais se identifica. Este questionário é pessoal, confidencial e anónimo.

**Desde já agradeço a atenção dispensada e a colaboração.**

#### I – Caracterização do inquirido:

##### 1. Idade

Menos de 30 anos	<input type="checkbox"/>
Entre 30 e 60 anos	<input type="checkbox"/>
Mais de 60 anos	<input type="checkbox"/>

##### 2. Sexo

Masculino	<input type="checkbox"/>
Feminino	<input type="checkbox"/>

##### 3. Estado civil

Solteiro	<input type="checkbox"/>
União de fato	<input type="checkbox"/>
Casado	<input type="checkbox"/>
Divorciado	<input type="checkbox"/>
Viúvo	<input type="checkbox"/>

##### 4. Situação profissional

Estudante	<input type="checkbox"/>
Empregado	<input type="checkbox"/>
Desempregado	<input type="checkbox"/>
Reformado	<input type="checkbox"/>

##### 5. Profissão

---

## 6. Escolaridade

Analfabeto/a	<input type="checkbox"/>
Escolaridade básica (4º ano / 4ª classe)	<input type="checkbox"/>
2º e 3º Ciclos (5º ao 9ºano)	<input type="checkbox"/>
Ensino secundário (12º ano)	<input type="checkbox"/>
Curso Técnico	<input type="checkbox"/>
Licenciatura	<input type="checkbox"/>
Pós-graduação	<input type="checkbox"/>
Mestrado	<input type="checkbox"/>
Doutoramento	<input type="checkbox"/>

## II – Importância de participar em excursões:

### 7. Há quanto tempo participa nas excursões?

Há menos de 3 anos	<input type="checkbox"/>
Entre 3 e 6 anos	<input type="checkbox"/>
Há mais de 6 anos	<input type="checkbox"/>

### 8. Considera as excursões uma atividade importante na sua vida? Assinale com um (x) a resposta com que mais se identifica.

Concordo totalmente	<input type="checkbox"/>
Concordo	<input type="checkbox"/>
Sem opinião	<input type="checkbox"/>
Discordo	<input type="checkbox"/>
Discordo totalmente	<input type="checkbox"/>

### 9. O que mais prefere? Assinale com um (x) a opção com que mais se identifica.

Roteiros Regionais	<input type="checkbox"/>
Roteiros Nacionais	<input type="checkbox"/>

**III – Preferências:**

**10. Em relação a excursões cuja finalidade é o encontro religioso, ou seja, rezar, visitar igrejas, monumentos ou espaços religiosos:**

Gosto muito	<input type="checkbox"/>
Gosto	<input type="checkbox"/>
Nem gosto nem desgosto	<input type="checkbox"/>
Não gosto	<input type="checkbox"/>
Não gosto nada	<input type="checkbox"/>

**11. Em relação a excursões no campo, de contacto com a natureza:**

Gosto muito	<input type="checkbox"/>
Gosto	<input type="checkbox"/>
Nem gosto nem desgosto	<input type="checkbox"/>
Não gosto	<input type="checkbox"/>
Não gosto nada	<input type="checkbox"/>

**12. Em relação a excursões cuja finalidade é visitar e conhecer festas típicas de algumas localidades, congressos, feiras e festivais:**

Gosto muito	<input type="checkbox"/>
Gosto	<input type="checkbox"/>
Nem gosto nem desgosto	<input type="checkbox"/>
Não gosto	<input type="checkbox"/>
Não gosto nada	<input type="checkbox"/>

**13. Em relação a excursões para conhecer outros países, povos e culturas, com o intuito de visitar museus, galerias de arte, locais históricos e até mesmo o grupo de folclore local:**

Gosto muito	<input type="checkbox"/>
Gosto	<input type="checkbox"/>
Nem gosto nem desgosto	<input type="checkbox"/>
Não gosto	<input type="checkbox"/>
Não gosto nada	<input type="checkbox"/>

**14. Gosto de excursões para sair do meu local habitual de residência à procura de descanso, paz, tranquilidade, fugindo assim da rotina do dia-a-dia:**

Aplica-se muito ao meu caso	<input type="checkbox"/>
Aplica-se	<input type="checkbox"/>
Às vezes aplica-se e outras não	<input type="checkbox"/>
Não se aplica ao meu caso	<input type="checkbox"/>
Não se aplica mesmo nada ao meu caso	<input type="checkbox"/>

**15. Gosto de excursões cuja finalidade é apreciar a natureza bem com os animais que nela habitam?**

Aplica-se muito ao meu caso	<input type="checkbox"/>
Aplica-se	<input type="checkbox"/>
Às vezes aplica-se e outras não	<input type="checkbox"/>
Não se aplica ao meu caso	<input type="checkbox"/>
Não se aplica mesmo nada ao meu caso	<input type="checkbox"/>

**16. Gosto de excursões para a prática de atividades de aventura, de carácter recreativo, como por exemplo rafting, exploração de cavernas mergulho de apneia entre outras?**

Aplica-se muito ao meu caso	<input type="checkbox"/>
Aplica-se	<input type="checkbox"/>
Às vezes aplica-se e outras não	<input type="checkbox"/>
Não se aplica ao meu caso	<input type="checkbox"/>
Não se aplica mesmo nada ao meu caso	<input type="checkbox"/>

**17. Gosto de excursões que possibilitam o banho como forma de terapia levada a cabo pelas águas das piscinas naturais ou artificiais, bem como praias com banhos de água do mar?**

Aplica-se muito ao meu caso	<input type="checkbox"/>
Aplica-se	<input type="checkbox"/>
Às vezes aplica-se e outras não	<input type="checkbox"/>
Não se aplica ao meu caso	<input type="checkbox"/>
Não se aplica nada ao meu caso	<input type="checkbox"/>

**18. Enumere estes benefícios pela ordem de importância de 1 a 4, sendo que o 1 é o mais importante e o 4 o menos importante.**

Benefícios para a saúde	
Benefícios sociais	
Benefícios pessoais	
Benefícios psicológicos	

**19. As excursões:**

- Melhoram a minha realização pessoal
- Permitem-me aumentar o meu conhecimento acerca da cultura
- Permitem-me conhecer novas pessoas
- Permite-me fazer novas amizades
- Permitem-me criar memórias inesquecíveis
- Permitem-me o realizar de um sonho
- Permitem-me ter um momento de pausa da agitação do dia-a-dia
- Permitem-me conhecer novos locais
- Mantêm-me mais otimista
- Fazem-me mais feliz

Concordo	Não concordo nem discordo	Discordo

**20. As excursões:**

- Permitem-me partilhar saberes, refeições, cultura, etc. entre os excursionistas
- Permitem-me conviver com outras pessoas
- Permitem o Autoaperfeiçoamento pessoal
- Permitem-me não me sentir sozinho
- Permitem-me viajar em grupo

Concordo	Não concordo nem discordo	Discordo

**21. Porque participa em excursões? Assinale com uma (x) apenas os 2 motivos que mais pesam na sua decisão para participar.**

Para não estar sozinho	
Porque não tenho mais nada para fazer	
Para arranjar um companheiro(a)	
Pelo prazer de viajar	
Pelo gosto de conhecer novos lugares	

Porque sou desafiado

Porque sinto necessidade de novas experiências


**Outro:** \_\_\_\_\_

**22. Para cada frase assinale com um (x) a resposta que mais se enquadra com aquilo que pensa e sente. Não existem respostas certas ou erradas. Algumas das afirmações podem parecer iguais, mas cada uma é diferente e deve ser classificada por si própria.**

		<b>Nunca</b>	<b>Raramente</b>	<b>Algumas vezes</b>	<b>Muitas vezes</b>
1	Sinto-me em sintonia com as pessoas que estão à minha volta.				
2	Sinto falta de camaradagem.				
3	Não há ninguém a quem possa recorrer.				
4	Sinto que faço parte de um grupo de amigos.				
5	Tenho muito em comum com as pessoas que me rodeiam.				
6	Já não sinto mais intimidade com ninguém.				
7	Os meus interesses e ideias não são partilhados por aqueles que me rodeiam.				
8	Sou uma pessoa voltada para fora.				
9	Há pessoas a quem me sinto chegado.				
10	Sinto-me excluído/a.				
11	Ninguém me conhece realmente bem.				
12	Sinto-me isolado/a dos outros.				
13	Consigo encontrar camaradagem quando quero.				

		<b>Nunca</b>	<b>Raramente</b>	<b>Algumas vezes</b>	<b>Muitas vezes</b>
14	Há pessoas que me compreendem realmente.				
15	Sou infeliz por ser tão retraído/a.				
16	As pessoas estão à minha volta, mas não estão comigo.				
17	Há pessoas com quem consigo falar.				
18	Há pessoas a quem posso recorrer.				

**23. A escala compreende cinco frases com as quais pode concordar ou discordar. Desta forma, coloque um (x) no quadrado com que melhor se identifica.**

	<b>Discordo muito</b>	<b>Discordo um pouco</b>	<b>Não concordo, nem discordo</b>	<b>Concordo um pouco</b>	<b>Concordo muito</b>
A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu desejaria que ela fosse.					
As minhas condições de vida são muito boas.					
Estou satisfeito/a com a minha vida.					
Até agora, tenho conseguido as coisas mais importantes da vida que eu desejava.					
Se pudesse recomeçar a minha vida, não mudaria quase nada.					

***Mais uma vez, grata pela disponibilidade!***

## **Anexo II – Entrevista semiestruturada ao diretor da empresa**

1. Qual a sua área de formação?
2. Porquê a criação de uma empresa deste tipo?
3. Que tipo de excursões oferece?
4. Que aspetos são mais importantes a ter em conta quando se planeia uma excursão?
5. Quantas viagens organizam por ano?
6. Quantas regionais e quantas nacionais?
7. Que população mais participa nas excursões (faixas etárias)?
8. Na sua opinião quais são as vantagens da participação em excursões?
9. Na sua opinião o que é que as pessoas ganham em participarem nas excursões?

**Anexo III – Entrevista semiestruturada às pessoas mais nova e mais velha**

1. Que idade tem?
2. Com que regularidade participa em excursões?
3. Porque participa em excursões?
4. Que tipo de excursões mais gosta (religiosas, de aventura, de festas temáticas etc.)?
5. Na sua opinião quais são as vantagens de participar nestas excursões?
6. O que é que ganha ao ir nessas excursões?

**Anexo IV – Análise de conteúdo da entrevista ao diretor da empresa**

<b>Categorias</b>	<b>Subcategorias</b>	<b>Indicadores</b>
1. Empresa	1.1. Área de formação	- Área formação pronto, eu deixei de estudar muito cedo por castigo por brincadeira, o meu pai tirou-me da escola
	1.2. Motivações de abertura desta empresa	- Era muito extrovertido, ainda sou, e portanto fiz um sucesso, fazia furor mesmo. Ah...trabalhava em transportes urbanos e ao fim de semana como motorista de turismo. Fiz muito sucesso, fiz muito sucesso o que me levou a ter o sonho de abrir uma empresa deste género. Encontrei o parceiro, socio ideal e estamos aqui até hoje
2. Excursões	2.1. Tipologia das excursões	- Caris religioso, caris cultural, desportivo, todo, todo o tipo
	2.2. Aspectos importante quando se planeia uma excursão	- Interesse exclusivo. Os clientes escolheram esse destino específico e depois o preço qualidade
3. População que mais participa	3.1. Faixa etária superior	- Uma taxa etária superior. - Faixa etária é maioritariamente superior a 50 60 anos
	3.2. Poder económico	Os reformados, aquelas pessoas que até vivem com muito pouco e que até pagam e depois têm o seu dinheirinho de lado
	3.3. Casais mais jovens	Os casais mais jovens, têm de pagar a casa que é uma fortuna, têm de pagar o carro a bicicleta e o consumismo feito da forma que está em que há facilidades para comprar tudo. (...) No entanto há algumas que vão à mistura, alguns casais nossos que gostam de fazer este tipo de viagens e esses sim, são os que fazem por gosto e até têm carta de condução e carro mas são os que fazem com objetivos muito claros. Querer conhecer querer passear, são daqueles que chegam mais tarde ao autocarro porque estiveram a aproveitar tudo até ao último minuto
4. Vantagens em participar em excursões	4.1. Pessoais	- As pessoas não se precisam de preocupar com nada: transporte, hospedagem, alimentação e até mesmo do passeio em si. - Aproveitar o passeio sem preocupações
	4.2. Sociais	- Convívio, saindo da solidão diária - O grupo que faz excursão acaba por entre si conversar e criar amizades e até mesmo grupos de amigos que ficam para a vida e que muitas vezes até viajam sempre juntos

5. Ganhos ao participar em excursões	5.1.Pessoais	<i>-Ganham a não solidão</i>
	5.2.Culturais	<i>- Pessoas de estrato social mais baixo que não ligam nenhuma à cultura, não têm interesse em saber se aquela igreja está ali e porque é que está, as pessoas viram, está visto, não têm aquela pertença de saber se está aqui, porque é que está, foi feito por quem porque é que foi mandado construir. Trazem um amigo novo um pseudo amigo, secalhar é uma riqueza inestimável, mas do ponto de vista cultural, não</i>
	5.3.Sociais	<i>Acabam por criar uma rede de lazer, mais do que o conhecimento</i>

**Anexo V - Análise de conteúdo das entrevistas à pessoa mais nova e mais velha**

<b>Categorias</b>	<b>Subcategorias</b>	<b>Indicadores pessoa mais nova</b>	<b>Indicadores pessoa mais velha</b>
1. Excursões	1.1. Regularidade de participação	- <i>Uma vez por mês, sempre que posso venho</i>	- <i>Desde sempre, quando há uma eu lá vou</i>
	1.2. Motivo porque participa	- <i>Porque gosto, gosto disto, gosto de sair de casa, gosto, gosto muito</i>	- <i>Porque gosto, gosto de conviver, acho que as pessoas devem aproveitar todos os dias da vida porque a morte é certa. Deve-se aproveitar o bom que a vida tem</i>
	1.3. Que tipo mais gosta	- <i>Assim mais de excursões que tenham procissões, pronto, não é assim religioso mas gosto. Gosto de todos</i>	- <i>Gosto de todas e não consigo dizer as que mais gosto</i>
2. Vantagens em participar em excursões	2.1. Pessoais e sociais	- <i>Há muitas, a gente conhece muitos sítios, muitas terras, muita gente se conhece, conhecemo-nos muito bem uns aos outros e é assim tudo</i>	- <i>Gosto de ver os monumentos gosto de saber quando é que foi feito, a época, cultura, depois gosto de ir apreciar a paisagem, gosto de conversar com as pessoas para ver, o que é que acham, a opinião que têm, trocar informação.</i>
3. Ganhos em participar em excursões	3.1. Pessoais	- <i>Uma pessoa fica mais alegre, não fica a pensar nos problemas, é a distração, saída da rotina do dia-a-dia, a gente bem com aquele pensar, já não pensa em mais nada, não pensa em mais ninguém</i>	- <i>Conheço novos lugares</i> - <i>Enriqueço-me culturalmente</i>
	3.2. Sociais	- <i>É bom a gente falar com as pessoas, perguntar isto ou aquilo, se a gente não saber pergunta onde é que é isto ou aquilo a gente desenrasca-se e as pessoas ajudam</i>	- <i>Falo com as pessoas</i> - <i>Conheço pessoas</i> - <i>Troco saberes e histórias</i>