

A Relação entre Trabalho, Tempo Livre e Lazer: em busca de uma nova perspectiva

The Relationship between Work, Free Time and Leisure Time: seeking for a new perspective

Acy Holanda Mota¹. Mestra em Psicologia. E-mail: acymota@gmail.com

RESUMO

O trabalho é um fenômeno muito valorizado e que o lazer não é tanto quando deveria, partindo do pressuposto que o trabalho é a fonte de vida das pessoas e que o lazer, ao contrário, seria um momento de perda de produtividade, ou um momento para recompor. Contudo, esse cenário está mudando e o lazer que era algo não valorizado está ganhando seu destaque. Devido a isso, esse ensaio tem o objetivo de estudar o trabalho, tempo livre e lazer. A metodologia aplicada foi uma pesquisa bibliográfica no intuito de verificar a constituição do trabalho, tempo livre e do lazer e com isso a relação entre eles ao longo da história, visando ajudar a uma melhor contribuição ao enfrentamento das pessoas sobre o aprisionamento ao trabalho. Os resultados possibilitaram apontar que o lazer e o trabalho podem interagir de forma que o homem resgate o sentido da vida e que é imprescindível que se tenha uma educação voltada não só para o trabalho, mas também para o lazer, pois dessa forma gerar-se-ia uma conscientização da importância do lazer para a vida de cada um.

Palavras -Chave: Trabalho. Lazer. Ócio.

ABSTRACT

Work is a highly valued phenomenon while leisure is not so much valued assuming that work is the source of life and leisure would be a moment of loss of productivity or time to recover. However, this scenario is changing and pleasure is gaining its prominence. Indeed, this paper aims to study work, free time and leisure. The methodology used was an exploratory study in order to verify the structure of work, free time and leisure and their relationships throughout history. We contribute understanding people in work and work prisoning. The outcomes identified that leisure time and work can interact so that it is essential to have an education focus not only for work but also for leisure. In short, we may generate awareness of the importance of leisure in the life of each of us.

Keywords: Work. Leisure. Idleness.

¹Autora correspondente. Artigo recebido em 03 de fevereiro de 2015. Aprovado em 05 de maio de 2015. Avaliado pelo sistema *double blind review*.

INTRODUÇÃO

Na atualidade a necessidade de trabalhar é reforçada pela competitividade imposta por esse cenário capitalista, e com isso o trabalho torna-se a principal alternativa da sobrevivência humana, ou seja, o trabalho é encarado como a única tábua de salvação. Com isso, a relação entre homem e trabalho passa a ser entendida como algo conflituoso, que às vezes dá prazer, mais que também pode gerar sofrimento.

Ressaltando essa ideia, Carvalho (2008) coloca que o trabalho “ora se apresenta como propiciador de saúde e qualidade de vida; ora como agravante da saúde, em virtude das formas de organização imposta ao ser humano” (p.14).

Isso acontece, devido ao fato, de somente sermos educados para o trabalho, não tendo tempo para o lazer, pois esse para muitos é visto como um momento não produtivo, ou como um momento para recarregar as forças e a vitalidade para voltar ao trabalho.

Contudo, com as mudanças no mundo do trabalho e a conscientização de alguns, para o fato de que o trabalho não é a única forma de viver, surge o lazer, fenômeno que vem ganhando destaque na sociedade contemporânea. Ressalte-se que esse lazer não está voltado para a recomposição das energias, mas para o crescimento e a liberdade de cada um.

Como argumenta Marcellino (1983), o conceito de lazer está ligado à realização de atividades desinteressadas, sem fins lucrativos, relaxante, socializante e de caráter liberatório, no sentido de estar liberado de obrigações e definido de forma mais autônoma.

Assim, em função do que foi exposto, busca-se com esse artigo, verificar a constituição do trabalho, tempo livre e do lazer e a relação entre eles ao longo da história, visando encontrar algo que possa ajudar as pessoas e enfrentarem melhor a situação vivenciada hoje, situação essa de aprisionamento ao trabalho.

O interesse pelo referido tema reside no fato de que embora alguns estudos tenham analisado a relação entre trabalho e tempo livre e lazer, ainda há lacunas na literatura sobre tal assunto.

CONSTITUIÇÃO DO TRABALHO E DO TEMPO LIVRE

Pensar em trabalho é pensar em todas as possibilidades de significados atribuídas a ele, bem como a todas as possibilidades de relação entre este e o homem, pois o trabalho faz parte da história do homem desde os tempos mais antigos, ou seja, é através do tempo que ele é conceituado e explicado tanto quanto determina a vida e a organização humana.

Segundo Borges e Yamamoto (2004), o trabalho nasce de necessidades naturais do homem, porém ocorre na interação dos homens e/ou entre os homens e a natureza. Portanto, “o trabalho e a forma de pensar sobre ele, seguirá a condição sócio histórica em que cada pessoa vive” (Borges e Yamamoto, 2004, p.27).

Para Marx (1985, p.149), o trabalho “é um processo de que participa o homem e a natureza, processo em que o ser humano com sua própria ação, impulsiona, regula e controla seu intercâmbio material com a natureza”. Do mesmo modo, para Carmo (2001, p.15), o trabalho é “toda atividade realizada pelo homem civilizado que transforma a natureza pela inteligência. E realizando essa atividade, o homem se transforma, se autoproduz e, ao se relacionar com outros homens, estabelece a base para as relações sociais”. Já para Arendt (2007, p.15), o trabalho é:

A atividade correspondente ao artificialismo da existência humana, existência esta não necessariamente contida no eterno ciclo vital da espécie, e cuja mortalidade não é compensada por este último. O trabalho produz um mundo artificial de coisas, nitidamente diferente de qualquer ambiente natural.

Do ponto de vista etimológico, a palavra trabalho vem do latim *tripalium*, termo utilizado para designar instrumento de tortura, ou mais precisamente, “instrumento feito de três paus” (Stein, 1994, p.10). Nos primeiros tempos do cristianismo, o trabalho era visto como tarefa penosa e humilhante, como punição para o pecado. Stein (1994) relata que na Bíblia o trabalho significa castigo pelas desobediências a Deus. Segundo Stein (1994, p.51), “A Bíblia o apresenta como um castigo, um meio de expiação do pecado original. Por haverem perdido a inocência original do paraíso, Adão é condenado a ganhar seu pão com o suor de seu rosto, assim como Eva é condenada às dores do parto”.

A ideia do trabalho configurou-se, por muito tempo, como fardo, sacrifício e castigo. Na Grécia Antiga, o trabalho foi desenvolvido de acordo com a ideia de que a diferença social entre os homens era natural e não havia qualquer contradição na sua divisão. Nessa época, o trabalho era desprezado pelos cidadãos livres, quem trabalhava, segundo Lassance e Sparta, (2003), eram os escravos e servos, pois os cidadãos livres tinham o direito ao ócio e a política, dedicando-se à reflexão, ao exercício da cidadania e do bom governar.

Seguindo essa mesma concepção, Arendt (2009) considera que o trabalho era compreendido com desprezo, visto que essa atividade estava voltada para atender as necessidades da vida, sendo, portanto, exercidas somente pelos escravos.

Na Idade Média, o conceito de trabalho não sofre alterações significativas. A Igreja Católica defendia o desapego às riquezas terrenas e condenava o trabalho como forma de enriquecimento. Lassance e Sparta (2003) colocam que essa forma de pensar o trabalho permaneceu até o século XV, quando a Reforma Religiosa coloca o trabalho como sendo a salvação, uma virtude dos homens. Stein (1994) afirma que em função do trabalho ser uma qualidade perante a Deus, era obrigação do homem trabalhar, pois havia recebido a vocação para o trabalho.

Com o Renascimento, a concepção de trabalho se constitui como fonte de identidade e autorrealização, tendo um significado intrínseco. Stein (1994, p.59) coloca que “as razões para trabalhar estão no próprio trabalho e não fora dele ou em qualquer de suas consequências”. A partir dessa época, outra visão passa a vigorar concebendo ao trabalho um significado não mais servil, mas que propicia, ao homem, o seu desenvolvimento, transformando-se em condição imprescindível para a sua liberdade. Contudo, com a Revolução Industrial, a relação do trabalho com o homem ganha um novo significado, que não esses apresentados anteriormente. Arendt (2009) assegura que, na Era Moderna, o trabalho é retratado como fonte de todos os valores, transformando todas as atividades em necessidade.

Segundo Zanelli, Andrade e Bastos (2004) com o surgimento do capitalismo o significado do trabalho muda efetivamente. Na sociedade capitalista, o trabalho passa a ser aceito como fator de enriquecimento pessoal, legitimado como tábua de salvação. No texto “O Trabalho e os Dias”, o poeta grego Hesíodo defende o trabalho como forma de alcançar a felicidade e a prosperidade. Por conseguinte, o advento do capitalismo trouxe novos valores que passaram a determinar a sincronização dos tempos de vida e do trabalho. O trabalho, agora, é reconhecido como uma atividade central que ocupa quase totalmente o espaço de vida do homem, pois absorve a maior parte do seu tempo. Antunes (1995) e Sennett (1999) corroboram essa ideia quando relatam que nas sociedades industrializadas o centro da vida das pessoas passou a ser o trabalho.

Na sociedade contemporânea, as pessoas continuam dedicando muitas horas do seu dia às atividades profissionais. O trabalho é visto como a busca das realizações, tornando-se

uma atividade que define o homem. Padilha (2000) argumenta que apesar de tantas mudanças, o trabalho continua sendo o meio de contorno em que a vida humana segue.

Essas transformações no mundo do trabalho, desde os primeiros tempos, demonstra que existe dois significados antagônicos para o trabalho. Carvalho (2008, p.24) relata que “um significado em que o trabalho é atrelado a uma noção de esforço, sacrifício e sofrimento, e outro em que o trabalho é atribuído ao emprego das competências do homem dominando a natureza, sendo responsável pela condição humana”. Vale apenas ressaltar, que o trabalho, segundo Carvalho (2008, p.14) “ora se apresenta como propiciador de saúde e qualidade de vida; ora como agravante da saúde, em virtude das formas de organização imposta ao ser humano”.

Percebe-se que as ideias relacionadas ao trabalho por mais que sejam distintas sempre estiveram presentes na estrutura social e sempre foram fontes de sobrevivência. Contudo, no contexto atual, a relação entre indivíduo e trabalho passa a ser entendida como algo conflituoso, na medida em que passou a ser encarada como a única tábua de salvação, não dando espaço ao homem de se relacionar consigo mesmo.

CONSTITUIÇÃO DO TEMPO LIVRE

A sociedade contemporânea é marcada pelo dinamismo do dia-a-dia e pela constante mudança de cenários, acarretando, diariamente, ao homem, novos desafios e novas prioridades. Esse homem contemporâneo encontra-se cada vez mais pressionado pelo relógio, tendo o seu mundo regido por horários e controle da rotina, como: hora para o trabalho, refeições e dormir.

Por conseguinte, o trabalho continua enraizado nessa sociedade que o considera parte vital do ser, como se dele dependesse a dignidade e a estima do mesmo. Quanto maior é a valorização do trabalho maior é o tempo dedicado a ele e mais importante é a relação tempo *versus* trabalho, configurando, com isso, que o tempo é o tempo do trabalho, ou seja, o trabalho dita o tempo na vida da sociedade exatamente porque trabalhar é viver.

Essa relação de tempo na sociedade contemporânea é um verdadeiro caos, pois o tempo foi suprimido pelos afazeres e horários, intensificando as queixas de que “não se tem tempo para nada” e “não existe mais tempo livre”. Essa divisão do tempo para a sociedade se dá como um reflexo da importância que esta confere ao trabalho, sendo em função do tempo de trabalho que as demais atividades humanas se regulam. Contudo, percebe-se que é preciso mudar essa concepção de vida e de significado, pois o trabalho não é o único sentido da vida, mas apenas um deles. É preciso desprender-se dessa dominação e passar a reivindicar o direito proclamado por Paul Lafargue (1999), o direito à preguiça, ao tempo livre, ou seja, a uma vida com sentido para o trabalho, mas também fora deste.

Sabe-se que o trabalho edifica o homem em todas as suas estruturas, no entanto, faz-se necessário que esse homem valorize e se permita o tempo de não trabalho, de não obrigações, um tempo livre para si, permitindo – se usufruir de tal liberdade, pois é no tempo livre, mais que no tempo de trabalho ou das obrigações familiares ou sociais, que se abre a melhor oportunidade para a livre descoberta do indivíduo.

Para Munné (1980), o tempo livre, corresponde às ações que acontecem sem que haja nenhuma necessidade externa, isto é, são ações provenientes do íntimo de cada homem, sem cobrança de fora. Marcellino (1996) relata que o tempo livre é o tempo liberado, não só do trabalho, mas de todas as obrigações, sejam elas do âmbito religioso, social ou familiar. Segundo Rosso (1996, p.414) o tempo livre é definido como:

Aquela parte da vida das pessoas durante a qual se dá a construção da liberdade individual e coletiva. Tempo livre é o tempo que constrói a liberdade, é o tempo que emancipa o indivíduo, que cria possibilidades para a coletividade crescer, desenvolver-se humanamente.

Para Aquino e Martins (2007, p.482), o tempo livre é o momento em que “o sujeito atua com a percepção de fazer uso desse tempo com total liberdade e de maneira criativa, dependendo da sua consciência de valor sobre o seu tempo”. Portanto, o tempo livre, deve ser aproveitado com total liberdade, desvinculado de qualquer obrigatoriedade, voltado para experiências e atividades prazerosas, desejadas e com motivação que vem de dentro, sem qualquer influência de fatores externos.

LAZER

Perpassando pela história do lazer, observa-se que a definição do mesmo se confunde, em algumas épocas, com a noção de ócio, pois segundo Chauí (1999), na era clássica, o ócio era concebido como uma forma de vida, voltada para a contemplação e reflexão, portanto, era dito como um tempo de não trabalho, já que quem desempenhava tal função eram os escravos ou servos. Contudo, no período Romano a concepção de ócio muda, pois este estava ligado ao tempo oposto ao trabalho, ao tempo de descanso do corpo.

Por conseguinte, na Idade Média a concepção de ócio é utilizada como forma de distinção de classes, pois o que está em destaque é o consumo, a ostentação do poder econômico. Já na Idade Moderna, devido á exaltação ao trabalho, o ócio é considerado sinônimo de vício e de tempo perdido.

Na modernidade, com a consolidação do capitalismo, a jornada de trabalho passou a ser exaustiva, causando, com isso, intensas lutas para a redução de tal jornada, e conseqüentemente, o aumento do tempo livre dos trabalhadores que até então, limitava-se ao descanso para a recuperação das forças físicas, não havendo lugar para o ócio.

Essas lutas acabaram por conquistar o tal tempo livre, contudo esse tempo continuou sendo controlado, agora pela igreja, pela escola e pela família, mas apesar disso o ócio sobrevivia subvertendo a ordem estabelecida. Para contrapor o hábito do ócio, que para alguns era confundido com a ociosidade, nasce o lazer, instrumento de controle da burguesia, cuja manifestação se dá no entretenimento e na diversão.

O lazer tomou grande proporção após a Revolução Industrial, quando a jornada de trabalho começou a diminuir, o embora, os seus fundamentos históricos, sejam anteriores à sociedade industrial, pois sempre existiu o trabalho e o não trabalho. Dumazedier (1980) relata que a importância do lazer foi notória desde o nascimento da sociedade industrial, pois com a redução do trabalho industrial, surge mais tempo livre, com isso, uma fraca promoção do lazer.

Segundo Mascarenhas (2003, p.10) “o lazer é um fenômeno tipicamente moderno, resultante das tensões entre capital e trabalho, que se materializa como um tempo e espaço de vivências lúdicas...”. Percebe-se com o que foi relatado que com o desenvolvimento histórico um determinado fenômeno modifica-se com as circunstâncias, porém é necessário deixar claro que o ócio e o lazer são fenômenos distintos.

Na literatura encontram-se várias definições a respeito do conceito de lazer, não podendo com isso, alcançar um único sentido que represente o seu significado. Para Marcellino (1995) o conceito de lazer revela algumas dificuldades, devido à falta de

unanimidade sobre o seu significado, quer ao nível do senso comum, quer ao nível dos estudiosos ou técnicos que trabalham nesta área. No seu livro “Lazer e Cultura Popular”, Dumazedier (1976) afirma que é mais fácil definir o lazer pelo que ele não é do que pelo que ele é.

Segundo Kelly *apud* Freire (2001), essa dificuldade de definir o que seja lazer acontece devido ao lazer revelar-se como um fenómeno psicossocial complexo, na medida, em que se traduz por uma variedade de atividades, significados e objetivos, tomando-se difícil a possibilidade de uma única definição. Dumazedier (1980) e Marcellino (2001) apoiam a mesma ideia quando defendem que o lazer é um fenómeno complexo, de grande abrangência sociocultural, e também relacionado com aspectos psicológicos e da saúde, portanto, estudado por diversas áreas do conhecimento.

Para Marcellino (1983) o conceito de lazer está ligado à realização de atividades desinteressadas, sem fins lucrativos, relaxante, socializante e de carácter liberatório, no sentido de estar liberado de obrigações e definido de forma mais autónoma. Além disso, esse mesmo autor revela que há uma distinção entre dois pontos a respeito do conceito de lazer, onde um dos pontos considera o lazer como um estilo de vida, e o outro ponto que privilegia o aspecto tempo, ou seja, o tempo livre que não é ocupado pelo trabalho e pelas obrigações familiares, sociais e religiosas.

Segundo Dumazedier (1976, p.34) 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, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais.

Esse conceito repousa em três aspectos básicos, que são: a dimensão temporal, a liberdade de escolha e a esfera funcional das práticas estudadas. Em relação a esse último aspecto, a teoria de Dumazedier (1976) entende o lazer a partir das suas funções básicas, que seriam a do descanso, de divertimento, recreação ou entretenimento, bem como a do desenvolvimento da personalidade.

Padilha (2003) acredita que o lazer é compreendido como toda atividade resultante de livre escolha, que tenha um carácter desinteressado, que seja marcada pela busca de satisfação e prazer, além de ter uma marca pessoal de quem a pratica.

Além da sua definição, Padilha (2003) coloca que existem dois tipos de abordagens sobre o lazer que são a abordagem funcionalista e a abordagem Marxista. Na abordagem funcionalista o lazer é visto como algo de bom em oposição ao trabalho, que é visto como algo ruim. Já na abordagem Marxista, o lazer e o trabalho são atividades complementares e mutuamente determinadas.

A Associação Mundial de Recreação e Lazer (World Leisure and Recreation Association – WLRA), na Carta Internacional de Educação para o Lazer, considera que 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 que o lazer deve incluir liberdade de escolha, criatividade, satisfação, diversão e aumento de prazer e felicidade.

Verifica-se com isso que o lazer permite o desenvolvimento pessoal e social, além de um maior envolvimento do indivíduo pelo mundo que o rodeia, pois é através do lazer que o indivíduo também pode conhecer suas capacidades e limites. Segundo Csikszentmihalyi *apud* Freire (2001), a experiência de lazer tem repercussões ao nível do autoconceito e da auto-

estima, no sentido em que permite ao indivíduo desenvolver um conceito positivo de si associado ao gosto de ser como é.

Csikszentmihalyi *apud* Freire (2001) argumenta ainda, que se o lazer fosse promovido para o desenvolvimento e crescimento humano, as pessoas usavam-no para encontrar experiências ótimas, em que procurariam o desafio e tentariam relacioná-lo com as suas capacidades. Estas experiências ótimas jogam um papel chave no desenvolvimento individual, já que são atividades que levam a um aumento das competências pessoais necessárias para lidar com as situações.

Apesar de todos os benefícios apresentados a respeito do lazer, esse ainda não é para todos, pois as pessoas ainda não valorizam o seu tempo livre e o que fazem desse tempo. Para muitos, o trabalho e outras obrigações dominam a sua vida não deixando tempo para o lazer, ou ainda, essas pessoas não se permitem esse tempo, pois elas acabam inseridas na rotina do cotidiano e desaprendem a viver outra vida.

Ainda se valoriza muito o trabalho, quanto mais tempo livre, maiores são as cobranças para preenchê-lo. O lazer para muitos ainda é aceito para recarregar as energias para mais um dia de trabalho, como válvula de escape, tudo isto dentro de uma visão funcionalista do lazer, sendo o mesmo um contraponto ao trabalho. Contudo, esta relação entre o trabalho e o lazer deve ser repensada e merece reflexão, pois ambos têm seu valor, não precisando um se subjugar ao outro. As pessoas precisam aprender a viver os dois momentos, e principalmente se permitir viver o lazer sem culpa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse trabalho teve o objetivo de estudar o trabalho, tempo livre e lazer, no intuito de investigar a relação entre eles ao longo da história, visando encontrar algo que possa ajudar as pessoas e enfrentarem melhor a situação vivenciada hoje, situação essa de aprisionamento ao trabalho.

Mediante o que foi exposto, observa-se, que desde cedo, somos treinados para o trabalho, e somente para este, e com isso é negando a possibilidade de encontrarmos satisfação na esfera do lazer. Portando quando mais tarde experimentamos o lazer, ele vem acompanhado de um sentimento de culpa ou de que está faltando algo. Isso tudo se deve ao fato da valorização do trabalho provocar atitudes negativas em relação ao lazer, atribuindo-lhe conotações de improdutividade e ociosidade.

Por isso, é necessário que o homem supere a ideia de que a vida deve girar em torno do trabalho, pois o que se visa é uma vida com sentido e não uma vida consentida. Sabe-se que é necessário o equilíbrio entre o trabalho e o lazer, pois ambos fazem parte do cotidiano, além é claro de terem grande importância e influência na vida de cada um. Como acredita Lafargue (1999), o homem deve reivindicar o direito à preguiça, ao tempo livre, ao exercício de atividades edificantes, ou seja, a uma vida com sentido para o trabalho, mas também fora deste.

Diante disso, é necessário que lazer e trabalho possam interagir de forma que o homem possa resgatar o sentido da vida, que de maneira alguma pode se confundir com o trabalho. Portanto, é imprescindível que se tenha uma educação voltada não só para o trabalho, mas também para o lazer, pois dessa forma gerar-se-ia uma conscientização da importância do lazer para a vida de cada um.

REFERÊNCIAS

- AQUINO, C. A. B., Martins, J. C. O. Ócio, lazer e tempo livre na sociedade do consumo e do trabalho. *Revista Mal – Estar e Subjetividade*, v. 7, n.2, p.479-500. 2007.
- ANTUNES, R. **Adeus ao trabalho?** Ensaios sobre a metamorfose e a centralidade do mundo do trabalho. São Paulo: Cortez. 1995.
- ARENDT, H.. **A Condição Humana**. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2009.
- BORGES, L. O., Yamamoto, O. H. O mundo do trabalho. In J. C. ZANELLI. Ed. **Psicologia, organizações e trabalho no Brasil**. Porto Alegre: Artmed. 2004.
- CARMO, P. S. **A ideologia do trabalho**. São Paulo: Moderna. 2001.
- CARVALHO, M. F.. O Trabalho e suas implicações no ócio e na saúde de enfermeiros de uma Unidade de Terapia Intensiva. (Dissertação de Mestrado, Universidade de Fortaleza. 2008).
- CHAUÍ, M. Introdução. In: P. Lafargue. **O direito à preguiça**. São Paulo: HUCITE. 1999
- DUMAZIDIER, J. **Lazer e cultura popular**. São Paulo: Perspectiva. .1976.
- _____. **Valores e conteúdos culturais do lazer**. São Paulo: Gráfica Editora Hamburg Ltda,1980
- FREIRE, T. Ócio e tempo livre: perspectivar o lazer para o desenvolvimento. **Revista Galego - Portuguesa de Psicologia e Educación**, v. 7, n. 5, p. 345-349. 2001.
- LAFARGUE, P. **O Direito à Preguiça**. São Paulo: Hucitec/Unesp, 1999.
- LASSANCE, M. C., Sparta, M. A Orientação Profissional e as Transformações no Mundo do Trabalho. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 4, n. 1-2, p. 13-19. 2003.
- MARCELLINO, N. C. **Lazer e humanização**. Campinas, SP: Papirus. 1983.
- _____. **Lazer e Educação**. Campinas: Papirus. .1995.
- _____. **Estudos do lazer: uma introdução**. Campinas: Autores Associados. 1996.
- _____. **Lazer e Humanização**. Campinas: Papirus. 2001.
- MARX, K. **O capital: crítica da economia política**. v. I. São Paulo: Nova Cultural. 1985.
- MASCARENHAS, F. **Lazer como Prática da Liberdade: uma proposta educativa para a juventude**, Goiânia: Ed. UFG, 2003
- MUNNÉ, F. **Psicosociologia del tiempo libre: Um enfoque crítico**. México: Trilhas. 1980.
- PADILHA, V. **Tempo Livre e Capitalismo: um par imperfeito**. Campinas: Editora Alínea. 2000.
- _____. **Funcionalismo x Marxismo: diferentes formas de abordar o lazer**. ENAREL. 2003.
- ROSSO, S. **A jornada de trabalho na sociedade: o castigo de Prometeu**. São Paulo: LTR. 1996.
- SENNETT, R. **A corrosão do caráter: consequências pessoais do trabalho**. São Paulo: Record. 1999.
- Stein, S. A. **O que é Trabalho**. São Paulo: Editora Brasiliense, 1994.
- ZANELLI, J. C., Andrade, J. E. B., Bastos, A. V. B.. **Psicologia, Organizações e do trabalho no Brasil**. Porto Alegre: Artmed, 2004.