



Psicologia & Sociedade

ISSN: 0102-7182

revistapsisoc@gmail.com

Associação Brasileira de Psicologia Social  
Brasil

Klein Batista, Mariana; Iochins Grisci, Carmem Ligia; Gallon, Shalimar; Dantas de Figueiredo, Marina  
SLOW MOVEMENT: TRABALHO E EXPERIMENTAÇÃO DO TEMPO NA VIDA LÍQUIDO-MODERNA

Psicologia & Sociedade, vol. 25, núm. 1, 2013, pp. 30-39

Associação Brasileira de Psicologia Social

Minas Gerais, Brasil

Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309326455005>

- Como citar este artigo
- Número completo
- Mais artigos
- Home da revista no Redalyc

redalyc.org

Sistema de Informação Científica

Rede de Revistas Científicas da América Latina, Caribe, Espanha e Portugal

Projeto acadêmico sem fins lucrativos desenvolvido no âmbito da iniciativa Acesso Aberto

## **SLOW MOVEMENT: TRABALHO E EXPERIMENTAÇÃO DO TEMPO NA VIDA LÍQUIDO-MODERNA**

### *SLOW MOVEMENT: WORK AND TIME EXPERIMENTATION IN THE LIQUID- MODERN LIFE*

**Mariana Klein Batista, Carmem Ligia Iochins Grisci, Shalimar Gallon  
e Marina Dantas de Figueiredo**

*Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, Brasil*

---

#### **RESUMO**

O presente artigo coloca em pauta uma reflexão cujo objetivo é discorrer sobre os modos de trabalhar e de viver na vida líquido-moderna. Para tanto, apresenta o Slow Movement como referência de análise. Divulgado como movimento mundial em prol da desaceleração, sua proposta difundiu-se e firmou-se ao acolher a sensação generalizada de esgotamento promovida pela vida líquida, conforme preconizada por Bauman (2007). Objetivava-se compreender se e como o Slow Movement possibilita uma outra experimentação do tempo, bem como se interpõe enquanto expressão da resistência aos atuais modos de trabalhar e de viver. A análise empreendida permite perceber que o Slow Movement, apesar de se apresentar como um modo de expressão da resistência frente à aceleração, mantém-se subordinado à ideologia gerencialista (Gaulejac, 2007) que caracteriza os atuais modos de trabalhar. Desse modo, o movimento contribui para apaziguar os sofrimentos psíquicos causados pela pressão do tempo, mas não para a sua revolução.

**Palavras-chave:** tempo; aceleração; resistência; estilos de vida; trabalho.

#### **ABSTRACT**

The following paper aims at describing work and life in the liquid modern life. For that matter the Slow Movement is presented as an analysis reference. Advertised as a world movement towards a slower time, its proposition has spread and been recognized as it acknowledges the feeling of hopelessness brought up by the liquid life, as described by Bauman (2007). The objective is to understand if and how the Slow Movement leads to a different experimentation of time, as well as if it is an expression of resistance to the current ways of working and living. The analysis proposes that although the Slow Movement presents itself as a resistance to the current acceleration, it is still linked to a managerial ideology (Gaulejac, 2007). Thus, the movement contributes to peace the psychological damages caused by the pressures of time, although it doesn't operate as a revolution.

**Keywords:** time; acceleration; resistance; life styles; work.

---

#### **Introdução**

Em um cenário de fluidez em que o movimento ascendente é um fim em si mesmo, nada parece escapar à tendência ao aumento progressivo, nem mesmo os desconfortos e as patologias que assolam os indivíduos contemporâneos. Decorrentes dos estilos de vida centrados no trabalho, que tomam o humano a partir de uma perspectiva utilitarista, as doenças da atualidade são provas concretas do esgotamento frente aos imperativos do capitalismo, em sua tendência à maximização de tudo o que toca. Nesse cenário de vida líquido-moderna (Bauman, 2007) impera a velocidade, a qual faz com que hábitos e rotinas não

tenham tempo para se consolidar. A liquidez da vida está atrelada à precariedade e à incerteza que rondam a mente dos indivíduos, que devem constantemente modernizar-se, ou então, perecer. O valor mais importante nesse contexto é a velocidade, pois “com a velocidade certa, pode-se consumir toda a eternidade do presente contínuo da vida terrena” (Bauman, 2007, p. 15). O fato é que, a despeito do cenário de descrença, formas de resistência perdem o vigor, mas não deixam de se recriar. Indivíduos isolados ou em associação elaboram estratégias para suportar as pressões às quais estão submetidos para sobreviver da melhor maneira possível.

No conjunto das possibilidades de resistência à sociedade gestonária, conforme denominação

de Gaulejac (2007), movimentos sociais que se propõem a serem alternativas aos estilos de vida da contemporaneidade não param de surgir. Nas grandes metrópoles ao redor do mundo, a percepção do esgotamento das formas de exploração do humano e do ambiente abrem caminho para reflexões a respeito dos sentidos perdidos. É nesse contexto que o Slow Movement surge como foco de análise do presente artigo. Disposto a tratar do tema da “pobreza do tempo” através da realização de conexões entre pessoas e entre pessoas e o meio (<http://www.slowmovement.com>), o movimento mobiliza seguidores de diversos países. Busca a mudança de experimentação do tempo, no sentido da desaceleração e da valorização das relações entre as pessoas – consigo mesmas, com a família, com os amigos e com a comunidade de modo amplo, com os alimentos e com os lugares onde se vive ou se transita. A ideia defendida é de que os indivíduos estejam permanentemente conscientes e engajados com todos os elementos constituintes de suas vidas em prol da recuperação do sentido da existência.

Tendo tudo isso em vista, este artigo se apresenta como uma reflexão teórica cujo objetivo é discorrer sobre os modos de trabalhar e de viver na vida líquido-moderna, a partir da experimentação do tempo. Para tanto, toma-se como referência de análise o Slow Movement, divulgado como uma forma de resistência à aceleração da vida moderna que pretende revolucionar as formas de relacionamento na sociedade gestonária ou líquido-moderna, conforme denominações de Gaulejac (2007) e Bauman (2007) respectivamente. A proposta consiste em observar as ideias implícitas à filosofia Slow bem como as alternativas à exaustão e apatia dos indivíduos contemporâneos em relação às próprias vidas, observando principalmente as causas desse esgotamento. Pretende-se, com isso, compreender especificamente se o Slow Movement consegue se colocar em posição de exterioridade aos problemas provocados pela experimentação e pelo uso do tempo nos dias de hoje e combater as suas causas, ou se tão somente ameniza as dificuldades momentâneas de resistência à pressão e colabora, inclusive, para aumentar a capacidade dos indivíduos de suportar mais e mais. Na sequência, este artigo apresenta o movimento Slow como um fenômeno contemporâneo embasado por uma filosofia de vida, orientado para objetivos específicos e com desdobramentos diversos. Depois, lança-se um olhar reflexivo sobre o movimento, à luz das propostas de Bauman (2007), Gaulejac (2007), Sant’Anna (2005), Enriquez (2006) e Dejours (2008a, 2008b, 2008c) para tecer, por fim, considerações a respeito dessa proposta de revolução com os modos de trabalhar e experimentar o tempo na vida líquido-moderna.

## Um olhar sobre o movimento Slow

O livro de Carl Honoré, *In Praise of Slow: How a Worldwide Movement Is Challenging the Cult of Speed*, publicado no ano de 2004, trata de como o movimento Slow tem crescido, mesmo com o mundo estando preso em um modo de aceleração. Em seu site oficial (<http://www.carlhonore.com>), o autor explica que o movimento Slow é uma revolução cultural que se destina a combater a noção de que a rapidez é o melhor caminho. A filosofia Slow propõe, assim, que não se deve fazer tudo em baixa velocidade, e sim na velocidade certa, que corresponderia a realizar as atividades de forma satisfatória e com qualidade. Honoré elucida que o movimento teve início com o movimento Slow Food, na Itália, na década de 1990, mas que há mais de 200 anos já se fala em desacelerar. Apesar de ter iniciado com a ideia de uma alimentação em velocidade correta, atualmente o movimento engloba diversas outras áreas da vida, como o lazer, a educação e os exercícios.

O autor crê que por um tempo na história a aceleração foi algo benéfico para a sociedade. Porém, nas últimas décadas, o custo-benefício advindo da aceleração teria diminuído, e começado a trazer os malefícios da alta velocidade, fazendo com que as pessoas vivam em uma corrida contra o relógio, na qual a linha de chegada nunca pode ser visualizada. Segundo ele, o movimento cresce à medida que os indivíduos percebem que essa cultura faz com que surjam problemas nos relacionamentos, saúde, alimentação, trabalho e meio ambiente (<http://www.carlhonore.com>).

Assim, tendo se sentido em meio a esse turbilhão de rápida velocidade, Honoré decidiu que devia haver uma outra forma de viver e realizar suas atividades diárias. Foi então que ele iniciou a investigação que resultou nos achados sobre o movimento Slow Food. Este levou à criação do movimento Slow para diversas áreas da vida, como está exposto no próprio site do movimento, “The Slow Movement aims to address the issue of 'time poverty' through making connections” (<http://www.slowmovement.com>). O autor expõe que cada vez mais e mais pessoas buscam se engajar no movimento, inclusive grandes empresas teriam interesse em adotar os preceitos da filosofia. Honoré cita o exemplo de um executivo da IBM que teria proposto um movimento de Slow E-mail, visando obter um número menor de correspondências eletrônicas e fazer com que aquelas enviadas fossem realmente úteis.

De forma contrária, Honoré menciona que precisamos de velocidade para muitas coisas, como

conexões de Internet e esportes. Menciona, ainda, que ama trabalhar para cumprir prazos, e que mora em Londres, cidade conhecida pelo ritmo de vida acelerado (<http://www.carlhonore.com>). Entretanto, propõe que a rapidez não deve ser a forma com que se vive a vida como um todo: não se deve ser multitarefas. A questão central seria, de acordo com o autor, deixar de ser escravo do tempo, não tentar fazer cada vez mais coisas, e sim fazer cada coisa de uma vez, o que pode envolver recusar convites e ofertas de trabalho e diversão. Esse sentimento está descrito no site oficial do movimento: “Stress is leading to unprecedented health problems. ‘Stop the world I want to get off’ is a feeling we all have sometimes” (<http://www.slowmovement.com>).

Partindo desse princípio, o Slow Movement e seus desdobramentos poderiam ser compreendidos como tentativas de resistência à rapidez e fluidez, os quais se encontram na base das pressões do tempo e da obrigação de produtividade. Em suas diversas divisões, relacionadas à alimentação (Slow Food), aos lugares (Slow Travel), às pessoas (Slow Schools e Slow Education) e à vida (Slow City, Slow Books e Slow Living) o movimento busca combater a aceleração do tempo através do estabelecimento de conexões entre pessoas e em relação ao ambiente. De acordo com a descrição do movimento, disponível no site oficial, seus idealizadores e adeptos se propõem a questionar por que as pessoas estão sofrendo de estresse que conduz a problemas de saúde; o que está errado e o que se está buscando com a configuração atual das organizações sociais (<http://www.slowmovement.com>).

O movimento conhecido como Slow Food preza o respeito pelas culinárias locais, preservação das sementes e plantas e do cuidado com animais dentro de uma determinada ecorregião. Além disso, o movimento vai de encontro à desumanização da culinária provocada por grandes cadeias de restaurantes de comida rápida. O Slow Travel, assim como a proposta relacionada à alimentação, diz respeito ao cuidado com as comunidades visitadas e à preservação das culturas locais. Isso pode ser feito através de viagens nas quais se passa uma semana em cada local, sem as visitas rápidas às atrações turísticas. Assim, possibilita-se a descoberta da localidade em seus aspectos mais pitorescos, ou até mesmo fazer parte da vida delas. O Slow City teve início na Itália e tem como foco as cidades com menos de 50 mil habitantes, nas quais as pessoas podem viver com menores níveis de ruído, menos agitação e multidões. Os aspectos relacionados à educação são abordados pelo Slow Schools e Slow Education. Nesse sentido, compreendem as escolas que trazem o movimento de Slow Food para seus

refeitórios e as que promovem mudanças curriculares no sentido de discutir a moral, a tradição e o propósito da vida. De outra forma, o Slow Books preza pelo prazer da leitura de um livro, ao invés de assistir televisão. Com isso, as pessoas apresentariam redução nos níveis de estresse, inspiração e motivação, aumento de criatividade e teriam, assim, possibilidade de diferentes perspectivas de vida. Por fim, o Slow Living quer dizer usar o tempo para aproveitar os amigos, a alimentação, a família, e, assim, reconectar-se com a vida. Isso pode ser atingido através de meditação e de um desenvolvimento de consciência a respeito da vida (<http://www.slowmovement.com>).

O movimento Slow tem adeptos ao redor do mundo inteiro e concentra sob a égide da desaceleração pessoas de países tão distantes quanto Brasil e Japão. Ainda que as diferenças entre culturas locais existam, observa-se que o Slow atraiu os inseridos no universo do consumo capitalista que existem em toda parte e compartilham identidades globalmente construídas e estilos de vida uniformes. Em sua maioria, os adeptos fazem parte das camadas mais altas da sociedade, que dominam e praticam mais do que quaisquer outras “a arte da vida líquida” (Bauman, 2007, p. 10). Para essas pessoas, cujo livre acesso aos espaços e às informações e bens é franqueado pelo poder de que dispõem para consumi-los, a “liberdade” de escolher pela desaceleração é uma realidade mais concreta do que para a maioria dos não-incluídos (Bauman, 2007). “Liberdade” entre aspas porque não significa a plena liberdade de escolher sobre o próprio destino, longe dos ditames da sociedade líquido-moderna, mas a possibilidade de optar por caminhos pré-definidos e tão próximos que pouco diferem entre si. A opção pela desaceleração, por exemplo, se faz dentro das margens do consumo capitalista, de modo que a adesão ao movimento pode ser interpretada como a aquisição de um certo modo de viver alternativo, mas nem por isso combativo àqueles construídos na contemporaneidade.

O retorno às formas mais tradicionais de vida pode agir como paliativo, uma maneira de abrandar os efeitos das exigências do tempo, como no caso do turismo, que poderia oferecer às pessoas um período de férias mais tranquilo. Porém, muitos dos trabalhadores da atualidade se tornaram avessos a períodos de férias, até mesmo por temerem que, ao ausentarem-se, sejam percebidos como dispensáveis (Bauman, 2007; Gaulejac, 2007).

Outra consideração que pode ser realizada é o tempo para a alimentação de forma tradicional, com ingredientes orgânicos e naturais, levando em conta o bem-estar dos produtores. Nesse caso, sabe-se que muitos dos produtos orgânicos têm preços mais altos

que os produtos industrializados, sendo acessíveis para camadas mais privilegiadas da população. Da mesma forma, dentro do âmbito profissional, percebe-se que a quantidade de tempo necessária para deslocamento dos trabalhadores até o local de refeição, o valor cobrado pela mesma e o tempo levado para preparar a alimentação são fatores que podem estar no caminho daqueles que têm tempo reduzido para refeição. Assim, o indivíduo teme ser questionado a respeito do uso do tempo, o qual poderia ser deslocado para completar as atividades profissionais.

### **A experiência do tempo na vida líquido-moderna**

No mundo líquido-moderno que, de acordo com Bauman (2007), não conhece nem admite limites à aceleração, o pensamento metafísico também não encontra lugar. A possibilidade de comprimir cada vez mais vidas no tempo de duração da existência mortal faz com que a valorização da identidade e de suas possibilidades de reciclagem ocupe mais o engenho da mente do que a reflexão sobre a eternidade. E se cada mudança de identidade vem acompanhada de “ferramentas patenteadas e prontas para o uso, do tipo faça-você-mesmo” (Bauman, 2007, p. 16), produzidas e propagadas à exaustão, o pensamento sofre assédios intensos e constantes, que impedem qualquer outro trabalho à mente humana, além do exaustivo processo de se autorreformular.

O pensamento moderno não suporta o vazio: não é possível parar de apreender os estímulos do mundo, interpretá-los e assimilá-los. Não há, tampouco, momentos de calma, silêncio e reclusão que permitiriam à mente ativa desconectar-se da realidade material (Sant’Anna, 2005). Tudo é movimento no sentido do progresso, e a cada instante morto nasce uma infinidade de informações que escapam à capacidade de compreensão e armazenamento da inteligência humana. O motor do pensamento, nesse contexto, nunca para de funcionar a serviço das questões práticas que garantem a manutenção da existência pautada no progresso: a mente também tem que progredir e acumular o máximo de experiências e informações que possam garantir artifícios para a manipulação eficaz de identidades, que se transformam e se proliferam continuamente na vida dos homens e mulheres deste tempo (Bauman, 2007). A energia da mente é canalizada para esse trabalho e não há momento de repouso e evasão quando a totalidade da vida é tomada pela performance de papéis complexos, que exigem capacidades cognitivas e formas de envolvimento psíquico elaboradas (Hardt & Negri, 2005).

O que distingue os contemporâneos de seus antepassados é a consciência adquirida sobre o tempo (Withrow, 1993). Até o advento da Revolução Industrial, sua influência sobre a vida das pessoas era muito menos determinante, mas as mudanças socioculturais nas formas de percepção do tempo, iniciadas a partir de então, passaram a estruturar os estilos de vida. O relógio é o objeto emblemático da experimentação e ressignificação do tempo na contemporaneidade: o desenvolvimento e aperfeiçoamento do relógio mecânico aumentou a precisão na medida do tempo, subdividido em frações cada vez menores da hora, da mesma forma que a miniaturização dos relógios os tornou portáteis e acessíveis (Withrow, 1993). O cotidiano cronometrado forçou a adesão a rotinas precisas, ditadas pela necessidade de regulação e manutenção das atividades crescentemente mais complexas da sociedade.

O tempo, socialmente construído como um fluxo linear, uniforme e progressivo, se tornou tão fragmentado que apenas o presente contido no instante imediato parece ter significado. Os momentos passados se perdem no tempo e desaparecem no espaço da memória, a menos que representem experiência significativa (Bauman, 2007). Desse modo, a ânsia por perpetuar o presente reside na necessidade de torná-lo aproveitável, útil e, portanto, memorável, como se o tempo pudesse ser capturado pelos registros da lembrança. A ânsia por aproveitar o tempo está na necessidade de organizá-lo de maneira eficaz e produtiva, para que os homens e mulheres contemporâneos maximizem as possibilidades do tempo presente (Gaulejac, 2007).

A necessidade de construir um tempo integralmente rentável (Gaulejac, 2007) fundamenta a lógica de operação da sociedade contemporânea. Tempo é dinheiro e, dessa forma, desempenha papel decisivo no capitalismo, de modo que a exploração financeira dos recursos temporais está na base da definição vigente sobre o trabalho. A relação entre tempo e trabalho fez com que a vida fosse depurada de todos os seus elementos disfuncionais e se fundamentasse na separação entre tempo de trabalho e tempo de não-trabalho, sendo este último continuamente – e cada vez mais intensamente – assediado pelos imperativos capitalistas. A tendência é minimizar o tempo do não-trabalho ou racionalizá-lo austeramente, já que estes momentos livres são interpretados como improdutivos.

O mesmo raciocínio faz com que o tempo do trabalho também siga a disposição de aproveitamento máximo, até os limites da capacidade de empenho de energias por parte dos indivíduos. Gaulejac (2007,

p. 110) expõe esse movimento de maneira clara ao afirmar que a maximização da produtividade em relação ao tempo de trabalho é obtida “não por um controle minucioso da atividade para adaptar o corpo ao exercício do trabalho, mas por meio de dispositivos que consistem em mobilizar o indivíduo sobre objetivos e projetos que canalizem o conjunto de suas potencialidades”. Tal fundamento se aproxima da noção de trabalho imaterial que aponta para a mobilização das características próprias de cada sujeito em prol da realização do trabalho, uma vez que, conforme Negri (1991, citado por Lazzarato & Negri, 2001, p. 25), “é a alma do operário que deve descer na oficina”.

Lazzarato e Negri (2001, p. 29) observam que no mundo capitalista a alma do trabalhador passa a ser objeto de desejo e até mesmo de consumo pelas organizações, o que acarreta na diminuição do “tempo de trabalho na forma de tempo de trabalho necessário, para acrescê-lo na forma de tempo de trabalho supérfluo”. Os autores ainda destacam a presença do trabalho mais intelectualizado, o qual está submetido à quantidade e qualidade da imaterialidade do trabalho. Sant’Anna (2005, p. 94), ao analisar as questões da pós-modernidade e do mundo do trabalho contemporâneo, faz referência a Karl Marx quando descreve a figura de um vampiro: “não se trata de sugar apenas o sangue, a força de trabalho dos humanos, mas, também, de capturar a sua carne, o seu espírito e, ainda, de ser alimentado de todos os seres vivos, sem luxo nem desperdício”.

Desse modo, a associação entre tempo e espaço que caracterizaria o tempo de trabalho e não-trabalho também é ressignificada no cenário da maximização do potencial produtivo no tempo. “Se o tempo de trabalho se torna ilimitado, o espaço deve sê-lo igualmente” (Gaulejac, 2007, p. 111), e a mobilidade passa a ser usada a favor do tempo, concretizando o significado do progresso através do fluxo físico de indivíduos. Na sociedade obsessiva pela própria perpetuação, angustiada pelo passar do tempo e obcecada pela acumulação material, conforme observam Bauman (2007) e Gaulejac (2007), a sobrecarga de trabalho é considerada como normal – como a colaboração que cada indivíduo pode dar para a sustentação da coletividade reunida em torno da produção e do capital que lhe é derivado. Nesse contexto, homens e mulheres se veem continuamente pressionados por imperativos de produtividade, que produzem metas dificilmente alcançáveis, geradoras de tensões e sofrimentos psíquicos que podem vir a se desdobrar em doenças físicas. O trabalho contemporâneo seria resultado do que Bauman (2007, p. 20) chama de moto contínuo da vida líquida:

Uma vez posto em movimento, esse moto contínuo não pára de girar por si mesmo. As perspectivas de pará-lo, já reduzidas pela natureza da engenhoca, se reduzem ainda mais devido à surpreendente capacidade desse mecanismo autopropulsor de absorver e assimilar as tensões e fricções que ele mesmo gera e de utilizá-las em seu proveito. De fato, ao capitalizar a demanda por alívio ou cura que as tensões incitam, ele consegue empregá-las como um combustível de alta qualidade que mantém seus motores em funcionamento.

Quando as fronteiras espaciais e temporais entre trabalho e não-trabalho são borradas pela exigência de produtividade permanente, “o tempo da planificação, da exatidão, da programação linear do tempo é substituído pela policromia, pela urgência e pelo aleatório na gestão do tempo” (Gaulejac, 2007, p. 112). Os indivíduos na contemporaneidade são confrontados permanentemente com a escassez do tempo e a necessidade de torná-lo o mais produtivo possível. Cria-se a cultura da urgência pela redução sistemática do tempo (Gaulejac, 2007), que induz ao movimento permanente em direção ao esgotamento de todas as possibilidades de realização do presente, como se produzir mais no instante-agora servisse para prolongar sua duração. A ânsia imediatista gera, contudo, um paradoxo: se o tempo é percebido a partir da consciência de certos traços que caracterizam os dados de nossa experiência (Withrow, 1993), sempre em referência ao momento presente, quanto mais atividades preencherem a vida dos indivíduos, mais intensa será a sensação de que o tempo disponível é insuficiente para a realização de todo o potencial ou a demanda produtiva. A dinâmica do tempo em associação com os ditames da produtividade que orienta o sistema de produção capitalista colocam homens e mulheres em permanente estado de alerta, porque os assédios da consciência não permitirão que as pessoas se dediquem ao tempo do não-trabalho com o mesmo empenho dedicado ao tempo da produção. Nas palavras de Gaulejac (2007, p. 214):

Daí uma pressão, pelo tempo, pelos resultados, mas também pelo medo, que tem consequências terríveis. Ele [o capital] gera comportamentos de adição, estresse cultural, sentimento de invasão, contra o qual é difícil de se defender, e sofrimentos que o indivíduo esconde; do contrário, se fossem expressos, ele ficaria visado.

Os movimentos ligados ao Slow sugerem formas de combater o tempo rápido, o qual é próprio da contemporaneidade. As propostas abordam ações diárias para que as pessoas mobilizem-se em torno de um regresso à vida, como em épocas passadas, reservando mais tempo para convívio com amigos, familiares e consigo mesmo. Os princípios do

movimento também podem ser analisados como um suporte para as pessoas que estão submetidas às pressões do dia a dia, as quais buscam por meio da solidariedade dos outros encontrarem alicerces para permanecerem ativos perante as demandas da contemporaneidade.

Nesse contexto, Dejours (2008b) ao observar o aumento do assédio moral, relaciona a solidariedade como um mecanismo de defesa do ser humano para superar as dificuldades encontradas. O autor ressalta que “quando se está só, abandonado pelos demais, é psicologicamente muito mais difícil suportar a injustiça do que quando se conta com a cumplicidade dos colegas. As novas patologias relacionadas com o trabalho, hoje, são, antes, patologias da solidão” (Dejours, 2008b, p. 19). Essa perspectiva pode ser levada em consideração tanto para o âmbito profissional quanto para o social, pois no momento em que o indivíduo se depara com o apoio do coletivo, independentemente do contexto em que se encontra, ele tende a se sentir mais forte.

Nessa perspectiva, Dejours (2008b, p. 19) analisa que “as formas clássicas de solidariedade estão em processo de desestruturação” e que, assim, o aumento do individualismo passa a representar uma grande perda para a saúde do indivíduo. Com essa ampliação, as pessoas tornam-se mais isoladas umas das outras e acabam por construir relações sociais mais fragilizadas. Isso pode acarretar uma perda social significativa para a vida do indivíduo, pois no momento em que ele deixa de compartilhar os seus anseios, involuntariamente, se recolhe para o seu espaço particular, o qual não pode oferecer suportes tão fortes como o da coletividade (Dejours, 2008b). Dessa maneira, as pessoas acabam por agravar o sofrimento psíquico, o que pode levar ao surgimento de doenças, como a depressão e o estresse.

Percebe-se que a relação entre a solidão e os movimentos Slow se dá pela força e o valor que o grupo possui para poder enfrentar as demandas dos tempos atuais. O fato de existir um coletivo que busca encontrar respostas para as demandas sociais não significa que seja possível revolucionar os modos de viver das pessoas, mas, talvez, amenizar as situações de sofrimento nelas contidas.

### **Análise do Movimento Slow à luz das teorias**

Autores como Enriquez (2006), Bauman (2007) e Gaulejac (2007) contribuem para o aprofundamento da compreensão sobre o movimento Slow, por tratarem de temas como a vida líquido-moderna e a sociedade gerencialista e seus efeitos e desdobramentos sobre

os indivíduos que nelas vivem. Da mesma forma, Sant’Anna (2005) contribui ao abordar as formas que os corpos precisam assumir para que estejam de acordo com a velocidade e fluidez exigidas para a vida na sociedade assim caracterizada.

As características da fluidez e velocidade na sociedade líquido-moderna fazem surgir questionamentos a respeito de seus efeitos sobre os indivíduos. Enriquez (2006, p. 4) aponta como problemas da modernidade (i) o “reino do dinheiro”, (ii) o crescente poder do Estado, e (iii) uma tentativa de se restaurar a identidade de acordo com o grupo ao qual se pertence. Para o autor, o reino do dinheiro se caracteriza pela perda de valor de algumas crenças como o mérito, a honra, a honestidade, a integridade, entre outros, e o aumento do valor e da importância do dinheiro. É nesse sentido que o movimento Slow surge como uma tentativa de buscar os reais valores que o indivíduo deveria ter na sua vida, assim como também aproveitá-los de maneira mais intensa.

O crescimento da valorização do dinheiro leva à perda dos vínculos sociais, ao aumento da competição desenfreada, enfraquecimento de movimentos sociais e das lutas sindicais e ao crescimento do poder das empresas, que exigem dos cidadãos se identificarem com elas, através da colocação dos valores organizacionais como seus próprios (Enriquez, 2006). Da mesma forma que o dinheiro e as empresas, também o Estado exige a identificação de homem e mulheres, que devem estar sempre dispostos a guerrear em mérito daquele, mesmo que atualmente vivamos um tempo no qual a democracia é tomada como valor principal da maioria das nações (Enriquez, 2006). “Retire-se dele a cidadania, e ele não é mais um homem; rebaixe-o à condição de animal, e ele não é mais um homem. E tornado igual a todos, ele pode tornar-se um idêntico, um clone, e pode ser substituído por um outro idêntico” (Enriquez, 2006, p. 8).

Sant’Anna (2005) trata também de alguns pontos relacionados à modernidade, como a rapidez das mudanças, o corpo em meio a elas e as novas necessidades criadas pela sociedade de consumo. A autora constata que o corpo não pode ser um obstáculo para se transitar em meio a diferentes culturas, em diversos tempos e lugares. O corpo da época é aquele que apresenta a boa forma idealizada pela mídia, e que enfrenta a possibilidade de que todos os seres podem ser descartáveis (Sant’Anna, 2005). A capacidade de se estar em todos os lugares ao mesmo tempo através das ferramentas portáteis de comunicação, a necessidade de velocidade e as ideias de felicidade propagadas como objeto de consumo levam o indivíduo a sofrer das patologias anteriormente referidas.

Tais patologias estão relacionadas à aparente incapacidade de escolher ou de não ter total liberdade para fazê-lo. Incapacidade essa causada pela vida nas sociedades em que cada um é responsável por si mesmo, e nas quais “‘Não dar conta’ de si mesmo ... torna-se um novo fantasma, tão terrível quanto o antigo fantasma das culpabilidades escondidas a sete chaves” (Sant’Anna, 2005, p. 25). O movimento Slow aborda que essa necessidade de estar em todos os lugares ao mesmo tempo é uma demanda da sociedade líquida-moderna (Bauman, 2007). Essa vida deve ser encarada de uma maneira mais leve para que os momentos da vida possam ser aproveitados e as patologias decorrentes desse estilo de vida sejam amenizadas.

Frente às exigências dos modos de trabalhar e de viver da sociedade líquido-moderna, as pessoas submetidas às pressões do tempo e aos assédios do imperativo da produtividade veem suas possibilidades de realização individual limitadas. Não restam muitas possibilidades de escolha em uma sociedade que instrumentalizou o humano e creditou ao capital o papel de infundir sentido à existência. A normalização de atitudes e sentimentos obriga os indivíduos a se adaptarem às normas, às regras e aos processos que garantam a manutenção do movimento ascendente da sociedade rumo à acumulação, à expansão e ao progresso.

A medicamentação e o uso de drogas tornam-se recursos para desviar homens e mulheres contemporâneos da realidade de seus cotidianos, e certos movimentos sociais que emergem do cenário caótico das grandes cidades do mundo também o são. Assiste-se, hoje, a uma verdadeira proliferação de fenômenos que se propõem a elaborar formas alternativas de conduta, que pretendem afastar as pessoas das fontes de tensão do dia a dia e ajudá-las a recuperar um pouco da qualidade de vida perdida em razão dos ditames da produtividade. Dentre eles, está o movimento Slow e sua proposta de revolucionar o uso do tempo para que cada indivíduo tenha maior controle sobre o uso do tempo e a melhoria, assim, da qualidade de vida e melhor aproveitamento dos momentos vividos em família ou entre amigos.

Mais do que isso, acontecimentos que revelam a insustentabilidade do modelo gestionário, tais como questões ambientais que evocam o risco de tragédias e diferenças sociais que ignoram o sofrimento de populações inteiras, provocam a reflexão a respeito das necessidades de mudança do atual estado de coisas. Tais fatos sensibilizam e mobilizam indivíduos ao redor do planeta que, de alguma forma, se percebem ameaçados pela falta de fé no futuro e, ao mesmo tempo, sufocados pelos ditames do presente

e desligados dos valores do passado. Muitos se dão conta de que é preciso reestruturar os atuais modos de pensar, agir e, sobretudo, gerir a vida.

Conforme Gaulejac (2007) a obsolescência é um grande temor dos indivíduos. O medo de ser descartado é também abordado por Sant’Anna (2005) e Bauman (2007) e esse medo é uma das razões pelas quais os profissionais se submetem a condições de trabalho que levam não apenas à degradação das relações de trabalho, mas também à perda de sentido da vida. As patologias relacionadas à precarização do trabalho invadem os espaços da vida pessoal, já que os indivíduos acometidos por crises de burnout ou LER/DORT (Lesão por Esforços Repetitivos / Doenças Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho) podem ter, em decorrência disso, outros problemas, ligados ao sono e relacionamento com seus amigos, colegas de trabalho e familiares.

Gaulejac (2007, p. 11) busca compreender e explicar como a sociedade atual, com suas características gerencialistas, tendo “no centro, o universo econômico, social e cultural” afeta os indivíduos. Para o autor, as crises no mercado de trabalho deixaram um vazio nas pessoas, que passou a ser preenchido pelo consumo, pela ideia de que quando se obtiver determinado produto ou determinada posição social ou profissional a pessoa estará completa. A lógica de que cada um é dono de seu destino profissional exige do trabalhador que seja cada vez mais flexível, adaptável e reativo, para poder responder às necessidades do mercado.

Para o autor, nada há de errado na gestão em si, ela não se constitui em um mal, já que é coerente pensar em formas de organizar o mundo e a produção. Entretanto, tais formas devem ser pensadas, também, a fim de serem benéficas para a vida humana e social, de modo amplo. Um dos problemas da gestão capitalista apontado por Gaulejac (2007) é a obsolescência, através da qual tudo o que é produzido é destruído, para dar espaço a novas produções, sendo que nessa lógica não são apenas os produtos que se tornam obsoletos, mas, também, as pessoas, que são consideradas como recursos a serviço da empresa.

Dessa forma, o trabalhador é considerado por ser rentável, já que se a produção tiver menor custo, haverá crescimento dos lucros, e as necessidades dos consumidores poderão ser atendidas de forma mais lucrativa, fazendo com que o indivíduo adapte-se ao tempo do trabalho, o que leva até à aversão por períodos de férias. “É preciso que o tempo seja útil, produtivo e, portanto, ocupado. A desocupação lhe é insuportável” (Gaulejac, 2007, p. 79).



## Considerações finais

Conforme referido no artigo, as exigências da vida líquido-moderna fazem com que os indivíduos se submetam a um ritmo de vida cada vez mais acelerado, dissociando cada vez menos o tempo do trabalho do tempo de lazer. É imperativo ser multitarefa, produtivo e rentável em todos os momentos, o que por vezes acaba por demonstrar que o indivíduo pode não conseguir atender a todas essas demandas, expondo cada um aos seus medos e receios.

Para compreender os modos de trabalhar e de viver na vida líquido-moderna, tomou-se como referência de análise o Movimento Slow, atuante em diversas partes do globo. Os movimentos que propõem revolucionar a experimentação e o uso do tempo na contemporaneidade podem soar como realmente revolucionários; entretanto, a questão a ser considerada é o fato de que, ao viver dentro de uma lógica gerencialista, fica difícil não se submeter à rapidez. Conforme Gaulejac (2007), a obsolescência é um grande temor dos indivíduos. O medo de ser descartado é também abordado por Sant'Anna (2005) e Bauman (2007), e esse medo é uma das razões pelas quais os profissionais se submetem a condições de trabalho que levam não apenas à degradação das relações laborais, mas também à perda de sentido da vida, que se torna secundária face às demandas do tempo em aceleração.

Enquanto que há algumas décadas o tempo era medido em horas, minutos e segundos, na vida líquido-moderna essas unidades de medida não bastam. Não vale contar os tempos, como os do esporte, em segundos. Os recordes são quebrados em termos de centésimos. Da mesma forma o tempo mais e mais comprimido invade as vidas dos indivíduos. Não se pode esperar pelo ônibus na parada, é preferível ir caminhando e se sentir produtivo a ficar parado à espera da condução. A ansiedade de esperar pelo amanhã faz com que cada um tente tornar todos os segundos de seus dias rentáveis, ocupados por alguma atividade que possa trazer a sensação de ter importância a ponto de não ser esquecida no dia seguinte.

A tentativa de autossolucionar os problemas da experimentação do tempo na vida líquido-moderna pode estar contida na base da criação de movimentos e grupos que podem trazer o sentimento de comunidade e se apresentar como uma forma de lutar contra os efeitos da experimentação e do uso do tempo contemporâneo. Esse modo de agir atacaria a raiz dos paradoxos da contemporaneidade, segundo os quais os indivíduos estão permanentemente aflitos com as possibilidades

de usufruto da própria liberdade. Seus direitos são quase sempre sufocados pelo senso de dever: as férias são proibidas, os momentos de lazer são culpáveis, as paradas necessárias para a manutenção da saúde são vetadas pelo sentimento de responsabilidade dos indivíduos com os propósitos da produtividade.

Nesse sentido, propõe-se o questionamento: o Slow Movement, a exemplo de seus assemelhados, consegue realmente enfrentar o paradoxo e garantir às pessoas a liberdade sobre o próprio tempo?

Contemplar o uso do tempo equilibradamente não diz respeito apenas a fazê-lo nas férias ou nas poucas horas que restam após um dia de trabalho, e sim ressignificar o próprio conceito contemporâneo de percepção do tempo. A revolução só poderia ser feita caso as organizações tivessem reestruturadas as políticas de gestão de pessoas, de forma a não sobrecarregar os indivíduos e permitindo, assim, que eles pudessem ter seu tempo de trabalho e de vida equilibrados. Ou, mais efetivamente, que o tempo do trabalho faça parte do tempo da própria vida, visto que o sentido do trabalho seria religado ao sentido da própria vida. O uso do tempo está ligado à manutenção do indivíduo no mercado e na sociedade, pois socialmente as cobranças são significativas em relação à utilidade das pessoas, que são mal vistas quando não estão ocupadas na quase totalidade de seu tempo.

A perda para os indivíduos que não conseguem se adaptar às demandas contemporâneas pode ser tanto social como psicológica. Na perspectiva social se repercute no isolamento e na fragilização das relações, o que ocasiona problemas psicológicos. Esses problemas estão ligados à carência de solidariedade e, conseqüentemente, ao aumento do individualismo. Esses fatores condenam as pessoas à exclusão na medida em que essas não conseguem atender aos padrões de produtividade que garantem o funcionamento da sociedade gerencialista. A solidariedade, por sua vez, permite que os indivíduos se identifiquem uns com os outros e, assim, percebam que seus problemas são compartilhados por todos. Nesse sentido, entende-se que o ato de sofrer é que se torna comum, mas o sofrimento não pode jamais ser banalizado. Os indivíduos atomizados não são elos fracos da corrente social; as formas de união entre eles é que devem ser problematizadas.

Dessa maneira, a proposta do Slow pode ser analisada como uma tentativa de resistência aos modos de vida da contemporaneidade. Dentro do movimento, os indivíduos buscam compartilhar os anseios da vida líquido-moderna (Bauman, 2007) e também identificam que esses problemas são comuns a todos. A

identificação das mesmas condições em um grupo gera um sentimento de solidariedade que permite que as pessoas se apoiem mutuamente e consigam amenizar o sofrimento e os danos psíquicos causados pelo ritmo frenético de vida imposto pela sociedade gerencialista.

Entretanto, o Slow Movement não ataca a sociedade doente da gestão (Gaulejac, 2007); o movimento não problematiza profundamente as formas de organização social que geram e sustentam os paradoxos. O comprometimento subjetivo com o trabalho imaterial (Lazzarato & Negri, 2001) que toma não só o tempo das atividades de lazer e prazer, mas ocupa a mente dos indivíduos permanentemente, não é posto em cheque. As demandas do mundo do trabalho dificultam a ação dos indivíduos no sentido de se mobilizar contra as mesmas, sob o temor de perderem seu lugar nos grupos dos quais fazem parte, ainda que movimentos como o Slow se apresentem como alternativa aos estilos de vida vigentes. Nesse contexto, as ações propostas como soluções para os problemas advindos do uso do tempo servem como paliativos, e não realmente como revoluções. Tem-se que o Slow Movement é mais uma utopia do que uma proposta concreta de mudança; é mais uma inspiração do que uma possibilidade de revolução e mais se aproxima do sonho do que da realidade.

Aos homens e mulheres contemporâneos ainda é permitido imaginar um caminho diferente para a vida, e é nisso que reside a força das propostas de resistência aos imperativos da vida líquido-moderna (Bauman, 2007). É possível ao menos pensar num mundo:

no qual a competição seria reservada para o jogo e a colaboração, para a economia. Um mundo no qual a riqueza produzida seria consagrada a reduzir as desigualdades sociais e erradicar a miséria. Um mundo no qual a exploração dos recursos não seria mais concebida pelo modo da pilhagem, mas pelo da conservação e da renovação dos recursos naturais. Um mundo construído para que cada ser humano possa ter um lugar como cidadão, como sujeito e como ator. Um mundo no qual o bem estar de todos seria mais precioso do que o ter de cada um. Não mais um mundo a gerenciar, mas um mundo a amar, um mundo que estaríamos orgulhosos de transmitir a nossos filhos. (Gaulejac, 2007, pp. 313-314)

Ainda que suas filosofias não tenham a força e a coerência de projetos de renovação plenos, não se pode negar a sua importância enquanto possibilidade de resistência, como a lembrança utópica – mas nem por isso impossível – de que outras formas de viver e se relacionar com as pessoas, com os objetos e com o planeta são pensáveis. Sua viabilidade ainda

não encontra respaldo no mundo concreto, mas a sobrevivência das ideias é, sem dúvida, o germe da mudança. É possível ao menos pensar num mundo diverso deste, é isso o que traz o movimento Slow e os tantos outros movimentos de contestação que eclodem de um ponto a outro do globo.

## Notas

<sup>1</sup> Tradução: O Movimento Slow está direcionado às questões de ‘pobreza de tempo’ através da realização de conexões.

<sup>2</sup> Tradução: O estresse está levando a problemas de saúde sem precedentes: ‘Pare o mundo que eu quero descer’ é um sentimento que todos temos às vezes.

## Referências

- Bauman, Z. (2007). *Vida líquida*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- Dejours, C. (2008a). Addendum. In S. Lancman & L. I. Snelwar (Orgs.), *Christophe Dejours: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho* (pp. 49-106). Rio de Janeiro: Editora Fiocruz; Brasília: Paralelo 15.
- Dejours, C. (2008b). Avant-propos. In S. Lancman & L. I. Snelwar (Orgs.), *Christophe Dejours: Da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho* (pp. 17-23). Rio de Janeiro: Editora Fiocruz; Brasília: Paralelo 15.
- Dejours, C. (2008c). O trabalho como enigma. In S. Lancman & L. I. Snelwar (Orgs.), *Christophe Dejours: Da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho* (pp. 129-141). Rio de Janeiro: Editora Fiocruz; Brasília: Paralelo 15, 2008.
- Enriquez, E. (2006). O homem do século XXI: sujeito autônomo ou indivíduo descartável. *RAE-eletrônica*, 5(1). Acesso em 03 de novembro, 2009, em <http://www16.fgv.br/rae/electronica/index.cfm?FuseAction=Artigo&ID=4263&Secao=PENSATA&Volume=5&Numero=1&Ano=2006>.
- Gaulejac, V. (2007). *Gestão como doença social: ideologia, poder gerencialista e fragmentação social*. Aparecida, SP: Ideias & Letras.
- Hardt, M. & Negri, A. (2005). *Multidão*. Rio de Janeiro: Record.
- Lazzarato, M. & Negri, A. (2001). *Trabalho imaterial: formas de vida e produção de subjetividade*. Rio de Janeiro: DP&A.
- Sant’Anna, D. B. (2005). *Corpos de passagem: ensaio sobre a subjetividade contemporânea* (2ª ed.). São Paulo: Estação Liberdade.
- Withrow, G. J. (1993) *O tempo na História: concepções de tempo da pré-história aos nossos dias*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.

Recebido em: 28/01/2010

Aceite em: 07/04/2011

Mariana Klein Batista é Graduada em Administração pela Universidade Paranaense (2005), Especialista em Psicopedagogia pela União Pan-Americana de Ensino (2007) e Mestre em Administração pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (2011). Atualmente é Professora Assistente da Faculdade SENAC Porto Alegre. Endereço: Rua André Puente, 120, apto 402. Independência. Porto Alegre/RS, Brasil. CEP 90035-150. Email: [marianakleinb@gmail.com](mailto:marianakleinb@gmail.com)

*Carmem Ligia Iochins Grisci* é Graduada em Psicologia pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos (1986), Mestrado em Psicologia Social e da Personalidade pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (1994), Doutorado em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (2000) e Pós-Doutorado pela Universidade Técnica de Lisboa (2005). Atualmente é professora associada do Depto. de Ciências Administrativas e do Programa de Pós-Graduação em Administração da Escola de Administração da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Endereço: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Administração, Departamento de Ciências Administrativas. Av. Washington Luiz, 855, Sala 424. Centro. Porto Alegre/RS, Brasil. CEP 90010-460. Email: [clgrisci@ufrgs.br](mailto:clgrisci@ufrgs.br)

*Shalimar Gallon* é Graduada em Administração pela Universidade Federal de Santa Maria (2008) e Mestre em Administração (Gestão de Pessoas) pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (2011). Atualmente é doutoranda em Administração pela Universidade Federal

do Rio Grande do Sul e bolsista CAPES. Endereço: Escola de Administração/Universidade Federal do Rio Grande do Sul, rua Washington Luiz, 855. Porto Alegre/RS, Brasil. CEP 90010-460. Email: [shalimargallon@hotmail.com](mailto:shalimargallon@hotmail.com)

*Marina Dantas de Figueiredo* é Graduada em Administração pela Universidade de Pernambuco (2006) e Mestre em Administração pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (2008). Atualmente é doutoranda pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Endereço: Rua Duque de Caxias, 959, apto 1402. Centro. Porto Alegre/RS, Brasil. CEP 90010-282. Email: [marina.dantas@gmail.com](mailto:marina.dantas@gmail.com).

### Como citar:

Batista, M. K., Grisci, C. L. I., Gallon, S., & Figueiredo, M. D. (2013). Slow movement: trabalho e experimentação do tempo na vida líquido-moderna. *Psicologia & Sociedade*, 25(1), 30-39.