

“O asfalto embrutece”: *Insights* sobre estado de fluxo em atividades de ecoturismo e turismo de aventura

“*The asphalt makes us rough*”: *Flow state insights into ecotourism and adventure tourism activities*

“*El asfalto te vuelve bruto*”: *Perspectivas del estado de flujo en las actividades de ecoturismo y turismo de aventura*

Lucas Carregari da Rosa Carneiro¹
Bruno Carneiro Castro²
Gabriel Mendonça de Faria³
Maurício Custódio Serafim⁴

Este artigo foi recebido em 04 de julho de 2022 e aprovado em 01 de abril de 2024

Resumo: O artigo tem como objetivo discutir como o fenômeno do estado de fluxo ocorre nas atividades de ecoturismo e turismo de aventura. **Marco teórico:** Com base numa abordagem pluridimensional do fenômeno turístico, aplicam-se as lentes da psicologia, em especial a teoria do fluxo, para interpretar a experiência dos envolvidos em atividades de ecoturismo e turismo de aventura. **Método:** Ao todo foram analisadas 292 respostas de uma *survey* construída para esse fim, referenciada na Técnica do Incidente Crítico (TIC), a qual levanta relatos das melhores e piores experiências nas atividades. **Resultados:** O artigo contribui com avanços teóricos na aplicação da teoria do fluxo no contexto do ecoturismo e turismo de aventura ao confirmar suas características na amostra. Ele evidencia dois potenciais elementos facilitadores do estado de fluxo que emergiram dos dados: o encontro harmonioso com animais em seu habitat natural e a percepção espiritual da experiência. Além disso, aponta o encontro com resíduos como um fator que pode inibir esse estado. **Conclusões:** Propõem-se *insights* e insumos práticos que favorecem a maximização do estado de fluxo no incremento da experiência turística, sendo útil para empresas e organizações baseadas no turismo, assim como profissionais, pesquisadores, professores e estudantes do tema.

Palavras-chave: Turismo; Ecoturismo; Turismo de aventura; Estado de fluxo; Técnica do incidente crítico.

Abstract: This article's objective is to explore how the flow state phenomenon occurs in ecotourism and adventure tourism activities. **Theoretical framework:** A multidimensional approach based on flow theory from psychology is applied to tourism experiences. **Method:** It gathered 292 responses (n=229) to a survey inspired by the Critical Incident Technique (CIT) to find the best and worst experiences. **Results:** The article contributes to theoretical advances in flow theory application in ecotourism and adventure tourism context by confirming its characteristics in the sample. In addition, he finds other potential facilitators of the flow state that emerged from the data - the harmonious encounter with animals in their natural habitat and spiritual perception of the experience. In addition, it is known that encounters with residues may contribute to inhibiting this state. **Conclusion:** Insights and practical inputs are proposed to maximize the flow state to increase meaningful experiences in tourism that may interest companies and tourism organizations as well as researchers, professors, and subject students.

Keywords: Tourism; Ecotourism; Adventure tourism; Flow state; Critical incident technique.

¹**Formação/curso:** Doutor em Administração. **Instituição:** UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA – UDESC, Florianópolis – SC, Brasil. **E-mail:** carregari.lucas@gmail.com

²**Formação/curso:** Mestre em Administração. **Instituição:** UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA – UDESC, Florianópolis – SC, Brasil. **E-mail:** carneirocastro@gmail.com

³**Formação/curso:** Mestre em Administração. **Instituição:** UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA – UDESC, Florianópolis – SC, Brasil. **E-mail:** gabrielmf.esag@gmail.com

⁴**Formação/curso:** Doutor em Administração e Professor titular do Departamento de Administração Pública e do Programa de Pós-Graduação em Administração do Centro de Ciências da Administração e Socioeconômicas – ESAG. **Instituição:** UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA – UDESC, Florianópolis – SC, Brasil. **E-mail:** serafim.esag@gmail.com

Resumen: El objetivo de este artículo es explorar cómo se presenta el fenómeno del estado de flujo en las actividades de ecoturismo y turismo de aventura. **Marco teórico:** Se aplica a las experiencias turísticas un enfoque pluridimensional basado en la teoría de flujos desde la psicología. **Método:** Recolectó 292 respuestas (n=292) a una *survey* inspirada en la Técnica de Incidentes Críticos (TIC) para encontrar las mejores y peores experiencias. **Resultados:** El artículo contribuye a los avances teóricos al confirmar sus características del estado de flujo en la muestra. Además, encuentra otros posibles facilitadores del estado de flujo que surgieron de los datos: el encuentro armonioso con los animales en su hábitat natural y la percepción espiritual de la experiencia. También se encontró que los encuentros con residuos pueden contribuir a inhibir este estado. **Conclusión:** se proponen *insights* y sugerencias prácticas para maximizar el estado de flujo actividades de turismo contribuyendo para experiencias significativas suministradas por empresas y organizaciones proveedoras, así como a investigadores, profesores y estudiantes interesados en la materia.

Palabras Clave: Turismo; Ecoturismo; Turismo de aventura; estado de flujo; Técnica del incidente crítico.

Introdução

Acredito muito que experiências radicais nos tornam mais fortes espiritualmente. O contato com a natureza nos torna mais sensíveis, e nós voltamos a ser humanos. O asfalto embrutece. (Relato 19)

O ecoturismo e o turismo de aventura emergem como segmentos de crescimento acelerado dentro da indústria do turismo (GIDDY, 2020). A consequente expansão é acompanhada por um aumento significativo de empresas e organizações baseadas no turismo, as quais buscam entregar uma experiência ótima aos seus participantes (BUCKLEY, 2012; POMFRET, 2012). Estudos que relacionam psicologia e atividades de aventura destacam que a experiência ótima em atividades de ecoturismo e turismo de aventura tem conexão com o estado de fluxo que essas atividades favorecem (BOUDREAU; MACKENZIE; HODGE, 2020).

O conceito de fluxo, introduzido por Csikszentmihalyi (2020), sustenta que a experiência ótima está associada à sensação de estar plenamente conectado e imerso na tarefa presente, numa dimensão suprassensível, com concentração total e foco na atividade em questão. A busca por esse estado está intrinsecamente relacionada à plena realização de nossas capacidades, ao florescimento humano e à realização de ações conforme as virtudes que nos são próprias (ARISTÓTELES, 2009).

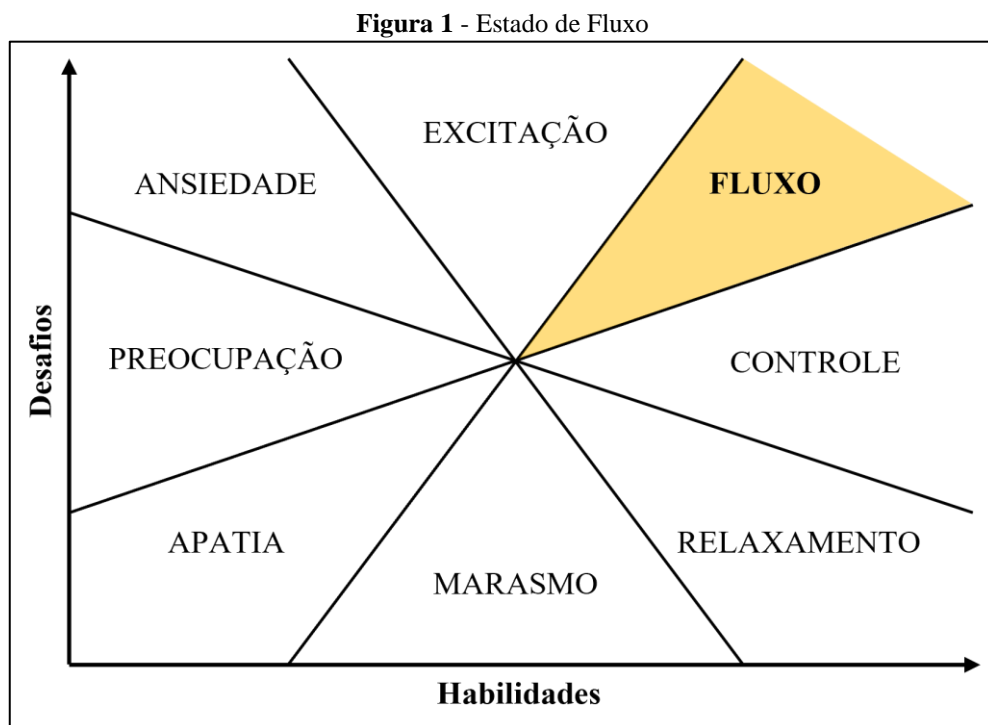
Visto dessa maneira, as empresas e organizações que promovem o ecoturismo e o turismo de aventura podem impactar além do momento da prática em si (STRASSBURGER; MACKE, 2012; VENTEGODT; MERRICK; ANDERSEN, 2003; BOUDREAU; MACKENZIE; HODGE, 2022) e contribuir para o florescimento de seus participantes por meio de atividades que promovam qualidade de vida, saúde e bem-estar (SANCHO-PIVOTO; RAIMUNDO, 2022; ZWART; EWERT, 2022). Ainda, o estado de fluxo pode explicar a motivação para a participação contínua em atividades de aventura (BOUDREAU; MACKENZIE; HODGE, 2020), incrementando seus benefícios a longo prazo.

Nesse sentido, a presente pesquisa tem como objetivo discutir como o fenômeno do estado de fluxo se dá nas atividades de ecoturismo e turismo de aventura. Para tal, foi construída uma *survey*

baseada na Técnica do Incidente Crítico (TIC), a qual levanta relatos das melhores e piores experiências nas atividades de aventura. Aplicou-se o instrumento com praticantes de esportes de aventura (n=292) em amostragem não probabilística pelo método bola de neve. Por meio da análise temática pluridimensional, buscou-se ir além do convencional na obtenção de *insights* e insumos práticos que favoreçam a maximização do estado de fluxo no incremento da experiência turística, sendo útil para empresas e organizações baseadas no turismo, assim como para pesquisadores, professores e estudantes do tema.

1 Fundamentação teórica

O estado de fluxo, conforme definido por Csikszentmihalyi (2020), caracteriza-se pela satisfação prolongada com a atividade com a qual um indivíduo esteja lidando no momento, assim como a percepção de foco e liberdade. O equilíbrio entre as tarefas e as competências requeridas para cumpri-las, considerada primeira característica do estado de fluxo, é fundamental para as demais características ocorrerem. Logo, se a distribuição entre a complexidade da tarefa e a competência para lidar com ela estiver desequilibrada, dificilmente as demais características poderão ser alcançadas ou percebidas. A figura a seguir ilustra algumas possibilidades para essa distribuição, destacando o equilíbrio (estado de fluxo).



Fonte: Csikszentmihalyi (2020)

Outras características do estado de fluxo são: **envolvimento, entrega e espontaneidade; objetivo e sentido**, que diz respeito à clareza de objetivos, fazendo com que se perceba nitidamente o sentido da atividade; **desempenho e sucesso**, que advêm da percepção de desempenho, de modo que se saiba quando foi obtido sucesso na concretização do seu objetivo; **concentração**, relacionada à concentração na tarefa, sem pensamentos externos nem distrações; **equilíbrio entre controle e desafio**, de modo que o indivíduo se sinta desafiado, mas detendo algum controle da sob a situação; **integração pessoa-atividade**, que conduz à perda da autoconsciência, quando a pessoa e a atividade se fundem num mesmo fenômeno; e **alteridade temporal**, manifestada na alteração da percepção do tempo, de modo que se perde a consciência cronológica e se tem a sensação de que ele está passando mais depressa ou mais devagar do que na realidade (CSIKSZENTMIHALHI, 2020).

É importante ressaltar que o início dos estudos sobre o estado de fluxo data da década de 1970. Contudo, o aprimoramento conceitual e instrumental desse campo e sua expansão para diferentes contextos persistem até hoje, como demonstram as revisões sistemáticas: sobre estado de fluxo no contexto da educação e aprendizagem no Brasil (PEREIRA et al., 2022); e sobre fluxo em atividades de aventura recreativas (BOUDREAU; MACKENZIE; HODGE, 2020). Corroboram com essa percepção a adaptação, por meio de parâmetros psicométricos, da *Flow State Scale* para o contexto brasileiro (GARCIA et al., 2022).

Os estudos abordados apontam para uma relação positiva entre estado de fluxo, saúde e bem-estar, especialmente na recreação pela aventura ao ar livre (ZWART; EWERT, 2022). Destaca-se o estudo nacional relacionado ao turismo de aventura, na modalidade de rafting, no qual os participantes da atividade alcançaram um nível elevado de fluxo, compreendendo a experiência como potencializadora do autoconhecimento (STRASSBURGER; MACKE, 2012), fator diretamente relacionado à qualidade de vida (VENTEGODT; MERRICK; ANDERSEN, 2003).

Os benefícios dessas práticas não se restringem ao momento em que elas acontecem. Nesse sentido, estudos reforçam que os adeptos das atividades de aventura recreativa na natureza desenvolvem resiliência e foco em elementos controláveis. Ambas são estratégias de proteção usadas para limitar os impactos negativos das restrições da covid-19 e salvaguardar o bem-estar psicológico em contextos de adversidade (BOUDREAU; MACKENZIE; HODGE, 2022).

Embora o conceito de experiência tenha atraído atenção considerável no ecoturismo e turismo de aventura, as pesquisas ainda carecem de evidências empíricas sobre o estado de fluxo nos praticantes e sua capacidade de potencializar as experiências positivas, tema especialmente importante para as empresas de ecoturismo e organizações relacionadas à aventura (AMATULLI et al., 2021).

A fim de compreender os trabalhos existentes, Boudreau, Mackenzie e Hodge (2020) realizaram uma revisão sistemática utilizando 10 bancos de dados. Foram encontrados 93 artigos potencialmente relevantes de um total de 9.468 títulos e resumos identificados nas buscas. Aplicando critérios de elegibilidade e relevância, os autores analisaram 20 artigos empíricos que somaram insights de 1.179 participantes de atividade de aventura. Em linha com o trabalho original de Csikszentmihalyi (1975) sobre fluxo, os resultados desta revisão demonstraram que o fluxo é um estado psicológico complexo, que envolve múltiplos estágios, além da motivação para a participação contínua em atividades de aventura.

Como o turismo de aventura muitas vezes requer um tipo de foco semelhante ao discutido na compreensão do fluxo, muitos pesquisadores argumentaram que os participantes do turismo de aventura frequentemente alcançam o estado de fluxo (BOUDREAU; MACKENZIE; HODGE, 2020). O equilíbrio entre desafios e habilidades é central no conceito de fluxo e especialmente importante no contexto do turismo de aventura (GIDDY, 2020). Em estudo realizado por Jackson et al. (2023), foram avaliados quantitativamente os estados de fluxo de 199 participantes envolvidos em atividades como escalada em rocha e esportes na neve. Os autores demonstraram que as escalas de fluxo *Dispositional Flow Scale* (DFS-2) e *Short Flow State Scale* (SFSS), utilizadas normalmente em contexto de pesquisas sobre esportes, possuem propriedades psicométricas adequadas no contexto de recreação de aventura. Os participantes reportaram pontuações mais altas em medidas de fluxo (SFSS e DFS-2) do que as encontradas em esportes tradicionais (JACKSON et al., 2023).

Nesse sentido, este artigo busca continuar a compreender as potencialidades das atividades de ecoturismo e turismo de aventura. Na seção a seguir, apresenta-se a metodologia proposta.

2 Metodologia

Os dados foram coletados pelo método *survey* (FREITAS et al., 2000) em um levantamento on-line realizado entre os dias 9 de abril e 1 de agosto de 2019. Elaborou-se um instrumento de pesquisa com a finalidade de obtenção de informações sobre as características, ações e opiniões da população-alvo. O método *survey* se demonstrou adequado e foi escolhido devido à pulverização dos respondentes em diferentes grupos e a facilidade da distribuição de questionários on-line (BABBIE, 2020).

Dada a dificuldade de obter uma amostra representativa de praticantes de ecoturismo e turismo de aventura em suas diversas modalidades específicas, buscou-se desenhar estratégias de acesso ao público. Dentre as opções, a participação em eventos correlatos ao tema apresentou atratividade tanto pelo potencial número de respondentes, quanto pela facilidade de acesso. Dessa forma, iniciaram-se as tratativas com o Vela Show Itajaí 2019 – evento relacionado à vela náutica na cidade de Itajaí, Santa

Catarina. Seu comitê organizador aceitou disponibilizar o questionário de pesquisa para resposta voluntária dos participantes. A escolha pela cidade de Itajaí ocorreu por ser uma referência internacional no esporte náutico, assim como os impactos positivos em aspectos econômicos, socioculturais e ambientais relacionados a grandes eventos dessa natureza (VIEIRA; ARDIGÓ; BEHLING, 2018).

A fim de compor a amostra inicial e diversificar os pesquisados, os membros da Associação Praiagrandense de Condutores para Ecoturismo (APCE) foram convidados para responder e compartilhar os questionários. A associação está localizada na cidade de Praia Grande, considerada a capital catarinense dos *Canyons* (SANTA CATARINA, 2004) e detentora do título internacional de Geoparque (UNESCO, 2022) pelos atrativos naturais de sua geologia, vocação ao ecoturismo e turismo de aventura.

Por meio desse incentivo de compartilhar o questionário com pessoas e grupos relacionados ao ecoturismo e turismo de aventura, a amostra cresceu em representatividade pelo método bola de neve, também conhecido como cadeia de informantes (BIERNACKI; WALDORF, 1981). A amostragem não probabilística foi interrompida quando os novos participantes indicados passaram a apresentar informações repetidas, sem acrescentar novas informações relevantes à pesquisa, atingindo o ponto de saturação com 315 questionários respondidos, dos quais 292 foram considerados válidos ($n = 292$).

O questionário foi construído a partir da Técnica do Incidente Crítico (GALTON, 1883; FLANAGAN, 1973), utilizada pela psicologia, ciências da saúde e ciências sociais aplicadas, tal como administração, contabilidade e turismo, para levantar os aspectos relevantes nas melhores e piores experiências do fenômeno em estudo (MOREIRA; TROCCOLI, 2014). Essa técnica atende à demanda do artigo, uma vez que resgata da memória dos entrevistados aspectos que ficaram marcados durante situações vividas e relatadas de forma aberta e espontânea, sem estar condicionada a categorias de análise pré-existentes. Essa escolha favorece uma abordagem pluridimensional, aberta para insights de interpretação do fenômeno turístico, dos quais possam emergir elementos de inovação.

A primeira versão do questionário foi submetida a um pré-teste com outros cinco pesquisadores de temas relacionados ao deste artigo, que se voluntariaram para testar o instrumento e propor adequações. As sugestões de melhoria na estrutura do formulário, vocabulário e construção frasal foram acatadas, resultando no questionário apresentado em anexo.

A partir da obtenção das respostas, realizou-se uma análise qualitativa dos dados por meio de uma leitura integral das respostas. Declarações ausentes, inconsistentes ou ilógicas foram retiradas, totalizando cento e vinte ($n=120$) descrições completas de experiências. Em seguida, os dados foram preparados em documento eletrônico de sumarização extensiva configurado para exibir as dimensões conhecidas do estado de fluxo, categorizadas por cor, e os dados a serem codificados. Utilizou-se software de planilha eletrônica para inserção, tratamento, armazenamento, análise e geração de gráficos.

Como a avaliação do estado de fluxo dos respondentes deu-se a partir de perguntas abertas, permitindo-lhes fornecer informações de modo espontâneo sem a preocupação de encaixar suas respostas nas categorias de fluxo preestabelecidas, foi possível esboçar uma estrutura de dados inicial para então relacioná-la com o estado de fluxo. Essa escolha favoreceu evidenciar dois elementos facilitadores do estado de fluxo e um terceiro que pode inibi-lo.

Para estabelecer ainda mais a confiabilidade, a codificação foi realizada de maneira cruzada entre os autores (GIOIA; CORLEY; HAMILTON, 2013). Realizou-se revisões para identificar unidade assim como possíveis novas dimensões. Quaisquer discrepâncias ou inconsistências foram discutidas e reconciliadas. No entanto, não se identificou nenhuma representação incorreta dos dados.

2.1 Aspectos éticos

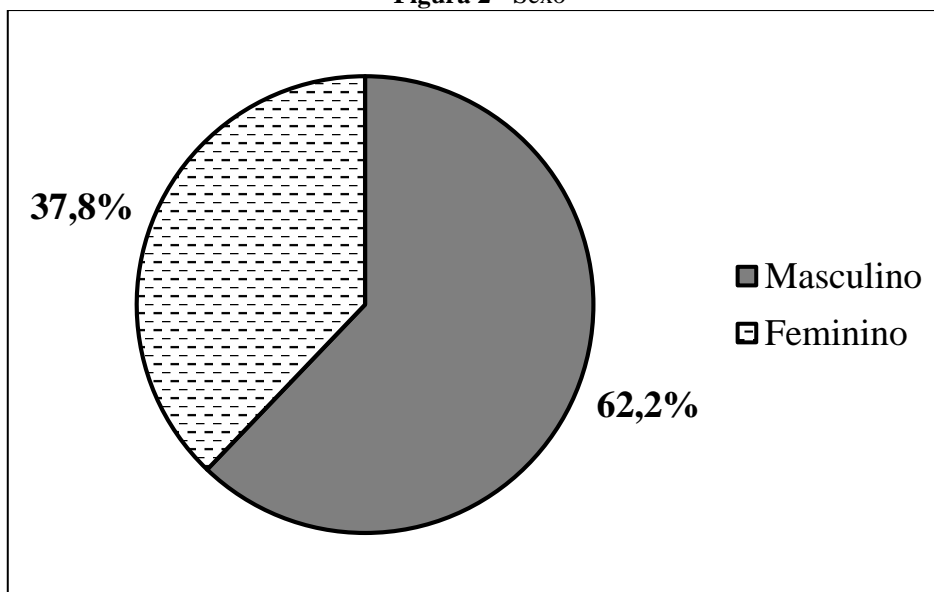
Os participantes foram informados dos propósitos da pesquisa e convidados para participar de forma espontânea do levantamento. Foram considerados válidos somente aqueles que confirmaram sua voluntariedade, ao declarar que responderam todas as perguntas propostas de forma livre e esclarecida.

3 Análise e discussão dos resultados

3.1 Descrição amostral

Nesta seção apresentaremos a distribuição da amostra quanto ao sexo, idade, experiência, modalidade de atividade praticada, assim como um panorama semântico das melhores e piores experiências utilizando nuvens de palavras.

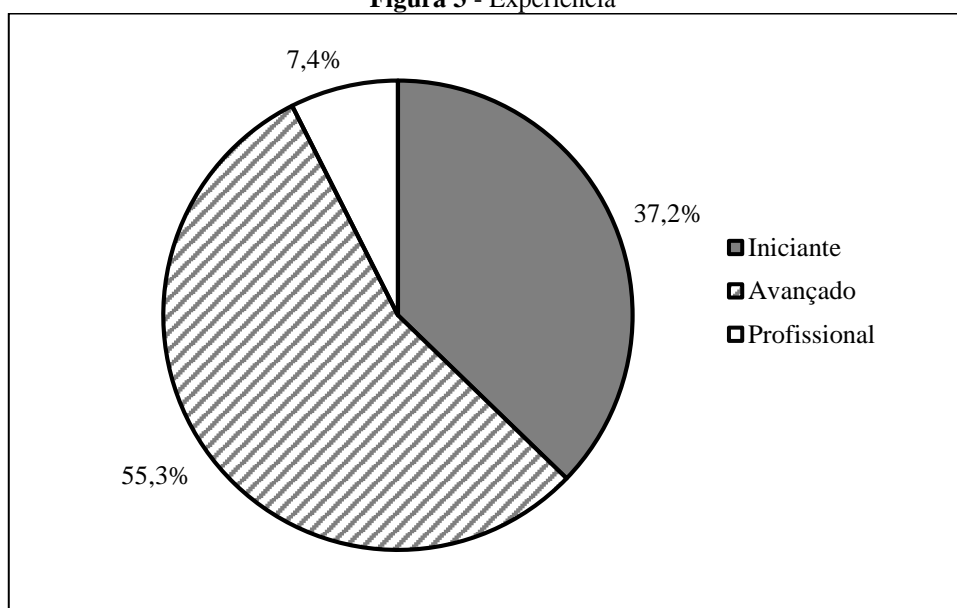
Figura 2 - Sexo



Fonte: Elaborado pelos autores (2022)

A amostra apresenta um desequilíbrio entre homens (62,2%) e mulheres (37,8%), o que pode refletir a própria população de estudo (Figura 2). A média de idade dos respondentes foi de 45 anos e mediana de 47 anos. Apesar da grande amplitude da amostra, com mínimo de 19 e máximo de 86 anos, a maior concentração de idade se deu entre 35 e 55 anos (50%), o que pode representar indício de maturidade, devido ao acúmulo de experiência nas atividades ao ar livre.

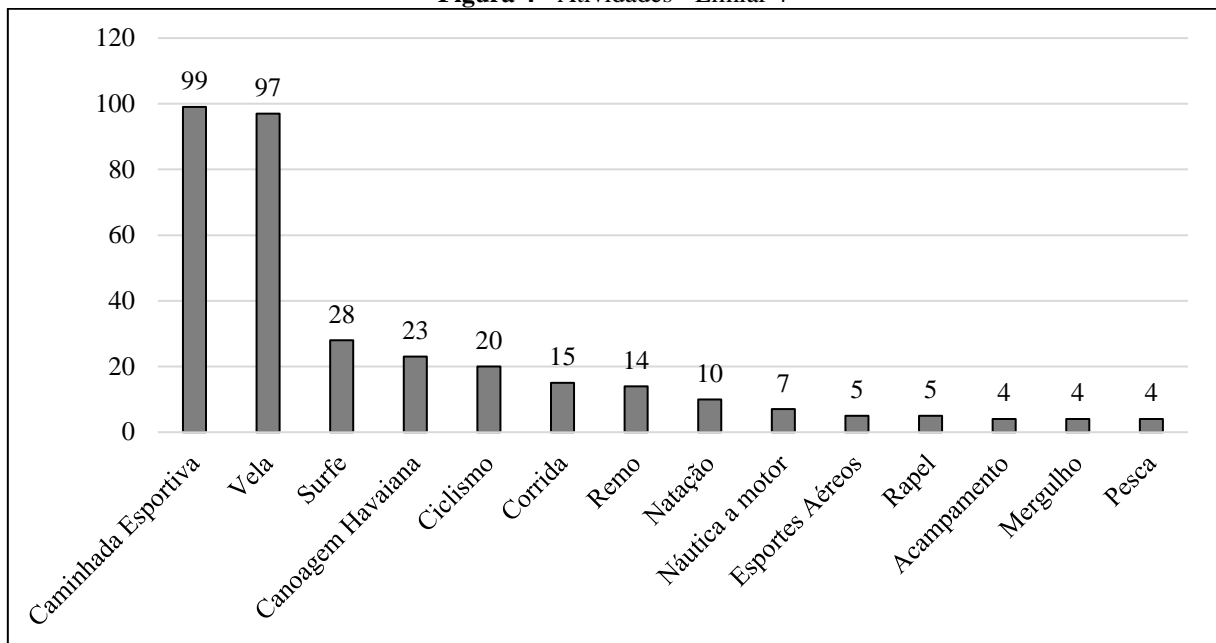
Figura 3 - Experiência



Fonte: Elaborado pelos autores (2022)

Somados, os respondentes com nível de prática avançado e profissionais correspondem a 61,5% da amostra (Figura 3). Esses dados são condizentes com a concentração da idade da amostra apresentada anteriormente. Também trazem indício de qualificação dos respondentes, uma vez que, para se aperfeiçoar ou se dedicar profissionalmente, é necessário manter uma prática frequente, com capacitações e atualizações relacionadas às atividades.

Figura 4 - Atividades - Limiar 4



Fonte: Elaborado pelos autores (2022)

Em relação à distribuição das modalidades de atividades ao ar livre praticadas (Figura 4), há concentração nas categorias caminhada esportiva (n=99; 35,40%) e vela náutica (n=97; 34,60%), as quais, somadas, totalizam 70% da amostra. Tal resultado é condizente com a metodologia descrita no item 2, dado que os grupos iniciais de resposta são dessas duas modalidades, sendo os demais acrescidos pelo método amostral bola de neve. Devido à representatividade detectada, é necessário realizar uma breve definição dessas modalidades.

Primeiramente, vale apontar que a vela é uma atividade náutica que possui como característica central a movimentação através da força do vento (PEREIRA, 2005). Praticada em lagoas, rios e mares, é considerada um esporte da natureza. Para sua prática, é necessário deter conhecimentos sobre navegação, incluindo saberes sobre os ventos e suas correntes (DESHORS, 2000; SANTANA, 2017; SCHMIDT, 1990). A necessidade de aprendizado dos elementos naturais ocorre pela alta imprevisibilidade do esporte, uma de suas características marcantes. Ressalta-se que o turismo de aventura envolvendo a modalidade da vela detém enorme potencial, apesar de ser pouco estudado e com amplo espaço para difusão (SELVADURAY et al., 2023; YILMAZ, 2021).

Já a caminhada esportiva, conhecida internacionalmente como trekking, é definida como uma caminhada rústica em ambientes naturais como florestas, montanhas, cerrados, rios e trilhas. Sua prática é simbiótica ao ecoturismo. A modalidade geralmente é praticada em grupo, estimulando o espírito de companheirismo e interação com a natureza (AMORIM; BITENCOURT, 2005).

A fim de proporcionar uma visão geral dos dados, foi aplicada a técnica de nuvem de texto para as experiências positivas e negativas. A nuvem de texto é uma forma de visualização de dados linguísticos que ilustra a frequência com que as palavras aparecem por meio da diferenciação do tamanho da fonte na apresentação gráfica (VIÉGAS; WATTENBERG, 2008). Para destacar as palavras de maior representatividade, foi aplicado o limiar de no mínimo seis ocorrências para as palavras figurarem na nuvem de texto.

Figura 5 - Nuvem de texto - Melhor experiência



Fonte: Elaborado pelos autores (2022)

A nuvem de texto sobre as melhores experiências (Figura 5) é condizente com estudo feito com velejadores, no qual autores observaram que a experiência na vela náutica envolve sentidos e significados que são atribuídos na procura do prazer através dos riscos presentes na natureza incerta (SILVA et al., 2013). Assim, velejar desperta emoções e sensações como a liberdade (n=107) e a paz (n=56). De maneira similar, Santana (2017) ressalta que, ao praticar essa atividade, as pessoas costumam conciliar o lazer, o desempenho físico, o contato com a natureza e o despertar de sensações.

Uma primeira análise da nuvem de texto apresentou convergência com as características do estado de fluxo, fato que motivou o prosseguimento do estudo.

**“O ASFALTO EMBRUTECE”: INSIGHTS SOBRE
 ESTADO DE FLUXO EM ATIVIDADES DE
 ECOTURISMO E TURISMO DE AVENTURA**

3.2 O fluxo na amostra

Como apresentado, o estado de fluxo definido por Csikszentmihalyi (2020) caracteriza-se pela satisfação prolongada com a atividade com a qual um indivíduo esteja lidando no momento, assim como a percepção de foco e liberdade. O autor associa o fluxo com oito categorias, as quais também foram identificadas nas respostas do questionário referentes ao enunciado “Compartilhe mais sobre essas experiências”. Trata-se de um campo discursivo do questionário, destinado à descrição de experiências vivenciadas ao praticar o ecoturismo e o turismo de aventura. Além dessas categorias, duas outras dimensões agregadas emergiram dos dados, que foram denominadas “percepção de graça” e “encontro com animais”.

O Quadro 1 apresenta a lógica da estrutura dos dados:

Quadro 1 - Estrutura dos dados

Conceitos de primeira ordem	Conceitos de segunda ordem	Dimensões agregadas
“Adoro atividades ao ar livre, <u>principalmente o mais próximo e desafiante possível aos meus limites</u> . Já fiz muitas trilhas, corrida, ciclismo, remo, vela.” (Sujeito 21)	O equilíbrio entre as tarefas e as competências requeridas para cumpri-las.	1. Equilíbrio tarefa / Competências
“Quando estou velejando, fazendo rapel ou qualquer outra atividade radical, <u>percebo todos os meus sentidos do corpo e da mente em estado de alerta</u> , dando a sensação de plenitude e gerando prazer.” (Sujeito 92)	O envolvimento na tarefa, com o máximo de entrega e espontaneidade.	2. Envolvimento, entrega e espontaneidade
“ <u>Gosto muito de trilhas junto à natureza. Ela me renova e me traz equilíbrio, além de novas amizades.</u> ” (Sujeito 60)	Clareza de objetivos, fazendo com que se perceba nitidamente o sentido da atividade.	3. Objetivo / Sentido
“Velejando num dia de vento forte e <u>fazendo o barco tirar seu melhor desempenho</u> , sabendo que estou ‘domando’ aquela situação.” (Sujeito 110)	Percepção de desempenho, de modo que se saiba quando foi obtido sucesso na concretização do seu objetivo.	4. Desempenho / Sucesso
“Momentos de corrida em meio à natureza trazem uma <u>sensação profunda de satisfação e paz</u> , o que não acontece quando faço musculação, por exemplo.” (Sujeito 53)	Concentração na tarefa, sem pensamentos externos nem distrações.	5. Concentração
“Gosto de atividades no mar e ar e de lugares amplos e desertos, <u>dosando o prazer até os limites do risco</u> . Mas às vezes somos surpreendidos pelo clima, tempo, falhas de equipamentos etc.” (Sujeito 59)	Sensação de controle, em que o indivíduo se sente desafiado, mas sob comando da situação.	6. Controle / Desafio

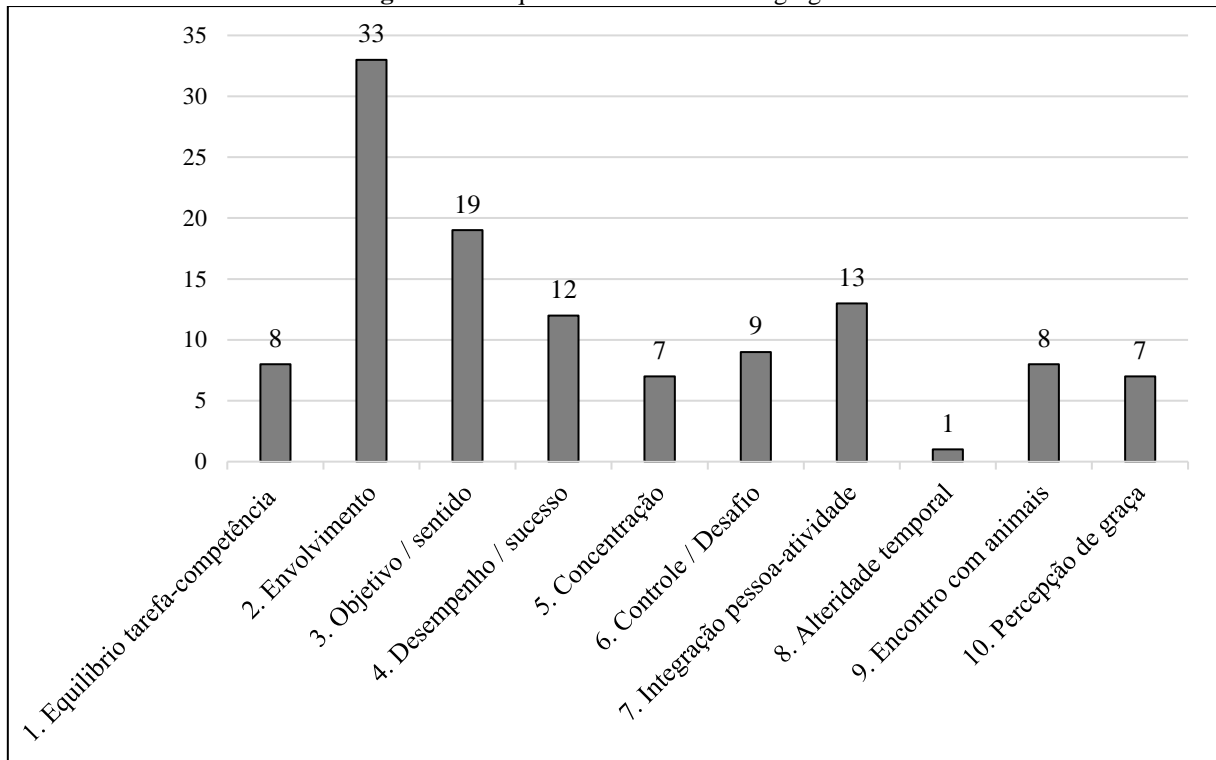
“Velejar é uma sensação inexplicável: ora amamos, ora sentimos medo. Mas <u>sentimos que fazemos parte do mar, da natureza</u> , e sentimos vontade de proteger esse bem tão precioso.” (Sujeito 111)	Perda da autoconsciência, que ocorre quando o interesse por si mesmo desaparece e a pessoa transforma-se em parte da atividade.	7. Integração pessoa-atividade
“No início da descida, fiquei um pouco nervosa, mas logo relaxei e <u>consegui aproveitar cada segundo</u> . A sensação de liberdade é única.” (Sujeito 106)	Alteração do tempo, de modo que se perde a consciência do tempo e se tem a sensação de que ele está passando mais depressa ou mais devagar do que na realidade.	8. Alteridade temporal
“Ser acompanhado por golfinhos à noite durante uma tempestade com bioluminescência no mar.” (Sujeito 105).	Encontros com animais em seu habitat natural.	9. Encontro com animais
“Acredito que praticar um esporte em contato com a natureza me aproxima de Deus.” (Sujeito 20).	Percepções de caráter espiritual, metafísico, relacionadas à transcendência.	10. Percepção de graça

Fonte: Elaborado pelos autores (2022)

O quadro de análise surgiu da observação em detalhe de cento e vinte (n=120) descrições completas das experiências marcantes fornecidas voluntariamente por parte dos 292 respondentes. Por meio da interpretação textual, as descrições relevantes foram codificadas como conceitos de primeira ordem que emergiram do texto. Posteriormente, os conceitos foram relacionados às descrições do estado de fluxo, conceitos de segunda ordem. Como último passo, houve a codificação nas dimensões agregadas correspondentes às categorias do estado de fluxo e a adição de outras duas dimensões que emergiram dos dados, por meio da técnica do incidente crítico.

A Figura 6 apresenta a distribuição resultante da análise das declarações de acordo com tais características. É de se notar que as diferentes características do estado de fluxo reforçam a si mesmas; porém, quando os relatos apontavam de forma mais específica elementos distintivos, foram codificados na categoria correspondente.

Figura 6 - Frequência das dimensões agregadas



Fonte: Elaborado pelos autores (2022)

3.3 Análise dos resultados

O presente estudo é condizente com os achados de Csikszentmihalyi (2020), visto que os respondentes revelam atenção ao equilíbrio entre desafio e habilidades, especialmente nas experiências positivas. Como exemplo, o relato 77 destaca explicitamente as habilidades necessárias e os desafios que as recrutam:

É muito gratificante você velejar e ter que entender sobre meteorologia, tipos de nuvens, tipos de ventos, acessórios de segurança no veleiro, na embarcação [...] você se desafia diante dessas situações [...] Planejar, administrar e saber são fundamentais [...], pois navegar é preciso. (Relato 77)

Também, por contraste, percebe-se o afastamento do estado de fluxo quando há um desequilíbrio entre esses dois fatores, conforme a nuvem de palavras sobre a pior experiência demonstra (Figura 7). Essa nuvem destaca palavras como medo, insegurança, ansiedade, que são discutidas na subseção “Saindo do fluxo”.

Os aspectos de envolvimento, entrega e espontaneidade no desempenho das atividades, os quais compõem a segunda característica do estado de fluxo, foram percebidos com mais frequência nos relatos

dos respondentes (n=33). Dentre os relatos, destaca-se o sujeito 14, que consegue observar e nomear explicitamente o fluxo da natureza quando envolvido na atividade: “A sensação de contato com a natureza é maravilhosa, percebo quanto podemos estar conectados com ela, respeitando o seu fluxo e compreendendo a sua inteligência”. A modalidade de atividade ao ar livre praticada com maior frequência para esse participante é o surfe, esporte em que o próprio conceito de fluxo é critério de avaliação na liga mundial do circuito profissional de competição (WSL, 2019).

Ao serem entrevistados sobre a definição de fluxo, oito atletas que figuram entre os melhores do ranking mundial da liga responderam da seguinte forma: o fluxo é “fazer parecer ser fácil”, “como uma dança em que você faz os movimentos certos conforme a música”, “ser suave e poético ao executar suas manobras”, “relaxar e se relacionar com o oceano”, ou ainda “parecer gracioso” (WSL et al., 2020). Independentemente da modalidade, a característica de envolvimento na tarefa, com o máximo de entrega e espontaneidade, encontra correspondência nos demais relatos analisados. Essa característica parece ser mais comum entre as pessoas mais experientes nas modalidades, uma vez que costuma requerer tempo e prática para dominar uma modalidade a fim de que o esforço seja percebido de forma mínima, espontânea e graciosa.

A segunda característica com mais registros foi a de objetivo/sentido (n=18), que diz respeito à clareza de objetivos, fazendo com que se perceba nitidamente o sentido da atividade. O relato 19, que inspirou o título deste artigo, é orientado ao conceito de sentido:

Acredito muito que experiências radicais nos tornam mais fortes espiritualmente. O contato com a natureza nos torna mais sensíveis, e nós voltamos a ser humanos. O asfalto embrutece. (Relato 19)

De acordo com o relato, a experiência de se colocar à prova, que envolve tensão, risco, ambiente não controlado, tal como se verifica nos esportes de aventura (PAIXÃO; SILVA, 2017), faz com que o praticante se torne mais forte espiritualmente. Essa tensão é discutida pela psicologia na logoterapia proposta por Viktor Frankl. Para Frankl, o ser humano, ao invés de evitar a tensão, busca por ela: “é evidente que não se trata de esmagar o homem com uma tensão gigantesca. O que ele precisa é de uma tensão sadia, dosada” (FRANKL, 2019, p. 70). Essa tensão sadia pode ser encontrada em atividades de ecoturismo e turismo de aventura, conforme evidenciado nos relatos apresentados.

Ainda, essa tensão pode ser provida de um objetivo, uma finalidade que dê propósito à atitude realizada (PETERSON, 2021). Por exemplo, tornar-se “mais forte espiritualmente”, como no relato 19; ou apresentar “sensação de plenitude, gerando prazer”, no relato 92, o qual reforça o sentido de felicidade eudaimônica com o uso da palavra “plenitude”, e hedonística na articulação da palavra “prazer” (SIRGY, 2012). Outros ainda reforçam seus objetivos ao compartilhar sobre as atividades:

“Facilita a busca pelo equilíbrio interior, enlaçando o físico com o emocional” (relato 84); “me traz paz e felicidade” (relato 10); “me aproxima de Deus [...] me faz superar medos” (relato 20).

A característica do estado de fluxo designada como controle/desafio é complementar ao que foi discutido. Nela, o indivíduo se sente desafiado, ao mesmo tempo em que detém algum controle da situação. É o fino equilíbrio do aprendizado que se dá entre o caos e a ordem. Nesse caso, o caos é representado pela natureza, com suas características de provisão e imprevisibilidade, ou seja, ela ao mesmo tempo é fonte básica de recursos, de conhecimento, recreação, revigoramento e experiências espirituais, mas também é uma ameaça constante, indiferente às pessoas e independente de valores humanos (SANDLER, 2013). A ordem, por sua vez, é “o lugar em que o comportamento do mundo se iguala às nossas expectativas e nossos desejos; o lugar em que todas as coisas acontecem como queremos” (PETERSON, 2018, p. 96), com suas características de previsibilidade, e, quando em excesso, de tirania.

Visto dessa perspectiva, o estado de fluxo tende a ocorrer quando adentramos em território desconhecido (caos), com o aprendizado já adquirido no espaço conhecido (ordem). Vivencia-se um engajamento significativo quando se faz corretamente a mediação entre essas duas forças, ou seja, quando se tem algum controle da situação, mas, ao mesmo tempo, tem-se o desafio:

Dominar essa dualidade fundamental é ser equilibrado: ter um pé firmemente plantado na ordem e na segurança e outro no caos, na possibilidade, no crescimento e na aventura. Quando a vida repentinamente se revela intensa, arrebatadora e significativa; quando o tempo passa e você está tão absorto no que está fazendo que sequer percebe – é nesse exato momento que você está localizado bem na fronteira entre a ordem e o caos [...] quando seus padrões de previsibilidade e imprevisibilidade harmoniosamente sobrepostos fazem o próprio significado brotar das profundezas do ser. (PETERSON, 2018, p. 106)

É nesse sentido que “o contato com a natureza nos torna mais sensíveis e nós voltamos a ser humanos” e o “asfalto embrutece” (relato 19). Quando alguém está no espaço de crescimento, engajado no fluxo, equilibrando ordem e caos, a tendência é crescer espiritualmente e se tornar mais sensível. Ao passo que, se o indivíduo se deixa dominar por uma ordem excessiva, representada no relato pela palavra “asfalto”, ele embrutece.

Outra característica relacionada ao fluxo encontrada na amostra foi a integração pessoal-atividade. É o que se apresenta no relato 49, em que o sujeito diz:

Acredito que a palavra seja a sintonia. Sempre que navego até um canto onde ficamos a sós, desço o ferro [âncora], desligo o motor e, sempre em companhia de minha esposa, ficamos só escutando o mar, apreciando a natureza. É neste momento que a sintonia é tão perfeita que sentimos ser parte do conjunto. (Sujeito 49)

Por vezes, essa integração pessoa-atividade também era apontada como característica de desempenho-sucesso. Por exemplo, no relato 110, a percepção de sucesso emerge da sensação de estar performando em excelência com sua embarcação: “Velejando num dia de vento forte e fazendo o barco tirar seu melhor desempenho e sabendo que estou ‘domando’ aquela situação”. O mesmo se percebe em relação aos logros e metas concretizadas, como indicam os relatos 74: “Minha melhor experiência junto à natureza foi percorrer a Patagônia de forma autônoma de bicicleta” e 86:

Os piores momentos da minha vida em meio à natureza se tornaram os melhores. Por exemplo, travessias de cânion com acampamentos sob noites estreladas, nascer da lua e vagalumes, ou acampamentos com temporais. Pânico seguido de superação durante rapel em grandes alturas, e/ou com grande volume d’água. Sentir a fadiga muscular, persistir e conquistar as primeiras vias de escalada. Primeira travessia de mar até uma ilha paradisíaca na prancha de *stand-up*. Esses são alguns dos momentos mais marcantes que já conquistei. (Relato 86)

Fica evidente o paradoxo de que “os piores momentos [...] se tornam os melhores” envolvendo a prática de atividades ao ar livre. Relatos de exploradores, sobreviventes e esportistas de elite ao enfrentar situações adversas confirmam a mesma contradição paradoxal e o estado de fluxo decorrente (PARRADO; RAUSE, 2012; KLINK, 2005; LANSING; FLAKSMAN, 2009). A fim de triangular os dados, analisaremos brevemente três literaturas de relatos relacionados (ZAPPELLINI; FEUERSCHÜTTE, 2015).

O livro com o relato de sobrevivência após o acidente aéreo de Nando Parrado e seus companheiros do time de Rugby uruguaio, no ano de 1972, está repleto de destaques referentes ao maravilhamento e terror ante ao enfrentamento das montanhas andinas. Se por um lado “a altitude íngreme e a amplidão escancarada daquelas encostas imensas trouxeram-me uma sensação onírica de incredulidade”, por outro, “escondido por trás daquela beleza, havia algo que me perturbava, algo antigo, hostil e profundo.” (PARRADO; RAUSE, 2012, p. 200). Também havia momentos de maravilhamento, tal como a experiência do entardecer durante as travessias de cordilheiras:

Naquela noite, à medida que o sol caía atrás da crista que nos encimava, os Andes resplandeceram com o mais espetacular pôr do sol que eu já vira. O sol deixou as montanhas douradas e o céu se incendiou com redemoinhos escarlates e violeta. Ocorreu-me que [...] éramos provavelmente os primeiros seres humanos a terem uma visão tão grandiosa daquele espetáculo majestoso. Tive uma sensação involuntária de privilégio e gratidão. (PARRADO; RAUSE, 2012, p. 200)

No decorrer dessa travessia, sua intensa dedicação à tarefa da escalada o fez entrar em estado de fluxo: “Minha passada logo se tornou automática e entrei num transe.” [...] O tempo se esvaiu, as distâncias diminuíram, a neve parecia deslizar sob meus pés” (PARRADO; RAUSE, 2012, p.203). Mais à frente, ele conclui: “minha vida se resumira a um simples jogo – escale bem e viva, ou falhe e morra – e minha consciência se estreitara até não haver mais espaço para nada que não fosse uma atenta e

cuidadosa análise da rocha que eu pretendia alcançar, ou a saliência na qual eu fincaria o pé. Jamais tivera uma sensação tão forte de presença consciente. Minha mente nunca experimentara uma sensação tão pura e simples de propósito.” (PARRADO; RAUSE, 2012, p.210), “minha vida se tornara um fluxo inalterado.” (PARRADO; RAUSE, 2012, p.211).

Semelhantemente, quando o velejador Myr Klink, em *100 dias entre o céu e o mar*, relata sua travessia transatlântica solo em um barco a remo, destaca que a vida passa por uma transformação, de uma complexidade de nosso cotidiano para a extrema simplicidade e grandiosidade de seu logro, em que “só havia uma tarefa real – chegar ao seu objetivo” (2005, p. 25). Outra referência de literatura de relato que confirma esses elementos é a chamada saga do *Endurance*, na primeira tentativa de travessia da Antártida, iniciada em 1914 e não finalizada.

No episódio, após naufrágio em banquisas de gelo no mar de Weddel, seus tripulantes sobreviveram por quatrocentos dias até serem autorresgatados. Apesar de todos os desafios, os naufragos mantinham-se esperançosos e lutavam sistematicamente contra cada obstáculo imposto pelas intempéries da natureza. O líder da expedição, Ernest Schakleton, compartilhou sobre a experiência: “De certa forma, agora eles conheciam melhor a si mesmos. No meio daquele mundo solitário de gelo e desolação, conseguiram pelo menos um tipo limitado de satisfação. Haviam sido postos à prova, e saíram-se bem” (LANSING, 2009, p. 91).

Experiências dessa magnitude são dificilmente oferecidas como atividades de ecoturismo e turismo de aventura por questões de risco, custos e exclusividade. No entanto, essa discussão se faz relevante ao passo que exemplos inspiradores podem ser compartilhados para preparação da atividade com seus praticantes, assim como podem ser lentes de interpretação pós-evento não planejado, quando necessário refletir em conjunto para amadurecer a experiência vivida através de outros exemplos. Método semelhante é empregado na análise de filmes (O'DOHERTY, 2020) com propósito de observar traços e comportamentos dos personagens em contextos de crise, refletir sobre decisões, questões éticas e consequente expansão do imaginário de interpretação para eventos inesperados (AMES; SERAFIM, 2021).

Por fim, as características de concentração e alteridade temporal foram aquelas menos frequentes na amostra, com maior dificuldade de percepção nos relatos. A fala do relato 106 sobre sua experiência realizando rapel é clara: “Logo relaxei e consegui aproveitar cada segundo; a sensação de liberdade é única”, o que sugere a noção de que o tempo foi percebido de forma distinta do usual, com uma qualidade de experiência não mensurável pelo tempo cronológico, mas pela qualidade e oportunidade da experiência, um tempo chamado pela antiguidade clássica de *kairós* (SHEW, 2013).

A alteridade temporal ocorre conforme cada indivíduo sente o tempo vivido. Por envolver essa carga de subjetividade, a princípio, temos pouco a oferecer na análise dessa característica aos

empreendedores que entregam experiências ao ar livre. Pelo mesmo motivo, infere-se que talvez não seja uma característica que deva ser estimulada na experiência, mas uma consequência bem-vinda, que pode ocorrer ao realizar a atividade. Futuras pesquisas podem buscar compreender em maior detalhe a característica para ensejar sua aparição com maior frequência.

Além das oito categorias do estado de fluxo analisadas e discutidas, outras duas dimensões com potencial relevância para favorecimento do estado de fluxo em atividades de ecoturismo e turismo de aventura emergiram dos dados por meio da técnica do incidente crítico, conforme descrito no tópico a seguir.

3.3.1 Entrando no fluxo: relatos de incidentes críticos positivos

Além das características discutidas, certas experiências durante atividades de ecoturismo e turismo de aventura parecem funcionar como deflagradoras de estado de fluxo. Dessas, os fortuitos encontros com animais em seu habitat natural foram considerados experiências marcadas de forma positiva (n=8). É o caso do respondente 12, que destacou as palavras “maravilhado, surpreendente e emocionante” para a experiência de “ver uma baleia com seu filhote, quando estava remando”. Ou do respondente 105, que destacou as palavras “maravilhoso, inspirador e compensador” para a experiência de “ser acompanhado por golfinhos à noite durante uma tempestade com bioluminescência no mar. Eles simplesmente acendiam embaixo d’água”.

Uma possível interpretação para o encontro com animais contribuírem para a imersão na experiência e consequente ingresso em estado de fluxo é que os próprios animais são seres em estado de fluxo contínuo. A natureza das baleias, dos golfinhos e de todos os outros animais está além da medição, do plano, da estratégia; suas essências são apartadas da mente racional no sentido aristotélico. Os animais são de domínio sensitivo e instintivo. Eles agem sem refletir sobre sua própria ação; estão imersos num fluxo contínuo, de uma liberdade condicionada à sua própria natureza, o que pode causar em nós um efeito arrebatador para esse mesmo fluxo (ZIMMERMAN et al., 2011).

Diferentemente do fator surpresa do encontro com animais, que detém alto grau de incerteza de ocorrência, uma predisposição anterior à experiência surge nos dados como elemento facilitador do estado de fluxo: a espiritualidade. Em todos os sujeitos que relataram percepções de caráter espiritual, metafísico ou que podem ser relacionadas à transcendência (n=6), também foram observadas características do estado de fluxo. Tal como o respondente 20 relata:

Acredito que praticar um esporte em contato com a natureza me aproxima de Deus. Me faz experimentar todos os sentimentos que vêm Dele. Deveria ser praticado por todos, pois nos faz superar medos e, também, aprender que o medo é importante para nossa segurança. (Relato 20)

Destaca-se na passagem a relação pessoal com Deus através do esporte na natureza, que figura com seu objetivo e sentido na própria atividade – evidência da terceira característica do estado de fluxo. Outros relatos mais breves também confirmam: “[canoas havaianas é] meu esporte de conexão, pois além de estar no mar, estou com a natureza e com Deus” (respondente 69); “velejar [...] me aproxima cada vez mais da Natureza. Meu Deus é visível” (relato 32); “ser agraciado com momentos de plenitude espiritual, propiciados pela integração ao ambiente natural em suas variadas formas” (respondente 20). As três palavras-chave escolhidas pela respondente 63 remetem a esse insight: “meditação, inspiração, elevação”. De um jeito mais despojado, o respondente 19 contribui: “às vezes rola um encontro com o Altíssimo na contemplação/contato com a natureza”.

3.3.2 Saindo do fluxo: relatos de incidentes críticos negativos

Por um lado, o encontro e interação com animais pode deflagrar com mais facilidade o estado de fluxo, tal como o relato 66 de melhor experiência: “ver um grupo de jubartes [baleias] acompanhando nosso grupo de veleiros ao norte de Abrolhos”. De outro, o encontro com o produto da interação humana com os recursos naturais, o lixo, tem a capacidade opositora, como o próprio respondente 66 relata em sua pior experiência: “ver garrafas de plástico durante uma calmaria a 2000 milhas da costa do Brasil. Isto repetidas vezes!”. Outro relato de destaque é o proferido pelo sujeito 109:

Velejando a costa brasileira, pode-se conviver com a fauna e o grande espaço livre que o oceano nos proporciona. Liberdade, beleza e pureza. No entanto, em certos trechos da costa, a arrogância do homem estraga o visual do ambiente natural, invadindo com prédios que não têm nenhuma harmonia com a natureza. Poluição, violência e invasão. (Relato 109)

A nuvem de texto sobre piores experiências (Figura 7) confirma os relatos ao destacar as palavras poluição e lixo (n=21). O encontro com os rejeitos parece ser a forma mais alarmante de perceber a intervenção humana e sair daquele estado primeiro de imersão. Outros fatores que, quando em desarmonia, aparecem como experiências de antfluxo são: equilíbrio entre desafio apresentado e competência exigida, falha de equipamentos, clima e tempo desfavoráveis.

Figura 7 - Nuvem de texto - Pior experiência



Fonte: Elaborado pelos autores (2022)

Quando há desequilíbrio entre o desafio apresentado e a competência exigida, a experiência tende a ser traumática, gerar medo, insegurança, angústia, decepção, desespero, além do perigo e risco de vida envolvidos. Todos esses elementos estão presentes na nuvem de palavras da Figura 7. O relato 69 o traduz de forma episódica: “Surfando, quase me afoguei no Guarujá [cidade] e na Joaquina [praia]. Sinto sensação de impotência, o que limitou a vontade de voltar a praticar esse esporte que amo, pois ainda o medo persiste”.

Contudo, por mais que a relação entre desafio e competência seja equilibrada, ainda há espaço para um planejamento inadequado ou falha de equipamentos, tal como o relato 88 de “passar frio na água, sem a vestimenta adequada e a falta de planejamento são extremamente desconfortáveis”. Outro relato representativo é do sujeito 95:

Sobre a experiência ruim, já tive problemas de motor com meu jet ski em áreas não abrigadas, perto da ilha de caras em Angra dos Reis/RJ. Fiquei à deriva e escureceu no local. Fui resgatado por um pescador, após várias tentativas com outras embarcações que passavam pelo local. Sem sinal de celular, só consegui chegar na Marina Piratas tarde da noite, após horas no mar. (Relato 95)

Esses destaques são correspondentes às palavras dor, cansaço, frio, desconforto, impotência, preocupação e apreensão apresentadas na nuvem de texto. Além da falha de equipamentos, o imponderável também se manifestou na amostra com relatos de condições adversas de clima e tempo, como disse o sujeito 110: “Velejando em meio a uma tempestade, só tentava sobreviver e manter a calma, com a incerteza do que iria acontecer.” Diante da face imprevisível da natureza, a perspectiva romantizada tem dificuldade de se sustentar; é o caos avançando sobre a ordem (PETERSON, 2018).

4 Considerações finais

[...] sempre busquei estar ‘pra fora’[...] se você se coloca diante e reverencia a natureza, ela realmente pode te fazer grande com algo pequeno, ou te mostrar como somos pequenos diante de sua infinita grandeza. Exposto a ela, você aprende a se virar. Você aprende a aceitar o que não pode controlar. Você aprende sobre estar preenchido completamente. Você aprende o tempo todo! (Relato 93)

O presente artigo discutiu como o fenômeno do estado de fluxo ocorre nas atividades de ecoturismo e turismo de aventura, ao apresentar as características do estado de fluxo que foram relatadas por adeptos dessas atividades, quando perguntados sobre experiências marcantes ocorridas durante sua prática. Ao todo, foram analisadas 292 respostas de uma *survey* construída para esse fim, baseada na Técnica do Incidente Crítico (TIC), a qual levantou relatos das melhores e piores experiências.

Foi possível colher evidências do estado de fluxo nos praticantes, confirmando a aplicação da teoria do fluxo de Csikszentmihalyi (2020) para a amostra. A fim de discutir os dados, foi construído um quadro da estrutura dos dados com falas representativas, descrições e dimensões agregadas encontradas. Além de encontrar, analisar e discutir as oito categorias do estado de fluxo, outras duas dimensões com potencial relevância para favorecimento do estado de fluxo em atividades de ecoturismo e turismo de aventura emergiram dos dados: o encontro com animais e a percepção da graça.

Com base na discussão, implicações práticas para as empresas e organizações baseadas em atividades de ecoturismo e turismo de aventura são destacadas na sequência.

A condição inicial para a experiência de fluxo é o equilíbrio entre as tarefas e as competências requeridas para cumpri-las, de forma que, para promover uma experiência positiva marcante, é necessário equilíbrio entre os desafios enfrentados e as habilidades dos participantes. A fim de propiciar esse estado, é recomendado entrevistar, demonstrar, testar e explicar em detalhes aos participantes sobre os desafios e habilidades a serem recrutados ou desenvolvidos na atividade.

A existência desse equilíbrio se manifestou na presença das características de envolvimento, entrega e espontaneidade no desempenho das atividades, de controle/desafio e de integração pessoa-atividade. Essas características são reforçadas pela percepção de desempenho e sucesso; logo, aqueles que fornecem as atividades devem ter um papel ativo no feedback aos praticantes, fazendo-se notar quando for obtido sucesso na concretização das atividades.

Indo além desse equilíbrio prático, a noção de objetivo e sentido na atividade foi a segunda característica mais encontrada nos relatos. Os registros apresentaram principalmente a busca do bem-estar hedônico e o florescimento das capacidades humanas (eudaimonia). Compreender os motivos que levam as pessoas a saírem de sua zona de conforto (ordem) para entrar em contato com o inesperado da

natureza (caos) faz com que aqueles que estão facilitando as atividades ao ar livre busquem os contextos adequados, com potencial de realização desses objetivos.

Além das categorias do estado de fluxo analisadas e discutidas, foram percebidos dois elementos distintos que influenciam positivamente o estado de fluxo em atividades em ambiente natural, a saber: o encontro harmonioso com animais em seu habitat natural e a percepção espiritual da experiência. O primeiro elemento envolve a surpresa do encontro com animais, que detém incerteza de ocorrência e a excitação da surpresa. Já o segundo diz respeito a uma predisposição anterior à experiência. A compreensão desses catalisadores do estado de fluxo deve fazer parte da preparação das organizações envolvidas no ecoturismo e turismo de aventura, a fim de buscar contextos que favoreçam o encontro com animais, assim como perceber quando os praticantes estão sensíveis à questão espiritual.

Também ficaram evidentes entraves para ingresso no estado de fluxo, principalmente relacionados à falta de equilíbrio entre desafio apresentado e competência exigida, o que usualmente envolve um planejamento inadequado, ou falha de equipamentos. Outro achado é que, se por um lado o encontro com animais pode rapidamente deflagrar o estado de fluxo, o encontro com a poluição, lixo e rejeitos tem o efeito diametralmente oposto.

O artigo contribui com avanços teóricos na aplicação da Técnica do Incidente Crítico (TIC). Tal técnica, amplamente utilizada na área de ciências da saúde, tem o propósito de levantar problemas de ordem prática que, fundamentalmente, ocorram no encontro durante a prestação de serviços (MOREIRA; TROCCOLI, 2014). Essa abordagem qualitativa utilizada em nosso instrumento de análise se demonstrou profícua ao levantar percepções ricas de comportamento e permitir nossas análises, o que endossa a aplicação dessa técnica em pesquisa acadêmica nas áreas de turismo, gestão e marketing.

Como limitações de pesquisa destaca-se que, apesar do cuidado metodológico e discussão de análise entre pares, esse estudo tem base na interpretação dos relatos por parte dos pesquisadores. Do mesmo modo, tem-se consciência de que a coleta de dados foi limitada, por ter ficado restrita à disposição, autopercepção e memória daqueles que responderam ao questionário e forneceram relatos. Sugerimos, para pesquisas futuras, uma nova aplicação do questionário com uma segunda amostra, a fim de reforçar ou contrapor os achados deste primeiro estudo. Também pode ser reveladora e confirmatória a utilização de escala própria para esse fim, tal como a *Flow State Scale* (FSS) já adaptada ao contexto brasileiro (GARCIA et al., 2022).

Além das categorias do estado de fluxo analisadas e discutidas, foram percebidos dois elementos distintos que influenciam positivamente o estado de fluxo em atividades em ambiente natural, a saber: o encontro harmonioso com animais em seu habitat natural e a percepção espiritual da experiência. Recomenda-se preponderantemente a continuação de estudos teórico-empíricos a fim de aprofundar e validar novas dimensões.

**“O ASFALTO EMBRUTECE”: INSIGHTS SOBRE
ESTADO DE FLUXO EM ATIVIDADES DE
ECOTURISMO E TURISMO DE AVENTURA**

Lucas Carregari Carneiro
Bruno Carneiro Castro
Gabriel Mendonça de Faria
Maurício Custódio Serafim

Se compreendermos que a felicidade é estar em fluxo a maior parte de nossa vida, a busca pelas atividades que nos levam a esse fim se torna preponderante para a promoção da qualidade de vida e prevenção do adoecimento coletivo. Sendo assim, o presente estudo reforça que o ecoturismo e o turismo de aventura são fontes de experiências de estado de fluxo e, por conseguinte, de felicidade.

Referências

AMATULLI, C. et al. The role of psychological flow in adventure tourism: sociodemographic antecedents and consequences on word-of-mouth and life satisfaction. **Journal of Sport & Tourism**, v. 25, n. 4, p. 353–369, 2 out. 2021.

AMES, M. C. F. D. C.; SERAFIM, M. C. Liderança à luz do cinema: a análise de filmes como possibilidade para o ensino de liderança. **Anais dos Seminários em Administração**. Em: SEMEAD. Online: 2021.

AMORIM, S.; BITENCOURT, V. Trekking – Enduro/Rally a Pé. Em: DACOSTA, L. (Ed.). **Atlas do esporte no Brasil**. Rio de Janeiro: Editora Shape, 2005.

ARISTÓTELES. **Ética a Nicômaco**. São Paulo: Atlas, 2009.

BABBIE, E. R. Survey Research. Em: **The Practice of Social Research**. [s.l.] Cengage AU, 2020. p. 249–289.

BIERNACKI, P.; WALDORF, D. Snowball Sampling: Problems and Techniques of Chain Referral Sampling. **Sociological Methods & Research**, v. 10, n. 2, p. 141–163, 1 nov. 1981.

BOUDREAU, P.; MACKENZIE, S. H.; HODGE, K. Flow states in adventure recreation: A systematic review and thematic synthesis. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 46, p. 101611, 1 jan. 2020.

BOUDREAU, P.; MACKENZIE, S. H.; HODGE, K. Adventure-based mindsets helped maintain psychological well-being during COVID-19. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 62, p. 102245, 1 set. 2022.

BUCKLEY, R. Rush as a key motivation in skilled adventure tourism: Resolving the risk recreation paradox. **Tourism Management**, v. 33, n. 4, p. 961–970, 1 ago. 2012.

CSIKSZENTMIHALHI, M. **Finding Flow: The Psychology Of Engagement With Everyday Life**. [s.l.] Hachette UK, 2020.

DESHORS, M. **O grande livro da vela: aventura e prática da navegação; desenhos de Richard Roussel**. Lisboa: Chaves Ferreira, 2000.

FLANAGAN, J. C. A técnica do incidente crítico. **Arquivos Brasileiros de Psicologia Aplicada**, v. 25, n. 2, p. 99–141, 26 fev. 1973.

FRANKL, V. **O Sofrimento Humano: Fundamentos Antropológicos da Psicoterapia**. Tradução: Karleno Bocarro; Tradução: Renato Bittencourt. 1ª edição ed. [s.l.] É Realizações Editora, 2019.

FREITAS, H. et al. O método de pesquisa survey. **Revista de Administração da Universidade de São Paulo**, v. 35, n. 3, p. 105–112, 2000.

GALTON, S. F. **Inquiries into human faculty and its development**. [s.l.] Macmillan, 1883.

GARCIA, W. F. et al. Transcultural Adaptation and Psychometric Support for a Brazilian Portuguese Version of the Flow State Scale (FSS-2). **Perceptual and Motor Skills**, v. 129, n. 3, p. 800–815, 1 jun. 2022.

GIDDY, J. K. The Influence of Commercialization of Adventure Tourism Products on the ‘Flow’ Aspect of the Tourist Experience. Em: ROGERSON, J. M.; VISSER, G. (Eds.). **New Directions in South African Tourism Geographies**. Cham: Springer International Publishing, 2020. p. 267–282.

GIOIA, D. A.; CORLEY, K. G.; HAMILTON, A. L. Seeking Qualitative Rigor in Inductive Research: Notes on the Gioia Methodology. **Organizational Research Methods**, v. 16, n. 1, p. 15–31, 1 jan. 2013.

JACKSON, S. A. et al. Flow and outdoor adventure recreation: Using flow measures to re-examine motives for participation. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 67, p. 102427, 1 jul. 2023.

KLINK, A. **Cem dias entre céu e mar**. São Paulo: Companhia das Letras, 2005.

LANSING, A.; FLAKSMAN, S. **A incrível viagem de Shackleton: A mais extraordinária aventura de todos os tempos**. 1ª edição ed. [s.l.] Editora Sextante, 2009.

MOREIRA, M. B.; TROCCOLI, I. R. Técnica do incidente crítico enquanto técnica de pesquisa: um exemplo aplicado. **Revista Gestão Organizacional**, v. 6, n. 3, 28 jul. 2014.

O'DOHERTY, D. The Leviathan of Rationality: Using Film to Develop Creativity and Imagination in Management Learning and Education. **Academy of Management Learning & Education**, v. 19, n. 3, p. 366–384, set. 2020.

PAIXÃO, J. A.; SILVA, M. P. O RISCO NA CONCEPÇÃO DE INSTRUTORES DE ESPORTE DE AVENTURA. **Psicologia & Sociedade**, v. 29, p. e149927, 10 abr. 2017.

PARRADO, N.; RAUSE, V. **Milagre nos Andes: 72 dias na montanha e minha longa volta para casa**. São Paulo: Objetiva, 2012.

PEREIRA, A. M. F. et al. Teoria do fluxo e aprendizagem no contexto brasileiro: uma revisão sistemática de literatura. **Educação e Pesquisa**, v. 48, p. e237870, 15 abr. 2022.

PEREIRA, G. B. P. Vela. Em: DACOSTA, L. (Ed.). **Atlas do esporte no Brasil**. Rio de Janeiro: Editora Shape, 2005.

PETERSON, J. B. **12 Regras Para a Vida: Um Antídoto Para o Caos**. 1ª edição ed. Rio de Janeiro: Alta Books, 2018.

PETERSON, J. B. **Mapas do Significado - A Arquitetura da Crença**. 2ª edição ed. São Paulo, SP: É Realizações Editora, 2021.

POMFRET, G. Personal emotional journeys associated with adventure activities on packaged mountaineering holidays. **Tourism Management Perspectives**, v. 4, p. 145–154, 1 out. 2012.

SANCHO-PIVOTO, A.; RAIMUNDO, S. As contribuições da visitação em parques para a saúde e bem-estar. **Revista Brasileira de Pesquisa em Turismo**, v. 16, p. 2546–2546, 25 abr. 2022.

SANDLER, R. L. Environmental Virtue Ethics. Em: **International Encyclopedia of Ethics**. [s.l.] John Wiley & Sons, Ltd, 2013.

SANTA CATARINA. Lei nº 12.876, de 22 de janeiro de 2004. Reconhece o Município de Praia Grande como Capital Catarinense dos Canyons. . 2004.

SANTANA, P. F. **O legado do atleta velejador para uma sociedade sustentável.** Dissertação (Mestrado em Ciências da Atividade Física)—São Gonçalo, Rio de Janeiro, Brasil: Universidade Salgado de Oliveira, 2017.

SCHMIDT, S., J. G. **Do optimist ao iate de oceano: tudo sobre vela.** Rio de Janeiro: Maritimas, 1990.

SELVADURAY, M. et al. Bibliometric analysis of maritime tourism research. **Australian Journal of Maritime & Ocean Affairs**, v. 15, n. 3, p. 330–356, 3 jul. 2023.

SHEW, M. The Kairos of Philosophy. **The Journal of Speculative Philosophy**, v. 27, n. 1, p. 47–66, 1 jan. 2013.

SILVA, P. P. C. DA et al. Sentido e significado: o prazer do risco nos velejadores. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 18, n. 1, p. 75–85, 31 maio 2013.

SIRGY, M. J. **The Psychology of Quality of Life.** Dordrecht: Springer Netherlands, 2012. v. 50

STRASSBURGER, N. C.; MACKE, J. Dimensões de análise da experiência do Flow no turismo de aventura: rafting em Nova Roma do Sul (RS/Brasil). **Turismo: Visão e Ação**, v. 14, n. 2, p. 150–163, 2 out. 2012.

UNESCO. **Conselho Executivo da Global Geoparks Network – GGN.** Ata da 214^a sessão. **Anais...** Paris, França: 2022.

VENTEGODT, S.; MERRICK, J.; ANDERSEN, N. J. Quality of Life Theory III. Maslow Revisited. **The Scientific World Journal**, v. 3, n. 1, p. 723673, 2003.

VIÉGAS, F. B.; WATTENBERG, M. Tag clouds and the case for vernacular visualization. **Interactions**, v. 15, n. 4, p. 49–52, 1 jul. 2008.

VIEIRA, J.; ARDIGÓ, C. M.; BEHLING, H. P. Impactos da Volvo Ocean Race – Itajaí Stopover: análise pós-evento da percepção dos residentes da cidade de Itajaí (SC). **Revista Brasileira de Pesquisa em Turismo**, v. 12, n. 3, p. 172–196, 15 dez. 2018.

WSL. **WSL Rule Book.** [s.l.: s.n.].

WSL et al. **Entrevistas sobre termos relacionados ao surfe com os atletas Jesse Mendes, Nikki Van Dijk, Conner Coffin, Johanne Defay, Sara Guix, Issac e Pat Gudauskas.** , 2020. Disponível em: <<https://www.worldsurfleague.com/posts/343650/surf-terms-flow>>. Acesso em: 5 set. 2024

YILMAZ, E. Yachting Tourism. Em: BUHALIS, D.; PUBLISHING, E. E. (Eds.). **Encyclopedia of Tourism Management and Marketing.** [s.l.] Edward Elgar Publishing, 2021.

ZAPPELLINI, M. B.; FEUERSCHÜTTE, S. G. O uso da triangulação na pesquisa científica brasileira em Administração. **Administração: Ensino e Pesquisa**, v. 16, n. 2, p. 241–273, 30 jun. 2015.

ZIMMERMAN, P. H. et al. Behaviour of domestic fowl in anticipation of positive and negative stimuli. **Animal Behaviour**, v. 81, n. 3, p. 569–577, 1 mar. 2011.

ZWART, R.; EWERT, A. Human Health and Outdoor Adventure Recreation: Perceived Health Outcomes. **Forests**, v. 13, n. 6, p. 869, jun. 2022.