

Recebido em: 25/11/2020

Publicado em: 23/12/2021

O DESEMPREGO E A SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR: IMPACTOS E ENFRENTAMENTOS

Amanda Rebeca Borges de Oliveira¹, orcid.org/0000-0002-6498-389X

Isabela Biserra Lins², orcid.org/0000-0001-8473-3153

Isadora de Moraes Blogoslowski³, orcid.org/0000-0002-7132-8981

Romeia Satie Sartori⁴, orcid.org/0000-0002-7230-7672

Waldeciria Costa⁵ orcid.org/0000-0002-9795-2942

RESUMO. O desemprego como fenômeno estrutural do sistema de produção capitalista vem sendo um tema cada vez mais estudado no campo das ciências humanas e sociais, mas que demanda mais estudos no campo da psicologia, face aos inúmeros danos à saúde mental causado às pessoas que estão fora do mercado de trabalho. O presente documento apresenta os resultados de um trabalho realizado no âmbito de um Programa Institucional de Iniciação Científica que teve como objetivo identificar as consequências do desemprego sobre a saúde mental dos trabalhadores, buscando ainda investigar junto a pessoas desempregadas o significado que o trabalho e o desemprego têm para elas; os tipos de agravos à saúde mental mais recorrentes, quando presentes e; verificar as formas de enfrentamento à situação de desemprego. Trata-se de uma pesquisa de cunho qualitativo em que foram entrevistadas cinco pessoas com idades entre 27 e 59 anos que estavam desempregadas entre 4 meses a 4 anos, utilizando roteiro de entrevista semiestruturada. Pelas análises das entrevistas foi possível concluir que o contexto de desemprego e a falta de apoio institucional deixam o trabalhador bastante vulnerável quanto à manutenção da sua saúde mental. Apresentam-se ao final algumas propostas de intervenções institucionais possíveis para o atendimento a necessidades dessa população.

Palavras-chave: Trabalho. Desemprego. Saúde mental do desempregado.

¹ rebeaamanda926@gmail.com, discente da UniFCV

² isabelablins@hotmail.com, discente da UniFCV

³ isadoramb@outlook.com; discente da UniFCV

⁴ romeia_satie@yahoo.com.br, discente da UniFCV

⁵ walcosta@gmail.com, psicóloga clínica

UNEMPLOYMENT AND WORKERS' MENTAL HEALTH: IMPACTS AND COPING

ABSTRACT. Unemployment as a structural phenomenon of the capitalist production system has been an increasingly studied topic in the field of human and social sciences, but it demands more studies in the field of psychology, in view of the damage to mental health caused to people who are unemployed. This document presents the results of a work carried out within the scope of an Institutional Scientific Initiation Program that aimed to identify the consequences of unemployment on the mental health of workers, also seeking to investigate the meaning of work and unemployment for them; the most recurrent types of mental health problems, when present and; verify ways of coping with the situation of unemployment. It is a qualitative research in which five people aged between 27 and 59 years old who were unemployed between 4 months to 4 years were interviewed, using a semi-structured interview script. Through the analysis of the interviews, it was possible to conclude that the context of unemployment and the lack of institutional support leave the worker quite vulnerable in terms of maintaining their mental health. At the end, some proposals for possible institutional interventions to meet the needs of this population are presented.

Keywords: Work. Unemployment. Unemployed person's mental health.

Introdução

O aprofundamento da crise econômica no Brasil iniciada há alguns anos, somadas às dificuldades surgidas como reflexo da pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19 no ano de 2020 são algumas das explicações para o alto índice de desemprego e que o caracterizam como um fenômeno político, econômico e social. Apesar dessa constatação, persiste socialmente uma imagem negativa e pejorativa do desempregado, o que traz para estas pessoas várias consequências nocivas como distanciamento social, ruptura de sua vida social, exclusão e julgamentos (Dejours, 1992).

No Brasil, no segundo trimestre de 2020, segundo o IBGE, o desemprego alcançou a taxa de 13,3% (12,7 milhões de pessoas), com alta de 1,3 pontos percentuais em relação ao mesmo período de 2019. Cabe ressaltar que para o IBGE a desocupação

refere-se a um percentual de pessoas da força de trabalho que estão desempregadas, porém só são consideradas desempregadas aquelas pessoas que estão em busca de emprego, ou seja, se a pessoa desistiu de procurar (as denominadas desalentadas) ela não entra na taxa de desocupação e se trabalha em um emprego informal é considerada empregada ou ocupada.

O IBGE informa ainda que atualmente mais de 28 milhões de pessoas que estão fora da força de trabalho gostariam de trabalhar e entre estas, estão as que não procuraram emprego por causa da pandemia ou por não encontrarem emprego na localidade onde moram, esse número correspondendo a 18,6 milhões de pessoas.

Ainda segundo os dados do IBGE 2020, o problema da desocupação também pode ser demarcado por gênero, uma vez que as mulheres representaram 14,9% de desocupação enquanto os homens representaram 12%, no segundo trimestre de 2020.

Partindo da constatação da grave situação de desemprego em nosso país e de algumas leituras preliminares sobre os danos à saúde mental provocados pelo desemprego foi proposto e realizado o projeto ao qual se refere esse artigo, no âmbito de um Programa Institucional de Iniciação Científica. Como objetivo geral procurou-se identificar as consequências do desemprego sobre a saúde mental dos trabalhadores de Maringá. Como objetivos específicos foi proposto investigar junto a pessoas desempregadas o significado que o trabalho e o desemprego têm para elas; identificar os tipos de agravos à saúde mental mais recorrentes, quando presentes e; verificar as formas de enfrentamento à situação de desemprego.

Alguns estudos têm sido realizados sobre o impacto do desemprego no bem-estar psicológico dos trabalhadores, com resultados que tornam possível relacionar estes dois elementos. Barros e Oliveira (2009) elucidam que estar desempregado vai além de apenas uma desestabilização econômica, pois a falta de trabalho faz emergir ideias de uma vida sem significação, uma situação de vulnerabilidade social, que pode desencadear uma desordem simbólica e psíquica no sujeito. Considerando essa perspectiva, para a realização da pesquisa aqui relatada buscou-se fundamentar as análises dos relatos das pessoas entrevistadas em resultados de produções científicas sobre os sentidos do trabalho e do desemprego e sobre os danos à saúde mental no desemprego. Com essa contextualização realizou-se a análise de como esses fenômenos afetam os trabalhadores

desempregados em termos da sua saúde mental e trazem reflexos na sua vivência nos âmbitos social, econômico e principalmente psicológico.

O trabalho e seu significado na vida dos indivíduos

O significado do trabalho para os indivíduos pode ser compreendido através de uma análise sócio-histórica. Ele nem sempre teve o mesmo significado que tem na sociedade capitalista da atualidade, em que o trabalho tem uma centralidade como em nenhum outro momento histórico na vida do indivíduo, transformando-se em uma condição para a sobrevivência, tendo um sentido de posição social e tornando-se um dever. Na sociedade capitalista o homem vende a sua força de trabalho dentro de uma dinâmica de mercado baseada na lei da oferta e da procura. Contudo, observa-se cada vez mais o estreitamento deste mercado e o desaparecimento de postos de trabalho, sem deixar de notar a crescente precarização e o aumento do trabalho informal (Barros e Oliveira, 2009).

O trabalho compõe a identidade do indivíduo, trazendo vários benefícios tanto de remuneração quanto de *status* e estruturação de seu cotidiano (Jahoda, 1998 apud Vasconcelos, 2018). À vista disso, Chauí (2000) afirma que o trabalho se tornou muito mais que apenas o ato de trabalhar e que o desemprego não possui apenas o peso de não ter um trabalho. O significado social e individual dado ao trabalho/emprego leva a que pessoas desempregadas tenham sua saúde mental e bem-estar social muito afetados, resultando em desmotivação para conseguir um emprego (Rose et al, 2004). O medo de se sentir à margem da sociedade muitas vezes faz com que o indivíduo se sujeite a trabalhar em condições precárias, aceitando a desvalorização de sua mão de obra (Azevedo et al, 1998).

No ocidente, conforme a época, foram sendo atribuídos diferentes significados e diferentes formas de valorização do trabalho. Bendassoli (2011) refere que na antiguidade o trabalho era visto por um lado como algo de menor valor em termo das prioridades culturais, sendo realizado por escravos e, por outro lado, era associado à necessária atividade dos artesãos. Nas duas perspectivas não chegava a ser valorizado como as atividades ligadas à filosofia, artes e política. Segundo o mesmo autor ainda repercutem nos dias atuais os reflexos dessas representações, por exemplo, quando se separa trabalho manual e trabalho intelectual.

A tradição judaico-cristã atribuiu alguma positividade ao trabalho, ao considerá-lo como útil ao ocupar as mentes ociosas, combatendo “a preguiça, o tédio, o vazio e a falta de vontade do espírito em dedicar-se às obras de Deus (Luciane-Zidane, 2009 apud Bendassoli, 2011, p. 67). De qualquer forma, por essa tradição religiosa, as diferentes interpretações da Bíblia significaram o trabalho de formas conflitantes: como fator de libertação, castigo, pena ou expiação de pecados.

Com o advento do protestantismo e o nascimento do capitalismo os significados do trabalho se alteraram profundamente. No século XVIII a sociedade capitalista - a sociedade do trabalho - o transformou em dimensão essencial, econômica e socialmente, além de transformá-lo em fator decisivo para se pensar a própria condição humana (Arendt, 1958 apud Bendassoli, 2011). A psicologia, como outras ciências humanas e sociais, tem contribuído com inúmeras teorizações sobre o valor e o significado do trabalho e o seu lugar na vivência humana.

Conforme Bock et al (2011) o trabalho tem uma centralidade inegável em nossas vidas, embora seja comum ele ser considerado tanto como fator de realização pessoal e profissional quanto atividade penosa. Trabalhar, para a autora, faz o ser humano ser o único ser que consegue transformar a natureza ao seu redor e construir a sua consciência, a sua subjetividade e a sua identidade, a partir dessa relação. Com o capitalismo e a evolução que esse modo de produção vem passando historicamente, Bock (2011) afirma que o trabalho cada vez mais gera desgaste físico e mental, sendo que os modos de produção na atualidade só têm vindo a piorar a situação do trabalhador, com novas exigências produtivas.

Bendassoli (2011) refere que várias teorizações ressaltam o mal-estar na experiência que os indivíduos experimentam com seu trabalho no contexto industrial e pós-industrial, chegando a afirmar que “há certa concordância quanto aos efeitos deletérios, alienantes, destrutivos e perniciosos dessa experiência” (Bendassoli, 2011. p. 67) e que o surgimento do campo de estudo da psicopatologia do trabalho seja o sintoma mais claro de que as coisas não vão nada bem para os indivíduos no mundo do trabalho. Considerando a importância do trabalho e emprego como forma de subjetivação dos indivíduos e como meio de subsistência é que o desemprego constitui-se um fenômeno essencial a ser estudado.

O sentido do desemprego e suas repercussões na saúde mental do trabalhador

O desemprego é um elemento estrutural que permeia toda a história da sociedade capitalista. Este fenômeno social passou por várias mudanças significativas ao longo do tempo, de acordo com a evolução histórica do sistema de produção, devendo por isso ser encarado como um problema social, econômico e político ao invés de se responsabilizar indivíduos, como muitas vezes ocorre na visão do senso comum.

Segundo Barros e Oliveira (2009), a origem do desemprego está relacionada às leis objetivas do mercado, crises econômicas, reestruturação do capitalismo, mudanças no mundo do trabalho e das relações salariais, inovações tecnológicas, progressos nos modelos de gestão e transformações sociais. Portanto, a causa do desemprego não é uma causa individual e sim composta por diversos fatores estruturais. A própria significação dada ao trabalho pelos indivíduos, imersos nas significações sociais, é um fator essencial para se compreender a representação que o trabalhador tem de si mesmo na situação do desemprego.

Para compreender melhor como se forma a imagem e autoimagem do desempregado é necessário analisar o percurso histórico em que estas foram sendo construídas. Castel (2012) afirma que a ligação do conceito de vagabundagem com o desempregado foi construída na era pré-industrial na sociedade medieval, período em que houve alterações nas relações de trabalho com o intuito de suprir as necessidades da indústria através da mão de obra obrigatória. De acordo com o autor, as populações indignas de receber eram as que não se adaptavam às novas configurações do meio urbano devido à falta de habilidades específicas para operar as máquinas industriais, como também os falidos que vagavam pelas estradas após o Estatuto do Trabalho (1349), promulgado pelo rei Eduardo III, que legislava sobre o dever de servir sem retroceder às condições do sistema feudal, proibindo as esmolas e doações e dando abertura a penalidades caso o sujeito não aderisse ao mercado de trabalho. As pessoas desempregadas passaram a ser caçadas e julgadas, sendo perseguidas, controladas e ligadas ao crime, eram presas e forçadas ao trabalho, muitas vezes torturadas, deportadas e escravizadas. Esses grupos de pessoas eram fruto de múltiplas transformações provindas das desigualdades sociais geradas pelo sistema de produção, que escondia seus reais interesses econômicos, transferindo a responsabilidade da situação financeira pessoal

[v.1, n.2] Jul./Dez.2020

para o sujeito. Castel (1998, p. 48) afirma sobre a situação do trabalhador empregado e dos desempregados:

A situação atual é marcada pela desestruturação da condição salarial. O desemprego em massa, a instabilidade das situações de trabalho, o trabalho precário e o desmantelamento da proteção social criam novas categorias de pessoas: os supranumerários, os inempregáveis, os desfiliaados, desvalidados, dissociados, desqualificados, os supérfluos (...) os inúteis para o mundo.

Diversos estudiosos têm se debruçado sobre o tema do desemprego sob diferentes perspectivas, sejam históricas, sociológicas ou psicossociais. Segundo esses estudos a situação de desemprego pode gerar conflitos nos relacionamentos familiares, isolamento social, uso abusivo de substâncias entorpecentes, apelo anormal à religião e ao esporte e agravamento de problemas sociais como a criminalidade e o trabalho informal. A redução dos rendimentos financeiros implicará em restrições no padrão de vida, perda de autonomia, insegurança em relação ao futuro, restrições dos contatos interpessoais e perda de posição social valorizada (Barros e Oliveira, 2009).

Alguns fatores relevantes que impactam a saúde mental do sujeito desempregado foram levantados por Schmidt et al (2018) e se referem à insegurança vivida pelo trabalhador em situação de desemprego, em que o medo contribui para a intensificação do seu sofrimento. Além da insegurança, os autores citam a baixa autoestima e o sentimento de solidão e fracasso que podem resultar em distúrbios mentais e ou dependências químicas. O trabalhador desempregado vivencia um processo de deterioração advinda da inatividade e sua ressignificação só pode ser realizada com a aquisição de um novo emprego.

O sofrimento do trabalhador em situação de desemprego está associado também à sua responsabilização pela situação, relacionando a causa do desemprego com suas deficiências pessoais. O discurso ideológico de que o desemprego existe devido à falta de qualificação do sujeito agrega no mesmo um estado interno de sofrimento, autorresponsabilização, sentimentos de inutilidade, vergonha, desamparo e exclusão (Barros e Oliveira, 2009). Estudos como os citados apontam que ocorre a responsabilização do desempregado pela sua situação: por não se esforçar o suficiente na procura de um novo emprego, por sua formação deficitária ou por outros aspectos que ele supostamente poderia modificar. A imagem social e a autoimagem da pessoa

desempregada tendem a ser construídas de forma negativa, impingindo a culpa do desemprego à própria pessoa que não consegue encontrar um emprego e acaba assumindo a responsabilidade como se fosse sua.

É nesse complexo contexto que se verifica o sofrimento do desempregado, sofrimento este que se origina, além da falta de recursos para prover o seu sustento e de sua família, de uma imagem e autoimagem fortemente negativa que se vai construindo.

Metodologia

O trabalho aqui relatado tratou-se de uma pesquisa de caráter exploratório, qualitativo, em que se utilizou a análise de discurso para interpretar as falas dos entrevistados, buscando ampliar o entendimento sobre os sentidos do trabalho e desemprego, dos impactos gerados pelo desemprego, sejam eles sociais, econômicos, de saúde mental e física, sobre o enfrentamento da situação, além de impactos nos planos futuros.

Para alcançar uma análise aprofundada face aos objetivos propostos foi realizado levantamento bibliográfico nas bases de dados SciELO, LILACS e PePSIC buscando as seguintes palavras-chave: desemprego, saúde, saúde mental. Através dessa pesquisa chegou-se a um número pouco expressivo de estudos realizados relacionando o desemprego com impactos à saúde mental do trabalhador em situação de “não-trabalho”. Foi consultada ainda a base de dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, para o levantamento de dados atuais sobre o desemprego.

Caracterização da população estudada. Foram entrevistadas cinco pessoas moradoras da região da cidade de Maringá – PR, com idades entre 27 e 59 anos, 4 mulheres e 1 homem, que estiveram por muitos anos formalmente inseridos no mercado de trabalho (11 a 30 anos) e que no momento encontravam-se de quatro meses a quatro anos desempregados. Quatro pessoas são casadas e moram com os cônjuges e uma é solteira e mora com os pais. Três pessoas possuem curso superior (Direito, Pedagogia e Educação Física) uma o ensino médio completo e uma o ensino médio incompleto. Uma foi demitida por situações geradas pela pandemia do Covid-19- fechamento da escola de natação em que trabalhava, uma pelo fechamento de escola em crise financeira, uma por

fim de contrato temporário no serviço público e uma por causa de atritos no local de trabalho. Duas pessoas não têm filhos, uma tem um filho e duas, dois filhos.

Instrumento de coleta de dados. Foi elaborado um roteiro de entrevista semiestruturada com quinze questões focalizando os temas escolhidos pela equipe. Também foram formuladas questões apresentadas no início da entrevista para se obter informações adicionais importantes, como estado civil, tempo de desemprego, profissões que já exerceu, etc.

Acesso à população e procedimentos de entrevista. A busca por pessoas em situação de desemprego foi realizada através de contato com conhecidos e divulgação nas redes sociais Facebook e Instagram. Não tendo o trabalho um cunho quantitativo e sim qualitativo, contactou-se 5 pessoas e as entrevistas foram realizadas. Três entrevistas foram realizadas em ambiente virtual e duas presencialmente. O ambiente proporcionado no momento da entrevista proveu-se de confidencialidade, sendo as entrevistas gravadas e transcritas para posterior análise. As identidades das pessoas entrevistadas foram preservadas e os nomes apresentados na análise dos resultados são fictícios.

Análise dos dados. Para alcançar os objetivos propostos na presente pesquisa utilizou-se a análise de discurso como forma de interpretação dos relatos das pessoas entrevistadas. A análise de discurso é entendida aqui como propõe Nogueira (2008, p. 236) como um campo de pesquisa e uma prática: “que oferece rotas para o estudo dos significados, uma forma de investigar o que está implícito e explícito nos diálogos que constituem a ação social, os padrões de significação e representações que constituem a cultura”. As perguntas da entrevista foram organizadas em temas para posterior organização e análise de suas falas: a) Significado do trabalho e desemprego; b) Trabalho precário; c) Impacto financeiro diante do desemprego e formas de enfrentamento; d) Impactos do desemprego na saúde mental e formas de enfrentamento; e) Busca por um novo emprego e dificuldades encontradas; f) Planos pessoais para o futuro.

Análise de resultados

Significado do trabalho e do desemprego

Para iniciar as entrevistas foram colhidos os dados gerais sobre as pessoas e o tema introdutório foi sobre o significado do trabalho e do desemprego. A centralidade do trabalho na vida de cada pessoa entrevistada ficou evidenciada de forma muito expressiva.

O trabalho aparece como algo que dá projeção social, que dá sentido à vida, supre as necessidades econômicas e sociais por ser um meio de conhecer e interagir em relações de troca com pessoas fora da família, propiciando um desenvolvimento pessoal e profissional. Para as mulheres, a independência financeira em relação ao marido ou aos pais também aparece como um aspecto importante que se conquista através do trabalho, tendo um sentido de estabilidade, um meio essencial para poder construir uma vida confortável e principalmente poder propiciar melhorias na qualidade de vida dos seus filhos.

Trabalho é um norteador para mim, é o que me coloca na vida (Simone, 29 anos, jurista).

Sem o trabalho não somos nada (Frida, 27 anos, zeladora).

A mulher luta por um espaço, luta para ser ouvida e para ter uma imagem ao lado do homem sem que seja de uma esposa que cuida apenas dos afazeres de casa (Amanda, 28 anos, professora).

Você tem uma certa rotina com o trabalho. Tem compromisso todos os dias.

Quando fica sem o trabalho, essa rotina é quebrada. Isso acaba prejudicando muito mentalmente, né? Você acaba ficando um pouco desanimado, desmotivado (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

No relato do único homem entrevistado aparecem conteúdos que podem se relacionar com a moralidade e expectativas sociais, evidenciando o trabalho como fonte de sustento e dignidade.

Ah, o trabalho tem como significado a busca, principalmente, pelo meu sustento e da minha família, né? E... uma questão de dignidade, né? O Trabalho tem essa função na vida da gente, eu creio. (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

É possível inferir que tais significados se relacionam com o valor subjetivo que o trabalho possui para o indivíduo. Como bem evidenciam Pinheiro e Monteiro (2007), o valor do trabalho para os indivíduos vai além de uma mera fonte de renda e transforma-se em um verdadeiro sentido de vida e fonte de subjetivação.

Ao se tratar sobre o sentido do desemprego apenas uma das pessoas entrevistadas não fez a ligação com aspectos que trazem danos à saúde mental. Na fala das quatro pessoas, essa percepção mostrou-se muito clara, por refletir a situação que estão passando e as dificuldades e sofrimentos enfrentados: sentimentos de ‘invalidez’ por não estar sendo produtiva, perda de independência financeira, falta de rotina, não conseguir exercer um papel familiar que sempre lutou para ter, sensação de falta, rebaixamento da autoestima, tristeza, impotência, preocupações com a falta do básico para a sua sobrevivência e dos filhos.

É lógico que no começo você abala um pouco porque você está acostumada com aquela vida corrida, de você trabalhar e ter o seu dinheiro e ser independente financeiramente e poder ajudar o seu marido dentro de casa (...) A maior dificuldade em estar desempregada é não poder bater no peito e falar eu sou a mulher que paga os boletos, eu sou a mulher que tem a sua independência financeira e contribui para manter as contas da casa regulares, então isso para mim é muito difícil (Amanda, 28 anos, professora).

O desemprego traz uma sensação que deixa a gente meio triste, uma sensação que falta o principal. Você fica sem emprego e automaticamente fica sem recursos pra trazer o sustento pra dentro de casa e também acaba influenciando na autoestima, né? Você fica com a autoestima bem baixa, mesmo. (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

O desemprego pra mim está sendo uma barra né, a gente não pode se dar o luxinho maior por que não sabemos o dia de amanhã, será que vou poder comprar um arroz? Minha preocupação é tipo, quando começa a faltar coisas dentro de casa para meus filhos, porque os pais comem só arroz e feijão, mas as crianças não. A gente vai driblando as situações que aparecem, o salário do meu marido baixou, então quando a gente paga uma conta vence outra, ‘vamo’ comprando o que é mais prioridade, o resto fica sem comprar mesmo (Frida, 27 anos, zeladora).

Eu já tive períodos de depressão e geralmente desencadeava depois de um período que eu não estava conseguindo nada de trabalho (Simone, 29 anos, jurista).

Trabalho precário

Ao serem questionadas se se submeteriam a um trabalho em condições precárias e ou de menor salário para poder sair da condição de desemprego foi possível perceber que as situações são recorrentes, mas as entrevistadas demonstram um movimento de resistência a essas condições. O fato é que existe a clara percepção sobre o quanto o mercado de trabalho tem submetido as pessoas a condições de exploração abusivas.

Uma das entrevistadas afirmou que já vinha vivendo uma situação de precariedade no trabalho informal que ela desempenhava e que com a Pandemia do Covid-19 essa

[v.1, n.2] Jul./Dez.2020

precariedade se potencializou. Relata que recebeu uma proposta do local que ela trabalhava informalmente para receber ainda menos do que ela recebia anteriormente e tendo ainda que por sua saúde em risco em um momento de Pandemia e isolamento social.

Eu sempre me submeti, mas nesse momento especificamente, eu parei de ir fazer ‘freela’, porque a condição que era anterior já era precária aí agora não chega nem ser precária, chega a ser absurda... Mas assim, foi um movimento também para eu não aceitar. Normalmente eu aceito trabalhar em condições mais precárias, mas tem um limite... (Simone, 29 anos, jurista).

Não, entre um trabalho registrado precário eu prefiro continuar como faxineira (diarista). (Frida, 27 anos, zeladora).

A disposição a se submeter a condições precárias de trabalho, face à difícil situação financeira que enfrenta foi também verificada.

Sim, claro [eu me submeteria]. Tanto é que tô começando a procurar já... Eu não tô procurando já há um bom tempo né, não procuro só na minha área, tô tentando fazer outras coisas aqui pra poder me virar, né? Não dá pra ficar totalmente parado (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

Impacto financeiro diante do desemprego e formas de enfrentamento

Foi unânime entre as pessoas entrevistadas o fato de estarem enfrentando problemas financeiros por causa do desemprego, pois para que a renda familiar proporcionasse as condições necessárias para a sobrevivência e conforto é necessária a sua participação. Ao serem questionados sobre como estavam se mantendo e enfrentando as dificuldades financeiras as respostas referiram o auxílio emergencial do governo por causa da pandemia do Covid-19; uso de reservas guardadas; trabalhos de limpeza; ajuda da família alargada, de amigos e da igreja; renda do cônjuge (salário ou aposentadoria); trabalho autônomo; deixar de usar produtos considerados supérfluos; não comprar fiado e pagar sempre à vista.

Não temos o luxo que nós tínhamos antes, mas acho que tudo aquilo passa a não ser tão importante né na vida da gente (Ana, 59 anos, pedagoga).

Financeiramente já foi muito melhor que trabalhar registrado, mas é aquela coisa né? Tem seus altos e baixos. Você trabalhar registrado tem garantido ali todo mês, agora você trabalhar como autônomo... tem mês que vai bem, tem mês que vai mal, então isso acaba

[v.1, n.2] Jul./Dez.2020

prejudicando um pouco (...) Tem mês que eu tenho bastante serviço, tem mês que não e acaba sobrecarregando minha esposa, que às vezes tem que arcar com as contas sozinha, então prejudica muito (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

Meu marido tentou suprir aumentando a produtividade no serviço dele só que mesmo assim, por conta da crise, o volume de trabalho dele também diminuiu, então não tem como forçar uma entrada de dinheiro que não tem possibilidade de entrar (Amanda, 28 anos, professora).

Hoje existe uma dificuldade para você realizar negócios [vender o seu crochê] porque o pessoal não tem dinheiro então em termos de valores eu tenho que também negociar, baixar preço, não posso cobrar o que eu costumo cobrar porque senão também eu não vendo (Ana, 59 anos, pedagoga).

Nesse momento estou fazendo ‘bicos’ de faxineira para ajudar na renda da casa (Frida, 27 anos, zeladora).

Impactos do desemprego na saúde mental e formas de enfrentamento

Em todos os relatos apareceram comentários acerca da saúde mental ser abalada devido ao desemprego. O assunto perpassou os diálogos, mesmo quando a questão não tratava desse aspecto. Foram relatados como agravos à saúde mental: aumento de quadro de ansiedade, insônia, ‘psicológico abalado’, desespero, tristeza, raiva por ser vista como uma coitada e sentir o preconceito das pessoas com as que estão desempregadas,

Uma das entrevistadas afirma que a situação de desemprego afeta sua saúde mental e física diretamente. Ela conta que em seus trabalhos informais tem que carregar muito peso e ela tem problema na coluna, tem a rotina do sono alterada e poucas oportunidades de um convívio social regular. Aponta ainda como uma das suas maiores preocupações em relação ao não-emprego é sempre estar dependente de alguém. Para ela essa situação é ‘frustrante’, é ‘horrível’.

(...) pois eu ando muito estressada, meus cabelos estão caindo (Frida, 27 anos, zeladora).

É ruim acordar e você não saber pra onde vai. Saber que não tem um rumo certo pra ir, você não tem mais aquele serviço, você não tem nenhum compromisso que vai fazer pra trazer o sustento. Então é muito ruim você acordar com esse sentimento e psicologicamente acaba abalando sim. Às vezes causa um certo desespero, uma certa tristeza (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

Eu já tive períodos de depressão e geralmente desencadeava depois de um período que eu não estava conseguindo nada de trabalho (Simone, 29 anos, jurista).

Frida, uma das entrevistadas, relatou se sentir “reprimida”, envergonhada e com sentimento de culpa por sua situação de desemprego. Além disso, Frida contou se sentir “mal” quando o cunhado que é “bem de vida” chega presenteando os filhos dela, “as vezes ele ajuda com as crianças, como festinhas de aniversário e presentes, mas eu não me sinto bem, eu gostaria de fazer pelos meus filhos, sem precisar de ajuda”.

Entre os aspectos que se mostraram importantes em todos os relatos, diretamente ligados à questão do bem-estar psicológico foram os conflitos e julgamentos que as pessoas entrevistadas sentem por parte de parentes e outros. O afastamento e isolamento social comum no desemprego, aliado ao afastamento devido à pandemia se mostram também como fatores complicadores do bem-estar e da saúde mental.

(...) estar em distanciamento, desempregada e não ter contato com quase ninguém, só com familiares, tem dificultado bastante manter a minha sanidade mental (Amanda, 28 anos, professora).

Uma das entrevistadas relata a mudança em suas relações sociais após sua saída do emprego, pois ela sente muita falta de sua rotina e de se relacionar com os outros, já que ela era professora de muitos alunos e todos os dias mantinha contato com várias pessoas. Na situação de desemprego, ela notou um tratamento diferenciado vindo da família de seu marido, olhavam para ela com dó e faziam-na se sentir inválida.

E eu percebo esse incomodo delas assim, [quando a encontram em trabalho informal] o tratamento é completamente diferente quando eu tô lá servindo...e esse é um dos meus incômodos também, porque elas me tratam como se eu merecesse algum tipo de dó, pena... (Amanda, 28 anos, professora).

Não convivo com outras pessoas. A conversa é através do WhatsApp, a falta de dinheiro e a pandemia me impedem de sair com meus filhos (Frida, 27 anos, zeladora).

Ainda quanto ao aspecto do convívio social, Fábio declara que o desemprego afetou o seu contato com os outros e diz sentir sentimentos ambíguos, ora sentido-se bem, ora sentido-se desmotivado a estar juntos dos amigos e familiares. Fábio também relata perceber o afastamento de pessoas.

Às vezes eu me sinto bem, às vezes não. Entendeu? Às vezes eu me sinto meio querendo ficar na minha, meio recolhido. Porque às vezes acaba perdendo a motivação até pra estar se reunindo com os amigos ou conversando. É um sentimento estranho, ruim (...) quando

... você tá trabalhando você tem uma atenção a mais dos amigos... Amigos entre aspas, né? Pessoas que às vezes buscam algum tipo de proveito ou algum tipo de interesse, pelo fato daquilo que você tá fazendo, mas quando você tá desempregado parece que muitas acabam se afastando (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

Diante desses relatos, constata-se que o desemprego afeta não só a questão financeira, privando o indivíduo dos benefícios de uma remuneração, mas também afeta fatores subjetivos como a noção temporal do cotidiano e exclui contatos com pessoas fora da família. Também é possível notar o processo de exclusão que o desemprego traz, uma vez que o trabalho fomenta a inclusão social e quando desempregado, o indivíduo se vê em um processo de desvalorização social (Pinheiro e Monteiro, 2007).

Todas as pessoas entrevistadas acabam por procurar formas de manutenção da saúde mental, o que se torna uma preocupação constante pelo sentimento de que a qualquer momento podem adoecer. Uma das entrevistadas faz sessões de psicoterapia quinzenalmente e as outras pessoas procuram formas alternativas, como atividades físicas, concentração em atividades com a família e ainda a busca por ressignificar a situação.

O que eu procuro fazer muito é praticar esportes. Eu gosto muito de pedalar. Pedalo sempre e sempre gostei de praticar esporte então isso ajuda bastante (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

Tenho focado em digerir traumas em relação ao trabalho, traumas que foram gerados ao longo do tempo. Ver que não é uma coisa essencialmente minha, abrange uma estrutura (...) E aí como é algo que muitas pessoas estão vivenciando não parece ser uma experiência só minha, então isso meio que dá uma tranquilidade, incluí na minha rotina alongamentos e exercícios voltados para a coluna, tenho me alimentado melhor (Amanda, 28 anos, professora).

A boa convivência com a família mostra-se como um grande apoio no enfrentamento da situação de emprego, no sentido de prover sentimentos de valorização. Ana ressalta a importância de ter se disponibilizado para cuidar de sua neta enquanto sua nora estava estudando e trabalhando. Para ela o fato de poder ajudar seu filho a fazer se sentir necessária e importante, dificultando que o sentimento de 'invalidez' acompanhasse a situação de desemprego.

Então assim, eu não tive meu tempo ocioso, eu não fiquei à toa porque eu ia de manhã para cuidar da nenê e saía de lá à noite. Então assim, o tempo todo eu estava com a neném então eu não fiquei com aquela coisa de se sentir inútil, de me sentir desolada, é lógico que no começo você abala um pouco porque você está acostumada com aquela vida

[v.1, n.2] Jul./Dez.2020

corrida, de você trabalhar e ter o seu dinheiro e ser independente financeiramente e poder ajudar o seu marido dentro de casa. Só que a netinha veio preencher isso tudo (Ana, 59 anos, pedagoga).

(...) ajuda bastante o convívio em harmonia ao máximo com minha família, é... Sempre que possível estar junto deles, nos bons momentos, seja nos finais de semanas, pra assistir a um filme, conversar (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

Um aspecto bastante marcante que pode ser verificado na fala de uma das entrevistadas foi o enfrentamento da situação de desemprego através da religião. Em todas as suas respostas Ana expressa a sua fé em Deus.

eu acho que para tudo nós temos um tempo de vida né? E eu acho assim 20, anos dentro da escola com a minha sócia, a gente sempre se deu muito bem e com as crianças também. E eu acho que ali Deus fez um propósito na minha vida, acabou o tempo ali (Ana, 59 anos, pedagoga).

Busca por um novo emprego e dificuldades encontradas

Não se mostra surpreendente o grande número de dificuldades encontradas pelas pessoas entrevistadas na busca por um emprego. Para algumas o entrave maior é a crise financeira das empresas que foi piorada devido à pandemia.

[A pandemia] dificulta bastante. Como eu trabalho na área de eventos... Esta área tá praticamente parada então fui muito prejudicado (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

A pandemia está atrapalhando a minha contratação por alguma empresa (Frida, 27 anos, zeladora).

A pandemia impede que eu encontre um novo emprego (Simone, 29 anos, jurista).

As empresas estão demitindo em alto volume ainda por conta da crise e trabalhar na informalidade ou empreender vai ser o caminho mais fácil a seguir (Amanda, 28 anos, professora).

O excesso de qualificação como algo negativo no momento de arranjar um emprego frente ao contexto de crise que se estende no Brasil já há alguns anos, aparece na fala da entrevistada Simone.

Às vezes que eu conseguia ser chamada para a entrevista era porque eu mentia como se eu tivesse somente o ensino médio. Mas quando chega na entrevista as pessoas acabam descobrindo, então todas as vezes que eu consegui trabalho, que não foi por via de

[v.1, n.2] Jul./Dez.2020

concurso, foi ocultando que eu era formada em direito. Eu sempre consigo trabalho em bar, garçonne, às vezes eu vou para a praia no fim do ano e eu consigo no mesmo dia o trabalho e as pessoas até oferecem para eu ficar mais tempo, mas eu sempre oculto a minha formação (...) as pessoas pensam que eu não preciso ou que vou ficar temporariamente (Simone, 29 anos, jurista).

Apesar de considerarem o fator social, econômico e político da crise no emprego no Brasil e os efeitos da pandemia como um fator importante na dificuldade de encontrar um emprego, algumas justificativas para a continuação no desemprego apontam para a própria pessoa e suas circunstâncias de vida a responsabilidade pela situação, acusando-se de ter-se iludido, de não ter preparo e conhecimentos ou pelo fato de ter um filho.

Como eu foquei muito naquilo que eu gosto de fazer, no caso foi o meio do rádio, meio de comunicação, eu não procurei especialidades em outras áreas e acaba dificultando um pouco na hora de procurar serviço, porque eu fico limitado pra fazer outras funções devido à falta de conhecimento (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

(...) os recrutadores têm maus olhos para candidatas que são mães, eles sabem que quando o bebê adoce, nós que vamos ao hospital, quando acontece qualquer outra coisa as mães saem correndo cuidar do seu bebê (Frida, 27 anos, zeladora).

Eu sempre tive a falsa sensação de segurança por estar com a carteira assinada, mas assim, essa segurança ela nunca existiu porque, por exemplo, estamos em crise e eu estou desempregada e estou sem receber, se eu já trabalhasse como autônoma e já tivesse os meus atendimentos de *personal* estabelecidos, possivelmente eu sentiria muito menos a crise nesse momento (Amanda, 28 anos, professora).

Planos pessoais para o futuro

Foi possível verificar nos relatos que o desemprego atual impactou nos planos pessoais para o futuro, na maioria das vezes de forma negativa. Apresenta-se a seguir a perspectiva apresentada por cada uma das pessoas entrevistadas.

No caso de Simone, ela gostaria de ter a sua independência financeira para ter a possibilidade de sair da casa dos pais. Como forma de enfrentamento diante do desemprego ela tem procurado fazer muitos cursos para melhorar suas qualificações, mas que ao mesmo tempo ela não tem estabelecido um plano específico para o seu futuro.

Estou investindo em formação que é o que consigo fazer neste momento porque eu não consigo ter o controle de nada... Então é isso, não tenho um plano específico, porque também já fiz muitos planos e eles não deram certo. Esse período tem me exigido muito

[v.1, n.2] Jul./Dez.2020

a questão da presentificação, do que eu posso fazer agora, e o que posso fazer é investir na minha formação (Simone, 29 anos, jurista).

Já Fábio, passado um ano desempregado, diz experienciar um sentimento de revolta e tristeza por ainda não ter conseguido se estabilizar em um trabalho formal. Também relata que o desemprego interrompeu muitas metas e planejamentos.

Sim é... em relação ao emprego a gente sempre planeja muitas coisas... então, devido à falta de emprego acaba sim prejudicando muito, muitas metas, muitos sonhos... Alguns planejamentos, algumas coisas que eu pretendia fazer, foram sim interrompidos, devido esta falta de trabalho (...) Pretendo é... fazer outras coisas e... e de repente, se surgir algum... algum trabalho em alguma outra área que eu possa fazer, pretendo pegar sim... até na possibilidade de trabalho em outro estado, outra cidade, eu pretendo sim. Pretendo mudar (Fábio, 51 anos, vendedor/radialista).

Amanda relatou em vários momentos da entrevista o quanto o desemprego impactou negativamente a sua vida, mas no final da entrevista demonstra estar lutando consigo própria para reverter essa situação, pensando no futuro de forma mais positiva.

De certa forma isso (desemprego) veio para me ajudar, esse pé na bunda foi o empurrãozinho que eu precisava para seguir adiante com o plano que eu tinha de ter uma carreira independente de empresas (Amanda, 28 anos, professora).

Frida apresenta também para o futuro um pensamento positivo, onde considera que empreender deva ser o melhor caminho a seguir.

Meu plano é eu voltar aos meus estudos né, que eu parei no segundo ano do ensino médio e provavelmente trabalhar na área da limpeza, eu até conversei com meu esposo eu tenho planos de tentar abrir uma micro empresa pra mim de frente à limpeza, tipo contratar diaristas e pegar lugares pra limpar entendeu? Mas trabalhar sem ninguém me mandar entende? (Frida, 27 anos, zeladora).

Por fim, Ana, aos 59 anos enfrentou a situação do desemprego ressignificando seus planos e metas para o futuro, considerando que não sente mais falta do trabalho e que a dedicação à família deva ser o seu principal foco na vida.

(...) estou em uma idade que meu marido e eu queremos poder sair, viajar, passear porque hoje pensamos mais em nós dois. O meu objetivo é meu marido e poder viver melhor ainda do que já vivemos (Ana, 59 anos, pedagoga).

Pelo que se verifica nos relatos as pessoas desempregadas aqui ouvidas trazem em seu discurso um movimento oscilante entre o desânimo e desmotivação e a resistência para traçar planos para o futuro.

Considerações finais

Diante dos resultados analisados na sessão anterior e considerando a produção de outros autores sobre os impactos do desemprego é possível ressaltar algumas conclusões.

Considerando o objetivo geral do presente trabalho procurou-se identificar as consequências do desemprego sobre a saúde mental dos trabalhadores de Maringá. Como objetivos específicos foi proposto investigar junto a pessoas desempregadas o significado que o trabalho e o desemprego têm para elas; identificar os tipos de agravos à saúde mental mais recorrentes, quando presentes e; verificar as formas de enfrentamento à situação de desemprego.

Em termos desses objetivos a conclusão a que se chega é que todas as pessoas envolvidas sentiram em algum momento em seu percurso de desemprego algum sintoma ligado a transtornos mentais. A ansiedade e a depressão foram citadas, embora as pessoas não tenham confirmado esse diagnóstico com profissionais especialistas. Ao longo dos relatos foi possível perceber uma tensão sempre presente, uma preocupação em tentar manter um equilíbrio, com a utilização de estratégias de enfrentamento. Realizar atividades físicas, dedicar mais tempo à família e pensar em novas ações para o futuro, como tentar empreender, por exemplo, foram algumas dessas estratégias.

Foi possível verificar a centralidade que o trabalho ocupa na vida dessas pessoas, sendo importante não apenas como meio de subsistência, mas como uma forma reconhecer-se como alguém útil e produtivo, com uma identidade profissional e como alguém digno, por ser capaz de prover as necessidades de sua família. Foi possível verificar, com um recorte de gênero, que para o homem o trabalho e a possibilidade de sustentar sua família se constitui em algo ligado à dignidade e obrigação. Para as mulheres, sobrepõe-se o sentido de poder ser independente, não depender do marido ou dos pais e poder prover conforto para os filhos.

O sentido do desemprego para as pessoas entrevistadas apresenta-se com contornos extremamente negativos pelos impactos financeiros e dificuldades que advém

daí, desde prover o divertimento da família, o pagamento das contas mensais e até mesmo a dificuldade de prover a alimentação. É bastante emblemática a frase de uma das pessoas entrevistadas: “Sem o trabalho não somos nada”.

Apesar de todo impacto sentido na sua vida cotidiana pela situação de desemprego, verificou-se nas pessoas uma busca por ressignificação da situação, tentando transformá-la em algo que sirva como alavanca para novas experiências. Verificamos que as pessoas em seu discurso, que reflete provavelmente as suas atitudes no cotidiano, tentam se equilibrar entre o desânimo e desmotivação e a reação.

Considerando as reflexões realizadas pelo grupo a partir dos resultados analisados, surgem algumas proposições sobre ações sociais possíveis para apoiar e diminuir as mazelas materiais e emocionais por que passam as pessoas desempregadas. Verificamos que o apoio material a essas pessoas é insuficiente e, ainda, que o apoio psicológico é inexistente.

Assim, considera-se que ao governo cabe estabelecer metas para baixar as taxas de desemprego e desenvolver políticas públicas que auxiliem os desempregados com treinamento, capacitação para o trabalho, aconselhamento e acolhimento. Nesse sentido, seria de se concretizar a criação de grupos de apoio multiprofissional, para promoção e prevenção da saúde física e mental dos desempregados, com participação do governo, setor privado e terceiro setor, onde estes encontrem espaço para serem escutados, em uma escuta empática e esclarecedora em termos de não assumirem para si uma responsabilidade que é do sistema produtivo, que é um fenômeno estrutural causado pelo capitalismo. A existência de grupos proveria também a falta do convívio social sentida pelos desempregados e muitas vezes verbalizada nas entrevistas realizadas – obviamente como fim do isolamento social imposto pela pandemia do Covid -19.

Considera-se ainda que cabe ao poder público, ao setor privado e à sociedade de forma geral zelar para coibir a verdadeira marcha no aumento da precarização do trabalho e perda de direitos por parte dos trabalhadores. Não está fora da realidade construir para os trabalhadores empregados e desempregados um contexto mais humanizado no atendimento de suas necessidades.

Referências

- Azevedo, J. T. de, et al. (1998). As estratégias de sobrevivência e de busca de emprego adotadas pelos desempregados. **Caderno Psicologia Social do Trabalho**, 1, 15-42.
- Barros, C. A. de, & Oliveira, T. L. de. (2009). Saúde mental de trabalhadores desempregados. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, 9(1), 86-107.
- Belandi, C. (2020). Desemprego chega a 13,8% no trimestre encerrado em julho, maior taxa desde 2012. **Agência IBGE Notícias**.
- Bendassolli, P. F. (2011). Mal estar no trabalho: do sofrimento ao poder de agir. **Revista Mal-Estar e Subjetividade**, 11(1), 65-99.
- Bock, A. M. B. (2011). O mundo do trabalho e das organizações. In: Bock, A. M. B. (Org.). **Psicologia Fácil** (pp. 159-171). São Paulo: Saraiva.
- Castel, R. (2012). **As metamorfoses da questão social: uma crônica do salário**. Petrópolis: Vozes.
- Chauí, M. (2000). **Convite à filosofia**. São Paulo: Ática.
- Dejours, C. (1992). **A loucura do trabalho: estudo em psicopatologia do trabalho**. São Paulo: Cortez/Oboré.
- Nogueira, C. (2008). Análise(s) do discurso: diferentes concepções na prática de pesquisa em psicologia social. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, 24(2), 235-242.
- Oshiro, F. Marques, R. M. (2017). O desemprego na sociedade contemporânea. **Revista São Paulo & Debate**, 28(2).
- Pinheiro, L. R. S. Monteiro, J. K. (2007). Refletindo sobre desemprego e agravos à saúde mental. **Cadernos de Psicologia Social e do Trabalho**, 10(2), 35-45.
- Rose, V. Harris, E. (2004). From efficacy to effectiveness: case studies in unemployment research. **Journal of Public Health**, 26(3), 297-302.
- Schmidt, M. L. G. Januario, C. A. R. M. Rotoli, L. U. M. Sofrimento psíquico e social na situação de desemprego. (2018). **Cadernos de Psicologia Social e do Trabalho**, 21(1), 73-85.
- Vasconcelos, E. F. Et al. (2018). O declínio organizacional e a ameaça de desemprego ao trabalhador. **Interações**, 19(2), 359-371.