



UC/FPCE\_2014

Universidade de Coimbra  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**Desemprego: significado e experiências**

César Filipe dos Santos Tomás Lourenço  
(e-mail: cesar.filipe.lourenco@gmail.com)

Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação,  
Desenvolvimento e Aconselhamento, sob a orientação do  
Professor Doutor Joaquim Armando Ferreira



## **Resumo**

O mundo atravessa um momento conturbado da sua história, enfrentado uma crise económica, política e financeira só comparável com a Grande Depressão de 1930. Apesar de analisar-se as origens e as causas nas várias vertentes da economia e da política, descuida-se o indivíduo e a forma como a crise o atinge. O desemprego, como resultado da crise económica, tem forte impacto psicológico no indivíduo.

Neste sentido, o principal objetivo desta investigação prende-se com a análise do impacto e das consequências do desemprego no bem-estar subjetivo e na saúde mental do indivíduo, ao mesmo tempo, que tenta perceber-se se o processo de transição (emprego-desemprego) é vivenciado da mesma forma por diferentes indivíduos. Para isso, numa fase inicial, recorre-se à literatura para compreender do que se fala, posteriormente, para corroborar as hipóteses, elaboradas com base na revisão bibliográfica efetuada, utiliza-se oito entrevistas de indivíduos em contexto de desemprego e inscritos no Instituto do Emprego e Formação Profissional (IEFP), na região norte do país.

**Palavras – Chave:** Desemprego, bem-estar subjetivo, saúde mental, transição, emprego.

## **Abstract**

The world is going through a difficult time in its history, facing an economic, political and financial crisis comparable only with the Great Depression of 1930. Despite being analyzed in its origins and causes, by the economic and political fields, an analysis of its impact on the individual is completely neglected. Unemployment, as a result of the economic crisis, has strong psychological impact on the individual.

In this sense, the main objective of this research is the analysis of the impact and the consequences of unemployment on subjective well-being and mental health of the individual, at the same time, it tries to understand whether the transition process (employment-unemployment) is experienced in the same way by different individuals. For this reason, at the initial stage, it resorts to the literature to understand what is being said, then, to corroborate the hypothesis, bases on the bibliographic review performed, it uses eight interviews of individuals in the context of unemployment and enrolled at the Institute of Employment and Vocational Training (IEFP), in northern Portugal.

**Key-Words:** Unemployment, subjective well-being, mental health, transition, employment.



## **Agradecimentos**

Ao Professor Doutor Joaquim Armando Ferreira, pela orientação, estímulo e disponibilidade.

Ao Professor Doutor Bruno de Sousa, pela aprendizagem na vertente estatística.

Aos meus pais e avós.

À Catarina Martins de Noronha, obviamente no meu coração

## Índice

<b>I. Introdução</b> .....	1
<b>II. Enquadramento conceptual (revisão bibliográfica)</b> .....	3
1. Delimitação do conceito de desemprego .....	3
2. A importância do trabalho/emprego .....	4
2.1. O significado individual do trabalho .....	5
2.2. O contributo do trabalho para a formação e desenvolvimento do indivíduo .....	6
2.3. O contributo do trabalho para o bem-estar subjetivo e saúde mental.....	7
3. O significado psicológico do desemprego.....	9
3.1. Consequências do desemprego .....	9
3.2. Implicações da transição emprego/desemprego no bem- estar e saúde mental.....	11
<b>III. Estudo empírico</b> .....	15
1. Metodologia .....	15
1.1. Recolha de dados .....	15
1.2. Caracterização dos participantes.....	15
1.3. Objetivos e procedimentos.....	16
2. Análise de conteúdo .....	17
2.1. Abandono escolar e primeiro trabalho .....	17
2.2. Importância do primeiro trabalho.....	19
2.3. Transição para o desemprego .....	20
2.4. Sentimentos experienciados no desemprego .....	20
2.5. Impacto do desemprego nas relações interpessoais, familiares e na rotina do indivíduo.....	21
2.6. Saúde física e mental.....	23
2.7. Procura de novo emprego.....	24
2.8. Procura de novo emprego: Estratégias adotadas e insucesso no reemprego .....	25
2.9. Procura de novo emprego: Papel da família e do governo português .....	26

2.10. Situação socioeconómica: Impacto no despedimento e no reemprego.....	27
2.11. Formação, Iniciativa e Proatividade .....	28
3. Limitações.....	29
<b>IV. Discussão.....</b>	<b>30</b>
<b>V. Conclusão .....</b>	<b>32</b>
<b>VI. Bibliografia.....</b>	<b>34</b>

## I. Introdução

A sociedade, na atualidade, atravessa uma das maiores crises económicas das últimas décadas. Todos os dias somos confrontados com notícias acerca do aumento de impostos, dos cortes salariais, sobre os cortes na despesa pública, e principalmente, sobre o aumento das taxas de desemprego.

No seu relatório anual sobre as tendências mundiais do emprego, publicado em Genebra, a OIT (Organização Internacional do Trabalho) refere que a recuperação da economia global não está a chegar ao mercado de trabalho. Em 2013 existem mais desempregados de longa duração, níveis de desemprego jovem elevados nos países desenvolvidos e uma grande massa de trabalhadores com empregos precários e em situação vulnerável. O número oficial de desempregados, em 2013, é de 202 milhões de pessoas, registando-se um aumento de 5 milhões relativamente ao ano transato. Na União Europeia o Eurostat estima que existam 24,8 milhões no desemprego, sendo que, a Grécia, Espanha, Croácia, Chipre e Portugal têm as taxas mais altas.

Olhando para o contexto nacional e segundo a Eurostat, em julho de 2014, 14% da população ativa portuguesa estava no desemprego, valor bastante acima da média da zona euro onde a taxa é de 11,5%.

Dos dados do Eurostat pode retirar-se outras ilações. A taxa de desemprego das mulheres foi de 14,7%, enquanto a dos homens foi inferior, situando-se nos 13,3%. Assim como, o desemprego dos jovens continua a ser um problema crónico nos países da zona euro. Os resultados referentes a julho de 2014 indicam que a taxa de desemprego dos jovens foi de 53,8% em Espanha, em Itália 42,9%, em Portugal 35,5% e na Eslováquia de 31,7%. O Eurostat não possui os dados Gregos referentes ao mês de julho, no entanto em maio de 2014 o valor de desemprego jovem situava-se nos 53,1%, mantendo-se como um dos países da zona euro com maior taxa de desemprego jovem.

Em momentos de crise e austeridade económica, como os dados anteriores demonstram, a Organização Mundial da Saúde (OMS), refere, verificar-se um agravamento e aumento significativo dos problemas a nível da saúde mental, maior mortalidade, crescimento da taxa de suicídio e fatalidades associadas ao consumo de substâncias, como o álcool. Sendo assim, a versão palpável da crise verifica-se na experiência individual de desemprego, bem como na vivência subjetiva de um

clima de ameaça, insegurança e de desesperança, que abalam o equilíbrio pessoal e contribuem para o surgimento da doença física e mental.

Se, por um lado, existem evidências sobre a forma como a crise económica e o desemprego afetam o bem-estar individual e psicológico dos indivíduos, outras existem que revelam que a recuperação económica depende de uma boa saúde mental, designadamente, a doença mental está associada a uma perda de produtividade de cerca de 3% a 4% do PIB na União Europeia (Livro Verde da Comissão, de 14 de Outubro de 2005, "Melhorar a saúde mental da população: Rumo a uma estratégia de saúde mental para a União Europeia").

Por tudo o que foi dito anteriormente, não só torna-se pertinente, como justifica-se abordar a temática do desemprego neste trabalho. Nesse sentido, esta dissertação pretende mostrar a forma como as pessoas vivenciam e experienciam a situação de desemprego.

Do ponto de vista estrutural, o presente estudo divide-se em três partes: a primeira, o enquadramento conceptual, subdividida em três módulos, no primeiro módulo procura-se definir o conceito de desemprego; o segundo módulo tem o ênfase na importância do trabalho/emprego no desenvolvimento da identidade do indivíduo, bem como, no equilíbrio psicológico do mesmo, com destaque na saúde mental; por fim o terceiro e último módulo foca-se nas vivências e no significado psicológico do desemprego para o indivíduo, principalmente, as suas consequências e as implicações ao nível da saúde mental.

A segunda parte, o estudo empírico, está subdividido em três módulos, em primeiro lugar apresentam-se os procedimentos e objetivos deste estudo. O segundo módulo diz respeito à análise das entrevistas utilizadas neste estudo. No terceiro módulo apresentam-se algumas limitações a esta investigação.

Na terceira parte procede-se à discussão e conclusão do trabalho.

## II. Enquadramento conceptual (revisão da literatura)

### 1. Delimitação do conceito de desemprego.

Numa perspetiva histórica, o conceito “desemprego” surge em 1870, para trabalhadores que se vêm privados do seu posto de trabalho. Para tal, contribuiu a noção de suspensão de trabalho agravada mais tarde com o pós-guerra. O período posterior à II Guerra Mundial e até à atualidade foi um espaço de tempo onde se verificou um notório crescimento económico, embora não acompanhado pela criação de emprego.

Na opinião de alguns autores (Lages, 2001), tal deveu-se essencialmente ao crescimento demográfico, ao aumento da produtividade e à evolução tecnológica. Para outros (Henriques, 1997), o desemprego ficou marcado pela competitividade da globalização que obrigou os preços dos produtos a baixar e consequentemente a novas formas de organização, onde a redução de custos (dentro dos quais a mão de obra) são uma realidade criando maior desemprego e novas formas de trabalho (avaliações mais rigorosas, menor tolerância ao absentismo, entre outras).

Mas o que significa “desemprego”?

Uma resposta simplista definiria desemprego como a privação de um emprego ou de um trabalho, seja na circunstância de se estar à procura do primeiro emprego, seja porque se foi despedido ou se despediu. No entanto a delimitação do conceito de desemprego é uma tarefa complexa ao considerarmos a sua natureza multifacetada, diferentes disciplinas (Economia, Sociologia, Psicologia) contribuem com as suas fundamentações teóricas e empíricas para a definição de “desemprego”. Deste modo, é importante evidenciar a multiplicidade de significados que este conceito adquire.

Segundo a sociologia, o desemprego “designa uma situação em que o indivíduo não possui emprego, isto é, não executa um conjunto de tarefas específicas, durante um período de tempo determinado, em troca de uma retribuição, geralmente de carácter financeiro, embora não exclusivamente” (Dicionário de Sociologia, p.99). Ainda na vertente sociológica, para um indivíduo ser considerado desempregado tem que reunir três condições: “estar sem emprego, isto é, não ter efetuado nenhum trabalho remunerado (nem sequer uma hora), estar disponível para trabalhar; e estar à procura de emprego” (Dicionário de Sociologia, p.99).

O Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP) designa o desemprego como “toda a situação decorrente da

inexistência total e involuntária de emprego do beneficiário com capacidade e disponibilidade para o trabalho, inscrito para emprego no centro de emprego (Capítulo I, Artigo 2.º, ponto 1, p.7691; cit. por Ferreira, Freitas, Costa, & Santos, 2010).

O Instituto Nacional de Estatística (INE) considera “desempregados, todas as pessoas acima de uma determinada idade que durante o período de referência, estavam: a) "sem trabalho", isto é, não estavam num emprego remunerado ou num emprego por conta própria; b) "atualmente disponíveis para trabalhar", isto é, estavam disponíveis para um emprego remunerado ou por conta própria durante o período de referência; c) "à procura de trabalho", isto é, tinham dado passos específicos num período recente no sentido de procurarem emprego remunerado ou por conta própria” (Regulamento (CEE) nº 2223/96 do Conselho, de 25-06-96 - JO L 310 de 30-11-1996 - § 11.20).

O Eurostat define o desemprego como uma situação de ausência de trabalho, na semana de referência, de um indivíduo de idade compreendida entre os 15 e os 74, que estava disponível para trabalhar dentro das duas semanas seguintes, e que esteve ativamente à procura de emprego durante as 4 semanas anteriores ou que já encontrou um trabalho que se iniciará durante os próximos três meses.

Como se pode constatar, as várias definições de desemprego apresentam semelhanças entre si, no entanto os diferentes autores apresentam diferentes visões do que é o desemprego para eles, como é o caso de Bento (2003), este autor apresenta uma definição mais alargada de desemprego, pois além de considerar o seu carácter voluntário/involuntário (desejo efetivo de trabalhar), distingue o desemprego de curta ou longa duração: o primeiro delimitado entre os seis e os dezoito meses, e o segundo a partir deste período.

As Entidade Oficiais (IEFP) também apresentam algumas diferenças na sua definição de desemprego, comparativamente, com as abordagens de carácter mais teórico.

Concluindo, e tendo em conta as definições anteriores, pode-se considerar o desemprego como o estado em que um indivíduo se encontra quando não possui um emprego remunerado, oficialmente reconhecido e com carácter vinculativo.

## **2. A importância do trabalho/emprego.**

No seguimento do capítulo anterior, onde define-se o conceito de desemprego, torna-se pertinente compreender a importância do trabalho na vida dos indivíduos para perceber as consequências e impacto da sua ausência.

O trabalho tem um significado de ancoragem social objetivo (estatuto económico, identidade cultural, etc.) (Savickas, 1993). No entanto não pode ser visto apenas como um fenómeno social, é também objeto da psicologia individual (Neff, 1985). Este fenómeno é analisado de diferentes perspetivas: económica, demográfica, antropológica, jurídica, política, sociológica e psicológica. Ou seja, o trabalho tem o potencial de satisfazer as necessidades económicas, sociais e psicológicas (Herr, Cramer & Niles, 2004; cit. in Santos, Ferreira, Albuquerque et al., 2010), assim como, tem participação ativa na forma como a sociedade se organiza.

O trabalho é fundamental para a qualidade de vida do individuo e para uma sociedade de sucesso (Vondracek, Ferreira & Santos, 2010).

Para além do que foi referido, o trabalho contribui para a realização dos valores individuais e isso é uma forma importante de motivar as pessoas para o trabalho. Nesta linha de pensamento, Quintanilla e Wilpert (1988), evocam propriedades do trabalho que motivam os indivíduos, como por exemplo: o prestígio que confere; a interação social que proporciona; a remuneração, que permite a aquisição de bens, que por sua vez satisfazem as necessidades do individuo; etc.

Concluindo, estas propriedades tornam o trabalho importante para a vida dos indivíduos, pois constituem as bases motivacionais que levam os indivíduos a desejarem trabalhar para poder alcançar o que tanto pretendem.

## **2.1. O significado individual do trabalho.**

O significado de trabalho está sujeito às normas, padrões e interações vigentes na sociedade em que está inserido, no entanto a forma como o individuo percebe o trabalho não depende exclusivamente destes fatores externos. O individuo não é passivo perante a apreciação que faz da situação de trabalho. O sujeito integra as informações que a sociedade fornece relativamente a esta matéria, mas efetua esta integração de forma personalizada, construindo o seu significado de trabalho.

England (1988) refere-se a esta situação conceptualizando o trabalho como uma forma, simultânea, de organização individual e social.

Palmonari e Sarchielli (1988) referem-se a esta integração personalizada quando falam das representações sobre o trabalho na fase de pré-entrada do processo de socialização ocupacional. Segundo estes autores os jovens reconstróem e reestruturam, de forma subjetiva, o significado de trabalho em cada situação específica. As representações do trabalho são importantes para o

modo como os jovens abordam o trabalho e para a importância que atribuem a este aspeto da sua vida.

No entanto é pertinente referir que o grau de realismo pelo qual o sujeito está apto a representar a vida de trabalho num contexto social específico, o grau de congruência entre as necessidades e capacidades dos sujeitos e os recursos existentes no ambiente organizacional influenciam a fase que precede à entrada no trabalho, tornando a experiência diferente para cada indivíduo (Palmonari & Sarchielli, 1988).

Palmonari e Sarchielli (1988) consideram que os significados do trabalho resultam do processo cognitivo e emocional pelos quais os indivíduos, integrando os valores adquiridos pela sociedade, tentam lidar com os problemas de uma vida de trabalho. Ou seja, o significado individual do trabalho é um processo em constante mudança, onde fatores sociais e individuais influenciam a construção individual do conceito de trabalho.

## **2.2. O contributo do trabalho para a formação e desenvolvimento do indivíduo.**

A formação da identidade individual é um processo dinâmico, a religião, a sociedade, a interação com amigos e familiares, são domínios que contribuem para o desenvolvimento do indivíduo.

Então de que forma entra o trabalho nesta “construção”?

O trabalho é um espaço social, onde existe forte interação entre indivíduos, ou seja, é por si só um meio de socialização. No mesmo sentido que a identidade é o resultado da interação do indivíduo com a sociedade e que o trabalho é uma força socializadora, Whitbourne e Weinstock (1979) consideram que os papéis adultos se incorporam na identidade através dos processos de socialização, incluindo nestes o trabalho.

O trabalho para além de participar diretamente na formação da identidade, contribui também de forma indireta, devido às perspetivas que oferece de desenvolvimento de carreira, como referiu Mercure (1995), o trabalho tem um papel importante na construção e reconhecimento da identidade pessoal, pois permite ao indivíduo projetar a identidade no futuro, orientando as ações presentes com vista a essa futura identidade.

Trabalhar permite às pessoas interagir entre si, experienciar e presenciar diferentes formas de estar na vida. Ou seja, o trabalho proporciona, para muitos indivíduos, a oportunidade singular para se compararem com os outros, e para se avaliarem e autovalorizarem. É a ocasião perfeita para descobrirem as suas capacidades e desejos para além do mundo do trabalho.

Deste modo, no trabalho existem diversos processos de aprendizagem que ajudam o indivíduo a construir progressivamente a sua identidade. A interação no local de trabalho permite ao indivíduo a constituição da sua singularidade e diferenciação, num processo que só é possível com o reconhecimento dos outros. O reconhecimento do outro é fundamental para a constituição da identidade (Mercure, 1995).

O enquadramento do indivíduo na sociedade está estritamente relacionado com o trabalho (Cook, 1991), este mantém o indivíduo no seu grupo e regula a sua vida ativa, de modo a fixar a sua posição na sociedade e a determinar o padrão da sua participação social (Whitbourne & Weinstock, 1979).

Apesar da importância do trabalho na constituição da identidade, não significa tenha igual impacto em todos os indivíduos, a identidade de cada um é variável, assim como o contributo que o trabalho pode proporcionar. Segundo Sainsaulieu (1996), para compreender a forma como o trabalho participa na formação da identidade é necessário perceber como o indivíduo se define perante o trabalho, e para isso à que ter presente o papel que aspetos como, a empresa, o resultado financeiro do trabalho, a regra e o estatuto, têm para a pessoa.

A centralidade do trabalho na vida do indivíduo, nomeadamente na formação da sua identidade, torna-se um problema na ausência de trabalho. Perante o desemprego o indivíduo perde a identidade no trabalho, no entanto este assunto será abordado posteriormente.

### **2.3. O contributo do trabalho para o bem-estar subjetivo e saúde mental.**

Como foi referido anteriormente, o trabalho assume um papel de destaque na criação da identidade e de um sentido de pertença, onde o indivíduo percebe a sua valorização, quer seja por si próprio, quer seja pelo reconhecimento dos outros. No entanto o papel do trabalho não fica por aqui, através das recompensas a ele associadas, o trabalho permite a satisfação de necessidades básicas, tais como a segurança e a alimentação (Savickas, 1990). O trabalho ao permitir ao indivíduo assumir a responsabilidade pelo seu sustento, proporciona sensações, como o autocontrolo, a autonomia e a auto-satisfação.

O trabalho faz com que o indivíduo se projete no futuro, podendo deste modo ser considerado precursor da motivação para a ação e de contribuir para a construção do sentido da vida, o que segundo Savickas (1990) é essencial para a saúde mental. O mesmo autor diz que enquanto as pessoas trabalham podem ser reconhecidos aspetos como a eficiência, a produtividade, a

realização pessoal, aspetos estes que surgem na definição de saúde mental.

Ainda referente ao contributo do trabalho para a saúde mental e o bem-estar, é pertinente referir o contributo de Vasconcelos e Oliveira (2004), quando referem que uma grande parte dos trabalhadores têm no trabalho o único elo social fora do convívio familiar. Nessa perspetiva, é essencial refletir sobre a situação do trabalhador que encontra-se fora do meio de trabalho, o que pode trazer consequências para sua saúde mental, uma vez que o trabalho representa algo tão significativo na vida dos seres humanos e no reconhecimento social.

Outro autor com um importante contributo nesta matéria é Warr (1987), em primeiro lugar ao delimitar as componentes da saúde mental relevantes para o bem-estar: o bem-estar afetivo; a competência (uma resposta bem sucedida às pressões requer competências cognitivas e psicomotoras apropriadas, bem como crenças e opiniões consistentes com a realidade); autonomia (refere-se à capacidade da pessoa resistir a influências ambientais e a determinar as suas opiniões e ações); aspiração (estabelece objetivos e faz esforços ativos para os atingir, o que se reflete numa motivação elevada, alerta para novas oportunidades e compromisso em conhecer desafios pessoais. Pelo contrário, baixos níveis de aspiração revelam uma atividade reduzida e aceitação do presente estado de coisas, independentemente de parecerem insatisfatórias); funcionamento integrado (uma pessoa saudável será aquela que equilibra a importância das suas áreas do amor e do trabalho. Esta componente integra as anteriores). E em segundo lugar, ao fazer referência a determinantes ambientais gerais da saúde mental a partir dos quais o bem-estar do trabalho deve ser entendido, esses determinantes ambientais são: a oportunidade de controlo (o sentimento de controlo é fundamental para a saúde mental); a oportunidade de utilizar e adquirir competências; objetivos gerados externamente; variedade; clareza ambiental; disponibilidade monetária; segurança física; oportunidade de contacto interpessoal; e posição social valorizada.

Estes determinantes contribuem para o individuo alcançar um nível ótimo de bem-estar subjetivo no trabalho. No entanto, para que o trabalho possa ter esse efeito e possa dar esse contributo, tem de possuir as características atrás mencionadas, só assim, o trabalho consegue satisfazer as necessidades do individuo.

Resumindo, o trabalho pode ter diversas funções: proporcionar estatuto e prestígio; fornecer o pagamento necessário à sustentabilidade; manter o individuo ocupado; proporcionar contacto social e permitir ao sujeito intervir construtivamente na sociedade. Deste modo, ao trabalho, é atribuído um valor instrumental, um valor intrínseco ou ambos.

Em suma, para que o trabalho seja uma fonte de bem-estar psicológico e contribua para a saúde mental do indivíduo, este terá de estar satisfeito com o trabalho que realiza. O trabalho aparece assim como um meio de realização e concretização de necessidades (não só as de sobrevivência, mas também as inerentes à realização de interesses, expectativas e projetos pessoais), permitindo ao indivíduo os instrumentos para alcançar os objetivos que valoriza. No entanto tem que se ter em atenção a individualidade de cada sujeito, o que proporciona satisfação para um indivíduo não será, obrigatoriamente, o que satisfaz o outro. Assim, quanto maior for a satisfação que um trabalho pode proporcionar maior será o grau de bem-estar subjetivo dos trabalhadores.

### **3. O Significado Psicológico do Desemprego.**

No ponto anterior foi referida a importância do trabalho na vida do indivíduo, nomeadamente, no bem-estar psicológico e na saúde mental. Se o trabalho é extremamente importante em vários aspetos da vida das pessoas, é lógico acreditar que o desemprego afetará de algum modo o seu bem-estar subjetivo.

É neste sentido que se acredita que o desemprego tem um significado psicológico, ou seja, uma forma particular de ser sentido e pensado pelos indivíduos, e consequentemente, de se manifestar nos seus comportamentos e atitudes.

De seguida serão abordadas questões relativas às consequências da situação de desemprego e de que forma o processo de transição emprego/desemprego afeta a saúde mental e o bem-estar subjetivo dos indivíduos.

#### **3.1. Consequências do Desemprego.**

Um indivíduo quando se depara com uma situação de desemprego, para além do impacto social e económico, sofre uma “agressão” ao seu bem-estar psicológico (Santos, Costa & Loureiro, 1998).

São diversos os estudos que se têm centrado nas mudanças a nível psicológico derivadas do desemprego. Por outro lado é possível constatar que a maioria dos estudos têm focado essencialmente os aspetos negativos da adaptação ao desemprego ao invés dos aspetos positivos. Estas mudanças de carácter negativo vão no sentido de uma diminuição do bem-estar subjetivo podendo conduzir a uma deterioração da saúde física e mental (Schultz-Gambard et al., 1988).

A generalidade das investigações têm revelado que o desempregado tende a experienciar níveis elevados de depressão, angústia, stresse, somatização e ansiedade, apresentando, também, baixa autoestima, baixa autoconfiança, isolamento social e inatividade (Kessler, Turner & House, 1988; Warr, Jackson & Banks, 1988).

Loureiro (2005; cit. in Ferreira, Freitas, Costa, & Santos, 2010), nas suas investigações sobre o desemprego, referiu que os sentimentos mais frequentes associados ao desemprego são a instabilidade, desmotivação, desorientação, tristeza, inutilidade e desilusão.

Por outro lado, o impacto psicológico do desemprego faz-se, também, sentir ao nível fisiológico, McKee-Ryan e colaboradores (2005), referem como principais consequências do desemprego o aparecimento de doenças cardiovasculares, imunológicas, gastrointestinais e bioquímicas. O desemprego também está associado a uma maior propensão para o envolvimento em comportamentos de risco para a saúde (alcooolismo e consumo de drogas), situação que é identificada por Jin, Shah e Svoboda (1995; cit. in McKee-Ryan et al., 2005).

Os efeitos provocados pelo impacto do desemprego ultrapassam o patamar individual, provocando repercussões no domínio económico, familiar e social.

Fryer (1986; cit. in Ervasti & Venetoklis, 2010) defende que os recursos financeiros permitem o acesso a outros recursos importantes, tais como atividades sociais, comida, casa e segurança física, daí que o declínio das condições económicas limite a capacidade do desempregado para planear e organizar estilos de vida satisfatórios, prejudicando severamente o seu bem-estar (Ervasti & Venetoklis, 2010).

Jones (1992; cit. in Ervasti & Venetoklis, 2010) sugere que a disponibilidade de um salário pode ser o determinante mais importante da expressão psicológica e dos sintomas de saúde relacionados com o desemprego. Várias investigações têm revelado que o stresse económico e a falta de dinheiro estão associados a problemas de saúde mental (Creed & Macintyre, 2001; Feather, 1989; Vinokur & Schul, 2002; cit. in Ervasti & Venetoklis, 2010), originam sentimentos de vergonha e degradação (consequência das perceções dos outros), e estigmatização, levando ao declínio do bem-estar (Starrin, 1996; cit. in Ervasti & Venetoklis, 2010).

Na sequência do que foi dito, a evidente redução ou privação de rendimentos, decorrentes do desemprego, tornam o núcleo familiar mais vulnerável a vivências indutoras de stresse (Teixeira & Correia, 2002; Niessen, Heinrichs & Dorr, 2009). Ainda no plano familiar, os estudos empíricos desenvolvidos revelam que o desemprego é um fator responsável pela instabilidade conjugal,

podendo conduzir a um situação de divórcio/separação, ainda que apenas o desemprego masculino pareça ter esse efeito (Jensen & Smith, 1990; Wilhelm & Ridley, 1988).

Teixeira e Correia (2002) encaram o desemprego (particularmente a longo prazo) como um aspeto que contribui para a fragilidade social, que se caracteriza pela presença de situações que prejudiquem o equilíbrio entre o indivíduo e o contexto social, comprometendo a interação entre ambos. Subsequentemente, de acordo com Bruto da Costa (1998), a fragilidade social pode mesmo progredir para um processo de exclusão social, que se caracteriza por ruturas entre o indivíduo e o meio, particularmente com o mercado de trabalho e com os laços afetivos e familiares. Deste modo, a situação de desemprego irá ameaçar diretamente a identidade do indivíduo e, conseqüentemente, a sua perceção de valor pessoal e auto-eficácia, podendo mesmo levar à alteração da visão que tem de si próprio (Zenger, Berth, Brahler, & Stobel-Richter, 2013).

No entanto, à medida que os estudos sobre esta temática avançam, é possível reconhecer um grau de variabilidade na forma de sentir e experienciar o desemprego, incluindo vivências positivas do mesmo. Ou seja, apesar do impacto negativo do desemprego nos indivíduos, tal não quer dizer que todas as pessoas percecionem e experienciem o desemprego de forma idêntica e negativa (Warr, Jackson & Banks, 1988).

Alguns autores (Latack & Dozier, 1986; Hartley, 1980; cit. in Hanisch, 1999) apontam resultados positivos associados ao desemprego, partindo do pressuposto que este período pode constituir uma oportunidade para alterar a carreira e a vida, redirecionar objetivos de carreira e prioridades, desenvolver novas competências, ponderar novas alternativas ou abandonar um emprego insatisfatório ou pouco desafiante. No entanto, e em tom de conclusão, é conveniente referir que para a maioria das pessoas as consequências de estar desempregado são mais negativas do que positivas.

### **3.2. Implicações da transição emprego/desemprego no bem-estar e saúde mental.**

Ao longo da vida, o indivíduo é confrontado com transições, ao nível pessoal e profissional, exigindo a mobilização de recursos para uma melhor adaptação à situação atual.

Mas o que é uma transição de vida?

Segundo Brammer (1992), as transições de vida são descontinuidades com os acontecimentos de vida prévios e têm começos identificáveis, pontos de viragem e afins (p.239).

Para Schlossberg (1981), “a transição ocorre quando um evento ou um não-evento resulta em mudança nas assunções acerca de si próprio e do mundo e, portanto, requer uma mudança correspondente do comportamento e das relações do indivíduo.” Ou seja, a transição é um processo que coloca em interação as características da pessoa, os seus recursos de *coping*, o ambiente e a natureza da transição em si (Schlossberg, 1984; cit. in Brammer, 1992). Esta autora refere, ainda, como ponto fulcral a percepção que o sujeito tem da mudança, uma vez que, uma transição só será uma transição se o indivíduo, que a experiencia, assim a definir.

A compreensão do modo como as transições são sentidas pelos indivíduos, ao longo do tempo em que estas ocorrem, pode fornecer informações importantes acerca da forma como elas podem ser mais ou menos facilmente ultrapassadas. Assim de acordo com Schlossberg (1981), compreender o significado da transição no indivíduo, implica investigar o tipo de transição, o contexto de transição (relação da pessoa com a transição) e o impacto da transição na vida da pessoa (relacionamentos, rotinas e papéis). Ainda dentro desta temática, Brammer (1992), distingue estádios no modo como os indivíduos experienciam e respondem às transições. Este autor identifica seis estádios pelos quais os indivíduos passam desde o início até ao fim da transição, no entanto, e devido à variabilidade individual, nem todas as pessoas passam pelos mesmos estádios, sendo possível que algumas saltem estádios e outras mantenham-se fixas num determinado patamar.

O primeiro estágio caracteriza-se pela vivência de sentimentos como o medo e o desespero, posteriormente, a raiva. As pessoas estão desorientadas e desorganizadas, gera-se confusão e desatenção. Este estágio é conhecido como o “choque”.

No segundo estágio as pessoas são afetadas pelo desespero e pela tristeza, por vezes alternado por momentos de pesar e alegria. É comum o indivíduo sentir-se confuso devido a estas oscilações.

O terceiro estágio é marcado pela minimização de sentimentos e pela mobilização das competências de *coping* do sujeito. A pessoa aparenta um certo controlo da situação.

No quarto estágio, regista-se, como principal característica, um ligeiro estado depressivo do indivíduo. Torna-se necessário o apoio das pessoas importantes para o indivíduo, para que este consiga reestruturar-se cognitivamente, tomando atitudes e comportamentos mais apropriados à situação atual.

O quinto estágio caracteriza-se por uma melhoria da disposição, maior otimismo, mais prazer, e por atitudes mais planificadoras face ao futuro.

No sexto e último estágio o indivíduo apresenta sentimentos de esperança e otimismo, pode dizer-se que a pessoa está perante a saída da situação de transição. Isto só é possível quando o indivíduo dá continuidade ao processo de cura e planeamento despoletado no estágio anterior. Neste último estágio, Brammer (1992) evidencia a possibilidade da pessoa refletir sobre a situação que experienciou, tornando-se numa excelente oportunidade de aprender sobre transições e da melhor forma de lidar com elas, ficando mais bem preparada para o futuro. A forma como Brammer estruturou as vivências e experiências de uma transição remete para a tentativa de sistematização e operacionalização a partir dos comportamentos manifestados pelo indivíduo.

A transição envolve, assim, construções cognitivas motivacionais, decisão e individualização (Brêda, 1996). A importância atribuída ao processo de transição como potenciador da consolidação, afirmação e definição da identidade do indivíduo vem reforçar a ideia do “peso” do desemprego enquanto transição. Ou seja, o desemprego enquanto situação que comporta perdas associadas ao papel do trabalho tem implicações ao nível da estrutura de personalidade do indivíduo, podendo no entanto, o indivíduo, desenvolver competências estratégicas que podem resultar numa recuperação eficaz do seu bem-estar subjetivo. É importante referir que a transição pode ser voluntária (a pessoa desvincula-se do seu trabalho por opção, desta forma pode preparar a transição, escolhendo antecipadamente as opções e as decisões a tomar), ou pode ser involuntária, neste caso o indivíduo não possui informação necessária para tomar as decisões necessárias à adaptação a esta nova situação, ou seja, não consegue planear de forma eficiente a transição que o aguarda (Fouad & Bynner, 2008; cit. in Santos, Ferreira, Albuquerque, et al., 2010).

A privação de emprego, enquanto transição, acarreta um determinado grau de mudança e de incerteza, para além de ser um acontecimento muito stressante. Sendo assim, e na sequência de várias investigações, o desemprego é considerado uma experiência essencialmente negativa com impacto a vários níveis, nomeadamente, no bem-estar psicológico; diminuição da autoestima; aumento do consumo de álcool e do risco de suicídio; aumento da probabilidade de problemas familiares e problemas financeiros (Santos, Ferreira, Albuquerque, et al., 2010). Por outro lado, autores como Schlossberg, Waters e Goodman (1995), evidenciam o carácter não linear e heterogéneo das diferentes transições para o desemprego.

Para além dos estudos que tentam perceber o impacto da transição de uma situação de emprego para o desemprego, surgem também investigações que procuram compreender quais

os fatores que influenciam a forma como cada indivíduo responde ao desemprego. O gênero, a idade, o estatuto-sócio económico, o suporte social, os estilos de *coping* e a duração do desemprego, foram identificados como alguns dos principais fatores moderadores na forma como o indivíduo se adapta à situação de desemprego.

Em suma, a adaptação da pessoa à transição para a situação de desemprego depende de fatores pessoais, sociais, financeiros e emocionais (Fouad & Bynner, 2008; cit. em Santos, Ferreira, Albuquerque, et al., 2010). E como afirma Schlossberg (cit. in Santos, Ferreira, Albuquerque, et al., 2010) “a facilidade de adaptação para a transição depende da sua perceção ou balanço atual dos recursos para os défices em termos da própria transição, do ambiente pré e pós-transição e do sentido de competência, bem-estar e saúde do indivíduo, e a sua adaptação depende, em parte, do grau de similaridade ou de diferença das suas assunções sobre o *self* e sobre o seu ambiente antes e após a transição” (p. 38).

### III. Estudo Empírico

#### 1. Metodologia.

##### 1.1 Recolha de dados.

Para a realização deste estudo utilizaram-se transcrições de entrevistas realizadas no âmbito do projeto de investigação nº 611402012: "*Reinserção profissional de desempregados: padrões motivacionais e procura ativa*", financiado pelo POAT/FSE (Programa Operacional de Assistência Técnica – Fundo Social Europeu). A entrevista aplicada na recolha dos dados tinha como objetivo compreender a forma como cada sujeito experienciou a transição para um novo trabalho e/ou para o desemprego. É importante referir o enfoque na experiência profissional dos sujeitos para a compreensão destas transições.

##### 1.2 Caracterização dos participantes.

Nesta investigação entrevistou-se cinco homens e três mulheres em situação de desemprego.

###### **Homens desempregados:**

**E1:** Tem 41 anos de idade e possui o bacharelato em fotografia digital e tratamento de imagem. Trabalhou no restaurante de um colega durante seis anos, até à falência da empresa. Posteriormente trabalhou num posto de abastecimento, cumprindo o seu contrato de seis meses. Está em situação de desemprego há cinco meses. Vive com a esposa.

**E2:** Com 56 anos de idade o participante possui o 9º ano de escolaridade. Após quinze anos a trabalhar na área da panificação, abandonou o emprego para alcançar a independência económica. Optou então por ir trabalhar com a sua irmã, que abriu um café. Sem grande durabilidade, acabou por se deparar com a sua primeira experiência de desemprego, não tendo conseguido, após 3 anos, reingressar no mercado de trabalho. É casado e vive com a mãe e a esposa.

**E3:** Este participante tem 58 anos e possui a 4ª Classe. Ainda criança iniciou a atividade profissional nas minas de carvão, atividade que desempenhou durante pouco tempo. Posteriormente começou a trabalhar numa oficina de carpintaria onde aprendeu o ofício de carpinteiro. Com a aquisição de conhecimentos resolveu avançar com uma pequena oficina por conta própria, que acabou por falir. Depois de experienciar a emigração, acabou por ficar desempregado. Vive com uma tia e uma filha.

**E4:** Com 38 anos e o 12º ano de escolaridade. Numa fase inicial da vida profissional trabalhou na manutenção de plantas num horto, posteriormente foi distribuidor de produtos de uma cadeia de supermercados. Atualmente está desempregado há quase três anos. É casado e vive com a mulher e os dois filhos.

**E5:** Tem 57 anos e possui o 9º ano de escolaridade. Interrompeu os estudos por obrigação dos pais, e iniciou a vida profissional na área têxtil. A partir dos 26 anos trabalhou como vendedor de tintas até chegar à atual situação de desemprego. Vive em união de facto com a mulher e uma das duas filhas (a outra já casou).

#### **Mulheres desempregadas:**

**E6:** Com 46 anos possui o 9º ano de escolaridade, alcançado através de um curso de Educação e Formação de Adultos de Auxiliar Educativa realizado após a situação de desemprego. Desempregada desde 2009, exercia atividade por conta própria na confeção de carteiras de senhora, área que caracterizou todo o seu percurso profissional. É casada e vive com o marido e o filho.

**E7:** A participante tem 39 anos e é detentora do 9º ano de escolaridade, obtido através do Curso de Educação e Formação de Adultos de Auxiliar de Ação Educativa. Realizou o percurso profissional na área de confeções e está em situação de desemprego há seis anos. É solteira e vive com os pais e irmãos.

**E8:** Tem 41 anos e alcançou a equivalência ao 9º ano de escolaridade através da Iniciativa Novas Oportunidades. Apesar de profissionalmente ter desempenhado várias funções, a costura é a atividade que encara como sendo sua. Encontra-se desempregada há cinco anos. É divorciada e vive com os dois filhos.

### **1.3 Objetivos e procedimentos.**

Após uma breve revisão pela literatura, surge a necessidade de descrever o problema de investigação e de formular o objeto de estudo. Assim, define-se como problema de investigação a forma como cada indivíduo tem experienciado a situação de desemprego, qual o impacto das transições (quer sejam no/para o trabalho, quer para o desemprego) no bem-estar e nas relações interpessoais. Para a compreensão exploratória deste problema de investigação, elegeu-se como objeto de estudo a narrativa das experiências individuais recolhidas através da realização de entrevistas semiestruturadas, cujo conteúdo foi posteriormente analisado através da metodologia que de seguida será apresentado.

Assim, devido a subjetividade e ao caráter individualizado das questões tratadas, optou-se por uma abordagem qualitativa, com uma lógica de escrita indutiva, não tendo como objetivo a confirmação ou infirmação de dados, mas sim a exploração dos temas extraídos do conteúdo das entrevistas e que foram de encontro à problemática atrás referida. Ou seja, recorreu-se à análise de conteúdo, esta técnica propõe analisar o que é explícito no texto para obtenção de indicadores que permitam fazer inferências.

## 2. Análise de conteúdo.

### 2.1. Abandono escolar e primeiro trabalho.

Na tentativa de perceber a experiência profissional do entrevistado colocaram-se questões relacionadas com o primeiro emprego, nomeadamente a forma como o obtiveram, as funções desempenhadas, a forma como obtiveram os conhecimentos para desempenhar o trabalho.

Sete dos oito entrevistados abandonaram a escola precocemente (E2, E3, E4, E5, E6, E7, E8).

Metade dos entrevistados refere que abandonou a escola involuntariamente e por imposição dos pais para iniciar a vida profissional, por exemplo E2: *“O meu pai tirou-me da escola (...) e levou-me lá à padaria para falar com o Sr. M que era o dono”*; E3: *“Olhe eu comecei a trabalhar muito cedo (...) O meu pai já tinha ido à carpintaria, mas como não me podiam garantir logo trabalho, o meu pai levou-me para as minas”*; E5: *“ (...) o trabalho justificava que estivesse lá um empregado (...) o meu pai não quis ir (...) e achou que era uma das melhores oportunidades para o filho mais novo, que era eu, que ainda não trabalhava. (...) Mas na altura quis ir ou foi cumprir a ordem? (...) eu fui obrigado”*; E6: *“Saí da escola, porque os meus pais tiraram-me da escola.”*

Os participantes E7 e E8 abandonaram voluntariamente a escola. Por exemplo, E7 diz que *“Não queria andar na escola”*.

Relativamente à escolaridade na data do abandono escolar, verifica-se que três dos entrevistados (E3, E5 e E7) possuíam a 4ª Classe e quatro (E2, E4, E6 e E8) o 6º ano de escolaridade.

Na amostra em análise, verifica-se que a maioria dos sujeitos abandonaram a escola no 1º e 2º Ciclo do Ensino Básico.

Para além da escolaridade obrigatória, há cerca de 30 ou 40 anos atrás, o mercado de trabalho não estava estrangulado e a necessidade de mão-de-obra especializada ainda não se impunha, deste modo o facto de abandonar a escola sem um diploma estava longe de constituir um ato desviante (Janosz & Le

Blanc, 2000). Os fatores atrás referidos, aliados aos graves problemas sociais e económicos, levam os pais na maioria dos casos a “empurrar” os seus filhos para a vida ativa, como tentativa de melhorar as condições de vida da família.

Por exemplo, o participante E2 diz que o “ordenado (...) era entregue ao (...) pai”, diz ainda: “*não gostava era do meu pai ficar com o meu dinheiro, mas naquela época era assim...*”; O indivíduo E5, também refere a importância da difícil situação económica no seu abandono escolar: “*Na altura tínhamos de trabalhar para ajudar em casa*”.

Mesmo nos casos de abandono voluntário da escola, para iniciar vida profissional, a situação económica, vivida por grande parte das famílias portuguesas, teve influência na decisão tomada. Exemplo disso é o entrevistado E7, que diz: “*Não queria andar na escola (...) tinha que ajudar os meus pais, não é? (...) É o que se fazia por causa dos problemas económicos*”.

Uma vez que a grande maioria dos entrevistados abandonou a escola numa fase precoce, tornou-se pertinente perceber de que modo o conhecimento adquirido na escola é percebido pelos entrevistados como importante para as funções desempenhadas no primeiro trabalho. Da mesma forma que procedemos à análise da forma como foram adquiridos os conhecimentos necessários ao desempenho da profissão.

Dos oito entrevistados, apenas um frequentou um curso específico para aprender uma profissão, foi o participante E8: “*Quando saí da escola fiz o Curso de Costura*”; refere ainda que foi neste curso que aprendeu todos os conhecimentos para desempenhar a profissão: “*O que aprendi foi no Curso, depois o que nós ganhamos é mais prática*”.

Os restantes indivíduos, com exceção do E7, dizem ter aprendido a profissão no local de trabalho, sem recurso a qualquer curso ou formação específica. Por exemplo, E1 diz: “*Não tirei nenhum curso (...) fui seguindo as ordens lá da senhora*”; E2 diz que “*Quem o ajudava era o Sr. M*”; E3 refere que “*não havia nada para aprender*”; o sujeito E4 aprendeu com a Dona L e com a mãe; já o entrevistado E5 aprendeu os saberes com o pai; por fim, E6 diz que até ir para a “*fábrica no Porto (...) não sabia fazer*” carteiras de senhora. Aliado a esta ausência de formação profissional, cerca de metade dos participantes (E2, E3, E4 e E5) reconhecem que o percurso escolar, até ao início da atividade profissional, não teve impacto na aprendizagem das competências profissionais. E2 diz que “*a escola era boa mas não ensinava assim nada de profissões*”; por sua vez os entrevistados E3 e E5 respondem negativamente quando questionados da importância da Escola para o desempenho profissional; E4 afirma que “*mesmo quem não soubesse ler ou escrever fazia aquilo*”.

Este é um processo de socialização prática que realiza-se diretamente, sem retorno reflexivo, aprendendo no local de trabalho e por imitação, aprende-se praticamente saberes práticos, isto é, saberes não constituídos em saberes, não separados das operações em que são investidos (Queiroz, 1995; cit. in Vieira, 2005). E faz-se através da imersão, incorporação e mimeses, ou imitação, técnicas constitutivas desta formação não pedagógica (Queiroz, 1995; cit. in Vieira, 2005).

Para finalizar a análise relativa ao primeiro emprego e a sua relação com o abandono escolar, verificou-se que a maioria dos sujeitos referiu desempenhar trabalhos não qualificados. Por exemplo, quando questionado quanto às suas funções, o participante E1 diz que a sua *“função principal era servir as mesas, mas o que fosse para fazer (...) fazia”*; por sua vez o indivíduo E2 revela que começou *“por limpar os balcões e as ferramentas (...) e que só mais tarde”* é que o *“deixaram fazer massa”*; o entrevistado E3 diz que *“só varria o serrim, mais nada”*, e que mais tarde passou *“a varrer e a encher sacos”*; E4 tinha como trabalho *“tirar o lixo das plantas...apanhar as baronatas de cigarro”*; o participante E5 *“subia bainhas, mudava botões e tirava medidas”*.

Estes dados vão de encontro ao que se pesquisou em estudos relacionados com o abandono escolar e inserção precoce no mercado de trabalho. Estas investigações concluem que os jovens que abandonam a escola prematuramente para iniciar a vida profissional desempenham, principalmente, trabalhos não qualificados, precários, mal pagos, sem vínculos e, por vezes, ilegais ou de entajuda familiar.

## **2.2. Importância do primeiro trabalho.**

Como foi referido anteriormente o trabalho tem a capacidade de satisfazer as necessidades sociais do indivíduo. A entrevista com os sujeitos mostra esse aspeto do trabalho, uma vez que a maioria dos participantes refere satisfação pela forma como conheceram novas pessoas e se relacionaram, com essas mesmas pessoas, no trabalho e fora dele. Por exemplo, o indivíduo E1 diz: *“(...) eu ali sentia-me em casa”*; E2 diz que *“tinha lá muitos amigos”*; por sua vez, E5 avalia a experiência como *“Muito boa”*; o participante E7 destaca *“o convívio com as colegas”*; por fim, o entrevistado E8 quando questionado sobre a sua experiência no primeiro trabalho, diz: *“Sentia-me bem. (...) éramos como família, fazíamos convívios (...) depois fazíamos almoços, jantares entre colegas até algumas vezes familiares juntos (...) tinha aquele ambiente assim familiar”*.

### 2.3. Transição para o desemprego.

Na amostra em estudo, apenas o indivíduo E3 mostra-se surpreso com a sua situação de despedimento. O sujeito diz que chegou “*ao desemprego sem saber muito bem que estava desempregado*”, diz ainda que “*estava no desemprego mas sem contar com isso*”.

No entanto a maioria dos entrevistados tinha noção de que o seu posto de trabalho poderia estar em risco, principalmente pelas condições da empresa. Por exemplo, E1 diz: “*(...) ele tinha de escolher, ou se modernizava ou aquilo ia por água abaixo*”; E4 diz: “*Olhe eu não fiquei surpreso, porque já sabia que andava a falar demais...*”. Apesar de estarem conscientes da possibilidade de perderem o emprego, a transição para o desemprego trouxe muita incerteza e preocupação, principalmente por não estarem preparados para as dificuldades que iriam enfrentar na procura de trabalho. O indivíduo E1 refere que “*não tinha grande noção do que era o desemprego. Não tinha noção (...) da dificuldade em conseguir trabalhar*”; E2 revela que não sabia “*que era assim tão mau arranjar emprego*”; E3 evidencia a incerteza de saber se ia trabalhar ou não; o sujeito E4 diz que não pensou “*que fosse tão difícil encontrar emprego outra vez*”.

Apenas E5 disse que “*já sabia que não era fácil arranjar emprego*”.

A transição para desempregado significa perder um conjunto de papéis inerentes ao emprego, como o papel de trabalhador, o papel de sustento de família, a “*família do trabalho*”, o sentimento de ser produtivo e útil, o estatuto social, o orgulho e a dignidade, e a auto estima (Raber, 1996; cit. in Hanisch, 1999). O participante E4 é exemplo de como o desemprego afeta o estatuto social, o orgulho e a dignidade, ele diz: “*Sempre que há almoços de família (...) uma pessoa anda lá envergonhada. (...) os irmãos dela (...) gozam uma pessoa*”. Por outro lado o entrevistado E8 serve de exemplo da forma como o desemprego leva à perda do papel de trabalhador e de sustento da família: “*(...) deixa-se de se fazer o que se gosta e depois também precisa-se do dinheiro para viver*”.

### 2.4. Sentimentos experienciados no desemprego.

O desemprego, como foi referido durante a revisão bibliográfica, é encarado de diferentes perspetivas pelas pessoas que o vivenciam. Ou seja, mediante o contexto que originou o despedimento, o desemprego é experienciado de forma positiva ou negativa. Do estudo em análise, apenas dois participantes referiram a vivência de sentimentos positivos no momento do despedimento. O participante E1 diz: “*Ao princípio achei piada, porque durante anos trabalhei e estudei, e estava cansado. (...)*

*Até estava agradecido ao destino porque era uma maneira de eu não ter que me despedir*"; para o participante E4 o despedimento *"foi um alívio"*.

Por outro lado os participantes, atrás referidos, revelaram que a permanência no desemprego despoletou sentimentos negativos. Por exemplo, o indivíduo E4 diz que não pensou *"que fosse tão difícil encontrar emprego outra vez"*, e essa dificuldade em encontrar trabalho levou-o à *"tristeza"* e ao *"desânimo"*.

Se por um lado, os participantes E1 e E4 vivenciaram uma dualidade de sentimentos, os restantes referiram que experienciaram sentimentos negativos quer na transição para o desemprego, quer na permanência no desemprego, e isso é evidenciado em expressões como: *"Foram sentimentos de frustração...mudei de firma à procura de melhores condições de vida e se calhar, se ainda estivesse na antiga empresa ainda poderia estar lá (...) uma pessoa é que se sente humilhado com tudo isto"* (E5).

Este estado pode ser potenciado se os indivíduos estiverem num emprego onde desempenhem uma função com a qual se identifiquem e que faça com que se sintam realizados, ou numa empresa com a qual já tenham desenvolvido alguma vinculação. Este é o caso do participante E6: *"(...) já passaram muitos anos, eu ainda não recuperei (...) é um quase trauma que eu tenho na minha vida, porque o mundo das carteiras era o único que conhecia"*; e E8: *"É triste porque deixa-se de se fazer o que se gosta"*.

Além destes aspetos, a desmotivação e o desespero provocados pela experiência de desemprego também podem ser influenciados pelas vivências passadas do indivíduo e pelo contexto atual, como se pode verificar no discurso do participante E1: *"(...) eu tinha investido no curso (...) Foi como se tivesse voltado para trás...Olhe, foi como se tivesse terminado o 12º ano (...) Parecia que tinha recuado"*.

## **2.5. Impacto do desemprego nas relações interpessoais, familiares e na rotina do indivíduo.**

O efeito destruturador do desemprego impede que o indivíduo consiga satisfazer as suas necessidades financeiras, sociais e psicológicas. Ou seja, os desempregados experienciam efeitos negativos ao nível do seu funcionamento psicológico e social, assim como na "mecânica" do funcionamento familiar. São vários os indivíduos que referem alterações dos seus horários e rotinas, por exemplo, o participante E8 diz: *"(...) é muito triste, porque uma pessoa (...) tem aquela rotina de sai de manhã entra ao fim da tarde"*. O facto de alguns participantes passarem mais tempo em casa originou um aumento dos níveis de ansiedade e

de stresse, é o caso dos indivíduos E4 (*“comecei logo a sofrer (...) porque eu não estava habituado a estar tanto tempo em casa”*); E7 (*“estava habituada a sair de casa todos os dias aquela hora e não sair (...) estava a dar em maluca dentro de casa”*) e E8 (*“Porque é muitos anos naquela rotina e fica-se um bocado à toa”*).

A maioria dos participantes do estudo receberam ajuda financeira por parte da Segurança Social (Subsídio de Desemprego), no entanto, as dificuldades financeiras são um dos problemas mais vezes referidos nas entrevistas. Por exemplo, o sujeito E1 refere que o subsídio que lhe foi atribuído é insuficiente *“para quem tinha um compromisso com o banco”*. Por outro lado o baixo subsídio atribuído ou o término do mesmo (E1: *“Fiquei a receber subsidio mas já acabou”*) obrigam os indivíduos a adaptarem os seus gastos (E1: *“não gasto muito dinheiro. Vou gerindo a reforma da minha mãe (...) ando sempre a contar os tostões”*; E4: *“não somos de grandes gastos, somos bem poupados”*) o que provoca um aumento da ansiedade (E5: *“uma pessoa juntou algum dinheirinho (...) mas já não vai chegar...Isto é uma angústia”*, o que é prejudicial para a saúde.

As relações interpessoais sofreram alterações de carácter negativo para a maioria dos participantes, um dos principais exemplos é o caso do sujeito E1 cuja relação foi-se deteriorando à medida que o tempo no desemprego aumentava (*“As coisas começaram a correr mal e dois anos depois terminamos”*).

No caso do participante E2 que habita com a mãe e a mulher, refere que o facto de passar mais tempo em casa afetou a sua relação familiar, o que se reflete em expressões como: *“o R como está em casa...tem de fazer tudo...tem que ir buscar os sobrinhos, tem que fazer recados à irmã...tem que levar a mãe ao médico (...) alterou um bocado por causa das chatices que começou a haver”*. As fragilidades económicas também contribuem para a deterioração do ambiente familiar, o stresse que daí deriva provoca momentos de maior tensão entre o casal, gerando situações de culpabilização do conjugue para a situação que a família vive. A participante E6 foca esse aspeto: *“o dinheiro depois não entrava (...) depois a culpa é de um e depois a culpa é do outro e a culpa não é de ninguém (...) e fez que uma pessoa se afastasse muito”*.

No entanto a situação de desemprego não atinge única e exclusivamente a relação familiar, as relações com os amigos e colegas também são prejudicadas, como é possível verificar no discurso dos indivíduos E3: *“Eu deixei de falar com os meus colegas (...) ainda passamos uns bons bocados (...) cada um foi para o seu lado”* e E4: *“os meus amigos eram os colegas de trabalho (...) uma pessoa sai da empresa até a amizade termina”*.

Dos participantes do estudo, apenas E5 afirma que o desemprego não teve impacto na vida familiar (“*a família sempre me apoiou muito*”), no entanto admite o afastamento da relação com os amigos (“*eu não queria estar com eles (...) porque traz-me lembranças (...) o que acaba por me magoar*”).

O trabalho é um meio de socialização, onde cada sujeito desenvolve relacionamentos de proximidade e amizade com os colegas, isto é constatado nos testemunhos dos indivíduos E3, E4 e E5. No momento da privação do trabalho essas estruturas são abaladas e muitas vezes destruídas.

## 2.6. Saúde física e mental.

Estudos realizados por todo o mundo e em diferentes épocas, que focaram-se no impacto do desemprego ao nível do bem-estar subjetivo, reuniram consenso ao concluir que os trabalhadores possuem um bem-estar substancialmente maior que os desempregados (Ervasti, 2002; cit. in Ferreira, Freitas, Costa, & Santos, 2010). Alguns autores abordam as queixas psicossomáticas, relatadas nas investigações sobre o desemprego e, em alguns casos, verificou-se uma evolução para depressão (Catalano, Aldrete & Aguilar, 2000; cit. in Ferreira, Freitas, Costa, & Santos, 2010). Um bom exemplo, é o caso do entrevistado E5 ao dizer que “*anda doente...anda triste...não come*”; “*ando desanimado. Isto é um desgosto muito grande*”. O participante E2 admite desconhecer se tem “*alguma doença...alguma depressão*”, mas diz sentir-se “*mais em baixo*”.

Na generalidade, os participantes do estudo quando confrontados com uma pergunta direta sobre o impacto do desemprego na saúde física e na saúde mental, respondem de forma negativa às questões, contrariando o que se encontra na bibliografia. No entanto é possível perceber, através de respostas dadas a outras questões, que o seu bem-estar foi severamente comprometido. É o caso do entrevistado E4, quando questionado sobre a existência de efeitos negativos na saúde física e mental, o sujeito respondeu com um “*não*”. Contudo, numa outra questão o participante E4 corrobora os efeitos adversos do desemprego no bem-estar psicológico, nomeadamente o do risco de suicídio referido em vários estudos (Chan, Yip, Wong, & Chen, 2007; Johansson & Sundquist, 1997; Voss et al., 2004; cit. in Santos, Ferreira, Albuquerque, et al., 2010), com a seguinte expressão: “*há dias que só me apetece desaparecer...dar um tiro olhe...acabar comigo*”.

Para além do que foi referido, é possível identificar nos pontos anteriores deste trabalho, vivências depressivas, desânimo, incerteza, insegurança e problemas familiares. Estes aspetos são referidos por Rocha, Carvalho e Barreto (1999) como causa da

degradação da saúde física e mental dos indivíduos desempregados.

## 2.7. Procura de novo emprego.

A maioria dos indivíduos do presente estudo iniciou a procura de emprego logo após a situação de desemprego (E1: “*Eu não parava de procurar!*”) e ainda hoje continuam a procurar, como refere o participante E2: “*Eu continuo à procura*”.

O processo de procura de emprego inicia-se após a elaboração de uma meta pelo indivíduo (Creed, King, Hood, & McKenzie, 2009; cit. in Ferreira, Freitas, Costa, & Santos, 2010). O emprego é uma atividade onde o indivíduo pode satisfazer necessidades relacionadas com a sua identidade (trabalhar na área que gosta; ter emprego de elevado prestígio; etc.), no entanto tem-se verificado que a prioridade é atribuída ao rendimento. Ou seja, os indivíduos têm colocado em segundo plano a satisfação das suas necessidades de realização para se centrarem mais nas fontes de rendimento e subsistência, o que implicará uma maior recetividade em outras áreas (Wanberg, Rotundo & Kanfer, 1999). Esta realidade é perceptível através das entrevistas dos nossos participantes: “*Eu procurava qualquer coisa*” (E3); “*Procuro tudo*”, “*uma pessoa tem que comer*” (E2); “*Eu procuro tudo que eu não sou esquisito (...) trago sempre entre 30 a 50 euros por sábado...já é alguma coisa*” (E4); “*Eu procuro tudo*” (E5).

Apesar dos participantes alargarem a pesquisa de emprego a outras áreas, a grande maioria continua a sentir dificuldades em encontrar um novo emprego. A maioria dos participantes, quando questionados sobre a procura de emprego, usaram expressões como: “*Não há nada*” (E2); “*ninguém me dá*” (E5).

Um outro aspeto referido pelos participantes na busca de emprego prende-se com a precariedade dos trabalhos encontrados ou oferecidos, por exemplo o participante E2 diz que teve uma proposta de trabalho “*tão longe e nem o ordenado mínimo*” pagavam; o indivíduo E4 diz que já o “*chamaram mas mais parecia que estavam a gozar*”; já E7 diz que “*os patrões pensam que os empregados são escravos*”. As ofertas precárias aliadas à ausência de respostas por parte das entidades empregadoras (E6: “*envia-se currículos e coisas assim, não há resposta nenhuma*”) levam ao desânimo nas buscas de emprego (E3: “*já está a ser difícil procurar...*”).

## 2.8. Procura de novo emprego: Estratégias adotadas e insucesso no reemprego.

Após os relatos, dos participantes deste estudo, referentes à dificuldade no reemprego, tornou-se pertinente perceber quais as estratégias utilizadas. A procura de emprego implica dedicação, tempo e recursos orientados para as tarefas envolvidas neste processo, como a elaboração e periódica atualização do currículo, a pesquisa de anúncios de emprego e a frequente procura de contacto com entidades empregadoras (Creed et al., 2009).

Enquadrando nesta perspetiva, uma grande parte dos participantes utiliza apenas o “porta a porta” como estratégia para encontrar emprego, como é o caso do indivíduo E3 (“*eu batia às portas das pessoas e pedia trabalho*”) e E5 (“*bati a todas as portas*”). Por outro lado os indivíduos E4 e E8 confiavam, quase exclusivamente, o reemprego ao Centro de Emprego (“*faço tudo o que o centro de emprego me manda*”; “*vou ao Centro de Emprego e eles têm sempre propostas*”). O participante E6 foi o que mais alargou a sua área de pesquisa, pois procurava emprego “*em anúncios, internet e no Centro de Emprego*”.

Apesar das diversas estratégias utilizadas na procura de emprego, o resultado final foi igual para todos os participantes. Esse resultado foi o de não encontrar novo emprego. Procurar novo emprego está dependente de muitos mais fatores do que a simples estratégia adotada. Kanfer e colaboradores (2001) alertam para a importância da intensidade de procura de emprego. Intensidade que não está presente em alguns participantes, como é o caso do sujeito E3: “*Está a ser difícil encontrar e nesta altura já está a ser difícil procurar*”. Estes mesmos autores, no âmbito dos vários estudos que realizaram, identificaram algumas variáveis que favorecem a procura de emprego e a reinserção profissional: ser desempregado de curta duração, do sexo masculino, jovem e com mais instrução.

A importância das variáveis atrás referidas, na procura de emprego, são identificáveis na nossa amostra através de duas questões. Numa primeira questão pretende-se saber quais os fatores que os participantes identificam como responsáveis pelo insucesso na procura de emprego. Expressões como: “*uma pessoa já tem uma certa idade*” (E4); “*pedem experiência logo de 4 ou 5 anos (...) e depois só até aos 30 anos (...) Eu tenho 42*” (E6); “*eles agora impõem a idade, a idade, já não tenho formação, para a idade que tenho exigem mais*” (E8), realçam a importância que os participantes atribuem à idade mais elevada e à baixa qualificação escolar, enquanto variáveis essenciais para não conseguir emprego facilmente. No entanto, é importante referir que o feedback por parte das entidades empregadoras baixou a auto-estima e ao mesmo tempo despoletou sentimentos de

frustração e de incapacidade nos participantes (E4: “*eu não sou velho mas os mais novos sujeitam-se a tudo...enfim...*”); (E7: “*Ai não tem experiência nisto ou naquilo? A pessoa diz que não (...) nem dão a chance da pessoa mostrar*”); (E8: “*A idade, eu acho que ainda tenho capacidades que possa trabalhar em qualquer coisa*”). Um outro aspeto muito referido como impeditivo da reinserção no mundo do emprego é a crise socioeconómica que se vive. No entanto essa questão será abordada posteriormente.

Uma segunda questão pretende perceber quais os fatores facilitadores para conseguir um novo emprego. É nesta questão que os participantes, de forma quase unanime, referem as qualificações académicas e a experiência profissional como fatores que permitiriam obter um emprego mais facilmente (E2: “*É importante ter bons conhecimentos, ter cursos*”; E4: “*conhecimentos*”; E6: “*era preciso haver muita prática (...) para depois conseguir um emprego*”; E8: “*o meu filho vai a entrevistas e tem que ter dois anos de experiência (...) dar experiência a ele e aos outros jovens*”). Nesta questão, e à semelhança da anterior, constata-se a prevalência de sentimentos de frustração e impotência perante a incapacidade de encontrar emprego. Alguns sujeitos referem fatores fora do seu controle como responsáveis pelo aumento da probabilidade de encontrar emprego, podemos verificar isso em expressões como: “*Eu não vejo o que é que pode aumentar. Olhe, é ser filho de alguém rico (...) ou ter uma grande cunha*” (E1); “*Se quer com sinceridade (...) se tiver um bom padrinho ou uma boa madrinha deve ser esse o fator principal*” (E8). Analisando estes dados segundo Waters e Moore (2002, cit. in Campos, 2008) os indivíduos mais otimistas e que sentem possuir maior controlo sobre as suas situações conseguem envolver-se numa procura mais intensa e ativa, aumentando as hipóteses de obter emprego.

## **2.9. Procura de novo emprego: Papel da família e do governo português.**

Por outro lado, Verhaar e Smuldres (1999; cit. in Campos, 2008) defendem que a responsabilidade pelo desenvolvimento de condições de procura de emprego deve ser responsabilidade do governo, através da implementação de projetos e medidas governamentais. A maioria dos participantes deste estudo reconhece que o impacto do governo (através da instituição – Instituto do Emprego e Formação Profissional, normalmente designado por Centro de Emprego) é pouco significativo no processo de procura de emprego. Os indivíduos não reconhecem grande capacidade para aumentar a probabilidade de conseguir um novo emprego, por exemplo E1 diz que não sabe “*muito bem para que servem (...) até podem ter boas intenções, mas na*

*prática pouco conseguem ajudar*". O indivíduo E4 também revela pouca esperança na capacidade dos Centros de Emprego ajudarem a encontrar emprego (*"não podem fazer mais nada...se uma pessoa sozinha a procurar não encontra, como é que eles encontram para centenas e milhares de desempregados?"*)

Os amigos e a família também desempenham um papel importante na procura de emprego, que seja na componente emocional (E5: *"A minha esposa e ao meu irmão mais velho, que sempre foi como um pai para mim"*), quer seja diretamente na busca de emprego (E4: *"a minha mulher e o Sr. A...mal ou bem tem-me sempre dado alguns trabalhos que aparecem"*).

Por outro lado, alguns participantes mostram sentimento de vergonha quando se trata de pedir ajuda a amigos e familiares, um exemplo é o participante E1 (*"sentia que não podia recorrer a ninguém! (...) Não queria demonstrar aos meus pais nem aos meus irmãos que precisava deles e os colegas (...) Até deles eu sentia vergonha"*) e E5 (*"As minhas filhas dão-me apoio mas eu não quero que elas se apercebam da minha situação (...) eu evito falar sobre isso"*).

## **2.10. Situação socioeconómica: Impacto no despedimento e no Reemprego.**

A situação socioeconómica é referida ao longo deste trabalho como um dos fatores responsáveis pela situação de desemprego, e por consequência pelos efeitos negativos no bem-estar psicológico dos indivíduos. No seguimento desta informação verificou-se que a crise socioeconómica é vista, pelos participantes deste estudo, como uma das principais razões para o desemprego e para a dificuldade em conseguir arranjar um novo emprego (E1: *"eu neste momento acho que o problema é a situação atual"*; E3: *"Ora bem eu acho que é esta crise"*).

Com o baixo número de postos de trabalho e com o elevado número de mão-de-obra as oportunidades precárias de trabalho multiplicam-se. Esta é a opinião dos participantes E2 (*"exploram quem está a trabalhar"*), E5 (*"há poucas oportunidades de trabalho...o pouco que existe as empresas defendem-se sobrecarregando o pessoal"*) e E7 (*"querem fazer dos empregados escravos"*). O medo do trabalho precário e de colocarem-se perante uma situação económica pior que a vivida no desemprego leva os participantes a recusarem propostas de emprego, como aconteceu com os participantes E2 (*"Era para arrumar paletes...mas era tão longe e nem o ordenado mínimo me davam"*) e E8 (*"quando chega à hora, ou é os patrões que não pagam ou que não querem meter na Segurança Social isso não, eu prefiro ficar como estou"*). Mediante a precariedade e a escassez de emprego os indivíduos E1, E4 e E6 colocam a

hipótese de emigrar para conseguir melhores condições de vida (E1: “o que tenho que fazer é emigrar”; E4: “se não houver saída vou ter de ir (...) foi o que o primeiro ministro mandou”; E6: “a conjuntura que temos no país (...) temos que emigrar todos”). Um dos participantes já teve experiência de trabalho no estrangeiro e pondera o recorrer novamente à emigração (E3: “não tenho medo de ir para fora, já fui e penso que tenho que ir outra vez”). No entanto é visto como uma solução de recurso, em última instância, porque significa alterações profundas na vida dos indivíduos (E1: “eu tenho cá a minha mulher, com trabalho. Vou sem ela? Isso eu acho que é mau (...) será mesmo a última opção”).

Os momentos de crise social e económica, que Portugal atravessa geram um clima de incerteza (E5: “estamos numa maré de incertezas”), desânimo e de ausência de esperança quanto a um futuro mais risonho (E4: “a minha imagem é o reflexo do nosso país, portugueses com dívidas...sem dinheiro para nada...sem trabalho e pior que tudo...sem esperança”). No entanto, sendo a crise uma situação global os indivíduos tentam reduzir as emoções negativas que sentem ao consciencializar-se de que não é o único a passar por esta situação, cria-se uma sensação de empatia para com os milhares de outras pessoas estão a vivenciar o desemprego (E7: “A minha irmã (...) também está agora pelo desemprego (...) em todo lado agora há desemprego”, “A crise não é só aqui, foi global, é global, a crise”).

### 2.11. Formação, Iniciativa e Proatividade.

A instabilidade socioeconómica que Portugal atravessa contribuiu para a falência e reestruturação de inúmeras empresas, levando à extinção milhares de postos de trabalho. Deste modo, para possuir uma maior probabilidade de sucesso no mundo do trabalho o indivíduo tem de possuir um conjunto de características, entre as quais se destacam a capacidade de antecipação e a iniciativa. A proatividade referida pode verificar-se na procura ativa de trabalho, mas também na procura de formação e conhecimentos que possam facilitar a obtenção de emprego. A maioria dos indivíduos concluíram o ciclo de estudos através de formações organizadas pelo IEFP direcionadas para desempregados (E4: “Eu tenho o secundário (...) Fiz ali na Escola de Águas Santas, no Centro das Oportunidades”; E5: “Eu tenho o 9º ano (...) Fiz através do RVCC”; E6: “fiz o 9º ano (...) na Escola Profissional”; E8: “fiz o 9º por Novas Oportunidades”), que para além de serem uma forma de adquirirem mais conhecimentos, também abre portas para outras possibilidades de emprego (E8: “estou a pensar em tirar formação de Geriatria (...) assim já há mais garantias de emprego”). Ao frequentar as ações de

formação do IEFP os indivíduos mantêm contato com pessoas em situação semelhante, encontrando desta forma suporte que ajuda a melhorar o bem-estar subjetivo. Um bom exemplo são os testemunhos da participante E7: *“o convívio com as pessoas e tudo, fez-me muito bem a Escola a mim que tenho problemas de cabeça, fez-me muito bem, só o convívio com as pessoas”*.

Por outro lado alguns participantes encaram as formações como algo que é imposto pelo IEFP e que a não frequência do mesmo implica perder dinheiro no final do mês (E2: *“não fiz mais nenhuma...Já na altura fiz porque fui obrigado (...) disseram-me que se eu não fizesse podiam-me cortar o subsidio”*). O desinteresse pelas formações está presente no discurso do participante E5: *“eu fiz algumas que davam subsidio...mas não tenho entusiasmo nenhum...eu fiz porque foi o centro de emprego que me mandou”*.

O participante E1 revela ser proactivo, na medida que aborda uma alternativa à procura de emprego. Essa alternativa é a criação do próprio trabalho (*“Eu procuro (...) Se tivesse dinheiro, nem procurava...abria um negócio”*), abdicando de exercer a sua área de formação superior para enveredar por um caminho que, segundo ele, terá sucesso garantido (*“Abria uma pastelaria. A área da restauração continua a ser aquela que dá”*).

### 3. Limitações

O presente estudo apresenta algumas limitações, designadamente em relação à amostra, cujas características sociobiográficas não são representativas da globalidade da população. Por exemplo, a formação escolar desta amostra é muito semelhante, a maioria dos participantes, à data da primeira situação de desemprego, possuíam entre a 4<sup>a</sup> classe e o 6<sup>o</sup> ano. Ao nível geográfico também não houve a possibilidade de ter uma amostra representativa da população, ou seja, ter uma percentagem de participantes oriundos de zonas urbanas e rurais semelhantes ao que existe na população portuguesa.

No que concerne às limitações, tem também de haver consciência das dificuldades de fidelidade e validade, na seleção dos elementos da entrevista a partir dos quais partiu-se para a análise, quer pelo fato de se tratarem de casos muito específicos e não se conseguir ter ainda uma visão suficientemente completa do desemprego, uma vez que haverá ainda outras formas de agir e reagir, que não foram contempladas.

Por outro lado, seria interessante ter inquirido pessoas empregadas, de modo a realizar comparações entre este e o grupo de sujeitos em situação de desemprego (por exemplo, diferenças dos níveis de esperança e expectativas futuras entre sujeitos empregados e desempregados; comparar a perceção do

impacto da crise socioeconómica na vivência da precariedade no emprego e na procura de novo emprego; etc.).

#### **IV. Discussão**

Neste ponto evidencia-se os resultados mais importantes obtidos durante a análise exploratória, tentando articula-los com a informação recolhida durante a revisão bibliográfica.

Em primeiro lugar é pertinente referir o início precoce da atividade profissional por parte dos participantes. Sete dos oito participantes abandonaram a escola precocemente para iniciarem-se no mundo do trabalho. A maioria abandonou involuntariamente a escola entre a 4ª classe e o 6º ano de escolaridade. A análise destes dados de abandono escolar tem de ser efetuado de forma cautelosa. A escolaridade obrigatória foi mudando ao longo dos tempos. Nos finais do Séc. XIX foi implementado a obrigatoriedade da escolaridade primária (1.º Ciclo do Ensino Básico). No ano de 1964 a escolaridade básica obrigatória foi ampliada para 6 anos (por Decreto-Lei n.º45810 de 9 de Junho de 1964) e a partir de 1987 passou para 9 anos (Caetano, 2005). Analisando esta informação verifica-se que apenas o participante E7 abandonou a escola antes de completar o ensino obrigatório e que os restantes abandonaram a escola imediatamente após concluírem a escolaridade obrigatória (à exceção de E1 e E2 que completaram mais que o ensino obrigatório). A razão para o abandono escolar e para o início precoce da vida profissional é unanime entre os participantes e está relacionado com a dificuldade económica que as famílias portuguesas viviam nas décadas de 50, 60 e 70. Queiroz (1995; cit. in Vieira, 2005) constatou que durante aquele período as profissões eram aprendidas no local de trabalho e por imitação, os saberes adquiridos na escola não eram vistos como relevantes para trabalhar. Estes dados são corroborados pelos nossos participantes, na medida em que a maioria deles dizem ter aprendido a profissão seguindo os ensinamentos dos funcionários mais velhos, ao mesmo tempo que desvalorizam a importância dos conhecimentos obtidos na escola.

Por outro lado, o trabalho é um espaço de socialização e de enquadramento social (Cook, 1991), esta perspetiva é relatada nos testemunhos dos participantes E2, E3, E4, E5, E7 e E8. Os aspetos atrás referidos contribuem para evidenciar a importância do trabalho no processo de formação da identidade e desenvolvimento do individuo. Um fator referido na bibliografia como sendo importante para a constituição da identidade é o reconhecimento do individuo pelo outro (Mercure, 1995), no entanto os participantes do estudo referem na sua maioria o não

reconhecimento da importância do trabalho desempenhado. Este é um dos aspetos apontados como negativos na sua experiência profissional evidenciando a importância que os indivíduos atribuem ao reconhecimento por parte dos outros.

O contributo do trabalho não se resume ao que foi dito anteriormente, como constatámos durante a revisão da literatura, o trabalho permite a satisfação das necessidades de segurança e alimentação, devido à independência financeira que proporciona (Savickas, 1990). Ao analisar as entrevistas verifica-se que todos os participantes consideram essencial trabalhar para garantir a autonomia financeira necessária à subsistência.

A transição para o desemprego é um acontecimento stressante e que implica mudança e incerteza nos indivíduos que a vivenciam (Kessler, Turner & House, 1988; Warr, Jackson & Banks, 1988). A preocupação e a incerteza estão presentes nos testemunhos dos participantes E1, E2, E3 e E4. Esta transição significa perder um conjunto de papéis inerentes ao trabalho, o participante E8 é o exemplo da perda do papel de trabalhador, por outro lado, os participantes E1, E4 e E5 são a evidência da perda do estatuto social, do orgulho, da dignidade e da auto-estima referidas na literatura por Raber (1996; cit. in Hanisch, 1999).

São vários os estudos que visam perceber o impacto do desemprego no bem-estar psicológico e físico. A maioria das investigações referem que os desempregados vivenciam elevados níveis de depressão, angústia, stresse, tristeza ansiedade e baixa auto-estima (Kessler, Turner & House, 1988; Warr, Jackson & Banks, 1988). Um dos exemplos destes dados nesta investigação são os discursos dos participantes E6 e E8, que mostram o quão traumático e frustrante é experienciar a situação de desemprego. Na componente fisiológica McKee-Ryan (2005) faz referência ao aparecimento de doenças cardiovasculares, imunológicas e bioquímicas como consequência do desemprego, na análise das entrevistas desta investigação não há evidência de qualquer impacto físico que tenha origem na situação de desemprego. No entanto, nos testemunhos dos participantes E2 e E5, encontrou-se um aspeto explorado em outras investigações: as queixas psicossomáticas, que podem evoluir para depressão (Catalano, Aldrete & Aguilar, 2000; cit. in Ferreira, Freitas, Costa, & Santos, 2010).

No plano familiar, os estudos empíricos desenvolvidos por Jensen e Smith (1990) mostram que o desemprego é responsável pela instabilidade conjugal, sendo responsável por situações de divórcio e separação. O participante E1 revela como a sua relação desmoronou-se após a entrada no mundo do desemprego. Os participantes E2 e E6 focam os problemas financeiros, resultantes do desemprego, como fatores que elevaram a ansiedade na relação e a respetiva deterioração. É

importante referir que os problemas familiares contribuíram para a degradação do bem-estar subjetivo dos participantes da investigação, corroborando dados encontrados na bibliografia (Rocha, Carvalho & Barreto, 1999).

Por fim, analisando as entrevistas verifica-se que a maioria dos indivíduos culpabilizam a situação socioeconómica do país pelo aumento do desemprego e pela dificuldade em reentrar no mercado de trabalho. Apesar do que foi dito, os participantes reconhecem esforço por parte das entidades governamentais no auxílio aos desempregados. Ajudando-os ao nível financeiro, na aquisição de novas competências (através de cursos para adultos) e na procura de emprego. Outros fatores enumerados pelos participantes como impeditivos de uma reentrada bem-sucedida no mundo do trabalho foram, a elevada idade e as baixas qualificações escolares. Estes dados vão de encontro às conclusões obtidas no estudo de Kanfer e colaboradores (2001), que dizem que os desempregados de curta duração, do sexo masculino, jovens e mais instruídos obtêm melhores resultados na procura de emprego.

## **V. Conclusão.**

O presente trabalho teve como objetivo alcançar uma compreensão o mais global possível relativamente a uma situação de vida bastante comum na atualidade e principalmente na sociedade ocidental: o desemprego.

A compreensão do desemprego pode ser feita à luz das diferentes áreas de conhecimento. No entanto, ao pretender perceber a forma como os indivíduos vivenciaram e sentiram o desemprego entra-se no campo da psicologia. Ou seja, tenta-se compreender numa perspetiva holística a vivência do desemprego enquanto situação capaz de influenciar o comportamento e o modo de sentir das pessoas quando desempregadas.

A revisão da literatura permite identificar os inúmeros fatores envolvidos no modo como o desemprego pode afetar o bem-estar subjetivo dos indivíduos. Por outro lado, ajudou a compreender que cada pessoa experiêcia o desemprego de forma diferente, pois possuem personalidades e histórias de vida distintas. Ao analisar as entrevistas dos participantes desta investigação foi possível perceber a diversidade de modos de vivenciar o desemprego. Foi também possível verificar de que forma o percurso académico influenciou a vida profissional. Por outro lado constatou-se a importância do trabalho para a satisfação das necessidades financeiras, sociais e psicológicas dos indivíduos, e em consequência disso, no modo como o desemprego as afeta. Na sequência, destacou-se o fato do desemprego afetar os

relacionamentos interpessoais, principalmente nas relações familiares, levando inclusive ao fim das mesmas. A existência de diversos programas de formação e intervenção com desempregados não é percebido pelos participantes como tendo um impacto significativo no combate ao desemprego e consequente regresso ao trabalho. Torna-se então pertinente perceber qual será a funcionalidade ou utilidade de um acompanhamento vocacional na atualidade, qual será o melhor método para dotar de instrumentos, entre muitas outras questões fundamentais, que se centram sobretudo em reintegrar a população desempregada no mercado de trabalho, tendo em conta a escassez de empregos e a mão-de-obra não qualificada.

Concluindo, o desemprego não é vivido de forma uniforme, tanto contribui para o aparecimento de comportamentos e sentimento negativos, como pode ser visto como uma oportunidade positiva de mudança na vida do indivíduo. Assim é necessário abordar o desemprego de forma flexível para que se possa potenciar a descoberta dos seus significados e fatores que serão o ponto de partida para a reorganização da pessoa em termos vocacionais. Sendo que esta reorganização enquanto tradutor de uma mudança na vida do indivíduo, surge como fator promotor do bem-estar subjetivo.

## VI. Bibliografia

**Bento, S. P. A.** (2003). *Impactos da não pertença a uma organização laboral*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto. Porto.

**Brammer, L.** (1992). Coping with life transitions. *International Journal for the Advancement of Counseling*, 15, 239-255.

**Brêda, M.** (1996). *Trabalho e Vocação: contributos para uma reflexão metapsicológica sobre o trabalho*. Dissertação de Mestrado em Psicologia. Coimbra.

**Bruto da Costa, A.** (1998). *Exclusões sociais*. Lisboa: Gradiva.

**Caetano, L.** (2005). Abandono Escolar: Repercussões Sócio-Económicas na Região Centro. Algumas Reflexões. *Finisterra*, XL, 79, 163-176.

**Cook, E. P.** (1991). Annual Review: Practice and research in career counseling and development. *The Career Development Quarterly*, 40 (2), 99-131.

**Dicionário de Sociologia.** (2002). Porto: Porto Editora.

**England, G. W.** (1988). "The Variety of Work Meanings – USA, Germany and Japan in Keyser, Qvale, Wilpert & Quintanilla: *The Meaning of Work and Technological Options*, Cap. 4.

**Ervasti, H., & Venetoklis, T.** (2010). Unemployment and Subjective Well Being. *Ata Sociológica*, 53 (2), 119 -138.

**Eurostat**, Concepts and definitions, cit. in:  
[Http://ec.europa.eu/eurostat/ramon/nomenclatures/index.cfm?TargetUrl=DSP\\_GLOSSARY\\_NOM\\_DTL\\_VIEW&StrNom=CODE\\_D2&StrLanguageCode=EN&IntKey=16616535&RdoSearch=BEGIN&TxtSearch=un&CboTheme=&IntCurrentPage=1](http://ec.europa.eu/eurostat/ramon/nomenclatures/index.cfm?TargetUrl=DSP_GLOSSARY_NOM_DTL_VIEW&StrNom=CODE_D2&StrLanguageCode=EN&IntKey=16616535&RdoSearch=BEGIN&TxtSearch=un&CboTheme=&IntCurrentPage=1)

**Eurostat**, Euro area unemployment rate at 11.5%, cit in:  
<http://www.peprobe.com/wp-content/uploads/2014/07/3-9082014-AP-EN.pdf>

**Ferreira, J., Freitas, R., Costa, R., & Santos, E.** (2010). Contributos para a compreensão da população desempregada: o

papel dos padrões de crenças motivacionais. *Psychologica*, 52 (2), 643-672.

**Freitas, R. A.** (2012). *Dinâmicas de proatividade na gestão de carreira e no emprego: O impacto dos padrões motivacionais em desempregados*. Tese de doutoramento não publicada. Coimbra: Universidade de Coimbra.

**Hanisch, K.** (1999). Job loss and unemployment research from 1994 to 1998: A review and recommendations for research and intervention. *Journal of Vocational Behavior*, 55, 188-220.

**Henriques, M.** (1997). *Capital Humano: Evolução e futuro do emprego, competitividade e flexibilidade*. Porto: Vida Económica.

**INE**, Regulamento (CEE) nº 2223/96 do Conselho, de 25-06-96 - JO L 310 de 30-11-1996 - § 11.20, consultado em: <http://smni.ine.pt/Conceito/Detalhes/410>

**Jensen, P., & Smith, N.** (1990). Unemployment and marital dissolution. *Journal of Population Economics*, 3, 215-229.

**Kanfer, R., Wanberg, C., & Kantrowitz, T.** (2001). Job search and employment: a personal-motivational analysis and meta-analytic review. *Journal of Applied Psychology*, 86 (5), pp. 837-855.

**Kessler, R., Turner, J., & House, J.** (1988). Effects of unemployment on health in a community survey: Main, modifying, and mediating effects. *Journal of Social Issues*, 44 (4), 69-85.

**Lages, M.** (2001). *Desempregados Inscritos e não Inscritos: Características e atitudes perante o trabalho nos Centros de Emprego*. Lisboa: Direção Geral do Emprego e Formação Profissional.

**Livro Verde da Comissão**, de 14 de Outubro de 2005, "Melhorar a saúde mental da população:- Rumo a uma estratégia de saúde mental para a União Europeia ", consultado em: [http://europa.eu/legislation\\_summaries/public\\_health/health\\_determinants\\_lifestyle/c11570c\\_pt.htm](http://europa.eu/legislation_summaries/public_health/health_determinants_lifestyle/c11570c_pt.htm)

**McKee-Ryan, F. M., Song, Z., Wanberg, C. R., & Kinicki, A. J.** (2005). Psychological and Physical Well-Being during unemployment: A Meta-Analytic Study. *Journal of Applied Psychology*, 90 (1), 53-76.

**Mercure**, D. (1995). *Les temporalites sociales. Collections logiques sociales – serie theories sociologiques*. Paris: Harmattan.

**Neff**, Walker S. (1985). *Work and Human Behavior* (Third Edition). New York: Aldine.

**Niessen**, C., Heinrichs, N., & Dorr, S. (2009). Pursuit and adjustment of goals during unemployment: The role of age. *International Journal of Stress Management*, 16 (2), 102- 123.

**Palmonari**, A., & Sarchielli, G. (1988). "Images of Work in the Pre-Entry Phase of the Occupational Socialization Process" in Canter, Jesuino, Soczka, Stephenson, *Environment Social Psychology*. Kluwer Academic Publishers.

**Quintanilla**, S.A., & Wilpert, B. (1988). The meaning of working – scientific status of a concept in V. de Keyser, T. Qvale, B. Wilpert, and S. Ruiz Quintanilla (Eds), *The Meaning of Work and Technological Options*, 3-14. New York: John Wiley

**Rocha**, L., Carvalho, M., & Barreto, M. (1999). *Impactos do desemprego na saúde de homens e mulheres*. São Paulo: UBM.

**Sainsaulieu**, R. (1996). L'identité et les relations de travail. *Education Permanente*, 128 (3), 194-206.

**Santos**, E., Costa, A., & Loureiro, R. (1998). Desemprego: O Problema e Perspetivas de Intervenção num Contexto de Educação de Carreiras. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 13-14, 61-65.

**Santos**, E., Ferreira, J., Albuquerque, C. et al. (2010). Desemprego: experiências de transição. *Psychologica*, 52 (2), 35-44.

**Savickas**, M. (1993). Career counseling in the post-modern era. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 7, 205-215.

**Savickas**, M. (1990). Work and adjustment. *Behavior and Medicine*, D. Wedding (Ed.), 149-161. St. Louis: Mosby

**Schlossberg**, N. (1981). A model for analyzing human adaptation. *The Counseling Psychologist*. 9(2), 2-18. Sage publications.

**Schlossberg**, N., Waters, E., & Goodman, J. (1995). *Counseling adults in transition: Linking practice with theory* (2<sup>a</sup>ed.). New York: Springer Publishing Company.

**Schultz-Gambard** et al. (1988). Individual and Social Consequences of Unemployment. *Environmental Social Psychology - NATO ASI Series*, 45, 182-188.

**Teixeira**, J. A., & Correia, A. R. (2002). Fragilidade social e psicologia da saúde – um exemplo de influências do contexto sobre a saúde. *Análise Psicológica*, 3 (XX), 359-365.

**Vasconcelos**, Z. B., & Oliveira, I. D. (2004). *Orientação vocacional: alguns aspetos teóricos, técnicos e práticos*. São Paulo: Vetor

**Vieira**, M. (2005). O lugar do trabalho escolar – entre o trabalho e o lazer. *Análise Social*, vol. XI (176), 519-545.

**Vondracek**, F., Ferreira, J., & Santos, E. (2010) Vocational Behavior and development in times of social change: New perspectives for theory and practice. *International Journal of Education and Vocational Guidance*, 10 (2), 125-131

**Wanberg**, C. R., Rotundo, M., & Kanfer, R. (1999). Unemployed Individuals: Motives, Job-Search Constraints as Predictors of Job Seeking and Reemployment. *Journal of Applied Psychology*, 84 (6), 897-910.

**Warr**, P. B. (1987). *Work, unemployment, and mental health*. Oxford: Clarendon Press

**Warr**, P., Jackson, P., & Banks, M., (1988). Unemployment and mental health: Some British studies. *Journal of Social Issues*, 44 (4), 47-68.

**Whitbourne**, S. K., & Weinstock, C. S. (1979). *Adult Development – The Differentiation of Experience*. Holt, Rinehart and Winston Ed. New York, 217-238.

**Wilhelm**, M., & Ridley, C. (1988). Unemployment induced adaptations: Relationships among economic responses and individual and marital well-being. *Lifestyles: Family and Economic Issues*, 9, 5-20.

**Zenger**, M.; Berth, H.; Brahler, E., & Stobel-Richter, Y. (2013). Health Complaints and Unemployment: The Role of Self-Efficacy

in a Prospective Cohort Study. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32 (1), 97-115.