

# Estratégias de Enfrentamento Utilizadas por Trabalhadores em Situação de Desemprego: Uma Revisão Integrativa

## Coping Strategies Used by Unemployed Workers: An Integrative Review

*Mary Sandra Carlotto(1); Gabriela Neumann(2)*

1 Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), São Leopoldo, RS, Brasil.

E-mail: mscarlotto@gmail.com | ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-2336-5224>

2 Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), São Leopoldo, RS, Brasil.

E-mail: neumann\_gabriela@yahoo.com.br | ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-9791-6909>

**Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, vol. 14, n. 2, p. , julho-dezembro, 2022 - ISSN 2175-5027

[Submetido: 18 mar. 2022; Revisão1: 22 dez. 2022; Aceito: 7 mar. 2023; Publicado: 21 jun. 2023]

DOI: <https://doi.org/10.18256/2175-5027.2022.v14i2.4696>

Sistema de Avaliação: *Double Blind Review*

Editor: Márcia Fortes Wagner

Como citar este artigo / To cite this article: [clique aqui!/click here!](#)

## Resumo

O desemprego se refere às pessoas com idade para trabalhar, acima de 14 anos, que não estão trabalhando, mas estão disponíveis e tentam encontrar trabalho. O trabalhador em situação de desemprego procura meios para sair de tal situação, recorrendo a estratégias de enfrentamento. Assim, o objetivo do estudo foi realizar uma revisão integrativa da literatura acerca das técnicas e estratégias de enfrentamento (*coping*) utilizadas por trabalhadores em situação de desemprego. A busca foi realizada nas bases de dados Scielo Brasil, Pepsic, BVS, Pubmed, Lilacs e Redalyc com os termos desemprego e *coping* e desemprego e estratégias de enfrentamento. Após a busca realizada foram identificados inicialmente 43 artigos. Desses 34 foram excluídos por não se enquadrarem nos critérios de inclusão e exclusão. Dessa forma, a revisão final contemplou um total de 09 artigos que foram analisados de acordo com as seguintes categorias: ano de publicação; periódico; amostra; método, instrumento utilizado, e, principais resultados. Resultados indicaram maior uso de estratégias individuais para lidar com a situação de desemprego. Para as lacunas identificadas sugerem-se novos estudos com uma maior atenção à diversificação de delineamentos e técnicas de coleta de dados.

*Palavras-chave:* Desemprego; Estratégias de enfrentamento; revisão integrativa.

## Abstract

Unemployment refers to people of working age, over 14, who are not working but are available and trying to find work. The worker in a situation of unemployment looks for means to go out of such a situation, appealing to coping strategies. Thus, the objective of the study was to carry out an integrative literature review about coping techniques and strategies used by unemployed workers. The search was carried out in the databases Scielo Brasil, Pepsic, BVS, Pubmed, Lilacs and Redalyc databases with the terms *unemployment and coping* and *unemployment and coping strategies*. Forty-three articles were identified after the quest. Among them, thirty-two were excluded because they did not fit into the criteria of inclusion and exclusion. Thus, the final revision contemplated a total number of nine articles that were analyzed according to the following categories: year of publication; periodical; sample; method, instrument used, and main results. The results indicated a bigger use of individual strategies to deal with the situation of unemployment. For the identified gaps, new studies are suggested with greater attention to the diversification of designs and data collection techniques.

*Keywords:* Unemployment; Coping strategies; Integrative Revision.

## Resumen

El desempleo se refiere a las personas con edad para trabajar, mayores de 14 años, que no están trabajando, mas están disponibles y procuran encontrar trabajo. El trabajador en situación de desempleo procura medios para salir de tal situación, recorriendo a estrategias de enfrentamiento. Así, el objetivo del estudio fue realizar una revisión integrativa de la literatura acerca de las técnicas y estrategias de afrontamiento utilizadas por los trabajadores desempleados. La búsqueda se realizó en las bases de datos Scielo Brasil, Pepsic, BVS, Pubmed, Lilacs y Redalyc con los términos desempleo y *coping* y desempleo y estrategias de enfrentamiento. Realizada la búsqueda, fueron identificados inicialmente 43 artículos. De estos 34 fueron excluidos por no encuadrarse en los criterios de inclusión y exclusión. De esa forma, la revisión final contempló un total de 09 artículos que fueron analizados de acuerdo con las siguientes categorías: año de publicación; periódico; muestra; método, instrumento utilizado, y, principales resultados. Resultados indicaron mayor uso de estrategias individuales para lidiar con la situación de desempleo. Para las lagunas identificadas se sugieren nuevos estudios con una mayor atención a la diversificación de delineamientos y técnicas de colecta de datos.

*Palabras clave:* Desempleo; Estrategias de enfrentamiento; revisión integradora.

## Introdução

O desemprego, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), refere-se aos indivíduos com mais de 14 anos que não estão trabalhando, porém possuem o desejo, a disponibilidade e estão à procura de emprego (IBGE, 2020). A Organização Internacional do Trabalho (OIT) apontou que em 2020 o número de pessoas em situação de desemprego, deve chegar a 190,5 milhões de indivíduos, uma vez que no ano de 2020 o mundo passou por uma pandemia causado pelo surto do vírus SARS (OIT, 2020). No Brasil, de acordo com o IBGE (2020), o número de pessoas desempregadas em 2019 foi elevado e, durante o primeiro trimestre de 2020, após o primeiro caso de COVID-19 no Brasil, o número de desempregados aumentou para 14,8 milhões de pessoas no trimestre encerrado em novembro de 2020.

Assim, é importante destacar que antes da pandemia já existiam taxas de desemprego em níveis elevados, obrigando desempregados a se adaptarem ao mundo do trabalho que estava se reestruturando, aceitando a exploração do proletariado de serviços ou se mantendo no desemprego (Itaoui *et al.*, 2021). No contexto pandêmico, além da crise sanitária, uma das consequências da pandemia foi o aumento do desemprego seguido pela elevação da informalização do trabalho, dos terceirizados, dos subcontratados, dos flexibilizados, dos trabalhadores em tempo parcial (Costa, 2020).

Para Gautié (1998), o conceito de desemprego é muito mais amplo que apenas a falta de emprego, o conceito de desemprego também é uma construção ou desconstrução social, histórica e econômica, ou seja, o desemprego não é um fenômeno individual e sim coletivo. A situação de desemprego tem sido um assunto central das políticas sociais da atualidade, devido ao seu crescimento intensificado dos últimos tempos (Lima *et al.*, 2019), agravado pela ocorrência da pandemia Covid-19 (IBGE, 2020).

O desemprego é uma das grandes marcas da mudança de modelo produtivo impulsionado pelas inovações científico-tecnológicas, com repercussões para os que estão empregados (aumento da competitividade, das exigências de qualificação e de formação) e para aqueles que estão desempregados (exclusão, trabalhos precários, deterioração das condições sociais e psíquicas) (Mangini & Nunes, 2021). Trata-se de uma condição potencialmente adversa de trabalho com implicações pessoais, sociais, econômicas e psicológicas (Cavalcante *et al.*, 2020). Essa pode causar impactos para os sujeitos que estão nessa situação ou com medo de vir a estar, influenciando nos seus comportamentos individuais como o sentimento de uma vida sem propósito, bem como nos seus relacionamentos sociais e interpessoais, além de afetar diretamente sua capacidade financeira entre outros possíveis prejuízos (Lima *et al.*, 2019).

Como consequências para a sociedade, o desemprego ocasiona diminuição do número de impostos recolhidos afetando diretamente em diversas questões sociais como o aumento dos números de violência e criminalidade, violência doméstica,

conflitos no âmbito familiar e social, podendo criar situações de vulnerabilidade social, além da retração da economia (Almeida *et al.*, 2021; Ribeiro, 2007). Além disso, Lima *et al.* (2019) apontam que o desemprego em grande escala gera uma espécie de barateamento da força de trabalho e o enfraquecimento da luta dos trabalhadores, uma vez que podem ter medo da situação de desemprego.

Em outros séculos, o sujeito não tinha escolha sobre suas atividades de trabalho, ele iria trabalhar onde havia um emprego, como na época da escravidão colonial, período no qual já nascia destinado a exercer determinada atividade ou mais tarde, nas atividades em fábricas, apenas desenvolvia o que era determinado para sua classe econômica (Oliveira *et al.*, 2014; Tolfo & Piccinini, 2007). Na atualidade, devido às diversas mudanças econômicas, trabalhistas, sociais, entre outras, se reconhece os trabalhadores autônomos, informais e terceirizados (Kim *et al.*, 2017). Irigaray *et al.* (2019) afirmam que diversos trabalhadores estão migrando para outras formas de trabalho, diminuindo o número de trabalhadores assalariados e aumentando o número de autônomos e terceirizados, e os que optam por criar uma empresa jurídica e prestar serviços, possuindo uma maior autonomia de seu trabalho. Na sociedade brasileira contemporânea, com o agravamento do desemprego, os números do emprego formal com carteira assinada permanecem reduzidos e foram ampliados a quantidade de trabalho autônomo, precário e informal como manifestações contemporâneas do desemprego (Mangini & Nunes, 2021).

Independente da forma ou do contrato de trabalho, ter um trabalho é importante ao sujeito, podendo ser uma forma de criar sua identidade pessoal e social, ter sua identidade associada a uma profissão (Ribeiro, 2007), estabelecer relações sociais por meio da colaboração e divisão de tarefas (Silva & Moraes, 2021). Além disso, o trabalho pode ser fonte de renda e sustento que lhe permite adquirir bens e status, tornando sua vida mais significativa (Sato & Schmidt, 2004).

A situação de estar desempregado é vivenciada de forma sofrida pelos trabalhadores que experimentam sentimentos de angústia, insegurança, incerteza, insatisfação com sua vida atual, menor bem-estar e qualidade de vida (Schlee *et al.*, 2021). Diversos estudos (Estramiana, 1992; Oliveira & Mendes, 2014; Oliveira *et al.*, 2020; Oshiro & Marques, 2017; Ribeiro, 2007) descrevem os aspectos negativos da situação de desemprego que impactam na saúde mental dos sujeitos os quais incluem: redução dos rendimentos financeiros, uma vez que o sujeito foi privado de seu salário e de seus benefícios; restrições no padrão de vida, por vezes precisando se desfazer de bens; menor possibilidade de decidir sobre sua própria vida; dependência da ajuda de terceiros; baixa estima; dificuldades cognitivas; redução do desenvolvimento e da prática de habilidades; insegurança em relação ao futuro; restrições dos contatos interpessoais; perda de posição social valorizada.

Além dos impactos psicossociais, podem desenvolver transtornos psiquiátricos menores, depressão e ansiedade. Outros estudos incluem, também, na situação de

desemprego, aspectos como ameaça à segurança econômica, perda do sentido trabalho e do status social, perda da estrutura do tempo, desenvolvimento de sentimentos de inferioridade e de depressão, pessimismo, vergonha, introversão e isolamento social, perda da identidade e do reconhecimento social, sentimento de exclusão da sociedade trabalhadora. As pessoas se sentem inúteis, ofendidas e humilhadas, uma vez que o salário recebido é importante para o sentimento de autonomia e independência (Mayer & Hollederer, 2022; Oshiro & Marques, 2017; Tumolo & Tumolo, 2004).

Investigação realizada por Barbosa *et al.* (2021) identificou a presença de sentimentos de perda, humilhação e exclusão social que repercutiram no estado de humor, no aumento da ansiedade e do estresse. Uma vez que o sujeito se encontra nesta situação, ele tende a procurar meios de sair de tal, recorrendo as estratégias de enfrentamento da situação indesejada (Folkman & Lazarus, 1980). O sujeito quando se percebe em uma situação estressante tende a criar estratégias para enfrentar tal situação.

As estratégias de *coping* são estratégias cognitivas, comportamentais voltadas ao manejo das situações de estresse (Folkman & Lazarus, 1980). Utilizar estas estratégias permite que o indivíduo possa buscar o controle da situação, ou até mesmo suportar a situação, além da busca por diminuir as questões do sujeito tanto internas como externas, que vão além de suas capacidades (Carver & Connor-Smith, 2010). Estas estratégias, podem ser focadas no problema ou na emoção, quando focadas no problema procuram focar na causa do estresse, e quando focado na emoção, procuram diminuir os sentimentos negativos do sujeito (Folkman & Lazarus, 1980).

Schlee *et al.* (2021) dividem as estratégias de enfrentamento em três níveis, o micro, meso e o macro. As estratégias de micronível são descritas pelo uso de mecanismos cognitivos e estratégias emocionais, realização de atividades de lazer disponíveis, experimentar a dimensão artística da vida, busca de vagas na internet ou em jornais, melhorar sua própria educação (voltar à escola ou universidade), reduzir gastos pessoais, pensar positivamente no futuro e acreditar em si mesmo e normalizar sua situação. As estratégias de enfrentamento do mesonível são consideradas as ações relacionais como busca de apoio financeiro e/ou emocional junto a sua rede social como família, parceiro, amigos e outras pessoas importantes. Busca de aconselhamento e assistência durante a procura de emprego ou processos de seletivos. No macronível, as estratégias de enfrentamento são caracterizadas pela busca de apoio de instituições públicas e do Estado, como o seguro-desemprego, frequentar programas governamentais para melhorar as competências, ingressar em empresas para estágios e possível contratação.

Deste modo, considerando que a forma como a pessoa lida com as situações estressantes desempenha um importante papel na relação entre o estresse e o processo de saúde-doença (Lazarus & Folkman, 1984), este estudo possui como objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura acerca das técnicas e estratégias de enfrentamento (*coping*) utilizadas por trabalhadores em situação de desemprego.

## Método

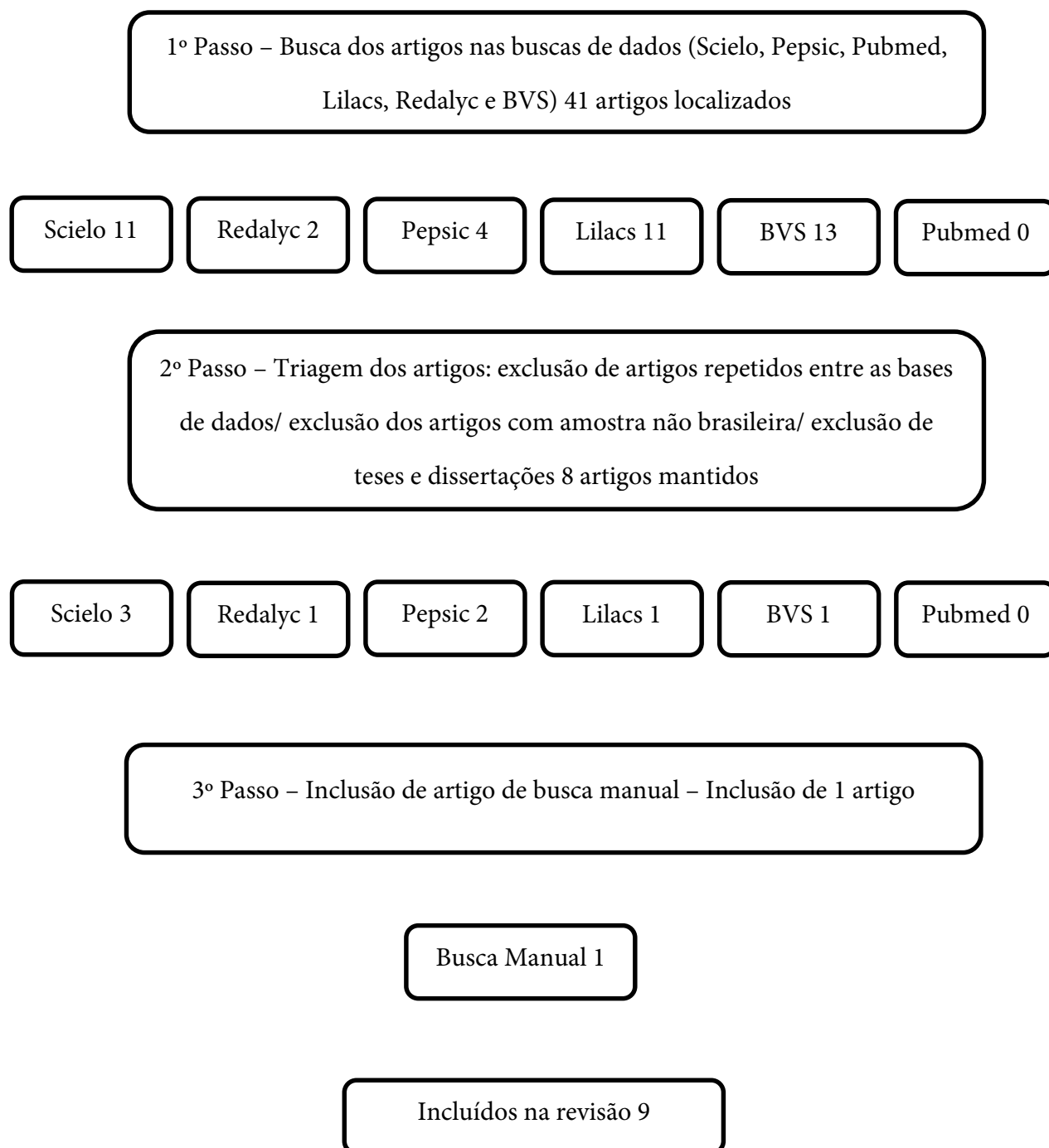
Devido escassez da literatura sobre a temática conduziu-se uma metodologia baseada no guia do Grupo de Métodos de Revisões Rápidas de Cochrane (Garritty *et al.*, 2020). A revisão narrativa de literatura realizada neste estudo utilizou as seguintes bases de dados: Scielo Brasil, Pepsic, BVS, Pubmed, Lilacs e Redalyc. A opção por estas bases foi realizada por contemplarem revistas avaliadas por pares, reconhecidas pela comunidade acadêmica, e possuírem abrangência nacional. Para a busca foram utilizados a combinação dos seguintes termos: *desemprego AND coping*; *desemprego AND estratégias de enfrentamento*; *unemployment AND coping*; *desempleo AND enfrentamiento*. Os dados foram coletados no mês de fevereiro de 2020 e considerados os artigos publicados entre 2000 e 2021.

A presente pesquisa foi realizada nas seis bases separadamente, tendo como critérios de inclusão: 1. ser uma pesquisa com amostra brasileira, 2. ter sido publicada entre os anos de 2000 a 2021; artigos publicados em língua portuguesa, inglesa e espanhola e critérios de exclusão: teses e dissertações, artigos de revisão sistemática ou revisão teórica. As dimensões de análise estabelecidas: (1) Ano de publicação; (2) Periódico; (3) Amostra; (4) Método; (5) Instrumento utilizado para avaliação das estratégias de enfrentamento; (6) Principais resultados. A seleção de artigos e enquadramento nas categorias de análise foi realizado por duas revisoras especialistas em Psicologia do Trabalho.

## Resultados

Após a busca realizada foram identificados inicialmente 43 artigos. Desses, 32 foram excluídos por apresentarem duplicatas na revisão ou por se tratar de livros impressos ou não se enquadrarem nos critérios de inclusão e exclusão já citados. Dessa forma, a revisão final contemplou um total de 09 artigos. O procedimento de busca de artigos adotado nesta revisão pode ser identificado na Figura 1 e a caracterização dos artigos são apresentados na Tabela 1.

**Figura 1.** Fluxo da informação com as fases da revisão integrativa de literatura



Quanto aos anos de publicação, foi identificado que os anos de maior produção de artigos científicos sobre a temática de desemprego e técnicas de enfrentamento foram em 2008 e 2015, com 3 artigos publicados em cada ano. A maioria dos artigos (6) foram publicados em revistas de Psicologia. O método mais utilizado foi o qualitativo, tendo entrevistas como o instrumento de maior uso.



**Tabela 1.** Descrição das publicações de acordo com título, ano de publicação, autoria, amostra, método, instrumentos e principais resultados

Título/autores/Ano/Revista	Amostra	Método	Instrumentos	Principais resultados
1. Desemprego e subjetividade: estratégias de inclusão social e sobrevivência. Caldana, A. C. F. & Figueiredo, M. A. de C. (2002). Paidéia.	20 sujeitos em situação de desemprego	Qualitativo	Entrevista semiestruturada	Busca de emprego junto às agências especializadas, aliada à realização de trabalhos precários, relacionamentos interpessoais, deixar currículos nas empresas, investir na qualificação, mudança de cidade, uso das economias, auxílio de sindicatos.
2. Formas de lidar com o desemprego: possibilidades e limites de um projeto de atuação em psicologia social do trabalho. Farina, A. S. & Neves, T. F. S. (2007). Cadernos de Psicologia Social do Trabalho.	10 sujeitos em situação de desemprego	Intervenção	Relato de psicólogas	Colocar seu próprio negócio, realizar bicos, concursos públicos, investir na qualificação, trabalhar em empresas familiares e busca em jornais.
3. <i>Coping</i> em jovens frente à expectativa de inserção ocupacional e indicadores de depressão. Coelho <i>et al.</i> (2008). Psicologia: Teoria e Pesquisa	413 estudantes	Quantitativo	Questionário adaptado pelos autores para avaliar o <i>coping</i>	<i>Coping</i> comportamental e emocional (dimensões do pensamento construtivo) e <i>coping</i> direto (dimensão das estratégias de <i>coping</i> ), fuga e esquiva.
4. Sofrimento Psíquico e Estratégias Defensivas Utilizadas por Desempregados. Oliveira, J. N., & Mendes, A.M. (2014). Temas em Psicologia.	8 sujeitos em situação de desemprego	Qualitativo	Entrevista semiestruturada	Negação, fuga e esquiva.
5. Estratégias Utilizadas pelos Trabalhadores para Enfrentar o Desemprego. Bendassolli, P. F. <i>et al.</i> (2015). Revista Colombiana de Psicología.	400 trabalhadores desempregados SINE-RN	Quantitativo	Questionário de Estratégias objetivas de sobrevivência e reinserção Subescalas do Cope Inventory	Ativação das redes de amigos e de familiares. Os fatores de enfrentamento predominantes foram a religiosidade e o planejamento, ajuda dos pais, entrega de currículos, busca em anúncios, ir ao SINE, indicações, fazer “bicos”, auxílios do governo, uso de economias privadas, trabalho informais, aceitação da responsabilidade e suporte social.



Título/autores/Ano/Revista	Amostra	Método	Instrumentos	Principais resultados
6. <i>Coping</i> em desempregados na região centro-oeste do Brasil. Castro, V. & Mendonça, H. (2015). Revista Científica Hermes.	200 sujeitos desempregados - SINE-GO	Quantitativo	Coping Responses Inventory” (CRI)- versão adulta	Aproximação e reavaliação positiva
7. Desemprego e sofrimento psíquico em enfermeiras. Silva, D. A. & Marcolan, J. F. (2015). Revista Brasileira de Enfermagem	43 enfermeiros	Qualitativo	Entrevista aberta Estratégias de enfrentamento	Atividades de lazer ativar redes interpessoais.
8. As vivências do desemprego entre trabalhadores no interior do Rio Grande do Norte. Coelho-Lima, F. <i>et al.</i> (2019). Cadernos de Psicologia Social do Trabalho.	10 participantes selecionados por meio da técnica bola de neve	Qualitativo	Entrevistas semiestruturadas	Realização de trabalhos informais e dependência do auxílio financeiro da família. Para superar o desemprego, os entrevistados distribuem currículos, realizam capacitação, busca de auxílios governamentais e a desistência.
9. Desemprego, resiliência e reinserção no mercado de trabalho. Oliveira, A. L. <i>et al.</i> (2019). Revista Brasileira de Gestão e Desenvolvimento Regional.	30 participantes	Intervenção	Escala de Pilares de Resiliência (EPR)	Aceitação positiva para mudanças, reflexão e independência são essenciais para o enfrentamento do desemprego, por estarem relacionadas à flexibilidade e organização de recursos. Demais estratégias: Distribuição de currículos, usar contatos, fazer palestras, aceitar emprego com salário mais baixo, abrir seu próprio negócio, investir em concurso público, investir em qualificação e mudar de cidade.

## Resultados

O presente estudo teve como objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura acerca das técnicas e estratégias de enfrentamento (*coping*) utilizadas por trabalhadores em situação de desemprego. Quanto ao ano de publicação, foi identificado que o ano de maior publicação de artigos científicos sobre a temática de desemprego e técnicas de enfrentamento foram os anos de 2008, 2015 e 2019. Em 2008 e 2019 dois artigos e 2015 com 3 artigos publicados em cada, no ano de 2008. Este resultado por estar relacionado à crise do *subprime*, que levou à falência um dos maiores bancos norte-americanos e criou uma grande recessão que teve início nos EUA e logo se espalhou para toda a Europa e que teve consequências no Brasil, e em 2015. Segundo Medeiros (2016), o ano de 2015, na economia brasileira, foi dominado por números negativos na grande maioria dos indicadores, com quedas na indústria e comércio ocasionando desemprego, fato que pode ter impactado no interesse e na produção de artigos científicos sobre desemprego e enfrentamento.

No que diz respeito à amostra, foram investigados 1.134 sujeitos, na sua maioria trabalhadores, 620 trabalhadores que procuravam uma recolocação em dois SINEs, 413 estudantes, 43 enfermeiros, 8 provenientes de uma consultoria de recursos humanos e 10 selecionados por meio da técnica bola de neve. Considerando o número de trabalhadores em situação de desemprego, suas graves consequências para a saúde mental e que no Brasil há 64 Doutorados, 86 Mestrados acadêmicos e 14 Mestrados Profissionais, totalizando 164 cursos, distribuídos em 100 programas de pós-graduação e há 107 linhas de pesquisa em que a temática poderia ser desenvolvida (Psicologia Social, Psicologia e Saúde, Psicologia Organizacional e do Trabalho, Psicologia Comunitária) (Tomanari *et al.*, 2019), pode-se afirmar que a produção científica e o conhecimento obtido no período ainda são bastante incipientes.

Quanto ao método/delineamento encontrou-se 4 estudos qualitativos, 3 artigos quantitativos e 2 artigos de intervenção. O instrumento mais utilizado foi a entrevista no método qualitativo e escalas adaptadas pelos próprios autores ou utilizando somente algumas dimensões da escala *Cope Inventory*. Esses resultados podem ser entendidos pela escassez de escalas adaptadas para o uso no Brasil que avaliam estratégias de enfrentamento como os presentes nos estudos de Savóia *et al.* (1996), Seidl *et al.* (2001) e Câmara *et al.* (2019).

Os resultados evidenciam, de acordo com a categorização proposta por Schlee *et al.* (2021), uma maior utilização de estratégias em nível micro como entrega de currículos, busca em anúncios de jornais, deixar currículos nas empresas, investir na qualificação, uso das economias privadas, colocar seu próprio negócio, realizar concursos públicos, trabalhar em empresas familiares, realizar trabalhos precários ou informais, aceitar emprego com salário mais baixo, mudar de cidade, uso de economias

privadas, desistir, fuga e esquiva, negação, religiosidade, aproximação, planejamento, pensamento construtivo, reavaliação positiva, realização de atividades de lazer, religiosidade, aceitação da responsabilidade, aceitação positiva para mudanças. No nível meso, os principais resultados foram ativar redes de amigos e de familiares, ajuda dos pais, trabalhar em empresas familiares. Quanto ao nível macro, referiram procura de vagas junto ao SINE, busca de auxílios do governo e sindicatos, busca de emprego junto às agências especializadas.

O resultado quanto à predominância das estratégias utilizadas, em nível micro, confirma resultados encontrados por Magalhães e Gomes (2018), que destacam que as estratégias individuais, sobrevivência e recolocação imediata foram as mais relatadas, sendo pouco evidenciadas a utilização de estratégias coletivas. Este fato pode estar relacionado às concepções individualistas e culpabilizadoras sobre o desemprego, com forte juízo moral sobre o trabalhador que se encontra nesta situação (Ramos, 2021). O menor uso das pertencentes ao nível macro pode ocorrer pela baixa efetividade do Sistema Nacional de Emprego (SINE), vinculado ao Ministério do Trabalho, responsável pela execução das políticas públicas de emprego no país que tem apresentado um baixo desempenho nos últimos anos, especialmente no serviço de intermediação de mão de obra (Rosseto, 2019).

Uma das características do trabalho no século XXI é a sua volatilidade, pois postos que existiam há algumas décadas desapareceram e outras possibilidades laborais surgiram, com prazo de durabilidade igualmente imprevisível. A velocidade e amplitude do desenvolvimento tecnológico sem precedentes fez emergir novas ocupações, as quais exigem habilidades e conhecimentos nem sempre presentes em profissionais, fazendo com que tenham que se reciclar e renovar suas competências para atuar no novo mercado de trabalho (Hansen, 2021).

## Conclusão

A análise da produção científica brasileira sobre as estratégias de enfrentamento em trabalhadores em situação de desemprego permitiu caracterizar e resumir as evidências quanto ao tema e mapear as lacunas que podem ser preenchidas por novos estudos. Verifica-se que a produção nacional é bastante irregular e, ainda, incipiente. Sobressaem-se estudos qualitativos com uso de entrevistas. Os estudos mostram que os trabalhadores, quando se encontram na situação de desemprego, na sua maioria, fazem uso de estratégias de enfrentamento individuais.

Para as lacunas identificadas sugere-se novos estudos de ambos os métodos, quantitativos e qualitativos, mas com uma maior atenção à diversificação de delineamentos e técnicas de coleta de dados. Assim, sugere-se a realização de estudos mistos e longitudinais para monitoramento das estratégias objetivas e de enfrentamento

utilizadas e o impacto na saúde física e mental do trabalhador em situação de desemprego. Como técnicas, a utilização de instrumentos validados e adaptados para o uso no Brasil, método do diário, grupos focais, dentre outras. Também se sugere um maior envolvimento e pesquisas por parte de pesquisadores da Área da Psicologia com esta temática, verificando o papel mediador das estratégias de *coping* entre estressores na busca de uma nova colocação de trabalho e problemas de saúde.

Como limitações do estudo pode-se apontar a opção por trabalhar somente com artigos científicos, uma vez que não foram incluídas teses e dissertações. Também se destaca a pouca diversificação das amostras investigadas e seu tipo, na maioria, não probabilística que não permitem a generalização dos resultados para a ampla população de trabalhadores em situação de desemprego. No que tange as implicações para a prática, pode fornecer subsídios para o planejamento de intervenções, principalmente as que contemplem estratégias de enfrentamento coletivas.

Por fim, sugere-se contemplar o atual contexto pandêmico, considerando as mudanças e o forte impacto que a Pandemia da Covid 19 causou nos trabalhadores em situação de desemprego, tanto pela redução da oferta de novos postos de trabalho, pelo processo de busca de uma nova inserção devido ao tempo de isolamento social e, também, pelas novas formas de organização do trabalho. Assim, identificar e avaliar as formas de lidar com o desemprego são essenciais para pensar em medidas de promoção e prevenção da saúde mental.

## Referências

- Almeida, A. A. de, Cruz, C. A. de M., & Rodrigues, M. J. (2021). O desemprego como expressão da questão social e as políticas públicas de trabalho, geração de emprego e renda. *Estudos Interdisciplinares*, 3(5), 31-51. <https://www.researchgate.net/profile/Ana-Cavalcante.pdf>
- Barbosa, E. A. G., Schlindwein, V. de L. dal C., Silva, M. O. da, Moura, A. R., Cruz, J. P. da, & Santos, R. F. R. (2021). Grupo de apoio psicológico aos trabalhadores em situação de desemprego. *Psicologia Ciência e Profissão*, 41, e222779. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003222779>
- Bendassolli, P. F., Coelho-Lima, F., Carlotto, M. S., Santos, F., & Ferreira, I. M. (2015). Estratégias utilizadas pelos trabalhadores para enfrentar o desemprego. *Revista Colombiana de Psicología*, 24(2), 347-362. <http://dx.doi.org/10.15446/rcp.v24n2.44416>
- Caldana, A., & Figueiredo, M. (2002). Desemprego e subjetividade: estratégias de inclusão social e sobrevivência. *Paidéia*, 12(22), 19-26. <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2002000100003>
- Câmara, S. G., Carlotto, M. S., & Bedin, L. M. (2019). Evidências de validade da versão reduzida do Coping Orientation to Problems Experienced Inventory (COPE) com trabalhadores brasileiros. *Psicogente*, 22(41), 33-50. <https://doi.org/10.17081/psico.22.41.3301>
- Carver, C. S., & Connor, S. J. (2010). Personalidade e coping. *Annual Review of Psychology*, 61, 679-704. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100352>
- Castro, V., & Mendonça, H. (2015). Coping em desempregados na região centro-oeste do Brasil. *Revista Científica Hermes*, 14, 118-138. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4776271610007>
- Cavalcante, A. K. S., Leal, J. C. dos S., & Feijão, G. M. M. (2020). Desempregado, e agora?": Uma análise sobre os impactos psicossociais do desemprego. *Interfaces*, 8(1), 362-371. <https://dx.doi.org/10.16891/2317-434X.v8.e1.a2020.pp362-371>
- Coelho-Lima, F., Teixeira, M. R. C., Lima, K. L. da S., & Medeiros, A. L. G. de. (2019). As vivências do desemprego entre trabalhadores no interior do Rio Grande do Norte. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 22(1), 99-115. <https://dx.doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v22i1p99-115>
- Coelho, J. A. P. M., Albuquerque, F. J. B., Martins, C. R., D'albuquerque, H. B., & Neves, M. T. S. (2008). Coping em jovens frente à expectativa de inserção ocupacional e indicadores de depressão. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 24(4), 527-534. <https://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722008000400017>
- Costa, S. da S. (2020). Pandemia e desemprego no Brasil. *Revista de Administração Pública*, 54(4), 969-978. <http://dx.doi.org/10.1590/0034-761220200170>
- Estramiana, J. L. A. (1992). *Desemprego e bem estar psicológico*. Siglo XXI de España Editores.
- Farina, A. S., & Neves, T. F. S. (2007). Formas de lidar com o desemprego: possibilidades e li-

- mites de um projeto de atuação em psicologia social do trabalho. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 10(1), 21-36. <https://doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v10i1p21-36>
- Folkman, S., & Lazarus R. S. (1980). An analysis of coping in middle-aged community sample. *Journal of Health Social Behavior*, 21, 219-239. <https://psycnet.apa.org/doi/10.2307/2136617>
- Garritty, C., Gartlehner, G., Nussbaumer-Streit, B., King, V. J., Hamel, C., Kamel, C., Affenberger, L., & Stevens, A. (2021). Cochrane Rapid Reviews Methods Group offers evidence-informed guidance to conduct rapid reviews. *Journal of Clinical Epidemiology*, 130, 13-22. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2020.10.007>
- Gautié, J. (1998). Da invenção do desemprego à sua desconstrução. *Mana*, 4, 67-83. <https://dx.doi.org/10.1590/S0104-93131998000200003>
- Hansen, G. (2021). Trabalho, identidade e existência globalizada no terceiro milênio. *Confluências*, 23(2), 268-283. <https://doi.org/10.22409/conflu.v23i2.50623>
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de desemprego (2020). *Indicadores IBGE: Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua: terceiro trimestre de 2020*. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. [https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/2421/pnact\\_2020\\_3tri.pdf](https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/2421/pnact_2020_3tri.pdf)
- Irigaray, H. A. R., Oliveira, L. B., Barbosa, E. S. T., & Morin, E. M. (2019). Vínculos profissionais e sentido do trabalho: uma pesquisa com professores do ensino superior. *Revista de Administração Mackenzie*, 20(1), eRAMG190070. <https://doi.org/10.1590/1678-6971/eramg190070>
- Itaoui, B. F Silva, L. A. M. da, & Gomes, D. P. (2021). A pobreza e o aumento do desemprego durante a pandemia: impactos da crise pós COVID-19. *Revista Serviço Social em Debate*, 4(1), 122-130. <https://revista.uemg.br/index.php/serv-soc-debate/article/view/5703>
- Kim, H. N., Tonelli, M. J., & Silva, A. L. (2017). Do formal ao informal: Executivos que migraram para o trabalho flexível. *Revista Brasileira de Gestão de Negócios*, 19(63), 133-152. <http://doi.org/10.7819/rbgn.v0i0.2999>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lima, F. C., Teixeira, M. R. C., Lima, K. L.S., & Medeiros, A. L. G. (2019). As vivências do desemprego entre trabalhadores no interior do Rio Grande do Norte. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 22(1), 99-115. <https://doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v22i1p99-115>
- Mayer, D., & Holleder, A. (2022). What helps the unemployed to stay healthy? A qualitative study of coping with the negative effects of job loss. *Journal of Public Health Research*, 11(1). <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2492>
- Magalhães, E. C. V. de, & Gomes, L. (2018). Desemprego e saúde mental: uma análise temática no Brasil. *Intervozes: Trabalho, Saúde, Cultura*, 3(1), 64-87. [https://www.fmpfase.edu.br/Intervozes/Content/pdf/Artigo/Artigo\\_04\\_04\\_03Desempregoesaudental.pdf](https://www.fmpfase.edu.br/Intervozes/Content/pdf/Artigo/Artigo_04_04_03Desempregoesaudental.pdf)
- Mangini, F. N. da R. & Nunes, I. S. (2021). Suicídio e sofrimento social no capitalismo: desem-



- prego e expressões da questão social. *Barbarói*, 58, 154-171. <http://dx.doi.org/10.17058/barbaroi.v0i58.15857>
- Medeiros, C. A. (2016). Estrutura produtiva e crescimento econômico em economias em desenvolvimento. *Economia e Sociedade*, 25(3), 569-598. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3533.2016v25n3art3>
- Organização Internacional do Trabalho (2020). *Perda de empregos aumenta e quase metade da força de trabalho global corre o risco de perder os meios de subsistência*. [https://www.ilo.org/brasilia/noticias/WCMS\\_743197/lang--pt/index.htm](https://www.ilo.org/brasilia/noticias/WCMS_743197/lang--pt/index.htm)
- Oliveira, J. N. de, & Mendes, A. M. (2014). Sofrimento psíquico e estratégias defensivas utilizadas por desempregados: Contribuições da psicodinâmica do trabalho. *Temas em Psicologia*, 22(2), 389-339. <http://dx.doi.org/10.9788/TP2014.2-10>
- Oliveira, A., Godoy, M., & Fogaça, F. (2019). Desemprego, resiliência e reinserção no mercado de trabalho. *Revista Brasileira de Gestão e Desenvolvimento Regional*, 15(7), 301-315. <https://www.rbgdr.net/revista/index.php/rbgdr/article/view/5276>
- Oliveira, A. R. B. de, Lins, I. B., Blogoslawski, I. de M., Sartori, R. S., & Costa, W. (2020). Desemprego e a saúde mental do trabalhador: impactos e enfrentamentos. *Conversas em Psicologia*, 1(2), 1-20. <http://dx.doi.org/10.33872/conversaspsico.v1n2.desemprego>
- Oshiro, F., & Marques, R. M. (2016). O conceito de desemprego e sua medição no século XX. *Textos & Contextos*, 15(2), 293-307. <https://doi.org/10.15448/1677-9509.2016.2.25347>
- Ramos, M. S. (2021). Seguro-desemprego brasileiro: recuperando o debate sociopolítico sobre a sua criação. *O Social em Questão*, 49, 237-260. <https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/51134/51134.PDF>
- Ribeiro, M. A. (2007). *Competências para a Carreira: Expectativas de Jovens Universitários de Cursos Tecnológicos*. Anais do XIV Encontro Nacional da ABRAPSO (Associação Brasileira de Psicologia Social). Universidade Estadual do Rio de Janeiro. [https://www.abrapso.org.br/siteprincipal/anexos/AnaisXIVENA/conteudo/pdf/trab\\_completo\\_10.pdf](https://www.abrapso.org.br/siteprincipal/anexos/AnaisXIVENA/conteudo/pdf/trab_completo_10.pdf)
- Rossetto, M. S. (2019). *O Sistema Nacional de Emprego (SINE): As fragilidades de um grande sistema público*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/197723/001097256.pdf?sequence=1>
- Sato, L., & Schmidt, M. L. S. (2004). Psicologia do trabalho e Psicologia clínica: Um ensaio de articulação focalizando o desemprego. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 9(2), 365-371. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2004000200019>
- Savóia, M. G., Santana P. R., & Mejias, N. P. (1996). Adaptação do inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus para o português. *Psicologia USP*, 7(1-2), 183-201. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1678-51771996000100009&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-51771996000100009&lng=pt&tlng=pt)
- Schlee, C., Musumeci, R., & Ghislieri, C. (2021). Experiencing unemployment and job insecurity in two European countries: German and Italian young people's well-being and coping strategies. In M. Unt et al. (Eds.), *Social exclusion of youth in Europe. The multifaceted*



- consequences of labour market insecurity* (pp. 112-138). Bristol University Press.
- Seidl, E. M. F., Tróccoli, B. T., Zannon, C. M. L. da C. (2001). Análise fatorial de uma medida de estratégias de enfrentamento. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 17(3), 225-234.
- Silva, D. A., & Marcolan, J. F. (2015). Desemprego e sofrimento psíquico em enfermeiras. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 68(5), 775-782. <https://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2015680502i>
- Tomanari, G. A. Y., Santos, A. A. A. dos, & Silva, L. M. C. (2019). Documento de Área. Psicologia. Brasília: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). <https://www.gov.br/capes/pt-br/centrais-de-conteudo/psicologia-pd>
- Tolfo, S. R., & Piccinini, V. (2007). Sentidos e significados do trabalho: explorando conceitos, variáveis e estudos empíricos brasileiros. *Psicologia & Sociedade*, 19(spe), 38-46. <https://doi.org/10.1590/S0102-71822007000400007>
- Tumolo, L. M., & Tumolo, P. S. (2004). A vivência do desempregado: um estudo crítico do significado do desemprego no capitalismo. *Trabalho, Educação e Saúde*, 2(2), 327-344. <https://doi.org/10.1590/S1981-77462004000200007>