

QUALIDADE DE VIDA, REDES SOCIAIS E *COPING*: UM ESTUDO NA REGIÃO NORTE DE PORTUGAL COM INDIVÍDUOS EM SITUAÇÃO DE DESEMPREGO

RAQUEL GONÇALVES

Doutora em Política Social pelo ISCSP da Universidade de Lisboa; Docente na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Viana do Castelo, raquelg@ese.ipv.c.pt

RESUMO

Os conceitos de stress, *coping* e apoio social estão intimamente ligados quando se analisam a teoria e investigação no âmbito do (des) emprego, sociabilidade e bem-estar uma vez que os eventos stressantes e as estratégias de *coping* influenciam a estabilidade das redes sociais e a disponibilidade e manutenção dos apoios sociais, o que consequentemente tem influência em termos de qualidade de vida (QV). Relativamente à relação entre a perda de emprego e a sociabilidade associada à rede de contactos pessoais, importa salientar que a rede familiar/social de apoio tem um papel fundamental na sobrevivência dos desempregados e na sua probabilidade de reinserção no mercado de trabalho, pelo que pode considerar-se que as redes de apoio têm uma grande importância para o bem-estar e para a QV dos indivíduos. Além disso, a investigação demonstra que as relações interpessoais são pautadas pela influência mútua das características pessoais e do contexto em que ocorrem, modificando-se ao longo do tempo. Assim, no âmbito das redes de sociabilidade, o papel do suporte social revela-se nuclear – particularmente em situações de vida difíceis. Com recurso a um estudo quantitativo que envolveu 115 participantes, procurou-se analisar a relação entre características das redes sociais de indivíduos em situação de desemprego, estratégias de *coping* utilizadas e QV. Os resultados obtidos sugerem a relevância das características sociais e da natureza das estratégias de *coping* utilizadas para a percepção de QV. Algumas características específicas da situação de desemprego também produzem alterações na QV dos participantes. Na sua globalidade, os resultados parecem sugerir que a situação face ao emprego, as características das redes sociais e as estratégias de *coping* utilizadas para fazer face a um evento stressante têm um papel fundamental na QV.

Palavras-chave: Qualidade De Vida, Redes Sociais, *Coping*, Desemprego, Política Social.

INTRODUÇÃO

O desemprego não pode ser entendido como um fenómeno separado dos indivíduos, na medida em que as lógicas de acção desenvolvidas para lidar com esta condição dependem das trajectórias de vida de cada um. É fundamental valorizar a dimensão pessoal e assumir uma abordagem que coloque os desempregados no centro da discussão. Somente desta forma será possível compreender a experiência da perda de emprego, identificar os factores que a influenciam e, a partir desta análise, propor um conjunto de orientações que permitam melhorar o bem-estar e QV daqueles que se encontram nesta condição.

A literatura demonstra que, nas sociedades modernas, a identidade e o estatuto social dos indivíduos são fortemente influenciados pela participação no mercado de trabalho e que a perda involuntária do emprego pode contribuir para um sentimento de fracasso e ameaçar a identidade individual (Gallie & Paugam, 2000; Senett, 1998). Pode também colocar em causa o bem-estar e a QV do indivíduo devido às consequências da perda de emprego em termos da sua segurança financeira, reconhecimento social e relações interpessoais (Kunz, 2004). Um estudo basilar neste domínio foi conduzido na Áustria durante a Grande Depressão dos anos 30 do século XX por Jahoda, Lazarsfeld e Zeisel (1933) com o objectivo de documentar os efeitos decorrentes do desemprego numa pequena comunidade. As evidências demonstraram que o desemprego, para além de colocar as famílias numa situação financeira difícil, limitava a capacidade dos indivíduos manterem as suas rotinas de vida diária e actividades de lazer e, ao nível comunitário, contribuía para uma deterioração das actividades comuns e responsabilidades partilhadas. Estudos recentes realizados na União Europeia tais como o *Survey of Health, Aging and Retirement in Europe* têm corroborado o facto de o desemprego ser um evento de ruptura e ter efeitos negativos, a vários níveis, ao longo da vida (Schroder, 2011, 2013). Em Portugal, Caleiras (2008) e Marçano (2013), na sequência de estudos realizados no âmbito do desemprego a partir da experiência dos desempregados, reforçam que esta é uma experiência de desestabilização de modos de vida com consequências negativas para o indivíduo, família e sociedade.

De modo semelhante, a crise financeira do início do século XXI associa-se também a vários prejuízos, quer em termos individuais, quer comunitários uma vez que o período de recessão conduziu à destruição massiva de emprego (Baccaro, 2010). Sendo um problema atual das sociedades capitalistas contemporâneas, o desemprego afetará particularmente os países cujo Estado-Providência se apresenta mais debilitado e onde os números do desemprego se têm mostrado mais preocupantes – como é o caso de Portugal (Hespanha, Caleiras, Pessoa & Pacheco, 2007). Estes prejuízos são particularmente preocupantes quando a experiência de desemprego involuntário ocorre numa fase tardia da vida activa pois os trabalhadores são frequentemente conduzidos não só a situações de desemprego involuntário como a situações de pré-reforma. Dito de outro modo, a evidência demonstra que, particularmente nestas circunstâncias, os trabalhadores mais velhos não só se encontram no desemprego como perdem propriedades conotadas com a empregabilidade (Pestana, 2003).

No entanto, é importante notar que o desemprego não anula diferenças sociais nem socializações anteriores e que os desempregados constituem um grupo heterogêneo, com histórias de vida distintas e, nesse sentido, as experiências do desemprego são também diferenciadas (Gallie & Paugam, 2000). De acordo com os mesmos autores, o modo como se vivencia o desemprego depende naturalmente de um conjunto alargado de variáveis individuais, tais como a idade, sexo, qualificações e trajetórias escolares e profissionais, rede social, duração do desemprego, entre outras, bem como do contexto em que a vida e a experiência do desemprego decorrem – os contextos culturais e económicos, sistemas de regulação do (des)emprego, sistemas de proteção social, entre outros.

Para além disso, e na linha de Kunz (2004), considera-se que o desemprego representa uma situação stressante. Ora, de acordo com os autores, as mudanças nas exigências biológicas, sociais, físicas e ambientais e a necessidade dos indivíduos se adaptarem a essas mudanças são causas básicas de stress, sendo este definido como o padrão de reacção em resposta a stressores. O conceito de stress pode ser entendido como a reacção emocional e cognitiva do indivíduo face aos acontecimentos de vida, esperados ou imprevisíveis, do quotidiano, pelo que se incluem não somente os agentes de ordem

individual, mas também os acontecimentos inesperados de natureza global – tais como desastres naturais – uma vez que o potencial stressante de um evento depende do contexto em que ocorre e dos recursos pessoais de que o indivíduo dispõe para lidar com ele (Amorim, 2006). Tal como refere Davies (1996, p.117):

O carácter mais ou menos stressante de um dado acontecimento depende do contexto desenvolvimental em que ocorre, do tipo de acontecimento em causa e do grau de exigência dos recursos psicológicos que suscita. É improvável que os acontecimentos normativos sejam severamente stressantes uma vez que as transições a eles associadas seriam já esperadas. (...) Quando um acontecimento ocorre no seu tempo, no quadro de um percurso de vida normal, é de esperar um bom ajustamento.

Pelo contrário, acontecimentos que desafiam a ordem natural das coisas têm potencial para precipitar maior stress nos indivíduos por desafiarem os recursos disponíveis para lidar com a mudança (Davies, 1996). O stress traduz, assim, o desequilíbrio entre as exigências ambientais e a capacidade de resposta do organismo – que varia em função do estado psicológico do indivíduo, das condições ambientais e da avaliação que o mesmo faz das situações (Amorim, 2006).

A abordagem clássica ao conceito de stress proposta por Lazarus em 1974 rapidamente se destaca ao propor que o stress é um termo genérico utilizado para caracterizar os estados em que, face a um acontecimento, as solicitações internas e/ou externas se revelam desajustadas aos recursos dos indivíduos ou do seu sistema social. Nesta definição, é sublinhada pela primeira vez a importância da interpretação individual do significado dos acontecimentos e da avaliação dos recursos disponíveis para lidar com a situação potencialmente desencadeadora de stress. Esta proposta teórica revelou-se particularmente útil para compreender como os indivíduos lidam com eventos de vida difíceis – introduzindo desta forma o conceito de *coping* (Fonseca, 2004). Lazarus (1974) define este último como dizendo respeito aos esforços cognitivos e comportamentais levados a cabo com o objectivo de dominar, reduzir ou lidar com as condições geradas por uma situação de stress.

Para Lazarus e Folkman (1986), o *coping* diz respeito a um processo através do qual o indivíduo faz uma série de julgamentos acerca dos potenciais efeitos dos eventos no seu bem-estar. Diz respeito aos comportamentos e pensamentos que os indivíduos utilizam para lidar (*to cope*) com exigências percebidas como stressantes com o objetivo de se libertarem das consequências negativas do stress ou alterarem a situação stressante mediante a resolução de problemas. O conceito corresponde, assim, ao modo como as pessoas lidam com as situações stressantes e aos esforços empreendidos para gerir as exigências e desafios, internos e externos. Amorim (2006) chama a atenção para o facto de que, ao utilizar-se o termo “lidar” para definir o conceito de *coping*, se reconhece que as estratégias de *coping* podem ser variadas e que não conduzem, necessariamente, à resolução do problema, isto é, as estratégias de *coping* visam gerir – modificar, tolerar, aceitar ou evitar – a situação stressante e não necessariamente eliminá-la. Atendendo a que o potencial stressor do evento depende do (des)equilíbrio entre as situações ou acontecimentos perturbadores e as reações (sentimentos, pensamentos e comportamentos) da pessoa (Paúl & Fonseca, 2001), a ideia de que esta relação é mediada pelas experiências de vida sai claramente reforçada.

Assim sendo, pode depreender-se que o desemprego involuntário, enquanto situação stressante, irá desencadear estratégias de *coping* distintas por parte dos indivíduos em função das suas trajectórias/experiências de vida. Relativamente a este assunto, importa referir que, apesar do aumento do número de publicações sobre os eventos de vida, existem ainda muitas questões por esclarecer quanto à forma como os indivíduos lidam com eventos críticos e negativos de vida. Em oposição à ideia de que a recuperação seria rápida e decorrente de um processo de habituação às novas circunstâncias, Diener, Lucas e Scollon (2006) sugerem que o bem-estar individual se mantém reduzido por um período de tempo considerável após eventos negativos tais como a morte do cônjuge, divórcio ou desemprego e que a reacção dos indivíduos a estes eventos é altamente heterogénea. Esta posição é também partilhada por Jopp e Schmitt (2010). Além disso, tal como referido por Amorim (2006), os eventos de vida difíceis distinguem-se quanto ao seu impacto nos indivíduos – havendo, portanto, eventos mais disruptivos do que outros – e, ainda que alguns indivíduos lidem

melhor com as situações, os eventos stressantes têm de alguma forma um efeito universal. Holmes e Rahe (1967) tinham já proposto que os eventos críticos de vida raramente acontecem de forma isolada, ou seja, são frequentemente seguidos por outros eventos difíceis. Por exemplo, a perda de emprego é tendencialmente seguida de dificuldades financeiras, perda de bens próprios, redução da rede social, degradação do estatuto social, problemas conjugais e/ou divórcio, problemas de saúde associados ao stress, entre outros.

Os eventos potencialmente geradores de stress podem ser de natureza diversa, quer de causa externa tais como o desemprego, quer de causa interna, como sendo o estado de saúde. Lazarus e Folkman (1986) referem a este propósito que a apreciação cognitiva consiste no facto de o indivíduo se interrogar sobre as formas de reagir à situação, os recursos psicológicos de que dispõe (incluindo a capacidade de controlo) e as redes de suporte social nas quais se insere. É esta avaliação que faz com que um mesmo acontecimento possa ser percebido, por diferentes indivíduos ou pelo mesmo indivíduo em diferentes momentos, como ameaçador, desafiante ou stressante. A avaliação cognitiva refere-se, portanto, ao processo através do qual o indivíduo avalia até que ponto uma situação concreta é relevante para o seu bem-estar e, se o for, de que forma se repercute na sua vida. O *coping* é, assim, mais do que uma estratégia. É antes o produto de uma história cumulativa de interações e está imbuído de um determinado nível de organização desenvolvimental. Como tal, requer mudanças ao nível das interações, o que pode significar mudanças no contexto social e na forma como o indivíduo se vê a si próprio e ao mundo. Com efeito, ainda que se reconheçam outras variáveis, como sendo a cultura ou personalidade, que podem contribuir para explicar as diferenças interindividuais na gestão de situações stressantes, o conceito de *coping* parece revelar-se nuclear.

Os conceitos de stress, *coping* e apoio social estão intimamente ligados quando se analisam a teoria e investigação no âmbito do (des) emprego, sociabilidade e bem-estar na medida em que os eventos stressantes e as estratégias de *coping* influenciam quer a estabilidade das redes sociais, quer a disponibilidade e manutenção dos apoios sociais, o que conseqüentemente tem influência em termos da satisfação e QV (Hahn, Specht, Gottschling & Spinath, 2015; Jopp & Schmitt,

2010). Em termos dos efeitos da perda de emprego na sociabilidade, associada aqui à rede de contactos pessoais, importa salientar que as redes sociais podem ser entendidas como o conjunto de contactos pessoais que possibilitam que os indivíduos mantenham a sua identidade social, recebam apoio emocional, ajuda material, serviços, apoio social, acesso a informação e a outros recursos e, ainda, estabeleçam novos contactos sociais (Antonucci, Birditt & Akiyama, 2009).

Eckenrode (1991 como citado em Cabral, Ferreira, Silva, Jerónimo & Marques, 2013) refere inclusivamente que os sistemas/redes de apoio devem ser vistos como recursos que permitem aos indivíduos lidar de forma bem-sucedida com os acontecimentos de vida susceptíveis de provocar stress e com as perturbações a eles associadas. De acordo com os autores, esta linha conceptual, que relaciona o stress com os sistemas de apoio, parte do pressuposto de que o estudo das redes sociais é uma forma privilegiada de compreender quer as fontes de perturbação, quer o papel do apoio social, sugerindo que este apoio possa actuar simultaneamente como variável atenuante e como variável preventiva do stress. Ou seja, não se trata de considerar o stress por um lado e os sistemas de apoio por outro, mas de reconhecer a sua interdependência. Com efeito, sugerem que as relações sociais que os indivíduos estabelecem ao longo da vida promovem e enriquecem o seu desenvolvimento, na medida em que a diversidade de relações está intimamente associada aos vários papéis sociais desempenhados nas diferentes etapas da vida. Neste sentido, Antonucci e colaboradores (2009) propõem ainda que as relações interpessoais são pautadas pela influência mútua das características pessoais e do contexto em que ocorrem, modificando-se assim ao longo do tempo. No âmbito das redes de sociabilidade, o papel do suporte social revela-se fundamental, particularmente em situações de vida difíceis.

Apesar de o conceito de suporte social não ter ainda uma definição unanimemente aceite na literatura, Cohen procurou operacionalizá-lo em 1992 com a proposta de três conceitos: redes sociais, suporte social percebido e comportamentos de apoio. As redes sociais dizem respeito à estrutura das relações sociais (existência, quantidade e tipo de relações), o suporte social percebido refere-se à função das relações sociais (percepção de que as relações sociais fornecerão, se necessário, recursos tais como apoio emocional ou informação) e os

comportamentos de apoio correspondem a acções destinadas a ajudar as pessoas face a eventos stressantes.

Bauman (2015a) assinala que, no que diz respeito aos padrões de sociabilidade dos indivíduos, alguns estudos concluem que estes não mudam com a perda de emprego (Bauman, 2015b) e outros em que se verifica que os indivíduos desempregados têm um contacto mais frequente com família e amigos (Marçano, 2013). Alguns sugerem que os desempregados recebem menos apoio prático e psicológico do que os empregados (Gallie et al., 2003) e outros que não há diferenças no que diz respeito ao apoio recebido (Atkinson, Liem & Liem, 1986). Relativamente à relação com a família, Atkinson e colaboradores (1986) verificaram também que a perda de emprego diminuía a qualidade da relação conjugal, ainda que após o reingresso do elemento desempregado no mercado de trabalho as relações se reestabelecessem. Brand (2015) observou também que famílias mais coesas e funcionais e com um estatuto socioeconómico mais satisfatório parecem desempenhar um papel amortecedor do stress causado pelo desemprego. Por fim, Kunz (2004) sugere que a influência negativa do desemprego pode ser reduzida em certa medida se os indivíduos obtiverem apoio financeiro, material e/ou emocional por parte da família e/ou amigos. Além disso, a rede de contactos pode ainda contribuir para que os desempregados se mantenham ocupados e mantenham as relações sociais, evitando assim comportamentos anti-sociais ou autodestruidores.

No que diz respeito ao BES, as evidências parecem apontar para uma diminuição generalizada da QV. A título de exemplo, a meta-análise efectuada por McKee-Ryan e colaboradores (2005) demonstra claramente que a maioria dos 100 estudos analisados reflecte uma redução clara da saúde mental após a perda de emprego e, com ela, da QV. Alguns sugerem também reduções preocupantes em termos da satisfação com a vida (Winkelmann, 2008) e do bem-estar geral (Oesch & Lipps, 2012). Ainda que se assuma que eventos de vida importantes têm um efeito de longa duração no BES dos indivíduos, Diener, Lucas e Scollon (2006) alertam para o facto de que eventos como o casamento, divórcio ou viuvez afectam o BES numa fase inicial, mas que os indivíduos regressam aos níveis iniciais após um curto período de tempo. Os autores sugeriram inclusivamente que o nível de BES individual flutua de forma ligeira relativamente a um ponto fixo e que mesmo

um evento muito difícil ou um muito positivo exercem apenas efeitos transitórios. Contudo, algumas vozes críticas se têm levantado a esta proposta chamando a atenção para o facto de que, face à perda de emprego, os indivíduos não regressarem aos níveis de BES prévios ao desemprego – como é o caso de Headey (2010). Ainda no que diz respeito aos efeitos da perda de emprego no bem-estar, Andersen (2002) dá destaque à perspectiva de *coping* (*coping perspective*) que, reconhecendo o desemprego como um evento potencialmente stressante, considera que a maioria dos indivíduos tem recursos suficientes para desenvolver estratégias de *coping* e lidar com a situação da perda de emprego.

METODOLOGIA

A presente investigação assume-se como um estudo de natureza transversal, seguindo uma metodologia mista do tipo sequencial explicativo (Creswell, 2013). Inicialmente adoptou-se uma abordagem de natureza quantitativa com recurso a um inquérito por questionário e, posteriormente, uma abordagem de natureza qualitativa com a realização de entrevistas semi-estruturadas. Assim sendo, a integração dos dados provenientes do inquérito e da entrevista fez-se ao nível da análise e discussão dos resultados.

Universo e amostra do estudo

O contexto de recolha de dados da presente investigação foram os Estaleiros Navais de Viana do Castelo (ENVC). Trata-se do maior Estaleiro de construção naval de Portugal e um dos maiores da face ocidental da Europa, tendo sido criado em 1944 por incentivo do Governo. Em 2011, devido à crescente inactividade na maior parte dos sectores dos ENVC e à necessidade de cortar na despesa com o pessoal, os trabalhadores foram convidados pela administração a ficar em casa nos quatro meses seguintes recebendo 70% do salário. Em 2012 teve início o processo de reprivatização do capital social dos ENVC e, em Agosto de 2013, após um concurso público internacional, foi adjudicada à Martifer Energy Systems e à Navalria a subconcessão da utilização privativa do domínio público e das áreas afectas à concessão dominial

atribuída aos ENVC. Este processo implicou o despedimento de todos os trabalhadores.

O inquérito por questionário foi aplicado entre Maio de 2016 e Janeiro de 2017 a 115 ex-trabalhadores dos ENVC (19% do universo do estudo – 609 ex-trabalhadores), sendo que todos consentiram a sua integração no estudo. Como factor de inclusão na selecção dos participantes definiu-se soemnte o ter ficado desempregado aquando do encerramento dos ENVC (independentemente de, no momento da recolha de dados, continuar desempregado ou ter iniciado nova actividade profissional). Dos inquiridos nesta primeira fase do estudo foram seleccionados alguns em função de uma análise preliminar dos dados decorrentes da aplicação do inquérito por questionário. Sempre que os dados (nome, email e/ou contacto telefónico) dos inquiridos correspondentes a estes casos seleccionados tivessem sido disponibilizados pelos participantes, os mesmos eram utilizados para solicitar a sua colaboração na segunda fase do estudo (a entrevista semi-estruturada). Assim sendo, a recolha de dados realizou-se entre Novembro de 2016 e Julho de 2017, tendo sido realizadas 10 entrevistas (9% da amostra do estudo quantitativo – 115 ex-trabalhadores dos ENVC).

Procedimentos de recolha de dados

Inquérito por Questionário. Foram definidos nove módulos de avaliação que incluíram a recolha de dados sociodemográficos, familiares, profissionais, estruturação do tempo, estratégias de *coping* utilizadas para lidar com a perda de emprego, QV e satisfação com a vida. Relativamente a estes três últimos domínios de análise, foram utilizados instrumentos de avaliação standardizados e validados para a população portuguesa: a Escala Toulousiana de *Coping* (Tap, Costa, & Alves, 2005), Escala Satisfação com a Vida (Neto, Barros, & Barros, 1990) e Instrumento de avaliação da QV da Organização Mundial de Saúde – versão breve (Canavarro, Vaz Serra, Simões, Pereira, Gameiro, Quartilho, Rijo, Carona, & Paredes, 2006). Na linha de Hardt e Rutter (2004) e numa tentativa de construir uma estrutura de dados quasi-longitudinal, foram recolhidas informações de modo retrospectivo sobre alguns domínios de investigação, ou seja, em algumas das questões optou-se por diferenciar a situação antes e após a perda de emprego

para que se pudessem assinalar eventuais mudanças intraindividuais e/ou alterações das circunstâncias de vida avaliadas.

Entrevista semi-estruturada. A entrevista semi-estruturada foi construída a partir da análise parcial dos resultados obtidos com o inquérito por questionário na medida em que esta tinha como finalidade aprofundar alguns dos aspectos abordados no mesmo, bem como outros que se consideraram relevantes. Deste modo, pretendeu-se conhecer um pouco melhor os participantes do estudo, conhecer e compreender as suas experiências de vida e, particularmente a sua experiência associada aos ENVC. Também na entrevista semi-estruturada se procurou recolher dados de forma retrospectiva (Hardt & Rutter, 2004).

Procedimentos de análise de dados

Para a análise dos dados provenientes do inquérito por questionário foi utilizado o programa estatístico IBM Statistical Package for Social Sciences (SPSS - versão 20.0). No que respeita aos procedimentos de análise de dados quantitativos, a análise estatística envolveu medidas de estatística descritiva (frequências absolutas e relativas, médias e desvios padrão) e de estatística inferencial. Para a seleção dos testes estatísticos a utilizar, seguindo as recomendações de Marôco (2014), optou-se por considerar os pressupostos do Teorema do Limite Central. De acordo com esta proposta assume-se, de um modo geral que, para amostras de dimensão superior a 25-30 participantes, isto é, para amostras de dimensão razoável, a distribuição da média amostral é satisfatoriamente aproximada à normal pelo que é possível utilizar métodos paramétricos. De acordo com o autor, os testes paramétricos são robustos à violação do pressuposto para amostras de dimensão considerável – em consequência do Teorema do Limite Central – relevando a validação deste pressuposto em cenários de análise inferencial.

Relativamente às entrevistas semi-estruturadas, estas foram realizadas junto dos participantes que responderam ao inquérito por questionário e que se disponibilizaram para esta fase da recolha de dados. Para a análise dos dados provenientes das entrevistas foi utilizado o programa NVivo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Relativamente aos principais resultados do estudo, verificamos que a amostra total é constituída por 115 indivíduos com idades compreendidas entre os 26 e os 67 anos (no momento da perda de emprego; $M=48,19$; $dp=10,65$), sendo maioritariamente do sexo masculino (95,7%). Em termos de habilitações literárias, a maior parte dos inquiridos estudou até ao segundo ciclo do Ensino Básico (38,3%), sendo também expressiva a proporção dos que completaram o Ensino Secundário (36,5%). Da amostra total, verifica-se que mais de três terços dos sujeitos eram casados ou vivia em união de facto (87,0%) antes da perda de emprego e se mantêm no momento de recolha de dados (Tabela 1).

Tabela 1. Caracterização dos participantes e do agregado familiar para o total dos participantes e em função da situação profissional

Características	Situação profissional				Total N=115	
	Empregado n=59		Desempregado n=56			
	n	%	n	%	n	%
Idade no momento da perda de emprego M (dp)	41,39 (9,38)		55,36 (6,36)		48,19 (10,65)	
Min-Máx	26-63		31-67		26-67	
Género (% de homens)	58	98,3	52	92,9	110	95,7
Escolaridade no momento da perda de emprego						
1-4º ano (primário)	--	--	8	14,3	8	7,0
5-6º ano (preparatório, telescola ou antigo 2º ano do Liceu)	8	13,6	8	14,3	16	13,9
7-9º ano (antigo 5º ano do Liceu)	22	37,3	22	39,3	44	38,3
10-12º ano (ou equivalente com cursos de índole profissional)	25	42,4	17	30,4	42	36,5
Ensino Superior (bacharelato, licenciatura)	3	5,1	1	1,8	4	3,5
Formação Pós-graduada	1	1,7	--	--	1	0,9
Estado civil no momento da perda de emprego						
Solteiro(a)	8	13,6	2	3,6	10	8,7
Casado(a) ou em união de facto	49	83,1	51	91,1	100	87,0
Separado(a) ou Divorciado(a)	2	3,4	2	3,6	4	3,5
Viuvo(a)	--	--	1	1,8	1	0,9
Estado civil no momento da recolha de dados						
Solteiro(a)	4	6,8	1	1,8	5	4,3

Características	Situação profissional				Total N=115	
	Empregado n=59		Desempregado n=56		n	%
	n	%	n	%		
Casado(a) ou em união de facto	51	86,4	49	87,5	100	87,0
Separado(a) ou Divorciado(a)	3	5,1	4	7,1	7	6,1
Víuvo(a)	1	1,7	2	3,6	3	2,6

No que diz respeito às estratégias de *coping* utilizadas pelos ex-trabalhadores dos ENVC para lidar com a perda de emprego, a análise dos resultados da Escala Toulousiana de *Coping* (Tabela 2) permite verificar que, de uma forma global, as estratégias mais utilizadas foram a estratégia Controle (M=39,95; dp=10,97), seguida da estratégia Retraimento, conversão e aditividade (M=27,83; dp=9,17) e da Distracção Social (M=26,92; dp=7,52).

Tabela 2. Estatística descritiva das subescalas de *Coping* da ETC para o total dos participantes e em função da situação profissional

	Situação profissional				Total dos participantes N=115		Min-Max	Amplitude Teórica
	Empregados n=59		Desempregados n=56		M	dp		
	M	dp	M	dp				
Controle	38,95	12,67	40,46	8,90	39,69	10,97	13-64	13-65
Retraimento, conversão e aditividade	25,90	10,02	29,86	7,78	27,83	9,17	13-51	13-65
Distracção social	25,51	8,28	28,41	6,36	26,92	7,52	10-45	10-50
Suporte Social	16,75	5,88	17,80	5,41	17,26	5,65	7-31	7-35
Recusa	16,27	4,93	18,86	5,87	17,53	5,54	8-32	8-40
<i>Coping global</i>	123,37	35,56	135,39	26,63	129,23	31,97	51-194	51-255

Esta distribuição sugere a utilização predominante de estratégias de *coping* positivas, Controle e Suporte Social, ainda que as estratégias de *coping* negativas Retraimento, conversão e aditividade e Recusa apresentem também valores médios elevados. Esta distribuição foi corroborada pela análise de conteúdo. Mais concretamente, pode verificar-se que o discurso dos participantes evidencia a sua capacidade de articulação de comportamentos ou actividades (Controle) e, muito particularmente, de traçar objetivos e fazer planos para lidar com a situação de desemprego de forma abstracta e lógica (controlo

cognitivo e planificação). Esta assumpção pode comprovar-se claramente nas transcrições seguintes: "No início pode ter sido complicado, e difícil, mas (...) a partir daquele momento o meu pensamento foi sempre melhorar a minha vida." (03, l. 99); "Foi um bocadinho difícil de lidar com a situação na altura, apanhou-nos a todos um bocadinho desprevenidos, mas com esforço e trabalho, tudo se consegue." (03, l. 65); e "Procurei lidar da melhor forma, encontrar novas coisas para fazer, traçar novas linhas na minha vida profissional e tentar sempre encarar da melhor maneira e sempre com uma visão mais optimista." (09, l. 84).

Por seu turno, observa-se também a utilização de estratégias de *coping* de Retraimento, conversão e aditividade, particularmente de aceitação do problema: "Mas aceitei bem, aceitei. Embora, cá fora, lembro-me todos os dias dos Estaleiros. Lembro-me." (01, l. 112); "Foi, foi (um capítulo que fechou). Está encerrado" (02, l. 113). Observam-se também estratégias de retirada, manifestada no consumo de álcool: "Comecei a sentir-me inútil, ver que até a minha mulher teve de deixar a educação dos nossos filhos para ir trabalhar, para pagar contas, e eu a tentar arranjar trabalho e não conseguia. Digo-lhe que por vezes bebia porque não me sentia bem." (04, l. 96). Outros evidenciam ainda alguma incapacidade para aceitar e gerir a situação: "Está esquecendo (os ENVC), mas eu não esqueço. (...) Cria muita ansiedade.. E tenho muita ansiedade por causa disso" (03, l. 94). Por fim, observam-se ainda alguns relatos que se aproximam da estratégia de *coping* Suporte Social, do tipo emocional, na medida em que os participantes procuraram conforto e apoio na família e nos amigos. Mais concretamente, os participantes referem ter tentado lidar com a perda de emprego "(...) da melhor maneira. Não entrar em stress e com o apoio da família" (06, l. 124). Destacam, portanto, o papel da família e dos amigos enquanto elementos essenciais para gerir a situação, isto é, salientam que "(...) a família foi muito importante. Foi um pilar para superar o desemprego". Também "através de alguns colegas de trabalho e claro, também levantar um bocadinho a cabeça e andar para a frente" (08, l. 118).

Deste modo, a utilização de diversas estratégias de *coping* foi permitindo aos ex-trabalhadores gerir a situação de perda de emprego e, em última análise, contribuiu para minimizar os efeitos deste evento no seu bem-estar. Com efeito, a perda de emprego conduziu a uma série de alterações na vida dos ex-trabalhadores dos ENVC que, naturalmente,

influenciaram o seu bem-estar individual. Ainda que a natureza das mudanças tenha sido diversa, a qualidade e intensidade das relações familiares e de amizade destacam-se claramente. No que diz respeito ao relacionamento com a família, os ex-trabalhadores referem uma melhoria da qualidade das relações causada, em parte, pelo aumento do tempo disponível para estar com os filhos e familiares mais próximos e, simultaneamente, alguns problemas e discussões familiares provocados essencialmente pelo mesmo motivo. Assim, um dos participantes refere que, desde a perda de emprego “muita coisa mudou”. Destaca “as relações familiares (pois) foi também nessa altura que casei, constituí família, comecei a estudar e a licenciar-me. Aproveitei o facto de ficar desempregado para abraçar novos desafios” (09, l. 71). Um outro salienta que “depois de tudo o que passei, sim tenho melhor QV. Tenho uma melhor relação familiar, tenho mais tempo para a família. Esqueci esse mau momento que vivi.” (04, l. 105). Além disso, se um dos participantes destaca o facto de, ao passar mais tempo em casa, ter a oportunidade de estar “mais tempo com os miúdos (filhos)” (06, l. 93) outro refere que a mesma disponibilidade pode conduzir a alguns problemas familiares:

Estar em casa, quer dizer, estar aquela pessoa em casa sem trabalhar (...) Há já algumas discussões, não é? (...) Quando uma pessoa está a trabalhar, vê-se ao final do dia, mas quando uma pessoa não está a trabalhar, vê-se mais vezes (...) é normal” (10, l. 349).

Do mesmo modo, no que diz respeito às relações de amizade existem dinâmicas distintas. Por um lado, observa-se a manutenção dos relacionamentos existentes: “Mantive contacto na mesma com os meus colegas de trabalho” (09, l. 52) e “Os amigos foram todos. Ficamos todos desempregados, continuaram a ser meus amigos” (05, l. 73) e, por outro, algum afastamento relativamente aos amigos associados aos ENVC “Depois de ficar desempregado, quer dizer, dos que trabalhavam comigo pronto, a relação acabou um bocadinho, de amizade, não é? Cada um foi para o seu lugar” (10, l. 176) e “(...) claro que se perderam amigos porque com o fecho dos estaleiros houve pessoas que voltaram (...) para a empresa que hoje lá está, outros não” (10, l. 258). Este participante termina dizendo lamentar a perda destes

amigos na sequência do encerramento dos ENVC “tenho pena, tenho pena (...) de alguns colegas que perdi, amigos que perdi.” (10, l. 264).

Deste modo, pode considerar-se que as várias alterações ocorridas na vida dos ex-trabalhadores se reflectiram na sua percepção de bem-estar individual. Relativamente a este assunto, a análise qualitativa demonstra que o aspecto que mais parece ter afectado a QV dos ex-trabalhadores dos ENVC é a perda de rendimento. São vários os trechos que salientam este domínio, conforme se pode verificar seguidamente: “A qualidade de vida foi afectada foi. (...) Foi... A dificuldade é que houve uma redução do orçamento familiar.” (06, l. 129); “A nível de qualidade de vida baixou um bocado.” (07, l. 110); “Por sorte, por sorte ela foi formada quando o estaleiro acabou e hoje eu notava que se estivesse no desemprego para a minha filha estudar, mas não conseguia, não conseguia dar seguimento aquilo. Está a ver?” (01, l. 219).

Há também dois dos participantes que destacam alguns problemas de saúde decorrentes das tarefas desempenhadas nos ENVC que, naturalmente, afectam a sua QV atual. Um deles refere sentir algumas dores, “já me começo a queixar dos ombros, do joelho...” (01, l. 117) e um outro entende que a sua QV é “pior (pois) aquilo era um ambiente de muito barulho, um barulho tremendo! Aquilo até dava cabo dos ouvidos!” (02, l. 102). Apesar disso, considera ter “mais tempo agora..”. O rendimento familiar é menor, mas em certa medida esse prejuízo é compensado pelo facto de ter mais tempo para si e para os seus: “Ando mais leve na carteira, mas tenho mais tempo” (02, l. 99). Efectivamente, alguns dos ex-trabalhadores salientam que, após a perda de emprego a sua QV melhorou – eventualmente porque dedicavam antes muito do seu tempo aos ENVC e, atualmente, podem usufruir desse tempo para cuidar de si mesmos e estar com a família e/ou porque, tendo ultrapassado uma situação *stressante* (o desemprego) com o apoio da família, isso os uniu e reforçou os laços já existentes. Um dos participantes diz inclusivamente: “(...) depois de tudo o que passei, sim tenho melhor qualidade de vida. Tenho uma melhor relação familiar, tenho mais tempo para a família” (04, l. 105). Por fim, outro dos participantes considera que não se trata especificamente de ter melhor ou pior QV, mas sim ter mais tempo para si, “mais tempo para estar com um amigo (...) sem ter pressa de ir embora. (...) Mais tempo para passear e descansar” (03, l. 89).

De facto, as redes relacionais têm assumido um papel preponderante na vida pessoal e profissional dos ex-trabalhadores dos ENVC. Pode observar-se que, de uma forma global, o número de familiares próximos aumentou após a perda de emprego (de 7,64 para 8,08 familiares próximos), ainda que se tenha registado uma diminuição do número de amigos próximos (de 12,44 para 9,48 amigos). No que à qualidade do relacionamento e à frequência de contacto com a família e amigos diz respeito não se evidenciam mudanças relevantes uma vez que os inquiridos referem que o relacionamento com a família com os amigos se manteve igual, assim como a frequência dos contactos. Todavia, e no seguimento das alterações na rede relacional dos participantes, 34,3% dos participantes referem que a frequência de contacto com os amigos diminuiu após a perda de emprego e 10,4% que a frequência de contacto com a família aumentou.

No que concerne aos apoios recebidos ao longo da vida e após a perda de emprego por parte da respectiva rede relacional, a tabela 3 permite observar que os participantes referem ter recebido vários tipos de apoio por parte da família. Os resultados sugerem que a família presta sobretudo apoio afectivo, momentos de interação social positiva e apoio emocional. É, no entanto, curioso notar que mais indivíduos empregados referem ter recebido apoio por parte da família do que os indivíduos desempregados, o que pode sugerir que estes últimos sentem o apoio recebido por parte das suas redes relacionais como insuficiente. Apesar disso observa-se um aumento relevante do número de pessoas (quer empregados, quer desempregados) que refere ter recebido apoio emocional por parte da família entre os momentos antes e após a perda de emprego. Nesta linha, verifica-se uma associação estatisticamente significativa entre a situação profissional atual e a percepção de apoio recebido antes da perda de emprego no que diz respeito ao apoio material, $\chi^2(1) = 6,568$, $p = ,010$ (V de Cramer = ,239) e ao apoio afectivo, $\chi^2(1) = 5,247$, $p = ,022$, (V de Cramer = ,214) sendo ambas de fraca intensidade. O mesmo acontece relativamente ao momento após a perda de emprego, isto é, regista-se uma associação significativa do ponto de vista estatístico e de intensidade moderada entre a situação profissional atual e a percepção de apoio material recebido, $\chi^2(1) = 10,450$, $p = ,001$ (V de Cramer = ,301) e entre a situação profissional atual e a percepção de apoio afectivo

recebido, $\chi^2(1) = 6,162$, $p = ,013$, sendo esta de fraca intensidade (V de Cramer = ,231).

Relativamente aos amigos (Tabela 3), a situação é bastante semelhante, ou seja, os participantes referem ter recebido vários tipos de apoio ao longo do seu percurso de vida e após a perda de emprego. É, no entanto, a interação social positiva que se destaca em ambos os momentos e relativamente a ambos os grupos. À semelhança do que se verificou com a

família, também relativamente ao apoio recebido por parte dos amigos são sobretudo os indivíduos empregados que referem ter recebido mais apoio, o que pode novamente sugerir que os indivíduos desempregados sentem o apoio recebido como insuficiente.

Tabela 3. Apoios recebidos por parte da família para o total dos participantes e em função da situação profissional

	Situação profissional				Total dos participantes N = 115		χ^2	Situação profissional				Total dos participantes N = 115		χ^2
	Empregados n = 59		Desempregados n = 56					Empregados n = 59		Desempregados n = 56				
	n	%	n	%	n	%		n	%	n	%			
	Apoio recebido por parte da família							Apoio recebido por parte dos amigos						
Antes da perda de emprego														
Apoio Material	22	37,3	9	16,1	31	27	6,568**	9	15,3	3	5,4	12	10,4	3,011†
Apoio Afetivo	49	83,1	36	64,3	85	73,9	5,247*	23	39	22	39,3	45	39,1	0,001
Interação social positiva	33	55,9	28	50	61	53	0,406	35	59,3	29	51,8	64	55,7	0,661
Apoio Emocional	29	49,2	18	32,1	47	40,9	3,44	30	50,8	15	26,8	45	39,1	6,984**
Informação	26	44,1	17	30,4	43	37,4	2,307	25	42,4	16	28,6	41	35,7	2,385
Após a perda de emprego														
Apoio Material	23	39	7	12,5	30	26,1	10,450***	8	13,6	4	7,1	12	10,4	1,266
Apoio Afetivo	49	83,1	35	62,5	84	73	6,162*	23	39	29	51,8	52	45,2	1,901
Interação social positiva	32	54,2	27	48,2	59	51,3	0,417	34	57,6	26	46,4	60	52,2	1,444
Apoio Emocional	31	27	27	48,2	59	51,3	0,417	24	40,7	20	35,7	44	38,3	0,3
Informação	21	35,6	21	37,5	42	36,5	0,045	26	44,1	16	28,6	42	36,5	2,976†
Outro	3	5,1	--	--	3	2,6	--	9	15,3	3	5,4	12	10,4	3,011†

$p < 0,10$; * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

A análise da relação entre a percepção de apoio recebido e a situação profissional demonstra a existência de uma associação

estatisticamente significativa, ainda que de fraca intensidade, entre a percepção de apoio emocional recebido antes da perda de emprego e a situação profissional atual, $\chi^2(1) = 6,984$, $p = ,008$ (V de Cramer = ,246), sendo que 51% dos indivíduos atualmente empregados referem ter recebido este tipo de apoio por parte dos amigos, em comparação com os 27% de indivíduos atualmente desempregados (Tabela 3).

A análise dos scores globais obtidos na WHOQOL-Bref (Vaz Serra et al., 2006) permite corroborar os resultados obtidos na sequência das entrevistas semi-estruturadas. Isto porque, relativamente à avaliação subjetiva de QV por parte dos participantes, os resultados da estatística descritiva obtidos sugerem melhores indicadores de QV no Domínio Psicológico (M=70,33; dp=15,16) e no Domínio Físico (M=68,26; dp=16,81) e indicadores ligeiramente mais negativos nos Domínios das Relações Sociais (M=66,96; dp=19,34) e do Ambiente (M=60,84; dp=12,01). De referir ainda que na Faceta Geral os resultados são bastante satisfatórios, com um valor médio de 63,37 pontos, ainda que o desvio-padrão seja relativamente elevado (dp=15,42). Importa ainda salientar que os indivíduos empregados (no momento da recolha de dados) evidenciam melhores indicadores de QV em todos os domínios de análise do que os desempregados.

Tabela 4. Diferenças na QV em função da situação profissional (teste t)

	Situação profissional	Média (dp)	t	p
Domínio Físico	Empregado	73,67 (15,57)	3,737	,000***
	Desempregado	62,56 (16,30)		
Domínio Psicológico	Empregado	74,22 (14,79)	2,922	,004**
	Desempregado	66,22 (14,56)		
Domínio das Relações Sociais	Empregado	69,63 (20,34)	1,532	,128
	Desempregado	64,14 (17,97)		
Domínio Ambiente	Empregado	63,45 (13,01)	2,444	,016*
	Desempregado	58,09 (10,28)		
Faceta geral	Empregado	67,80 (15,43)	3,294	,001***
	Desempregado	58,71 (14,09)		

$p < 0,10$; * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Comparando as pontuações dos participantes em função da situação profissional (com recurso ao teste t para amostras independentes),

verificam-se diferenças estatisticamente significativas entre o grupo dos indivíduos empregados e o grupo dos indivíduos desempregados em três dos domínios da WHOQOL-Bref e na faceta geral, sendo que os primeiros demonstram níveis de QV mais elevados em todos os domínios. Além disso, verificam-se diferenças estatisticamente significativas no Domínio Físico, $t(113) = 3,737$, $p = ,000$, no Domínio Psicológico, $t(113) = 2,922$; $p = ,004$, no Domínio Ambiente, $t(113) = 2,444$; $p = ,016$ e na Faceta Geral, $t(113) = 3,294$, $p = ,001$ o que sugere (ainda que parcialmente) que os ex-trabalhadores dos ENVC empregados apresentam melhores indicadores de QV do que os que se encontram desempregados (Tabela 4).

Deste modo, verificadas associações estatisticamente significativas entre a situação profissional (no momento da recolha de dados) dos ex-trabalhadores dos ENVC e a percepção de bem-estar individual, considerou-se pertinente procurar prever a situação face ao mercado de trabalho em função de uma série de indicadores de natureza individual e contextual. Nesta linha, e no sentido de avaliar a significância das variáveis (1) Idade, (2) Dimensão da rede social, (3) Rendimento do agregado familiar, (4) Estratégias de procura de emprego (contactos sociais), (5) Estratégias de *coping* predominantemente utilizadas, (6) Experiências prévias de emprego e (7) Experiências prévias de desemprego para a probabilidade de estar desempregado, recorreu-se à regressão logística pelo método Enter, como descrito em Marôco (2014). A análise demonstrou, com todos os preditores, que as variáveis Dimensão da rede social de apoio no momento da perda de emprego ($b_{\text{Rede}} = -,018$; $X^2_{\text{Wald}}(1) = 1,550$; $p = ,213$; OR = ,982), Rendimentos no momento da perda de emprego ($b_{\text{Rendimentos}} = ,101$; $X^2_{\text{Wald}}(1) = ,044$; $p = ,835$; OR = 1,106), Estratégias de procura de emprego ($b_{\text{Contactos Sociais}} = ,714$; $X^2_{\text{Wald}}(1) = 1,160$; $p = ,281$; OR = 2,042), Estratégias de *Coping* ($b_{\text{Coping(positivo)}} = 1,015$; $X^2_{\text{Wald}}(1) = 2,237$; $p = ,135$; OR = 2,760), Experiência profissional noutras entidades ($b_{\text{Experiência profissional}} = -,608$; $X^2_{\text{Wald}}(1) = ,893$; $p = ,345$; OR = ,545) e Experiência prévia de desemprego ($b_{\text{Experiência desemprego}} = -,882$; $X^2_{\text{Wald}}(1) = 1,291$; $p = ,256$; OR = ,414), não apresentavam um efeito estatisticamente significativo sobre o *Logit* da probabilidade de estar desempregado. Pelo contrário, a variável Idade ($b_{\text{Idade}} = ,209$; $X^2_{\text{Wald}}(1) = 28,154$; $p = ,000$; OR = 1,232) apresentou um efeito estatisticamente significativo sobre o *Logit* da probabilidade de estar desempregado de

acordo com o modelo *Logit* ajustado ($G^2(7) = 67,280$; $p = ,000$; $X^2_{Wald}(8) = 12,436$; $p = ,133$; $R^2_{CS} = ,452$; $R^2_N = ,602$). A tabela 5 resume os coeficientes do modelo e a sua significância.

Tabela 51. Coeficientes Logit do modelo de regressão logística da situação profissional (Método Forward:LR)

Variáveis	B	S. E.	X ² Wald	df	p-value	Exp(B)	I.C. a 95% para Exp(B)
Idade no momento da perda de emprego	,186	,034	30,180	1	,000	1,204]1,127; 1,287[
Constant	-9,271	1,753	27,973	1	,000	,000	

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desemprego continua a ser um dos maiores desafios das sociedades industrializadas. Para além das repercussões económicas e sociais, as questões relativas à experiência individual de desemprego têm atraído, recentemente, uma atenção crescente. Todavia, ainda que sejam já vários os estudos que documentam os efeitos prejudiciais do desemprego para o bem-estar individual, pouco se sabe ainda acerca das características individuais e contextuais que se podem assumir como recursos ou constrangimentos para a vivência da situação de desemprego (Bauman, 2015b). Assim, partindo de um caso específico – a reprivatização dos ENVC e o conseqüente despedimento dos mais de 600 trabalhadores – procurou-se compreender a experiência de desemprego involuntário e analisar o papel do *coping* e das redes sociais para a QV e bem-estar dos indivíduos. Deste modo, a presente investigação, baseando-se num conjunto particular de dados acerca da experiência de desemprego involuntário, apresenta resultados que confirmam a heterogeneidade deste fenómeno – mesmo a amostra sendo constituída integralmente por ex-trabalhadores de uma mesma entidade que perderam o emprego entre 2013 e 2014 e foram avaliados aproximadamente 2 anos depois. Além disso, a metodologia mista utilizada permitiu enriquecer os dados recolhidos e potenciar a compreensão dos mecanismos individuais e contextuais envolvidos na vivência do desemprego e na probabilidade de reintegração no mercado de trabalho. Sem a pretensão de generalizar os resultados obtidos à população, entende-se que estes podem ser úteis para (re)

pensar as políticas sociais de apoio ao emprego em Portugal e particularmente ao nível local/regional.

Efectivamente, conscientes de que as experiências de desemprego são altamente heterogéneas, assim como o são os factores intervenientes e as múltiplas combinações entre eles, é também certo que os desempregados não são vítimas passivas da sua situação. São, ao invés disso, agentes activos no seu próprio desenvolvimento com acesso a recursos internos e externos que lhes permitem lidar com situações de vida difíceis. Cabe, porém, ao Estado Social garantir que todos os indivíduos têm acesso aos recursos necessários para o seu bem-estar.

A evidência demonstra também que o desemprego involuntário é atualmente um fenómeno estrutural e desestruturante – quer do ponto de vista individual, quer do ponto de vista social – e que são cada vez mais os indivíduos que, em algum momento da sua trajectória profissional, experienciam períodos mais ou menos longos de desemprego. Esta combinação de factores, aliada à conjuntura de fraco crescimento económico, não pode, no entanto, ser argumento para discursos culpabilizantes, nem desculpabilizantes, acerca dos desempregados (Almeida et al., 2013). A Sociedade civil e o Estado (e eventualmente o Mercado) precisam tomar efectivamente consciência deste aspecto e criar condições para que os desempregados, mais não seja pelo elevado número que assumem, tenham uma voz mais activa na definição das decisões públicas no domínio das políticas sociais de apoio ao emprego. É fundamental que as políticas sociais sejam construídas a partir de uma abordagem bottom-up que ouça os desempregados, que atendam às suas necessidades e potencialidades e que se assumam como um apoio verdadeiramente útil e sistemático oferecendo condições, e opções, para que os indivíduos possam exercer a sua capacidade de agência em equidade de circunstâncias. Além disso, a tomada de consciência de que as várias mudanças a que assistimos nas sociedades desenvolvidas nos últimos anos, tais como as alterações demográficas, o envelhecimento da população e da força de trabalho, as migrações laborais internacionais, o aumento da taxa de desemprego, as crescentes instabilidade e flexibilidade do emprego, entre outras, não mais se coadunam com o modelo de emprego em que o Estado-Providência foi desenvolvido (Kovács & Lopes, 2010;

Góis, 2012) é igualmente fundamental. A relação emprego-desemprego é hoje mais fluída e heterogênea, pelo que as políticas sociais precisam de se ajustar a esta nova realidade. Se tradicionalmente o propósito dos sistemas de segurança social era essencialmente o de garantir um rendimento de substituição aos indivíduos e a manutenção dos padrões de consumo durante os períodos de desemprego, no contexto atual a prioridade são essencialmente as políticas promotoras do reingresso no mercado de trabalho (Valadas, 2013). É, todavia, fundamental manter presente que as políticas sociais são muito úteis para minimizar situações de pobreza e potenciar o BES dos desempregados, isto é, ainda que não substituam na totalidade os rendimentos do trabalho podem minorar as consequências negativas do desemprego e reduzir os períodos *between jobs* (O'Campo et al., 2015). Assim, para evitar a acumulação de desvantagens entre os segmentos já mais vulneráveis de desempregados, as respostas disponibilizadas pelo Estado de Bem-estar precisam ainda de se tornar mais congruentes com as necessidades e potencialidades dos indivíduos.

Neste sentido, e na linha do que tem vindo a ser sugerido a nível nacional e internacional, os resultados do presente estudo reforçam a importância deste esforço de adequação e inovação. Considera-se nuclear promover a investigação, a discussão e a reflexão acerca da relação emprego-desemprego e das variáveis que podem interferir no modo como cada um experiencia a situação, bem como o enfoque na preservação e rentabilização do capital humano. Em jogo está não só o bem-estar dos indivíduos desempregados, das suas famílias e da sociedade como um todo, como também o futuro do próprio Estado Social pois estamos perante uma sociedade cada vez mais envelhecida, mais qualificada e detentora de competências a quem se precisam garantir condições de usufruto de uma vida com bem-estar.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, J., SANTOS, E., ALBUQUERQUE, C. & FERREIRA, J. Desemprego e empreendedorismo: da ambiguidade da relação conceitual à eficácia das práticas de intervenção social. **Plural**, 20(1), 31-56, 2013.

AMORIM, M. I. Para lá dos números... Aspectos psicossociais e Qualidade de Vida do indivíduo com Diabetes Mellitus tipo 2. (Tese de Doutoramento). Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, Universidade do Porto, Portugal, 2006.

ANDERSEN, J. Coping with long-term unemployment: economic security, labour market integration and well-being. Results from a Danish panel study, 1994 –1999. **International Journal of Social Welfare**, 11, 178–190, 2002.

ANTONUCCI, T., BIRDITT, K., & AKIYAMA, H. Convoys of social relations: An interdisciplinary approach. In V. L. Bengston, D. Gans, N. M. Pulney, & M. Silverstein (Eds.), *Handbook of theories of aging* (pp. 247-260). New York: **Springer Publishing**, 2009.

ATKINSON, T., LIEM, R., & LIEM, J. H. The social costs of unemployment: implications for social support. **Journal of Health and Social Behavior**, 27(4), 317-331, 1986.

BACCARO, L. Does the global financial crisis mark a turning point for labour? **Socio-Economic Review**, (8), 341–376, 2010.

BAUMANN, I. Decreased well-being after job loss: testing omitted causes. **LIVES Working Papers**, 36, 1-33, 2015a.

BAUMANN, I. Labor market experience and well-being after firm closure: Survey evidence on displaced manufacturing workers in Switzerland (Thèse de Doctorat). Faculté des Sciences Sociales et Politiques, l'Université de Lausanne, Lausanne, Suisse, 2015b.

BRAND, J. The far-reaching impact of job loss and unemployment. *Annual Review of Sociology*, 41, 2015.

CABRAL, M., FERREIRA, P., SILVA, P., JERÓNIMO, P., & MARQUES, T. Processo de envelhecimento em Portugal: usos do tempo, redes sociais e condições de vida. Lisboa: **Fundação Francisco Manuel dos Santos**, 2013.

CALEIRAS, J. Do desemprego à pobreza? Trajectórias, experiências e enfrentamentos. **E-cadernos CES**, 2, 2008. Retirado de <<https://eces.revues.org/1472>>.

CANAVARRO, M. C., SIMÕES, M. R., VAZ SERRA, A., PEREIRA, M., RIJO, D., QUARTILHO, M. J., ... CARONA, C. Instrumento de avaliação da qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde: WHOQOL-Bref. In M. Simões, C. Machado, M. Gonçalves, & L. Almeida (Eds.), *Avaliação psicológica: Instrumentos validados para a população portuguesa* (Vol. III, pp. 77-100). Coimbra: **Quarteto Editora**, 2007.

CRESWELL, J. W. *Qualitative inquiry and research design: choosing among five approaches* (3ed.). **SAGE Publishing**, 2013.

DAVIES, S. The quality distribution of jobs in search equilibrium. Mimeo: **University of Chicago**, 1996.

DIENER, E., LUCAS, R. E., & SCOLLON, C. N. Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. **American Psychologist**, 61(4), 305-314, 2006.

FONSECA, A. *Desenvolvimento Humano e Envelhecimento*. Lisboa: **Climepsi Editores**, 2004.

GALLIE, D. & PAUGAM, S. *Welfare Regimes and the Experience of Unemployment in Europe*. Oxford: **Oxford University Press**, 2000.

GALLIE, D., PAUGAM, S. & JACOBS, S. Unemployment, Poverty and Social Isolation: Is there a vicious circle of social exclusion? **European Societies**, 5(1), 1–32, 2003.

GÓIS, C. *A europeização das políticas de emprego: impactos e implicações no caso português* (Dissertação de Doutoramento). Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra, Portugal, 2012.

HAHN, E., SPECHT, J., GOTTSCHLING, J., & SPINATH, F. M. *Coping with Unemployment: The Impact of Unemployment Duration and Personality*

on Trajectories of Subjective Well-Being? **European Journal of Personality**, 29, 635-646, 2015.

HARDT, J. & RUTTER, M. Validity of adult retrospective reports of adverse childhood experiences: review of the evidence. **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, and Allied Disciplines, 45(2), 260-273, 2004.

HEADEY, B. The set point theory of well-being has serious flaws: on the eve of a scientific revolution. **Social Indicators Research**, 97, 7-21, 2010.

HESPANHA, P., CALEIRAS, J., PESSOA, S., & PACHECO, V. É o (des)emprego fonte de pobreza? O impacto do (des)emprego na pobreza e exclusão social no distrito de Coimbra. Porto: **Rede Europeia Anti-Pobreza**, 2007.

HOLMES, T. H., & RAHE, R. H. The social readjustment rating scale. **Journal of psychosomatic research**, 11, 213, 1967.

JAHODA, M., LAZARFELD, P., ZEISEL, H. Marienthal: The Sociography of na Unemployed Community. Chicago: **Aldine**, 1933.

JOPP, D., & SCHMITT, M. Dealing with negative life events: differential effects of personal resources, coping strategies, and control beliefs. **European Journal of Ageing**, 7, 167-180, 2010.

KOVÁCS, I. & LOPES, M. A juventude e o emprego: entre a flexibilidade e a precariedade. In S., Casaca (Ed.), Mudanças laborais e relações de género: novos vetores de (des)igualdade. Lisboa: **Fundação Económicas & Almedina**, 2012.

KUNZ, J. Unemployment and employment policy at local level: a comparative case study (PhD thesis). University of Tampere, Finland, 2004.

LAZARUS, R. Psychological stress and coping in adaptation and illness. International **Journal of Psychiatry in Medicine**, 5, 321-333, 1974.

LAZARUS, R., & FOLKMAN, S. Cognitive theories of stress and the issue of circularity. In M. H., Appley & R., Trumbull (Eds), Dynamics of stress:

physiological, psychological, and social perspectives (pp. 63–80). New York: **Plenum**, 1986.

MANTLER, J., MATEJICEK, A., MATHESON, K., & ANISMAN, H. Coping with employment uncertainty: a comparison of employed and unemployed workers. *Journal of Occupational Health Psychology*, 10(3), 200–209, 2005.

MARÇANO, I. Trabalho e vidas. Práticas sociais e vivência subjectivas no desemprego. (Tese de Doutoramento). Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade Nova de Lisboa, Lisboa, Portugal, 2013.

MARÔCO, J. Análise estatística com o SPSS Statistics (6ª ed). Pêro Pinheiro: **ReportedNumber**, 2014

MCKEE-RYAN, F. M., SONG, Z., WANBERG, C. R., & KINICKI, A. J. Psychological and physical well-being during unemployment: A meta-analytic study. *Journal of Applied Psychology*, 90(1), 53–76, 2005.

NETO, F., BARROS, J., & BARROS, A. Satisfação com a vida. In L. Almeida, R. Santiago, P. Silva, L. Oliveira, O. Caetano, & J. Marques (Eds.). *A ação educativa: análise psicossocial* (pp.105–117). Leiria: **ESEL/APPORT**, 1990.

O'CAMPO, P., MOLNAR, A., EDWIN, N., RENAHY, E., MITCHELL, C., SHANKARDASS, K., ST. JOHN, A., BAMBRA, C., & MUNTANER, C. Social welfare matters: A realist review of when, how, and why unemployment insurance impacts poverty and health. *Social Science & Medicine*, 132, 88–94, 2015.

OESCH, D., & LIPPS, O. Does Unemployment Hurt Less if There is More of it Around? A Panel Analysis of Life Satisfaction in Germany and Switzerland. *European Sociological Review*, 29(5), 955–967, 2012.

PAÚL, C., & FONSECA, A. *Psicossociologia da saúde*. Lisboa: **Climepsi Editores**, 2001.

PESTANA, N. *Trabalhadores mais velhos: Políticas públicas e práticas empresariais*. Lisboa: Ministério da Segurança Social e do Trabalho – Direcção-Geral do Emprego e das Relações de Trabalho, 2003.

SCHRODER, M. Scar or blemish? Investigating the long term impact of involuntary job loss on health. In A. Boersch-Supan, M., Brandt, K. Hank, & M. Schroder (Eds.), *The individual and the welfare state: Life histories in Europe* (pp. 191-202). Berlin: **Springer**, 2011.

SCHRODER, M. Jobless now, sick later? Investigating the long-term consequences of involuntary job loss on health. **Advances in Life Course Research**, 18(1), 5-15, 2013.

SENNETT, R. *The Corrosion of Character: The Personal Consequences of Work in the New Capitalism*. New York: **Norton**, 1998.

TAP, P., COSTA, E. S., & ALVES, M. N. Escala toulousiana de coping (ETC): Estudo de adaptação à população portuguesa. **Psicologia, Saúde & Doenças**, 6(1), 47-56, 2005.

VALADAS, C. Mudanças nas políticas: do (des)emprego à empregabilidade. **Revista Crítica de Ciências Sociais**, 102, 89-110, 2013.

WINKELMANN, R. Unemployment, social capital, and subjective well-being. **Journal of Happiness Studies** 10 (4), 421-430, 2008.