



UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
FACULDADE DE ECONOMIA, ADMINISTRAÇÃO, ATUÁRIA E
CONTABILIDADE
DEPARTAMENTO DE ADMINISTRAÇÃO
CURSO DE ADMINISTRAÇÃO

JAYNE STEPHANNY CRUZ GOMES

PRAZER, SOFRIMENTO E ESTRATÉGIAS DEFENSIVAS NO TRABALHO:
VIVÊNCIAS DE MULHERES PÓS PUERPÉRIO NO RETORNO AO TRABALHO
EM EMPRESAS PRIVADAS

FORTALEZA

2025

JAYNE STEPHANNY CRUZ GOMES

PRAZER, SOFRIMENTO E ESTRATÉGIAS DEFENSIVAS NO TRABALHO:
VIVÊNCIAS DE MULHERES PÓS PUERPÉRIO NO RETORNO AO TRABALHO EM
EMPRESAS PRIVADAS

Monografia apresentada ao curso de Administração como requisito parcial à conclusão da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso do Departamento de Administração da Universidade Federal do Ceará.

Orientador: Prof. Dr. Bruno Chaves Correia Lima.

FORTALEZA

2025

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal do Ceará
Sistema de Bibliotecas

Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

G614p Gomes, Jayne Stephanny Cruz.
PRAZER, SOFRIMENTO E ESTRATÉGIAS DEFENSIVAS NO TRABALHO: : VIVÊNCIAS DE
MULHERES PÓS PUERPÉRIO NO RETORNO AO TRABALHO EM EMPRESAS PRIVADAS / Jayne
Stephanny Cruz Gomes. – 2025.
40 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2025.
Orientação: Prof. Dr. Bruno Chaves Correia Lima..

1. Maternidade. 2. Prazer no trabalho. 3. Sofrimento no trabalho. I. Título.

CDD

JAYNE STEPHANNY CRUZ GOMES

PRAZER, SOFRIMENTO E ESTRATÉGIAS DEFENSIVAS NO TRABALHO:
VIVÊNCIAS DE MULHERES PÓS PUERPÉRIO NO RETORNO AO TRABALHO EM
EMPRESAS PRIVADAS

Monografia apresentada ao curso de Administração como requisito parcial à conclusão da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso do Departamento de Administração da Universidade Federal do Ceará.

Aprovada em: 12/11/2025.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Bruno Chaves Correia Lima (Orientador)
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Prof.a Dra. Luma Louise Sousa Lopes
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Prof. PhD. Luis Eduardo Brandão Paiva
Universidade Federal do Ceará (UFC)

RESUMO

A discussão sobre como o trabalho pode gerar tanto realização quanto sofrimento é uma dualidade que gera conflitos desde a idade média, nos dias de hoje está especialmente associado aos desafios da maternidade e da vida profissional. Com base na psicodinâmica do trabalho de Christophe Dejours, buscou-se compreender como essas mulheres equilibram as demandas profissionais e familiares. Este trabalho teve como objetivo geral analisar as vivências de prazer, sofrimento e as estratégias defensivas adotadas por mulheres pós-puerpério no retorno ao trabalho em empresas privadas. A pesquisa teve caráter qualitativo e descritivo, sendo realizadas dez entrevistas estruturadas com mulheres que voltaram ao trabalho após o puerpério. As entrevistas foram analisadas pela técnica de Análise de Conteúdo, o que permitiu organizar as falas e identificar padrões de significado. Os principais resultados mostraram que o prazer no trabalho esteve associado ao acolhimento no retorno da licença, ao reconhecimento das chefias, ao apoio de colegas e ao sentimento de pertencimento. Muitas participantes relataram que pequenos gestos de acolhimento, como mensagens ou recepções simbólicas, reforçaram sua autoestima e ajudaram na readaptação. O reconhecimento profissional, quando presente, também contribuiu para a motivação e para a sensação de competência. Por outro lado, as vivências de sofrimento no trabalho estavam ligadas à falta de compreensão das chefias, ao julgamento sobre sua produtividade após a maternidade, à exclusão de oportunidades e à sobrecarga causada pela dupla jornada. Comentários depreciativos e a falta de flexibilidade foram fatores frequentes que geraram ansiedade, frustração e sentimento de culpa. Quanto às estratégias defensivas, as mulheres relataram atitudes como aumentar o esforço no trabalho para provar sua capacidade, buscar apoio emocional em colegas, negociar horários com gestores e organizar melhor a rotina com ajuda de familiares, além de práticas de autorregulação emocional, como fazer pausas e relembrar momentos com o filho para aliviar a tensão. Ao final, conclui-se que o retorno ao trabalho no pós-puerpério é um processo marcado pela coexistência de prazer e sofrimento, influenciado tanto pela postura da organização quanto pelas pressões internas vividas pela mulher após se tornar mãe. Foi possível identificar, assim, as situações de prazer, sofrimento e descrever as estratégias defensivas utilizadas pelas participantes, atendendo ao objetivo da pesquisa. Assim, as políticas organizacionais precisam ser mais humanas, flexíveis e sensíveis às necessidades das mães trabalhadoras.

Palavras-chave: pós-puerpério; trabalho; prazer e sofrimento.

ABSTRACT

The discussion about how work can generate both fulfillment and suffering is a duality that has caused conflicts since the Middle Ages, and is especially connected to the challenges of motherhood and professional life currently. Based on Christophe Dejours's work on psychodynamics, this study sought to understand how women balance professional and family demands. The general objective of this research was to analyze the experiences of pleasure, suffering, and the defensive strategies adopted by postpartum women returning to work in private companies. The study employed a qualitative and descriptive approach, conducting ten structured interviews with women who had returned to work after the puerperium. The interviews were analyzed using Content Analysis, which allowed the organization of narratives and the identification of meaning patterns. The main findings showed that pleasure at work was associated with being welcomed upon returning from maternity leave, receiving recognition from supervisors, support from colleagues, and a sense of belonging. Many participants reported that small gestures of welcome, such as messages or symbolic receptions, strengthened their self-esteem. These gestures also supported their readaptation. Professional recognition, when present, contributed to motivation and a sense of competence. On the other hand, experiences of suffering at work were related to a lack of understanding from supervisors. Judgments about their productivity after becoming mothers, exclusion from opportunities, and the overload caused by the double workday were also issues. Derogatory comments and lack of flexibility were frequent factors. These factors generated anxiety, frustration, and feelings of guilt. Regarding defensive strategies, the women reported taking actions such as increasing their work effort to prove their capabilities, seeking emotional support from colleagues, negotiating schedules with managers, and organizing their routines more efficiently with help from family members, mentioned emotional self-regulation practices, such as taking breaks and recalling moments with their child to relieve tension. In conclusion, returning to work after the puerperium is a process marked by the coexistence of pleasure and suffering, influenced both by organizational attitudes and by the internal pressures experienced by women after becoming mothers. It was therefore possible to identify situations of pleasure and suffering and describe the defensive strategies used by the participants. Thus, the study's objective was met. Organizational policies need to be more humanized, flexible, and sensitive to meet the needs of mothers.

Keywords: pleasure and suffering; postpartum period; work.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	6
1.1 Problema de pesquisa.....	8
1.2 Objetivo geral da pesquisa.....	8
1.3 Objetivos específicos.....	8
1.4 Justificativa.....	8
1.5 Aspectos Metodológicos.....	9
1.6 Estruturação do trabalho.....	9
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	10
2.1 A psicodinâmica do trabalho e suas fases.....	10
2.2 Prazer e sofrimento no trabalho.....	12
2.2.1 <i>Estudos empíricos sobre prazer e sofrimento no trabalho.....</i>	<i>13</i>
2.3 Estudos empíricos sobre a relação maternidade e trabalho.....	16
2.4 As estratégias defensivas da mulher com múltiplas jornadas.....	21
3 MÉTODO DE PESQUISA.....	23
3.1 Sujeitos da Pesquisa.....	23
3.2 Coleta de Dados.....	24
3.3 Procedimento de Análise dos Dados.....	24
4 RESULTADOS.....	25
4.1 Caracterização das participantes da pesquisa.....	25
4.2 Situações de prazer relatadas pelas entrevistadas.....	26
4.3 Tratamento dos resultados e interpretação.....	29
REFERÊNCIAS.....	32

1 INTRODUÇÃO

A relação entre o trabalho e a sociedade apresenta dualidade desde a idade média, uma relação de desenvolvimento pessoal, de posicionamento social, mas ao mesmo tempo ferramenta de tortura e desgaste, visto frequentemente como o único meio de vida da maioria das pessoas. Por um lado, serviria como instrumento de serviço para a sociedade, por outro, uma estratégia de controle comportamental, onde o trabalhador vende o seu tempo de vida em troca da sobrevivência (Vasconcelos, 2001; Ornellas; Monteiro, 2006).

Em evolução a esse paradigma, a sociedade moderna é marcada pela tentativa de equilíbrio entre qualidade de vida e o exercício profissional. Carga horária alta de trabalho, grande competitividade no mercado e necessidade de constante qualificação traçam um ritmo de cobrança que chega a ser adoecedor para os trabalhadores, afetando tanto a saúde física como a saúde mental, levando empresas e profissionais a buscar condições melhores de trabalho (Areosa, 2021; Bottini; Paiva; Gomes, 2021).

Considerando a conjuntura desafiadora envolvendo as relações de trabalho, o conceito da psicodinâmica do trabalho pode colaborar com o entendimento sobre os impactos da atividade laboral na saúde mental dos profissionais e como o trabalhador pode criar mecanismos de convivência com esse sofrimento normalizado. O precursor desse conceito, Christophe Dejours, psiquiatra e psicanalista francês, afirma que o empregador utiliza a pressão e causa medo aos empregados como forma de aumentar sua produtividade, mesmo sem as mínimas condições de higiene, ergonomia ou justiça salarial, levando os profissionais ao estado de melancolia (Dejours, 2021).

Essa melancolia, ou depressão, como conhecemos hoje, se apresenta em diversas áreas e profissões, sendo identificada desde profissionais da área da saúde, passando por profissionais da área financeira e até líderes religiosos, que relatam sofrimentos envolvendo solidão, falta de reconhecimento, assédio moral, sobrecarga de trabalho e conflitos nas relações interpessoais (Pena *et al.*, 2021; Almeida *et al.*, 2022; Pinheiro; Vieira, 2023).

Condições de saúde como as relatadas anteriormente são indicativos de sofrimento no trabalho, que refere-se a experiências negativas que podem levar ao desgaste emocional e físico. Lideranças abusivas, condições de trabalho insalubres, salários baixos, entre outros aspectos podem resultar em agravos de saúde para os trabalhadores e custos com absenteísmo, demissão e processos judiciais para as empresas (Almeida *et al.*, 2022; Silva, 2023).

Por outro lado, o conceito de prazer no trabalho está associado a experiências positivas

que promovem bem-estar e satisfação profissional. De acordo com França e Mota (2021), ambientes que oferecem suporte adequado e políticas flexíveis, especialmente quando propiciam reconhecimento, desenvolvimento e realização, tendem a aumentar a produtividade e a retenção de funcionários, beneficiando tanto empregadores quanto empregados.

A desigualdade de gênero no ambiente de trabalho também contribui para aspectos de sofrimento enfrentados especialmente por mulheres. Dados do 4º Relatório de Transparência Salarial e Critérios Remuneratórios apontaram que os salários das mulheres são em torno de 21% menores que os dos homens, apesar dos avanços e conquistas femininas da última década (BRASIL, 2025). Além disso, estão sub-representadas em cargos de liderança e quando alcançam esses cargos, também são remuneradas injustamente. Essa disparidade pode aumentar o sofrimento e reduzir o prazer no trabalho, especialmente para as mães que retornam ao trabalho após o puerpério (Julião; Dib; De Oliveira, 2021; Brant, 2022).

O sofrimento no trabalho envolvendo maternidade é alicerçado no vínculo afetivo e genético entre genitora e nascituro, construção essa que percorre o papel social da mulher, aquela que, na grande maioria dos casos, se torna responsável pela amamentação, alimentação, proteção, afeto e acolhimento. Esses conceitos foram mais estudados na década de 20, mas desde tempos pré-históricos que o papel de maternar, concedido à mãe, era de cuidado doméstico e proteção da prole, seria então o primeiro “trabalho” da mulher (Rezende, 2020; Barbano; Cruz, 2022).

No contexto moderno e de retorno ao trabalho pós-puerpério, as mulheres enfrentam desafios muito maiores que os homens enfrentam na condição de pai. Muitas mães que retornam ao trabalho após a licença-maternidade vivenciam dificuldades significativas, incluindo a necessidade de equilibrar responsabilidades profissionais e familiares, o que pode afetar sua saúde mental e física (Garcia; Viecili, 2018; Julião *et al.*, 2019).

Quando não há no ambiente de trabalho a adequação necessária para reduzir os fatores de sofrimento, frequentemente os trabalhadores buscam internamente suas estratégias defensivas. Essas estratégias consistem em mudança de olhar e pensamento diante dos problemas enfrentados, distanciamento dos sentimentos dolorosos e até intervenções coletivas com colegas de trabalho a fim de ressignificar o sofrimento (Bottini; Paiva; Gomes, 2021).

Assim, é fundamental que as empresas atuem diante dos fatores de sofrimento dos empregados e reconheçam as particularidades das mulheres no ambiente de trabalho, especialmente no contexto pós-puerpério. Ao implementar políticas de apoio, oferecer flexibilidade e promover a igualdade de oportunidades, as organizações não apenas melhoram a qualidade de vida de suas funcionárias, mas também colhem benefícios em termos de

produtividade e retenção de talentos (Oliveira; Bana, 2023).

1.1 Problema de pesquisa

Com a identificação da problemática que envolve a adequação de rotinas das mulheres que são mães e o impacto das mudanças no corpo e na vida delas, pergunta-se: quais as vivências de prazer, sofrimento e as estratégias defensivas de mulheres pós puerpério no retorno ao trabalho em empresas privadas? Para sanar esse questionamento, esta monografia visa atender aos objetivos descritos a seguir.

1.2 Objetivo geral da pesquisa

Analisar as vivências de prazer, sofrimento e estratégias defensivas de mulheres pós puerpério no retorno ao trabalho em empresas privadas.

1.3 Objetivos específicos

- Identificar as vivências de prazer e sofrimento de mulheres pós puerpério no retorno ao trabalho em empresas privadas.
- Analisar as vivências de prazer e sofrimento de mulheres pós puerpério no retorno ao trabalho em empresas privadas.
- Descrever as estratégias defensivas adotadas por mulheres pós puerpério no retorno ao trabalho em empresas privadas.

1.4 Justificativa

Os estudos de Weber *et al*, 2017; Garcia; Viecili, 2018, confirmam que mulheres que vivem a maternidade no início de suas carreiras tendem a não se desenvolver profissionalmente nem crescer em seus cargos, enquanto homens não sofrem nenhuma interferência em suas vidas quando se tornam pais. Na vida da mulher, a maternidade torna-se um grande desafio e, após a licença-maternidade, a volta ao trabalho é vista como um novo processo de adaptação que chega a causar sofrimento, indicando um grande conflito interno e pessoal.

Desta feita, este estudo pretende fornecer uma base para a reflexão e estruturação de planos de ação, visando criar ambientes mais favoráveis às mulheres que desejam realizar seu potencial tanto no âmbito familiar quanto no profissional, sem comprometer sua saúde mental (Carvalho, 2022).

1.5 Aspectos Metodológicos

A metodologia de pesquisa desta monografia se caracteriza como de natureza qualitativa, na qual foram coletados dados para uma análise de perspectiva no contexto de um grupo específico de participantes, muito característico das pesquisas sociais (Oliveira, 2011). Utilizou-se o método indutivo, conforme Marconi e Lakatos (2010), identificando uma relação entre dois parâmetros ou fenômenos, sendo eles a relação prazer-sofrimento no trabalho com a maternidade.

Foram aplicadas 10 (dez) entrevistas no modelo entrevista estruturada com 13 perguntas, divididas em quatro seções (Anexo I). Foram utilizadas perguntas abertas, na tentativa de identificar os sentimentos e situações relacionadas ao prazer e ao sofrimento no trabalho na perspectiva das respondentes.

1.6 Estruturação do trabalho

Com essa introdução ao tema e para atender o objetivo desta pesquisa, o trabalho foi estruturado em fundamentação teórica, metodologia, resultados e discussões e conclusão. A fundamentação teórica foi dividida nas seguintes seções: A psicodinâmica do trabalho e suas fases, que aborda a história e os impactos mentais da evolução do trabalho em seus diversos modelos, trazendo conceitos de Dejours sobre psicodinâmica; Prazer e sofrimento no trabalho, texto que aborda os aspectos conceituados como sofrimento no trabalho à vista de diversos autores; Estudos empíricos sobre a relação maternidade e trabalho, onde foi ilustrado o estado da arte sobre os conflitos que envolvem tempo investido no trabalho e na maternidade e como a busca pela carreira e sua identidade como mulher podem ser conflitantes; e As estratégias defensivas da mulher com múltiplas jornadas, onde são descritos estudos que abordam as formas como as mulheres que trabalham e que são mães conseguem conciliar a rotina doméstica e suas profissões e de que forma amenizam os efeitos do sofrimento no trabalho.

Em seguida, foi abordada a metodologia desta pesquisa, uma pesquisa qualitativa de caráter descritivo, seguida da apresentação dos resultados e discussões da pesquisa.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A mulher que trabalha e vive a maternidade possui diversos desafios pessoais, profissionais e domésticos, sendo necessário conhecer esses desafios com profundidade para identificar as melhores alternativas para reduzir seu sofrimento (Souza; Machado, 2021). O referencial teórico é a seção que permitirá esse aprofundamento de conhecimentos, utilizando uma base de construção teórica, trazendo evidências sobre os impactos do conflito na maternidade - trabalho sobre a percepção de sofrimento da mulher pós-puerpério à vista da multidisciplinaridade de olhares, com autores de diversas áreas de estudo.

2.1 A psicodinâmica do trabalho e suas fases

Dejours foi o precursor da psicodinâmica do trabalho, sendo um avanço aos conceitos de psicopatologia do trabalho, investigando não só os efeitos das condições laborais sobre a saúde mental dos trabalhadores, mas relatando também experiências de prazer e sofrimento no ambiente profissional, examinando como os indivíduos lidam com as adversidades no trabalho e as estratégias que adotam para transformar o sofrimento em experiências positivas, como numa avaliação da resiliência de cada profissional, no que Dejours pontuou como “normalidade” (França; Mota, 2021).

A evolução da psicodinâmica do trabalho teve fases distintas, a depender das reformas da sociedade de cada período. Por volta da década de 70 iniciou-se o que seria a primeira fase, com o surgimento da denominação de psicopatologia do trabalho que concentrava-se na análise do sofrimento psíquico resultante do confronto entre o indivíduo e a organização. O marco dessa etapa foi a publicação, em 1980, da obra "A Loucura do Trabalho" na edição brasileira, na qual Dejours examina as estratégias individuais e coletivas utilizadas pelos trabalhadores para enfrentar o sofrimento originado no trabalho, especialmente no contexto do modelo taylorista predominante na época (Bottega, 2015; Lavanchicha, 2015).

Na década de 1990, a abordagem evoluiu para a psicodinâmica do trabalho, deslocando o foco das patologias para a compreensão dos mecanismos que permitem aos trabalhadores manter a saúde mental apesar das adversidades. Dejours investigou como o sofrimento poderia ser transformado em prazer por meio da mobilização da inteligência prática e da criatividade no trabalho. Publicações como "De la Psychopathologie à la Psychodynamique du Travail" (1993) e "Le Facteur Humain" (1995) consolidaram essa nova perspectiva (Lavanchicha, 2015).

Anos mais tarde, a psicodinâmica do trabalho passou a enfatizar o papel do trabalho na construção da identidade do trabalhador e nas vivências de prazer e sofrimento no ambiente profissional. Conceitos como reconhecimento e sublimação foram explorados como estratégias de enfrentamento, e a clínica do trabalho foi proposta como uma ação transformadora, promovendo espaços de discussão coletiva onde a expressão livre é incentivada (Pordeus *et al.*, 2023).

Dejours afirma que, nos estudos sobre o que ele entendeu como normalidade – equilíbrio entre as defesas psíquicas e o sofrimento do trabalho –, da mesma forma que o próprio corpo combate ativamente doenças, há regulagens naturais no âmbito psíquico que tentam combater o sofrimento causado pelas condições de trabalho, algumas vezes sendo regulagens nada saudáveis, como os observados em trabalhadores da construção civil, que incluem indisciplina, alcoolismo, tabagismo, entre outros comportamentos. Entender essas estratégias é a raiz da psicodinâmica para identificar as melhores orientações para pacientes que sofrem com o trabalho, mas que dependem dele para sua sobrevivência (Dejours, 2017).

Na tentativa de entender o processo de alcance da normalidade, Dejours traz ainda em suas pesquisas as premissas centrais da psicodinâmica. A primeira seria a busca pela autorrealização, que leva todo indivíduo a contribuir para a criação social e construir sua identidade por meio do trabalho (Bueno; Macêdo, 2012).

A segunda premissa trata do hiato entre trabalho prescrito e real. Há uma área de estudo dedicada a essa premissa, chamada Ergonomia, um mistério para pesquisadores que tentam entender como o trabalhador consegue preencher as lacunas da atividade laboral, realizando as atividades de forma diferente do que é prescrita, apresentando-se como forte estratégia de enfrentamento ao sofrimento no trabalho (Mendes, 2007; Bueno; Macêdo, 2012).

Por fim, a premissa do reconhecimento, que age fortemente na construção da identidade no trabalho, dependendo do julgamento dos colegas e lideranças, o indivíduo espera gratidão e espera se sentir útil e se sentir parte da organização (Martins; Pires, 2024).

Na tentativa de mitigar o sofrimento e promover o prazer no ambiente laboral, as organizações podem adotar práticas de promoção do bem-estar para os colaboradores. Isso inclui a implementação de políticas de reconhecimento, promoção de ambientes colaborativos e oferta de recursos para o desenvolvimento pessoal e profissional. Além disso, a criação de espaços de diálogo, onde os trabalhadores possam expressar suas preocupações e sugestões pode ser base para construção de um ambiente saudável e produtivo (Gui, 2002; Silva; Gonçalves; Zonatto, 2017).

2.2 Prazer e sofrimento no trabalho

As investigações sobre como o trabalho afeta a saúde mental das pessoas surgiram por volta do início do século XX, sendo fortalecidos após a primeira e segunda Guerras Mundiais, quando a industrialização exigiu maior produtividade dos trabalhadores e, conseqüentemente, casos de adoecimento chamaram atenção dos psiquiatras da época, em especial na França. Nesta época, pesquisadores como Paul Sivadon e Louis Le Guillant foram precursores de estudos da chamada psicopatologia do trabalho (Nassif, 2005; Duarte *et al.*, 2022).

Esse movimento evoluiu na década de 1980 com a abordagem de Dejours. Enquanto os psiquiatras focaram seus esforços em entender como o trabalho afetava a saúde, Dejours introduziu a abordagem da psicodinâmica do trabalho, que ampliou o foco para as estratégias de defesa dos trabalhadores e para a transformação do sofrimento em potencial fonte de prazer. Essa transição, de uma análise centrada nas patologias para uma investigação da normalidade e dos mecanismos de ressignificação do sofrimento, discutidas tanto por Dejours como por colaboradores de suas pesquisas (Coutinho; Magro; Budde, 2011).

Anos depois, os estudos passaram a investigar, de maneira mais aprofundada, as vivências de prazer e sofrimento a partir da relação entre o trabalho prescrito e o trabalho real, enfatizando a importância do reconhecimento, da autonomia e da construção da identidade dos trabalhadores. Pesquisas subsequentes, tanto em contextos industriais quanto em serviços, evidenciam que as condições de trabalho, incluindo fatores organizacionais e as relações interpessoais, influenciam significativamente a saúde psíquica dos indivíduos (Dejours, 2004; Moreira; Silva, 2019).

Muito do que se entende sobre prazer no trabalho está relacionado a sentimentos descritos por profissionais de forma tanto subjetiva quanto objetiva, relacionados a sensação de realização profissional, valorização no local de trabalho e liberdade de expressão (Lima *et al.*, 2023; Marra *et al.* 2023). Ao mesmo tempo, há evidências de fatores causadores de prazer também estarem relacionados com sofrimento, como os relacionamentos interpessoais no trabalho, a exemplo das relações entre pessoas de gerações diversas (Cancela, 2024). Assim, são diversas as facetas que envolvem os fatores de prazer e podem ser percebidos de formas individuais por cada colaborador.

Por outro lado, o sofrimento no trabalho pode ser causado por inúmeros fatores inerentes ao trabalho, como exigências cognitivas, a falta de controle do trabalhador sobre sua atividade e seu tempo, a integração entre colegas e pressão vinda de níveis hierárquicos superiores e até mesmo a falta de sentido no seu trabalho. Logo, nesse processo há uma

ruptura entre o esforço do trabalhador e o reconhecimento recebido, gerando frustração, desgaste emocional e, em casos extremos, patologias psíquicas (Nusshold, 2017; Amorim; Carvalho; Leão, 2022). Para lidar com esse sofrimento, os trabalhadores desenvolvem as chamadas estratégias defensivas, como o distanciamento emocional da dor do sofrimento, uma forma de ressignificar a dor e os problemas, ou mesmo a criação de espaços de diálogo internos para alívio dos fatores de sofrimento (Bottini; Paiva; Gomes, 2021).

A partir desses exemplos, reforça-se o que foi preconizado por Dejours, que a ausência de mecanismos de reconhecimento e valorização pode levar à alienação, desmotivação e ao adoecimento psíquico, tornando o ambiente de trabalho um fator de risco para a saúde mental (Dejours, 2021).

2.2.1 Estudos empíricos sobre prazer e sofrimento no trabalho

O trabalho é o sustento da maioria das pessoas no mundo, pode ser considerado uma forma de reconhecimento social e de fortalecimento da identidade pessoal do ser humano. Por esse motivo, o trabalho pode ser tanto uma fonte de alegria e prazer, como de cobrança, angústia e sofrimento (Areosa, 2021).

Diversos estudos sugerem que o prazer no trabalho está intimamente ligado ao reconhecimento profissional e à valorização das competências individuais. Quando os trabalhadores percebem que suas habilidades são apreciadas e que contribuem significativamente para os objetivos organizacionais, há um aumento na satisfação e no engajamento. Essa valorização não apenas eleva a moral, mas também potencializa a produtividade e a qualidade das entregas (Silva; Gonçalves; Zonatto, 2017; França; Mota, 2021).

Ao mesmo tempo, os profissionais enfrentam uma série de desafios que geram sofrimento, relacionado à mudanças que causam um distanciamento entre a percepção do trabalhador e o sentido das suas atividades no seu local de trabalho, seja por excesso de trabalho, mudança de liderança, mudança de cultura organizacional, ausência de reconhecimento ou dificuldades de relacionamento entre colegas e lideranças, levando a um possível adoecimento psíquico, comumente diagnosticado como *burnout*, depressão ou ansiedade nos dias de hoje (Pena *et al.*, 2021; Marra *et al.*, 2023).

Para entender melhor as percepções de prazer e sofrimento no trabalho à vista da realidade de diversos profissionais, faz sentido aprofundar conhecimento em pesquisas cujo público alvo tenha relatos dessa dualidade de sentimentos, abordando em detalhes esses

conceitos nas suas rotinas laborais. Dessa forma, foi realizada uma busca por trabalhos científicos nas plataformas SciELO e Google Academic, publicados nos últimos cinco (5) anos que tivessem as palavras-chave "prazer e sofrimento". O Quadro 1 enumera alguns trabalhos que servem como base para compreensão do construto prazer e sofrimento..

Quadro 1 – Estudos sobre prazer e sofrimento no trabalho.

Autor	Título	Objetivo	Principais resultados
Gui (2022)	Prazer e sofrimento no trabalho: representações sociais de profissionais de recursos humanos	O objeto deste estudo são as representações sociais de profissionais de Recursos Humanos do Banco do Brasil sobre prazer e sofrimento no trabalho	Parece haver mais sentimentos de sofrimento que sentimentos de prazer no trabalho e os profissionais de Recursos Humanos se sentem impotente na redução do sofrimento no trabalho.
Duarte <i>et al.</i> (2021)	Prazer e sofrimento no trabalho dos enfermeiros da unidade de internação oncopediátrica: pesquisa qualitativa	Analisar as vivências geradoras de prazer e sofrimento no trabalho de enfermeiros em uma unidade de internação oncopediátrica.	Vivências de prazer estão relacionadas ao trabalho com crianças, as vivências de cura e demonstração de gratidão de familiares. O sofrimento está relacionado aos cuidados paliativos, a procedimentos invasivos, morte de pacientes e organização do trabalho.
Pinheiro; Vieira (2023)	“Em nome do pai, amém”: prazer e sofrimento no trabalho de lideranças religiosas	Identificar as vivências de prazer e sofrimento no trabalho de líderes religiosos.	Há sofrimento decorrente de desgaste físico e psicológico, mas o fato de sentir que está cumprindo uma papel divino supera as dificuldades, permitindo a continuidade de seu trabalho.
Savi (2023)	Prazer e sofrimento no trabalho: vivência de mulheres policiais civis do Ceará à luz da psicodinâmica do trabalho	Compreender as vivências de prazer e sofrimento de mulheres policiais que atuam nas Delegacias de Defesa da Mulher do Estado do Ceará à luz das dimensões da psicodinâmica do Trabalho.	O prazer está na identificação com a profissão e com a valorização do profissional por parte da população. O sofrimento está associado ao descrédito do trabalho feminino e com a sensação de impotência em situações de violência e morte. Estratégias como terapia e confraternizações agem como defesa dessas policiais.
Lima <i>et al.</i> (2023)	Análise dos indicadores de prazer e sofrimento no trabalho associados a ansiedade e depressão entre agentes comunitários de saúde	Analisar os indicadores de prazer e sofrimento no trabalho associados a depressão e ansiedade entre agentes comunitários de saúde (ACSs)	De 675 ACSs, identificou-se que as chances de apresentar sintomas de ansiedade foram maiores entre ACSs efetivos associados a fatores críticos ou graves nos fatores realização e esgotamento profissional. Mulheres com, idade de até 40 anos e tempo de serviço superior a cinco anos, com avaliações crítica ou grave nos fatores realização, esgotamento profissional e falta de reconhecimento apresentaram maiores chances de sintomas depressivos.
Santos <i>et. al</i> (2022)	Prazer e sofrimento no trabalho de	Conhecer as vivências de prazer e sofrimento	Um marcador de prazer foi a identificação com o perfil de trabalho, gratificação por

	enfermagem em urgência e emergência	de trabalhadores de Enfermagem de serviços de urgência e emergência.	resultados e reconhecimento da população. Vivências de sofrimento relacionam-se à morbimortalidade especialmente com envolvimento de crianças, insegurança no atendimento a pacientes com fragilidade psíquica e a frustração entre expectativa e resolução final de situações de saúde.
--	-------------------------------------	--	--

Gui (2022) estudou a relação entre o prazer e sofrimento no trabalho do ponto de vista de analistas de recursos humanos. Esses profissionais compartilharam suas próprias dores e as dores de colaboradores de outros setores, afirmando identificar apatia pela falta de sentido no trabalho, pela falta de recompensas proporcionais pelo esforço empregado, além da falta de controle e poder de decisão. Na tentativa de identificarem pontos de prazer, foram apontados reconhecimento, satisfação pelo trabalho e condições de trabalho.

É notável a dualidade que envolve as relações prazer e sofrimento, mas a proporção que atinge cada perfil de colaborador pode ser diversa. Savi (2023) identificou em sua pesquisa, relacionada ao prazer e sofrimento de mulheres policiais no trabalho, o fato de ser mulher potencializou alguns casos de assédio e falas que levaram a entender que mulheres são menos policiais que homens, aumentando seu sofrimento. Porém, as entrevistadas na pesquisa também demonstraram felicidade e orgulho por sua profissão, buscando atividades que pudessem ajudar na superação dos sofrimentos, como psicoterapia e atividade física.

Avaliando os aspectos de prazer e sofrimento no trabalho de 675 Agentes de Saúde, Lima *et al.* (2023) identificou que pode haver associação entre o trabalho desses agentes e sintomas de depressão e ansiedade, especialmente em mulheres com até 40 anos de idade. Dos agentes participantes, 61% dos que possuíam mais de cinco anos de serviços e 61,1% dos que possuíam vínculo como contratado ou celetista apresentaram sintomas de depressão e ansiedade, associados especialmente aos fatores “Esgotamento profissional” e “Realização profissional”.

Também na área da saúde, um estudo realizado com enfermeiros da área de oncologia pediátrica por Duarte *et al.* (2021), identificou que os aspectos de prazer estão relacionados à identificação com o trabalho com crianças e suas vivências de cura, além da gratidão demonstrada por familiares de pacientes. As vivências de sofrimento foram observadas nos relatos de cuidados paliativos, na sensação de impotência diante da morte, nos procedimentos invasivos e por fim na organização do trabalho, muitas vezes burocrática e de sobrecarga.

Reafirmando os relatos colhidos por Duarte *et al.* (2021), Santos *et al.* (2022) estudaram os aspectos de prazer e sofrimento de 16 profissionais de enfermagem na unidade

de Urgência e Emergência. Os aspectos relatados como prazer por esses profissionais foram a identificação com seu trabalho, a realização em salvar vidas e as relações interpessoais. Os aspectos de sofrimento relacionam-se especialmente à impotência diante do óbito e do sofrimento dos pacientes e a desvalorização do profissional pela falta de estabilidade e benefícios trabalhistas.

Pinheiro e Vieira (2023) estudaram as vivências de prazer e sofrimento no trabalho dos profissionais da vida religiosa, padres e pastores. Esses relatam como vivências de sofrimento a sobrecarga de trabalho, a sensação de impotência na melhoria da liderança, a ansiedade, a tristeza em deixar parentes para trás em mudança de residência e a desconfiança de algumas pessoas quanto à honestidade de seu trabalho, gerando um sentimento de solidão. Os aspectos de prazer se repetem com a de outras profissões: a identificação com seu trabalho e a satisfação de ver resultados positivos na vida dos fiéis.

Com base nos estudos apontados, percebe-se que os sentimentos de prazer e sofrimento estão associados a diversas áreas profissionais, gêneros e cargos. Enquanto os sentimentos de prazer associam-se à satisfação com a liberdade financeira, orgulho pela profissão e reconhecimento, os sentimentos de sofrimento são associados ao excesso de cobrança, lideranças difíceis e medo, por exemplo. Além de conhecer os sentimentos e o que causa prazer e sofrimento laboral, é necessário entender como diversos trabalhadores conseguem adaptar-se aos regimes de trabalho sem adoecer. Essa é a vertente estudada pela Psicodinâmica do Trabalho, detalhada a seguir.

2.3 Estudos empíricos sobre a relação maternidade e trabalho

Entende-se por conflitos entre maternidade e trabalho a dificuldade e os desafios de conciliação entre esses dois papéis na vida da mulher. Beltrame e Donelli (2012) destacam que, com a entrada das mulheres no mercado de trabalho, houve uma transformação na dinâmica familiar e do papel social da mãe, que passa a balizar as vidas doméstica, profissional e materna, ao mesmo tempo que tenta cuidar de si própria e de seus relacionamentos. Essa dinâmica é marcada pela busca por redes de apoio para cuidar dos filhos, escolas de tempo integral e pela redução das chances de progressão profissional.

Por meio de 11 trabalhos científicos estudados, cuja busca se deu nas plataformas SciELO e Google Academic, publicados nos últimos cinco (5) anos que estivessem associadas aos descritores “maternidade” e “trabalho”, sendo descritos no Quadro 2. Foi possível traçar paralelos entre os sentimentos que envolvem a mulher que trabalha e as dificuldades associadas à maternidade, bem como identificar os aspectos de prazer e

sofrimento no trabalho que se relacionam às especificidades do universo materno.

Quadro 2 – Referências de maternidade e trabalho.

Autor	Título	Objetivo	Principais resultados
Cembranel, Floriano e Cardoso (2021)	Mulheres em Cargos de Liderança e os seus Desafios no Mercado de Trabalho	O objetivo do estudo compreende a identificação dos obstáculos e os principais desafios que se apresentam ao longo da carreira das mulheres.	O machismo é evidenciado no peso sobre a maternidade, a diferença salarial e de cargos das mulheres.
Julião <i>et. al.</i> (2019)	A relação entre maternidade e mercado de trabalho: Um estudo sob a perspectiva de uma mãe trabalhadora	Entender a relação entre maternidade e mercado de trabalho sob a perspectiva de uma mãe trabalhadora.	Afirma que as mulheres tendem a se sentir culpadas por estarem trabalhando e em caso de adoecimento priorizam os filhos. Isso não faz da mãe uma profissional ruim, mas prejudica a visão dos superiores quanto a ela.
Souza, Machado (2021)	Casa, maternidade e trabalho no distanciamento social: A “pandemia” da sobrecarga de trabalho para as mulheres	Estabelecer um diálogo teórico sobre o trabalho em casa, incluindo o trabalho doméstico e as relações de gênero, a maternidade e as emoções como aspectos intrínsecos a uma realidade espacial, portanto, geográfica	Mulheres entre 30 e 49, especialmente, acumularam jornada de trabalho formal com o trabalho doméstico, e, durante a pandemia, acumulando a tarefa de cuidado dos filhos.
Da Costa; Francisco (2024)	Mulheres chefes de família – e suas jornadas triplas de trabalho, ser mulher, mãe e profissional	Refletir sobre a vida de mulheres que têm que assumir jornadas triplas de trabalho, divididas entre: atividades remuneradas fora de casa e não remuneradas em casa.	Um grande percentual de mulheres está tomando a decisão de ser mãe tardiamente, por conta do acúmulo da jornada tripla: trabalho, casa e filhos. Há mulheres que são as chefes de famílias.
Silva <i>et al.</i> (2022)	Maternidade-Trabalho: Experiências Emocionais ao Longo da Gravidez, Licença-Maternidade e Retorno ao Trabalho	Analisar as mudanças nas experiências emocionais relacionadas à interface maternidade e trabalho de mães trabalhadoras em três momentos: durante a gravidez, licença maternidade e retorno ao trabalho	Tem grande coesão com o objetivo deste estudo, avalia os sentimentos gerados nas mulheres pelo cuidado com os filhos, trabalho e casa. Relata a raiva, o medo, a decepção e a preocupação como sentimentos que acompanham a maternidade conciliada ao trabalho
Bitencourt (2020)	A maternidade para um cuidado de si: desafios para a construção da equidade de gênero	Identificar como as mulheres universitárias lidam com a maternidade e a construção da carreira durante a fase da graduação	As mães apresentam dificuldades em conciliar maternidade e estudos, por falta de rede de apoio e políticas públicas, dificultando a equidade de cargos e salários.
Almeida (2007)	Mãe, cuidadora e trabalhadora: as	Investigou os sentidos construídos sobre maternidade,	Na pesquisa, as mulheres atribuem a elas próprias o papel

	múltiplas identidades de mães que trabalham	cuidados infantis e trabalho por quatro trabalhadoras da camada média e seis grupos de mães trabalhadoras da camada popular.	de cuidar dos filhos e relatam sobrecarga e dificuldade de conciliar trabalho com maternidade.
Oliveira; Bana (2023)	A cultura organizacional e a desigualdade de gênero como fatores contribuintes da sobrecarga enfrentada por mulheres mães profissionalmente ativas	Caracterizar a relação entre a cultura organizacional das empresas e os fatores de sobrecarga de trabalhadoras após a maternidade, sob uma perspectiva de gênero.	Ter filhos se tornou um fator determinante para a mulher estar fora do mercado, enquanto para os homens a frequência de ocupação é maior, reforçando o efeito de a mulher ser a principal responsável pelos filhos.
Pereira <i>et al.</i> , 2023	“As mulheres que em mim habitam”: os efeitos da maternidade na construção da identidade feminina	Discutir sobre a maternidade como um construto sócio-histórico, atravessada pelos desafios, ambivalências, expectativas e paradigmas, que afetam as formas de ser da mulher contemporânea.	Relata as dificuldades e a culpa carregada pelas mulheres mães, falando da importância da rede de apoio para que possam ter uma carreira além de casa.

De acordo com os primeiros autores, Cembranel, Floriano e Cardoso (2021) as responsabilidades de cuidado com filhos deveriam ser compartilhadas entre pais e o poder público, com políticas mais eficazes de educação em tempo integral e cuidado para as mães; e entre os pais das crianças; que deveriam entender seu papel igualitário de cuidador, e não apenas de provedor. Infelizmente, essa realidade evidencia o machismo estrutural que ainda impera na sociedade brasileira, como estudaram . De acordo com eles, são evidentes as diferenças no trato profissional, nos salários e cargos no mercado de trabalho, que tendem a ser menores e mais desvalorizados para mulheres.

Ainda no aspecto profissional, de acordo com a pesquisa de Oliveira e Bana (2023), que entrevistou treze mulheres, 30,8% afirmaram que não avançaram em processos seletivos por serem mães e outras 76,9% pensaram no passado em não seguir com a maternidade para focar no lado profissional. Todas essas mulheres afirmaram sentirem-se sobrecarregadas e 61,5% consideraram que perceberam piora na saúde mental com a maternidade.

Mesmo durante a pandemia, com a pai e mãe trabalhando em casa, na maioria dos casos a mulher acumulava os papeis do trabalho formal com o trabalho doméstico, quase sem apoio do seu companheiro, comportamento observado em 60% das famílias acompanhadas no estudo de Souza e Machado (2021), cujas mães afirmaram não ter apoio dos companheiros ou de outra pessoa nas atividades domésticas. A palavra repetida por 40% dessas mulheres foi “esgotamento” quando falavam da maternidade acompanhada de outras rotinas.

Da Costa e Francisco (2024) realizam reflexões sobre os outros desafios que

acompanham as mães desde a gestação, como as mudanças em seu corpo – aumento da pressão arterial, refluxo gástrico, inchaço nos pés e pernas, ganho de peso –, a incerteza do tipo de parto, se normal ou por meio de cirurgia, sendo algo que depende mais do corpo do que do desejo das mães, e o desafio de ser exclusiva ou principal chefe de família, lidando com uma vida profissional e com a maternidade.

Um outro ângulo abordado da maternidade que é abordado por Bitencourt (2020) é o autocuidado das mães. No caso de sua pesquisa, foram realizadas dez entrevistas estruturadas com graduandas que também são mães. Foram abordadas duas graduações: Medicina, de mulheres mais jovens e com apenas um filho, e Ciências Sociais, com mulheres maduras e com dois a quatro filhos. Notadamente as mães do curso de medicina, pela idade, rede de apoio e por terem condições financeiras melhores, conseguiram conciliar o estudo e a maternidade, apesar de sofrerem com algumas intercorrências, mas priorizam os estudos. Já as mães do curso de Ciências Sociais já exercem algum trabalho, não possuem rede de apoio e afirmam muitas vezes pensar em desistir de estudar, outras mudaram de curso ou atrasaram muito sua formatura por entender que a maternidade é sua prioridade.

Essa cobrança da maternidade, de estar em primeiro lugar como “missão prioritária” da mulher, também é percebida no trabalho de Almeida (2007), a partir de 41 entrevistas e 54 falas de grupos-focais. As mulheres do estudo eram de classe média, tinham trabalho e em sua maioria eram casadas, todas sentiam-se responsáveis pelo cuidado e educação dos filhos de forma prioritária, antagonizando seu papel de trabalhadora.

Pereira *et al.* (2023) realizou uma entrevista com duas mães que trabalham e cuidam dos filhos. Uma delas, mesmo com rede de apoio e com ajuda do marido, se sente esgotada, fala que sente vontade de sumir às vezes. A segunda não possui rede de apoio e nenhuma ajuda do pai da criança, relata que era vaidosa e agora não consegue mais cuidar de si como antes de ser mãe.

O ambiente de trabalho exerce uma influência tanto positiva quanto negativa na saúde e bem-estar das mulheres, especialmente após o período puerperal, marcado por mudanças físicas e emocionais. Há estudos que demonstram que tanto as mulheres que atuam no setor público como no setor privado passam por um período de adaptação que contempla um misto de sentimentos de medo, insegurança, liberdade e alegria (Garcia; Viecili, 2018; Conceição; Souza; Souza Junior, 2023).

Um fator agravante para o retorno com sofrimento para o trabalho é a vulnerabilidade psíquica das mulheres no puerpério, que pode levar ao desenvolvimento de transtornos mentais comuns (TMC). Araújo (2023) identificou uma prevalência de 37,6% de TMC em

puérperas, demonstrando sintomas como nervosismo, tensão, preocupação, cansaço constante e distúrbios do sono. Essa prevalência indica a necessidade de atenção qualificada para essas mulheres, pois esses transtornos prejudicam tanto a maternidade como o retorno ao trabalho.

O estudo de Silva *et al.* (2022) analisou as mudanças nas experiências emocionais de mães trabalhadoras em três momentos: gravidez, licença-maternidade e retorno ao trabalho. Os resultados indicaram que experiências emocionais negativas, como tristeza, medo e ansiedade, prevaleceram durante a gravidez e a licença-maternidade. No retorno ao trabalho, houve um equilíbrio entre emoções positivas (contentamento, satisfação) e negativas (preocupação), contrariando o estudo de Rodrigues *et al.* (2022), cujas trabalhadoras de uma instituição de ensino afirmaram ter sentimentos de tristeza, depressão e desamparo no retorno ao trabalho, sem relatos de sentimentos positivos.

É importante conhecer de forma aprofundada esses sentimentos e quais aspectos da vida da mulher são os seus precursores. Dessa forma, esse tema será abordado no próximo capítulo, que relata em detalhes as experiências e sentimentos de diversas mulheres que precisam conciliar a vida com múltiplas jornadas.

2.4 As estratégias defensivas da mulher com múltiplas jornadas

A mulher cresce ouvindo do senso comum que ser mãe é parte de ser mulher, que é uma missão e um instinto natural. Quando a mulher decide ser mãe, carrega sozinha as jornadas de combinar casamento, maternidade, cuidados do lar e trabalho, junto com uma carga emocional que pode afetar muito sua qualidade de vida em todos esses eixos (Beltrame; Donelli, 2012). Muitas buscam alternativas para compartilhar seus sentimentos, como blogs de apoio e redes sociais, o que levou ao estudo de Pesce e Lopes (2020). Essas mães buscam espaços acolhedores onde possam compartilhar suas dores, especialmente no que se refere a falta de apoio dos pais das crianças e a culpa de não ser uma boa mãe sem serem julgadas. As autoras afirmam que:

O não compartilhamento de angústias acaba criando um território fértil para a idealização de outras mães, alimentando a fantasia de que elas, sim, correspondem ao ideal social. Constatar que, nos relatos de outras mulheres, também existem ambivalência, solidão, cansaço, por vezes desejos de se livrarem do bebê, dificuldades na relação conjugal e profissional, sentimentos de perda de liberdade e autonomia, torna menos ameaçador entrar em contato consigo mesma.

É interessante observar que os mesmos sentimentos de medo, culpa e impotência são relatados por mães adolescentes, que não trabalhavam nesse caso, mas sentiam a pressão da grande demanda de uma criança em suas vidas, dificultando que retomassem os estudos e buscassem uma profissão na tentativa de mudar de vida, fato exemplificado por Santos e Motta (2014) com relatos de três jovens mães, com saúdes mentais fragilizadas pela maternidade precoce e as responsabilidades assumidas. Ao mesmo tempo, foi enxergando a maternidade como uma possibilidade de provar a si mesmas que são potentes e que conseguem alcançar outros objetivos, que essas meninas buscaram motivação para não abandonar seus bebês.

Essa dificuldade de dedicação a outras facetas da vida se deve ao fato de a mulher mãe se sentir a principal responsável pela vida do filho e, enquanto exerce outras atividades, tende a se sentir culpada por não estar presente quando o filho adocece ou precisa de ajuda com tarefas escolares, como relatado na pesquisa de Julião *et. al.* (2019), realizada com uma mãe de três filhos. Ela confessa que já precisou depender financeiramente de outras pessoas e os sentimentos de inutilidade e dependência são bons, fazendo com que voltasse para o mercado de trabalho, adicionando mais uma carga mental para que buscasse sua independência.

Ainda na seara de sentimentos, as mulheres e mães da pesquisa Souza e Machado (2021), durante a pandemia de Covid-19, relataram que, em relação ao fato de acumular o

trabalho domésticos, com os filhos e o trabalho formal, uma tripla jornada, sentiam desespero, ansiedade, frustração, sensação de incapacidade, raiva, se sentem sobrecarregadas, culpadas, com medo e, a fala que parece mais interessante, que é “é difícil ser mulher, queria ser homem” (Souza; Machado, 2021, p. 296). Por outro lado, também afirmam que param para pensar e agradecem esse momento por se sentirem capazes de cumprir suas obrigações e também sobrar tempo para ficar com a família.

Silva *et al.* (2022) realizaram um estudo com onze (11) mulheres relatando suas experiências e sentimentos positivos e negativos como mães de primeira viagem e trabalhadoras nos três momentos: gravidez, licença maternidade e retorno ao trabalho. Os sentimentos são mistos, há alegria, confiança e satisfação, ao mesmo tempo que imperam sentimentos de ansiedade, medo, saudade, culpa, aflição, raiva e decepção. Perceberam ainda que a experiência da maternidade trouxe novas habilidades, como paciência, sensibilidade e empatia.

Para os autores Pereira *et al.* (2023) essa culpa e esse peso emocional é inerente à maternidade, que em sua pesquisa também demonstram ser uma experiência ambivalente, cheia de desafios e expectativas, trazendo a rede de apoio como uma forma de a mulher ter uma carreira além da vida doméstica e da vida de mãe.

3 MÉTODO DE PESQUISA

Para alcançar o objetivo desta pesquisa, que é analisar as vivências de prazer, sofrimento e estratégias defensivas de mulheres pós-puerpério no retorno ao trabalho em empresas privadas, foi necessário desenvolver um instrumento investigativo e definir a melhor metodologia de análise, que contemple o conhecimento dos desafios, prazer e sofrimentos dessas mulheres.

A pesquisa em questão caracteriza-se como uma investigação de natureza qualitativa, com abordagem descritiva, visto que tem como foco compreender as experiências de mulheres que retornaram ao mercado de trabalho após o período do puerpério e descrever os sentimentos apresentados por elas. Segundo Gil (2010), a pesquisa qualitativa é indicada quando se deseja explorar significados, motivações, valores e sentimentos, permitindo a compreensão aprofundada dos fenômenos sociais a partir da perspectiva dos sujeitos envolvidos. Oliveira (2011) reforça ainda que a abordagem qualitativa captura percepções do objeto de pesquisa, rico em dados descritivos e que possibilita avaliação inclusive de aspectos comportamentais, atendendo muito bem a necessidade desta pesquisa.

3.1 Sujeitos da Pesquisa

As participantes foram selecionadas por amostragem intencional, seguindo o conceito de Bola de Neve, ou seja, com atribuição de critérios de inclusão iniciais, convidando pessoas do círculo social da pesquisadora que atendessem aos critérios e depois conseguindo novos participantes por indicação, tornando mais viável e rápida a coleta de dados (Bockorni; Gomes, 2021). Como critério de inclusão selecionou-se participantes que fossem mulheres biológicas, mães com pelo menos um filho, que tenham retornado ao trabalho após o puerpério, que trabalhem em empresas privadas, independente de escolaridade, idade ou profissão. Assim, foram selecionadas dez mulheres para participar da pesquisa, apresentadas no Quadro 3 a seguir.

Quadro 3 – Caracterização das entrevistadas da pesquisa.

Entrevistada	Idade	Estado civil	nº de filhos	Escolaridade
Entrevistada 1	32	Casada.	1	Bacharel em Recursos Humanos
Entrevistada 2	28	Solteira.	1	Ensino Médio
Entrevistada 3	37	Casada.	2	Bacharel em Engenharia de Produção

Entrevistada 4	30	União estável	1	Ensino médio completo
Entrevistada 5	41	Casada	3	Graduação em Marketing
Entrevistada 6	26	Solteira	1	Ensino Médio
Entrevistada 7	35	Casada	2	Bacharel em Contabilidade
Entrevistada 8	29	Casada	1	Graduação em Design
Entrevistada 9	33	Divorciada	2	Ensino Médio
Entrevistada 10	39	Casada	1	Bacharel em Direito

Fonte: Elaborado pela autora.

Para a segurança e privacidade dessas mulheres, seus nomes não foram revelados nesta pesquisa.

3.2 Coleta de Dados

O instrumento de coleta de dados, elaborado pela autora a partir das pesquisas realizadas, foi um roteiro de entrevista, dividido em 4 seções e com total de 13 perguntas. As seções escolhidas foram: seção I: Informações Gerais (perguntas de 1 a 7), seção II: Vivências de prazer no trabalho pós puerpério (perguntas 8 e 9), seção III: Vivências de sofrimento no trabalho pós puerpério (perguntas 10 e 11) e seção IV: Estratégias Defensivas (perguntas 12 e 13).

Para a coleta de dados primários, as mulheres foram convidadas individualmente para participarem da pesquisa. As entrevistas foram realizadas de forma presencial no lugares oportunos para elas e levaram cerca de 10 a 15 minutos para serem concluídas. As entrevistas foram gravadas com autorização das entrevistadas para fins de consulta.

3.3 Procedimento de Análise dos Dados

As entrevistas foram analisadas com base na técnica chamada Análise de Conteúdo, proposta por Bardin (2016), que permite organizar e interpretar os discursos, destacando tanto os padrões quanto as particularidades presentes nos relatos.

Para a investigação, foram utilizadas entrevistas estruturadas, elaboradas a partir de um roteiro com 13 perguntas. Esse roteiro foi construído a partir da combinação de questões inspiradas nos trabalhos de Silva *et al.* (2022) e Savi (2023), adaptadas à realidade do público-alvo da pesquisa. Foi escolhida a entrevista como ferramenta pelo potencial desse

método em acessar narrativas pessoais e subjetivas, que são importantes para compreender os significados que as participantes atribuem à experiência de retorno ao trabalho (Batista; Matos; Nascimento, 2017).

Seguindo o conceito apresentado por Bardin (2016), a análise se organiza em três fases, utilizadas também na subdivisão destes resultados: (i) pré-análise, onde foi realizada a chamada leitura flutuante; (ii) exploração do material, que consistiu na codificação e categorização dos registros, neste caso, das entrevistas; e por fim, (iii) tratamento dos resultados e interpretação, realizando a comparação dos achados empíricos com o referencial teórico.

As questões cujas respostas refletiam sentimentos e relatos de desafios no trabalho foram aprofundadas na etapa de Exploração do Material, onde realizou-se a divisão de três categorias, que traduzem a temática deste trabalho: Prazer no trabalho, Sofrimento no trabalho e Estratégias defensivas. As respostas apresentadas foram organizadas em quadros, estabelecendo uma linha de raciocínio das falas das mulheres até os agrupamentos em categorias e em unidades de registro.

4 RESULTADOS

A partir das dez entrevistas realizadas com mulheres das mais diversas idades e profissões e que tiveram a experiência do puerpério enquanto exerciam seus trabalhos, iniciou-se a análise de conteúdo, cujos resultados foram apresentadas a seguir.

4.1 Caracterização das participantes da pesquisa

As participantes possuem entre 26 anos e 41 anos de idade, sendo seis casadas, uma em união estável, uma separada e duas solteiras, que possuem entre um e três filhos e trabalharam durante e após a gestação. Quanto à vida profissional, todas estão empregadas nas mais diversas áreas e possuem ensino médio (4 entrevistadas) ou superior completo (6 entrevistadas).

Foi possível identificar proximidade material das falas das entrevistadas com conceitos e relatos de outras pesquisas aqui citadas. Sobre a busca pela autorrealização e o reconhecimento profissional serem utilizados como ferramenta de combate interno ao sofrimento (Dejours, 2017; Martins; Pires, 2024), ou ainda o fato de o sofrimento no trabalho estar relacionado à cobrança e trabalho excessivos, relacionamento com colegas e lideranças (Pena *et al.*, 2021; Marra *et al.*, 2023). No capítulo a seguir essas relações serão abordadas em profundidade.

4.2 Situações de prazer relatadas pelas entrevistadas

O Quadro 1 apresenta as unidades de registro, que nesse caso funcionam como indicadores, dentro da categoria Prazer no trabalho, na visão de mães que retornaram de suas licenças maternidade. As palavras reconhecimento, valorização e realização profissional foram citadas também nas pesquisas de Gui (2022), Silva, Gonçalves e Zonatto (2017), os autores concordam que esses aspectos promovem o aumento da produtividade e a satisfação do profissional.

Os relatos sugerem que o acolhimento pelos colegas e gestores trouxeram muita satisfação na volta ao trabalho após a licença-maternidade. Ações práticas, como o “café de boas-vindas” para Entrevistada 1, e as flores no primeiro dia recebidas pela Entrevistada 4, além da confiança demonstrada pelos gestores, no caso das Entrevistadas 3 e 5, que receberam tarefas importantes no retorno ao trabalho, promoveram um fortalecimento no sentimento de competência, orgulho e motivação.

Por fim, o apoio de colegas, sobretudo mulheres e outras mães, também foi recorrente. Entrevistas relataram gestos práticos de solidariedade, como trocas de turno ou cobertura de atividades, possibilitando que conciliassem demandas maternas e laborais.

Quadro 4 – Categoria Prazer no trabalho

Subcategoria	Unidade de Registro	Correspondência teórica
Acolhimento no retorno após a licença	“No meu primeiro dia, organizaram um café de boas-vindas para mim, foi um gesto que me fez sentir valorizada” (Entrevistada 1).	França e Mota (2021) explicam que o prazer no trabalho está associado ao reconhecimento e ao sentimento de pertencimento gerado por gestos de acolhimento e valorização, fortalecendo o vínculo entre trabalhador e organização.
Reconhecimento o profissional pela chefia	“No meu retorno, meu gestor me confiou um projeto grande, e isso me deu segurança de que ainda confiavam em mim”(Entrevistada 3).	Gui (2002) e Lima et al. (2023) apontam que o reconhecimento das chefias eleva a motivação e reforça a identidade profissional, funcionando como fonte de prazer.
Apoio e solidariedade de colegas	“Uma colega trocou de horário comigo para que eu pudesse sair mais cedo e buscar meu filho.” (Entrevistada 2)	Dejours (2011) descreve o apoio coletivo como fator de cooperação que transforma o sofrimento em prazer, permitindo ressignificação positiva do trabalho.
Sentimento de valorização e pertencimento	“No meu primeiro dia de volta, ganhei flores e isso me emocionou muito.” (Entrevistada 4)	Martins e Pires (2024) destacam que o sentimento de valorização fortalece a autoestima e o senso de realização profissional, impactando positivamente o prazer no trabalho.
Orgulho e realização profissional	“Logo que voltei, me colocaram para coordenar uma grande campanha e foi muito bom sentir essa confiança.” (Entrevistada 5)	Marra et al. (2023) e Dejours (2017) relacionam a realização profissional à expressão da competência e ao orgulho do trabalho bem executado, constituindo fonte de prazer e identidade.

Fonte: Elaborado pela autora.

Além dos exemplos apresentados, houve respostas equivalentes entre si que demonstraram sentimento dual em relação à atividade laboral, exemplificado em frases do tipo “o trabalho é muito bom, gosto do que faço, mas é desgastante”. Essa percepção foi apontada por Savi (2023) e Lima *et al.* (2023), que identificaram especialmente em mulheres esses sentimentos que ao mesmo tempo causam prazer e sofrimento, como o orgulho, a impotência, o reconhecimento e a falta de realização profissional.

Sobre os aspectos de sofrimento no trabalho, o Quadro 5 apresenta as vivências dos relatos das mulheres. O sofrimento pareceu ter relação com ações de desvalorização da maternidade, constrangimento público, sobrecarga e julgamento de colegas de trabalho.

Quadro 5 – Vivências de sofrimento no trabalho pós-puerpério

Subcategoria	Unidade de Registro	Correspondência teórica
Desvalorização e estigmatização da maternidade	“Meu chefe comentou que eu seria menos disponível agora por ser mãe.” (Entrevistada 2)	Garcia e Viecili (2018) e Pereira <i>et al.</i> (2023) relatam que mães são frequentemente vistas como menos comprometidas, resultando em exclusão simbólica e desvalorização.
Exclusão de oportunidades de carreira	“Fiquei muito chateada quando perdi a oportunidade de participar de uma viagem internacional porque disseram que eu não teria condições de conciliar com a maternidade.” (Entrevistada 3)	Julião <i>et al.</i> (2019) identificam que mulheres-mães enfrentam barreiras de crescimento profissional devido à percepção de incompatibilidade entre maternidade e desempenho
Constrangimentos públicos no ambiente de trabalho	“Um dia precisei sair no horário e ele reclamou na frente de todo mundo, fiquei constrangida.” (Entrevistada 6)	Dejours (2011) explica que humilhações e constrangimentos públicos no trabalho geram sofrimento psíquico e comprometem a saúde mental do trabalhador.
Sobrecarga	“... Um erro pequeno que cometi virou uma grande bronca, me senti injustiçada. (Entrevistada 7)”	Souza e Machado (2021) e Pereira <i>et al.</i> (2023) destacam a sobrecarga da dupla jornada como fator de exaustão física e emocional.
Comentários depreciativos e julgamentos velados	“Teve um dia em que escutei comentários e fui chorar no banheiro porque me senti julgada.” (Entrevistada 4)	Silva <i>et al.</i> (2022) observam que julgamentos e falta de empatia intensificam sentimentos de culpa e isolamento, comuns às mães que trabalham.
Falta de flexibilidade e muita cobrança	“Tive dificuldade com os horários de amamentação e percebi pouca compreensão.” (Entrevistada 10)	Garcia e Viecili (2018) demonstram que a rigidez organizacional e a ausência de políticas de apoio à maternidade são causas recorrentes de sofrimento laboral.

Fonte: Elaborado pela autora.

As entrevistadas informaram ainda que essas situações de sofrimento causam sentimentos de medo, frustração, raiva, indignação, ansiedade e impotência. Esses mesmos sentimentos são exemplificados em relatos de outras mulheres, como na pesquisa de Silva *et al.* (2022) e Souza e Machado (2021).

O fato de cuidar do lar e de seus trabalhos, independente do nível de formação profissional e da rede de apoio, causa o mesmo sentimento de sobrecarga nas mulheres, como expressado por Pereira *et al.* (2023), que relata o esgotamento de mães que precisam lidar com ambas as responsabilidades. O cansaço físico e emocional também emergiu em praticamente todas as entrevistas, evidenciando a sobrecarga da dupla jornada.

O sofrimento aparece, principalmente, vinculado à desvalorização e estigmatização da maternidade no espaço laboral. Comentários de chefias ou colegas que questionavam a disponibilidade e competência das mães foram frequentes, todas as entrevistadas fizeram relatos de piadas sobre produtividade e aumento de cobrança ou desconfiança por parte das lideranças. Além disso, a exclusão de oportunidades de crescimento, como viagens ou eventos, reforçou sentimentos de frustração e injustiça (Entrevistadas 3 e 5).

Para vencer os desafios de confiança no trabalho, essas mães desenvolveram suas próprias estratégias defensivas, sendo alguns exemplos descritos no Quadro 6 a seguir.

Quadro 6 – Estratégias defensivas

Subcategoria	Unidade de registro	Correspondência teórica
Supercompensação pelo desempenho	“Respirei fundo, tentei não me abalar e, no mesmo dia, entreguei um relatório importante para mostrar meu compromisso.” (Entrevistada 1)	Dejours (2011) define a supercompensação como estratégia defensiva que busca neutralizar o sofrimento pela demonstração de eficiência.
Dedicação em dobro para provar competência	“Trabalhei duro e entreguei ótimos resultados nas campanhas, mostrando que eu era capaz.” (Entrevistada 5)	Julião <i>et al.</i> (2019) apontam que mulheres intensificam o desempenho para evitar estigmas de incapacidade decorrentes da maternidade.
Apoio de redes familiares e sociais	“Conto muito com minha mãe e organizo bem meus horários para não deixar nada de lado.” (Entrevistada 1)	Pereira <i>et al.</i> (2023) afirmam que o suporte familiar é um elemento essencial para a manutenção da saúde mental e redução da sobrecarga.
Apoio de colegas de trabalho	“Uma amiga trocou de turno comigo para que eu pudesse levar meu filho ao médico.” (Entrevistada 9)	Dejours (2017) descreve o apoio entre pares como defesa coletiva, que transforma o sofrimento em cooperação.
Autorregulação emocional	“Conversei com uma colega próxima que me ouviu e me acalmou.” (Entrevistada 4)	França e Mota (2021) mostram que o autocontrole emocional é estratégia de enfrentamento usada para preservar o equilíbrio psíquico diante de pressões.
Trazer a lembrança do filho na rotina	“Eu costumo ver vídeos do meu bebê nos intervalos, isso me ajuda a aliviar a saudade.” (Entrevistada 4)	Silva <i>et al.</i> (2022) identificam que práticas de conexão afetiva ajudam na regulação emocional e na redução da culpa materna.
Negociação com gestores	“Conversei com o sócio do escritório e ajustamos minha agenda para evitar conflitos.” (Entrevistada 10)	Garcia e Viecili (2018) relatam que acordos de flexibilidade com gestores são estratégias eficazes para conciliar papéis profissionais e familiares.

Fonte: Elaborado pela autora.

Claramente as entrevistadas optaram por demonstrar mais esforço e resultados para provar aos colegas e lideranças que tinha a capacidade de conciliar seus papéis de mãe e profissional. Entregar excelentes relatórios dentro do prazo, bater metas, intensificar a entrega de resultados foram atitudes percebidas nas entrevistadas 1, 5 e 8.

Outra estratégia importante foi a rede de apoio, cinco mulheres relataram contar com a ajuda de familiares, sendo quatro delas apoiadas pelos maridos e uma pela mãe (Entrevistadas 1, 3, 5, 7 e 10). Outras contam com vizinhos para cuidar dos filhos enquanto trabalham (Entrevistadas 3 e 6), e até colegas de trabalho que dão suporte com trocas de turno e outras atividades (Entrevistadas 2 e 9).

Por fim, apareceram estratégias de autorregulação emocional e crítica: A Entrevistada 4 buscou apoio em colegas próximas; Entrevistadas 3, 7 e 10 organizaram rotinas rígidas ou negociaram com gestores; e algumas entrevistadas refletiram sobre a importância de serem “mais leves consigo mesmas” ou buscarem direitos coletivos quanto à flexibilização de horários para mães.

4.3 Tratamento dos resultados e interpretação

A análise de conteúdo permitiu identificar que o prazer no trabalho está relacionado principalmente ao reconhecimento, realização profissional e ao apoio social, que funcionam como fatores de fortalecimento da identidade profissional e materna. Esse resultado corrobora o achado de Lima *et al.*, (2023) e Marra *et al.* (2023), que confirmam que esse reconhecimento impacta no aumento da produtividade da trabalhadora.

Já o sofrimento foi associado especialmente à estigmatização da maternidade, à sobrecarga e às cobranças desproporcionais, elementos que confirmam a literatura da psicodinâmica do trabalho (Dejours, 2011), onde o sofrimento se apresenta quando há descompasso entre exigências do trabalho e recursos do sujeito.

As estratégias defensivas revelaram, por um lado, a criatividade das trabalhadoras em lidar com as contradições da realidade laboral, realizando uma espécie de supercompensação e o silêncio diante de injustiças, como aconteceu no estudo de Julião *et al.* (2019), no qual mulheres justificam que ter seus próprios trabalhos, por mais desafiador que seja, é uma forma de se sentirem úteis e independentes.

É possível induzir a partir desses relatos que que prazer e sofrimento no trabalho materno são experiências quase que inseparáveis, independente se no setor público ou privado, como apresentado nos estudos de Garcia e Viecili (2018) e Conceição, Souza e Souza Junior (2023), coexistindo e sendo muitas vezes moldadas pelas condições

organizacionais. Para Pereira *et al.* (2023) a própria maternidade gera esses sentimentos ambíguos, o que torna o relacionamento com o trabalho ainda mais desafiador para as mães.

Enquanto o reconhecimento e o acolhimento possibilitam sensações de prazer e alegria, a desvalorização e a falta de flexibilidade ampliam o sofrimento dessas mães. Isso sugere a necessidade de políticas organizacionais que contemplem a maternidade como dimensão de cuidado no trabalho, promovendo maior equidade de gênero e condições reais de conciliação entre trabalho e cuidado com os filhos.

5 CONCLUSÃO

Este trabalho buscou analisar as vivências de prazer, sofrimento e estratégias defensivas de mulheres no retorno ao trabalho após o puerpério, em empresas privadas. Os resultados mostraram que a relação entre trabalho e maternidade apresenta-se nas mulheres com um sentimento de dualidade, ambos trazem satisfação pessoal e ao mesmo tempo muitas dores e medos, traduzindo a relação prazer e sofrimento apresentada por Dejour.

O retorno ao trabalho no pós puerpério pode gerar sentimentos positivos, quando há reconhecimento, acolhimento e apoio de colegas e gestores, fortalecendo a motivação e a identidade profissional. Ao mesmo tempo, as entrevistas revelaram relatos de sofrimento, ligadas à estigmatização da maternidade, a redução de oportunidades e o esgotamento emocional e físico, que comprometem o desempenho e o bem-estar das mulheres.

Foram trazidas pelas próprias entrevistadas algumas estratégias de defesa. As entrevistadas relataram formas similares de enfrentar esses desafios, desde aumentar seu esforço e seus resultados para obter reconhecimento, contar com a escuta ativa de colegas de trabalho nos momentos de maior pressão e negociar com gestores para alinhar expectativas.

Entende-se que as estratégias podem reduzir o sofrimento a curto prazo, mas podem não surtir efeito a longo prazo nas organizações, que precisam de mudança cultural. Sugere-se que mudanças de políticas internas para puérperas promovam flexibilização de horário, capacitação de lideranças e apoio para essas profissionais.

Recomenda-se para pesquisas futuras que seja ampliado o universo estudado, comparando o setor privado com o setor público ou ainda empresas de portes diferentes para entender se essas diferenças setoriais estão relacionadas a melhor qualidade de trabalho para as puérperas.

REFERÊNCIAS

- ABELE, A. E.; SPURK, D. The dual impact of gender and the influence of timing of parenthood on men's and women's career development: longitudinal findings. **International Journal Of Behavioral Development**, [S.L.], v. 35, n. 3, p. 225-232, maio 2011. SAGE Publications. <http://dx.doi.org/10.1177/0165025411398181>. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/241652881_The_dual_impact_of_gender_and_the_influence_of_timing_of_parenthood_on_men's_and_women's_career_development_Longitudinal_findings. Acesso em: 09 fev. 2025.
- ALMEIDA, H. F. R.; PACHECO, M. A. B.; LEITE, L. M. C.; SANTOS, R. D. C.; LOYOLA, C. M. D. Narrativas de prazer e sofrimento no trabalho: impactos na saúde do trabalhador. **Research, Society And Development**, [S.L.], v. 11, n. 6, p. 1-18, 21 abr. 2022. Research, Society and Development. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i6.28645>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/28645/25014>. Acesso em: 27 mar. 2025.
- ALMEIDA, L. S. Mãe, cuidadora e trabalhadora: as múltiplas identidades de mães que trabalham. **Revista do Departamento de Psicologia. Uff**, [S.L.], v. 19, n. 2, p. 411-422, dez. 2007. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-80232007000200011>
- AMORIM, Wellington Lima; CARVALHO, Ana Flavia Moura; LEÃO, Rachel Vianna. Estratégias defensivas contra o sofrimento psíquico entre trabalhadores. **Fractal: Revista de Psicologia**, [S.L.], v. 33, n. 3, p. 199-204, 8 jan. 2022. Pro Reitoria de Pesquisa, Pos Graduação e Inovação - UFF. <http://dx.doi.org/10.22409/1984-0292/v33i3/5899>.
- ARAÚJO, J. C.. **Sofrimento psíquico em mulheres no puerpério imediato e fatores associados**. 2023. 47 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) - Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, 2023. Disponível em: <https://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/handle/123456789/33048>. Acesso em: 14 mar. 2025.
- AREOSA, J. Ensaio sobre psicodinâmica do trabalho. **Revista Katálysis**, [S.L.], v. 24, n. 2, p. 321-330, ago. 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0259.2021.e77288>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rk/a/JdZkgTRMT3sdTcLwL9M8Bsh/>. Acesso em: 24 mar. 2025.
- BATISTA, E. C.; MATOS, L. A. L.; NASCIMENTO, A. B. A entrevista como técnica de investigação na pesquisa qualitativa. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada**, Blumenau, v.11, n.3, p.23-38, TRI III 2017. ISSN 1980-7031. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Eraldo-Batista/publication/331008193_A_ENTREVISTA_A_COMO_TECNICA_DE_INVESTIGACAO_NA_PESQUISA_QUALITATIVA/links/5c60dfb0299bf1d14cbb4aef/A-ENTREVISTA-COO-TECNICA-DE-INVESTIGACAO-NA-PESQUISA-QUALITATIVA.pdf. Acesso em: 28 abr. 2025.
- BARBANO, L. M. B. CRUZ, D. M. C. A história social da mulher no trabalho: marcos mundiais e repercussões no Brasil. **Revista Ártemis**, v. 23 n. 1, jan-jun, 2022. pp. 327-341. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/index.php/artemis/article/view/60948/35631>. Acesso em: 08 fev. 2023.
- BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BELTRAME, G. R.; DONELLI, T. M. S.. Maternidade e carreira: desafios frente à conciliação de papeis. **Aletheia**, Canoas, n. 38-39, p. 206-217, dez. 2012. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942012000200017&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 24 fev. 2025.

BITENCOURT, S. M. A maternidade para um cuidado de si: Desafios para a construção da equidade de gênero. **Estudos de Sociologia**, Araraquara, v. 24, n. 47, 2020. DOI: 10.52780/res.11407. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/estudos/article/view/11407>. Acesso em: 10 fev. 2025.

BOCKORNI, B. R. S.; GOMES, A. F. A amostragem em *snowball* (bola de neve) em uma pesquisa qualitativa no campo da administração. **Revista de Ciências Empresariais da UNIPAR**, Umuarama, v. 22, n. 1, p. 105-117, jan./jun. 2021. Disponível em: <https://unipar.openjournalsolutions.com.br/index.php/empresarial/article/view/8346/4111>. Acesso em: 10 mai. 2025.

BOTTEGA, C. G.. **Clínica do trabalho no sistema único de saúde: linha de cuidado em saúde mental do trabalhador e da trabalhadora**. Tese (Doutorado) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Curso de Psicologia Social, Porto Alegre, 2015, 214 f. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/141121/000992813.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em 30 mar. 2025

BOTTINI, F. F.; PAIVA, K. C. M.; GOMES, R. C.. Resiliência individual, prazer e sofrimento no trabalho e vínculos organizacionais: reflexões e perspectivas de pesquisas para o setor público. **Cadernos Ebape.Br**, [S.L.], v. 19, n. 1, p. 45-57, mar. 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1679-395120200091>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cebape/a/M88nX53cmgcDvy3GVPHmSMR/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 25 mar. 2025.

BRANT, P. A. **A conciliação da maternidade com o trabalho da mulher brasileira pós-moderna na (não) manutenção do emprego pós-gestação: o compartilhamento das responsabilidades de cuidado**. 2023. 87 f. Dissertação (Mestrado em Direito Constitucional). Instituto Brasileiro de Ensino, Desenvolvimento e Pesquisa, Brasília, 2022. Disponível em: <https://repositorio.idp.edu.br/handle/123456789/4282>. Acesso em: 227 mar. 2025.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego; Ministério das Mulheres. **4º Relatório de Transparência Salarial e de Critérios Remuneratórios: Dados do 2º Semestre de 2024 e 1º Semestre de 2025**. Brasília, DF: MTE; Ministério das Mulheres, 2025. Disponível em: www.gov.br. Acesso em: 8 dez. 2025.

BUENO, M.; MACÊDO, K. B.. A Clínica Psicodinâmica do Trabalho: de Dejours às pesquisas brasileiras. **ECOS: Estudos Contemporâneos da Subjetividade**, v. 2, n. 2, 2012. Disponível em: <http://www.periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/view/1010>. Acesso em: 29 mar. 2025.

CARVALHO, M. C. L.. **O impacto das transformações da maternidade para a saúde mental da mulher, à luz da Gestalt-terapia**. 2022. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade de Brasília, Brasília, DF, 2022. Disponível em: http://icts.unb.br/jspui/bitstream/10482/46063/1/2022_MarianaCorreiaLacerdaCarvalho.pdf.

Acesso em: 10 fev. 2025.

CANCELA, R. L.. **Prazer e sofrimento no trabalho para os profissionais da geração X**. 2024. Dissertação – Mestrado Acadêmico em Administração – Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), MG, 2024. Disponível em: <https://repositorio.ufjf.br/jspui/handle/ufjf/16842>. Acesso em: 28 abr. 2025.

CAMPOS, Claudinei José Gomes; SAIDEL, Maria Giovana Borges. Amostragem em investigações qualitativas: conceitos e aplicações ao campo da saúde. **Revista Pesquisa Qualitativa**, [S. l.], v. 10, n. 25, p. 404–424, 2022. DOI: 10.33361/RPQ.2022.v.10.n.25.545. Disponível em: <https://editora.sepq.org.br/rpq/article/view/545>. Acesso em: 13 maio. 2025.

CEMBRANEL, Priscila; FLORIANO, Leonardo; CARDOSO, Jéssica. Mulheres em cargos de liderança e os seus desafios no mercado de trabalho. **Revista de Ciências da Administração**, [S. l.], v. 22, n. 57, 2021. DOI: 10.5007/2175-8077.2020.e78116. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/adm/article/view/78116>. Acesso em: 10 fev. 2025.

CISNE, Mirla; FERREIRA, Verônica. Feminismo e desigualdade: uma análise materialista das relações de opressão-exploração das mulheres. **Argumentum**, [S.L.], v. 13, n. 3, p. 7-20, 29 dez. 2021. Universidade Federal do Espírito Santo. <http://dx.doi.org/10.47456/argumentum.v13i3.37191>. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/argumentum/article/view/37191/24453>. Acesso em: 08 jan. 2025.

CONCEIÇÃO, A. F. O.; SOUZA, R. R.; SOUZA JÚNIOR, L. C. V.. A realização profissional e a exaustão emocional de mulheres no retorno ao trabalho após a licença maternidade. **Ciências da Saúde e Suas Descobertas Científicas**, [S.L.], v. 1, n. 53, p. 669-679, 19 maio 2023. Seven Editora. <http://dx.doi.org/10.56238/ciesaudesv1-053>. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Rodrigo-Souza-57/publication/370911713_A_Realizacao_o_Profissional_e_a_Exaustao_Emocional_de_Mulheres_no_Retorno_ao_Trabalho_Apos_a_Licenca_Maternidade/links/647a65c479a7223765090763/A-Realizacao-Profissional-e-a-Exaustao-Emocional-de-Mulheres-no-Retorno-ao-Trabalho-Apos-a-Licenca-Maternidade.pdf. Acesso em: 19 mar. 2025.

CONSOLIDAÇÃO DAS LEIS DO TRABALHO. CLT. **Consolidação das leis do trabalho e normas correlatas**. Brasília: Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas, 2017. 189 p. Conteúdo: Dispositivos constitucionais pertinentes – Decreto-Lei no 5.452/1943 – Lei no 12.506/2011 – Lei no 10.101/2000 – Lei no 7.998/1990 – Lei no 7.783/1989 – Lei no 6.367/1976 – Lei no 4.749/1965 – Lei no 4.266/1963 – Lei no 4.090/1962. ISBN: 978-85-7018-891-5. Disponível em: https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/535468/clt_e_normas_correlatas_1ed.pdf. Acesso em: 09 fev. 2025.

COUTINHO, M. C.; MAGRO, M. L. P. D.; BUDDE, C. Entre o prazer e o sofrimento: um estudo sobre os sentidos do trabalho para professores universitários. **Psicologia: Teoria e Prática**, Florianópolis, v. 13, n. 2, p. 154-167, 2011. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/1938/193821393012.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2025.

DA COSTA, A. C. A. C.; FRANCISCO, A. L. Mulheres chefes de família – e suas jornadas triplas de trabalho, ser mulher, mãe e profissional. **REVISTA FOCO**, [S. l.], v. 17, n. 1, p.

e4331, 2024. DOI: 10.54751/revistafoco.v17n1-204. Disponível em:
<https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/4331>. Acesso em: 10 fev. 2025.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho: estudo de Psicopatologia do Trabalho**. 6 ed. Tradução: Ana Isabel Paraguay, Lúcia Leal Ferreira. São Paulo: Cortez Editora, 2021.

DEJOURS, C. **Psicodinâmica do trabalho: casos clínicos**. 1. ed. Editora Dublinense. 2017.

DUARTE, F. S.; SILVA, S.; MARTÍNEZ, M. J.; MENDES, A. M. Da psicodinâmica à psicopatologia do trabalho no Brasil: (in)definições e possibilidades. **Psicologia em Estudo**, [S.L.], v. 27, n. 48172, p. 1-15, 31 mai. 2022. Universidade Estadual de Maringá.
<http://dx.doi.org/10.4025/psicoestud.v27i0.48172>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/pe/a/CqtHPgYkvZ4mN9JWVn9dYqF/>. Acesso em: 30 mar. 2025.

DUARTE, M. L. C.; GLANZNER, C. H.; BAGATINI, M. M. C.; SILVA, D. G.; MATTOS, L.G. Prazer e sofrimento no trabalho dos enfermeiros da unidade de internação oncopediátrica: pesquisa qualitativa. **Rev Bras Enferm**. 2021; 74 (Suppl 3):e20200735.
<http://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0735>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/reben/a/WjrYRztZt8qM73Gt7K4TH6R/?format=pdf&lang=pt>.
 Acesso em: 15 mai. 2025.

EMIDIO, Thassia Souza; CASTRO, Matheus Fernandes de. Entre Voltas e (Re)voltas: um estudo sobre mães que abandonam a carreira profissional. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [S.L.], v. 41, n. 221744, p. 1-16, jan. 2021. **FapUNIFESP (SciELO)**.
<http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703003221744>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/pcp/a/zdZtjkD3qv6cxzJmTKRxcyh/?format=pdf>. Acesso em: 08 fev. 2025.

FRANÇA, E. S.; MOTA, A. H. Prazer e sofrimento no trabalho: uma abordagem psicodinâmica. **Revista Brasileira de Negócios e Desenvolvimento Regional**, [S. l.], v. 8, n. 1, p. 5-20, jun. 2021. Disponível em:
https://www.fvj.br/revista/wp-content/uploads/2021/07/1_RBNDR_20211.pdf. Acesso em: 27 mar. 2025.

GARCIA, C. F.; VIECILI, J. Implicações do retorno ao trabalho após licença-maternidade na rotina e no trabalho da mulher. **Fractal: Revista de Psicologia**, [S.L.], v. 30, n. 2, p. 271-280, 19 jul. 2018. Pró Reitoria de Pesquisa, Pós Graduação e Inovação - UFF.
<http://dx.doi.org/10.22409/1984-0292/v30i2/5541>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/fractal/a/4zVSP8j3SKn9Rf9TtNvzWzn/>. Acesso em: 09 fev. 2025.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GUI, R. T. Prazer e sofrimento no trabalho: representações sociais de profissionais de recursos humanos. **Psicologia: ciência e profissão**, Brasília, v. 22, n. 4, p. 86-93, dez. 2002. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932002000400011&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 19 mar. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. IBGE. **Projeções da**

População. Notas metodológicas 01/2024. Brasil e Unidades da Federação. Estimativas e Projeções. Revisão 2024. Rio de Janeiro: IBGE, 2024. 46 p. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv102111.pdf>. Acesso em: 07 fev. 2025.

JULIÃO, H. V.; DIB, A. M.; DE OLIVEIRA, L. T. Desigualdade de gênero no mercado de trabalho e as formas de enfrentamento alicerçadas na OIT / Gender inequality in the market and the ways of coping with the OIT. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 7, n. 3, p. 24482–24499, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n3-245. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/26114>. Acesso em: 9 dec. 2025.

JULIÃO, J. R. S.; *et al.* The relationship between maternity and the labor market: A study from the perspective of a working mother. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 8, n. 4, p. e1584956, 2019. DOI: 10.33448/rsd-v8i4.956. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/956>. Acesso em: 10 fev. 2025.

LIMA, C. C. M.; FERNANDES, T. F.; BARBOSA, M. S.; ROSSI-BARBOSA, L. A. R.; PINHO, L.; CALDEIRA, A. P. Análise dos indicadores de prazer e sofrimento no trabalho associados a ansiedade e depressão entre agentes comunitários de saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [S.L.], v. 72, n. 2, p. 80-89, jun. 2023. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0047-208500000047>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/gxHLLfJRkmjgxcjzWGS5Q/?lang=pt>. Acesso em: 02 abr. 2025.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 7. ed. Editora Atlas, 2010.

MARRA, A. V.; LARA, S. M.; TEIXEIRA, M. B.; MAGALHÃES, T. S.. Percepções de prazer e sofrimento no trabalho e ação gerencial. **Revista Gestão & Tecnologia**, [S. l.], v. 23, n. 1, p. 276–297, 2023. DOI: 10.20397/2177-6652/2023.v23i1.2325. Disponível em: <https://revistagt.fpl.emnuvens.com.br/get/article/view/2325>. Acesso em: 18 mar. 2025.

MARTINS, S.; PIRES, R. V. . Sofrimento e resignificação: explorando o sofrimento psíquico no ambiente de trabalho através da perspectiva da psicodinâmica do trabalho. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v. 17, n. 51, p. 134–151, 2024. DOI: 10.5281/zenodo.10864677. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/3645>. Acesso em: 31 mar. 2025.

MENDES, A. M. B. **Psicodinâmica do Trabalho: Teoria, Métodos, Pesquisas**. 1. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007. 270 p. v. 1.

MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO. MTE. **Direitos da Mulher Trabalhadora**. Para um mundo do trabalho com respeito e dignidade. Brasília: MTE, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/noticias-e-conteudo/2023/junho/mte-lanca-cartilha-com-orientacoes-sobre-direitos-da-mulher-trabalhadora/cartilha.direitosdamulhertrabalhadora.mte.pdf>. Acesso em: 08 fev. 2025.

NASSIF, L.E. Origens e desenvolvimento da Psicopatologia do Trabalho na França (século

XX): uma abordagem histórica. **Memorandum**, [S. l.], v. 8, p. 79-87, 2005. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/6764/4337>. Acesso em: 30 mar. 2025.

NUSSHOLD, Patricio. Organização do trabalho e sofrimento psíquico nas atividades de serviço. O caso dos call centers na Argentina. **Laboreal**, [S.L.], v. 13, n. 1, p. 81-85, jul. 2017. OpenEdition. <http://dx.doi.org/10.15667/laborealxiii0117pn>.

OLIVEIRA, N. R.; BANA, C. A.. A cultura organizacional e a desigualdade de gênero como fatores contribuintes da sobrecarga enfrentada por mulheres mães profissionalmente ativas. **REVISTA FOCO**, [S. l.], v. 16, n. 02, p. e995, 2023. DOI: 10.54751/revistafoco.v16n2-107. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/995>. Acesso em: 10 fev. 2025.

OLIVEIRA, M. F. **Metodologia científica: um manual para a realização de pesquisas em Administração**. Catalão: UFG, 2011. 72 p.: il. Disponível em: https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/567/o/Manual_de_metodologia_cientifica_-_Prof_Maxwell.pdf. Acesso em: 20 mar. 2025.

ORNELLAS, T. C. F.; MONTEIRO, M. I.. Aspectos históricos, culturais e sociais do trabalho. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [S.L.], v. 59, n. 4, p. 552-555, ago. 2006. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0034-71672006000400015>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/HqyzDDq4GTJRvYmjJkMwqcq/>. Acesso em: 26 mar. 2025.

PENA, F. G.; PEREIRA, F. P. C. A.; OLIVEIRA, S. A.; ROCHA, S. A. S.. Vivências de prazer e sofrimento no trabalho: um estudo com bancários. *Research, Society And Development*, [S.L.], v. 10, n. 2, p. 1-7, 17 fev. 2021. **Research, Society and Development**. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i2.12668>. Disponível em: <https://www.repositorio.ufop.br/items/fa0a343b-8197-4cfa-ae0e-a2fe5e934433>. Acesso em: 18 mar. 2025.

PEREIRA, M. B. .; SILVA, A. M. S. .; NOGUEIRA, D. L.; SALLES, D. L. “As mulheres que em mim habitam”: os efeitos da maternidade na construção da identidade feminina. **Revista Foco**, [S. l.], v. 16, n. 1, p. e754, 2023. DOI: 10.54751/revistafoco.v16n1-052. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/754>. Acesso em: 10 fev. 2025.

PESCE, L. R.; LOPES, R. C. S. "O Lado B da Maternidade": Um Estudo Qualitativo a partir de Blogs. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, [S. l.], v. 20, n. 1, p. 205–230, 2020. DOI: 10.12957/epp.2020.50825. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/revispsi/article/view/50825>. Acesso em: 10 fev. 2025.

PINHEIRO, L. V. S.; VIEIRA, U. R. “Em nome do Pai, amém”: prazer e sofrimento no trabalho de lideranças religiosas. **Caderno de Administração**, v. 31, n. 2, 2023, Julho-Dezembro, p. 110-133. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/7338/733876314007/733876314007.pdf>. Acesso em: 27 mar. 2025.

PORDEUS, M. P.; PORDEUS, C. L. V.; ROLIM, F. A. R.; NUNES, K. J. O.; SILVA, E. D.

M. Psicodinâmica do trabalho e sua implicância na saúde do trabalhador: contexto da reforma trabalhista. **Revista Foco**, [S.L.], v. 16, n. 6, p. 1-17, 19 jun. 2023. South Florida Publishing LLC. <http://dx.doi.org/10.54751/revistafoco.v16n6-122>. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/2344/1475>. Acesso em: 30 mar. 2025.

REZENDE, C. B. Sentidos da maternidade em narrativas de parto no Rio de Janeiro. **Sociologia & Antropologia**, [S.L.], v. 10, n. 1, p. 201-220, abr. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/2238-38752019v1017>.

RODRIGUES, L. C. S., *et al.* (org.). **MINISTÉRIO DA GESTÃO E DA INOVAÇÃO EM SERVIÇOS PÚBLICOS. A presença das mulheres na administração pública federal**. Brasília: MGI, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/gestao/pt-br/central-de-conteudo/publicacoes/artigos/a-presenca-das-mulheres-na-administracao-publica-federal-1>. Acesso em: 10 fev. 2025.

RODRIGUES, L. N.; CHRISTOFFEL, M. M.; SMEHA, L. N.; BENEDETTI, F. J.; ABAID, J. L. W.. Acolhimento e desafios no retorno ao trabalho, após a licença-maternidade em uma instituição de ensino. **Revista de Enfermagem da UFSM**, [S.L.], v. 12, n. 44, p. 1-19, 15 set. 2022. Universidade Federal de Santa Maria. <http://dx.doi.org/10.5902/2179769268966>. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/68966/50535>. Acesso em: 14 mar. 2025.

SANTOS, A. F.; CENTENARO, A. P. F. C.; FRANCO, G. P.; ANDRADE, A.; MASS, S. F. L. S.; NARDINO, J.. Prazer e sofrimento no trabalho de Enfermagem em urgência e emergência. **Reme-Revista Mineira de Enfermagem**, [S.L.], v. 26, n. -143, p. 1-14, 29 jun. 2022. Universidade Federal de Minas Gerais - Pro-Reitoria de Pesquisa. <http://dx.doi.org/10.35699/2316-9389.2022.38486>. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rem/article/view/38486/30806>. Acesso em: 20 maio 2025.

SAVI, A. M. S.. **Prazer e sofrimento no trabalho: vivências de mulheres policiais civis do Ceará à luz da psicodinâmica do trabalho**. 88 f. 2023. Dissertação (Mestrado Profissional em Administração e Controladoria) – Faculdade de Economia, Administração, Atuária e Contabilidade, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufc.br/handle/riufc/73591>. Acesso em: 19 mar. 2025.

SANTOS, K.D.; MOTTA, I. F.. O significado da maternidade na trajetória de três jovens mães: um estudo psicanalítico. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, [S.L.], v. 31, n. 4, p. 517-525, dez. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0103-166x2014000400006>.

SANTOS, L. F. **O impacto da maternidade na saúde mental da mulher**. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Faculdade Anhanguera, São José dos Campos/SP, 2022. Disponível em: https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/50802/1/LARA_FRANCA_TCC_FINAL.pdf. Acesso em: 10 fev. 2025.

SILVA, A.; GONÇALVES, M.; ZONATTO, V. C. S. Determinantes de prazer e sofrimento no trabalho hospitalar: uma análise à luz da teoria da psicodinâmica do trabalho. Base - **Revista de Administração e Contabilidade da Unisinos**, [S.L.], v. 14, n. 3, p.197-212, 24 nov. 2017.

UNISINOS - Universidade do Vale do Rio Dos Sinos.
<http://dx.doi.org/10.4013/base.2017.143.04>. Disponível em:
<https://www.redalyc.org/pdf/3372/337253581005.pdf>. Acesso em: 19 mar. 2025.

SILVA, A. M.; SOUZA, B. F.; PEREIRA, C. R.. **Idealização da maternidade e saúde mental feminina: uma revisão integrativa**. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Universidade Anima, 2023. Disponível em:
<https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/9c1abc56-f14f-4868-8d44-4a49162806a0>. Acesso em: 10 fev. 2025.

SILVA, E. G. A necessidade e importância da promoção de saúde mental nas organizações. **Revista Livre de Sustentabilidade e Empreendedorismo**, v. 8, n. 3, p. 49-65, mai-jun, 2023. Disponível em:
<https://www.relise.eco.br/index.php/relise/article/download/690/763/2221>. Acesso em: 27 mar. 2025.

SILVA, L. B.; GONDIM, Sônia Maria Guedes; CARNEIRO, Laila Leite; SIMÕES, Ana Célia Araújo. Maternidade-Trabalho: experiências emocionais ao longo da gravidez, licença-maternidade e retorno ao trabalho. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, [S.L.], v. 22, n. 3, p. 2153-2162, out. 2022. GN1 Sistemas e Publicações Ltd.
<http://dx.doi.org/10.5935/rpot/2022.3.23359>. Disponível em:
<https://submission-pepsic.scielo.br/index.php/rpot/article/view/23359/1162>. Acesso em: 10 fev. 2025.

SOUZA, L. F.; MACHADO, L. H. B.. Casa, maternidade e trabalho no distanciamento social: A “pandemia” da sobrecarga de trabalho para as mulheres. **Revista da ANPEGE**, [S. l.], v. 17, n. 32, p. 282–308, 2021. DOI: 10.5418/ra2021.v17i32.12467. Disponível em:
<https://ojs.ufgd.edu.br/anpege/article/view/12467>. Acesso em: 10 fev. 2025.

VASCONCELOS, A. F. Qualidade de vida no trabalho: origem, evolução e perspectivas. Caderno de Pesquisas em Administração, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 23-35. 2001. Disponível em:
<https://www.capelaniaempresarial.com.br/wp-content/uploads/2018/03/6-QVT-Qualidade-de-Vida-no-Trabalho-Anselmo-Vasconcelos.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2025.

WEBER, L. N. D.; *et al.*. Filhos em creches no século xxi e os sentimentos das mães. **Psicologia Argumento**, [S. l.], v. 24, n. 44, p. 55–64, 2017. Disponível em:
<https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/20095>. Acesso em: 9 fev. 2025.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) a participar, como voluntária, da pesquisa “Impacto dos conflitos entre maternidade e trabalho na saúde mental das mulheres: uma análise multidisciplinar”. Esta pesquisa está associada à monografia de Jayne Stephanny, do curso de graduação em administração da Universidade Federal do Ceará.

A pesquisa tem como objetivo principal analisar as vivências de prazer, sofrimento e estratégias defensivas de mulheres pós puerpério no retorno ao trabalho em empresas privadas.

Para garantir a confidencialidade e a privacidade dos indivíduos, todos os dados obtidos na pesquisa serão utilizados exclusivamente com finalidades científicas conforme previsto no consentimento do participante. Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas e mostrarão apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar seu nome, instituição ou qualquer informação relacionada à sua privacidade.

Esta pesquisa tem como público alvo mulheres maiores de 18 anos que possuam pelo menos um filho e que tenham exercido alguma atividade laboral remunerada, seja em empresa pública ou privada.

Seção I: Informações Gerais

1. Qual sua idade?
2. Qual seu estado civil?
3. Quantos filhos possui?
4. Qual sua escolaridade e profissão?
5. Como você se sente exercendo o seu trabalho?
6. Qual a sua experiência quando comunicou sua gravidez aos seus superiores e colegas?
7. Se você pudesse mudar algo no trabalho, o que você mudaria?

Seção II: Vivências de prazer no trabalho pós puerpério

8. Qual sua experiência de comportamento positivo com seus colegas no trabalho quando você retornou ao trabalho depois da licença.
-
-

9. Quais sentimentos **positivos** você sentiu logo que retornou ao trabalho após a gestação?

Seção III: Vivências de sofrimento no trabalho pós puerpério

10. Qual sua experiência de comportamento negativo com seus colegas no trabalho quando você retornou ao trabalho depois da licença?

11. Quais sentimentos **negativos** você sentiu logo que retornou ao trabalho após a gestação?

Seção IV: Estratégias Defensivas

12. Pensando no pós puerpério, quais estratégias você usou (usa) para conciliar a rotina de trabalho e o cuidado com os filhos?

13. Como seu trabalho afeta sua vida pessoal, sua saúde e sua maternidade?
