

## Ensaio

# UM OLHAR PARA A SUBJETIVIDADE E A SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR DURANTE E APÓS A PANDEMIA DA COVID-19<sup>12</sup>

A look at subjectivity and mental health of workers during and after the COVID-19 pandemic

Shirley Macêdo<sup>3</sup> 

Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF)<sup>4</sup>  
Petrolina, Pernambuco, Brasil

## Resumo

No presente ensaio, objetivamos realizar uma leitura da relação trabalho e subjetividade, destacando os impactos psicossociais da pandemia da *Coronavirus Disease* (COVID-19) e do distanciamento social como medida de contenção da transmissibilidade da doença para a saúde mental do trabalhador, além de refletir sobre possibilidades de enfrentamento durante e após esse período. Partimos de uma visão sobre subjetividade e contemporaneidade pautada na abordagem humanista-fenomenológica em psicologia, enfatizando o trabalho como fundamento ontológico básico do homem e o sentido que o mesmo tem para a vida em sociedade. Aportamos no campo de forças em que se constitui a subjetividade no contexto da pandemia e do distanciamento social, e, defendendo uma ética da ação coletiva, apresentamos possibilidades de mudança em modos de ser, sentir, pensar e agir do trabalhador. Concluímos, principalmente, que a capacidade de transformação do sujeito pode viabilizar que, coletivamente, os trabalhadores possam tecer novos sentidos, aprendendo com as lições do atual cenário, internalizando novos valores e se reinventando.

**Palavras-chave:** Trabalho; Subjetividade; Saúde do Trabalhador; Pandemia; COVID-19.

## Abstract

In this essay, we aimed to analyze the relationship between work and subjectivity, highlighting the psychosocial impacts of the Coronavirus Disease pandemic (COVID-19) - and social distancing to reduce the transmissibility of the disease - for the worker's mental health, in addition to reflect on coping possibilities during and after this period. We start from a view on subjectivity and contemporaneity based on the humanistic-phenomenological approach in psychology, emphasizing work as the basic ontological foundation of man and the meaning it

<sup>1</sup> Editora responsável pela avaliação: Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Liliam Deisy Ghizoni.

<sup>2</sup> Copyright© 2021 Macêdo. Este é um artigo em acesso aberto distribuído nos termos da Licença Creative Commons Atribuição que permite o uso irrestrito, a distribuição e reprodução em qualquer meio desde que o artigo original seja devidamente citado.

<sup>3</sup> [mvm.shirley@gmail.com](mailto:mvm.shirley@gmail.com)

<sup>4</sup> Rua José de Sá Maniçoba, s/n. Centro, Petrolina, PE - CEP: 56.304-917

has for life in society. When reaching the field of forces in which subjectivity is constituted in the context of the pandemic and social distancing, and, defending an ethics of collective action, we present possibilities of change in the worker's ways of being, feeling, thinking and acting. We concluded, mainly, that the subject's capacity for transformation can make it possible that, collectively, workers can weave new meanings, learning from the lessons of the current scenario, internalizing new values and reinventing themselves.

**Key words:** Work; Subjectivity; Occupational Health; Pandemic; COVID-19.

---

## Introdução

A abordagem humanista-fenomenológica, mais especificamente no campo da clínica psicológica, surge nas últimas décadas com uma visão de homem e subjetividade não como individualizados, mas contextualizados no mundo, em um horizonte social, político e cultural. Ao considerar o horizonte mundano-relacional da subjetividade humana, busca romper com a dicotomia homem-mundo, com a visão da subjetividade para alguém das relações, assim como com a concepção de um sujeito centrado em si e na sua felicidade, algo inerente, segundo Feijoo (2011), à tradicional psicologia humanista.

Assim, essa abordagem considera possíveis articulações entre pressupostos humanistas, preferencialmente em autores como Carl Rogers (1902-1987), e preceitos fenomenológicos, como os de Merleau-Ponty (1908-1961) e Gadamer (1900-2002). No Brasil, são adeptos da abordagem diversos pesquisadores, a exemplo daqueles envolvidos com as clínicas psicoterápica e psicopatológica (Moreira, 2009; Moreira & Bloc, 2015) e a clínica do trabalho (Macêdo, 2015).

Moreira (2007), defendendo o humanismo crítico de Merleau-Ponty, argumentou que a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), corrente humanista proposta por Carl Rogers, caiu no individualismo e na utopia de um sujeito para além ou aquém do mundo. Como alternativa a uma prática clínica em psicologia focada no humanismo antropocêntrico rogeriano, apresentou pioneiramente a clínica humanista-fenomenológica (Moreira, 2009), uma vertente contemporânea da ACP, para a qual, de forma inovadora, ela articulou os preceitos teóricos de Rogers aos postulados metodológicos pautados na fenomenologia de Merleau-Ponty. Suas ideias foram fontes de pesquisas sobre psicopatologia e psicoterapia (Tattosian & Moreira, 2012), assim como sobre questões contemporaneamente reconhecidas como sendo de saúde pública, a exemplo do comportamento suicida (Rocha, Boris & Moreira, 2012).

Para além dessa perspectiva, contudo, Macêdo (2015), ocupada com uma temática para ela pouco estudada pelas correntes humanistas e fenomenológicas em Psicologia, propôs o que

denominou de uma clínica humanista-fenomenológica do trabalho. Sua proposta tem base epistemológica em Merleau-Ponty e Gadamer, enfatizando como um clínico pode viabilizar que, em um contexto intersubjetivo de diálogo, o sujeito possa fazer um resgate histórico, confrontar tradições e, juntamente com outros, produzir novos sentidos e construir estratégias de enfrentamento para o sofrimento no e por causa do trabalho.

A autora considera que, como categoria de análise do psiquismo humano, o trabalho está relacionado com a subjetividade e precisa ser compreendido para além do seu caráter técnico e econômico como simples atividade remunerada, porque, como já afirmado por Antunes (2009), ele constitui o fundamento ontológico básico do homem. Para a autora, trabalhar implicaria em a pessoa por sua marca no mundo, mas também implicaria nela, em um contexto social, apropriar-se dos seus modos de ser, sentir, pensar e agir, que, mais especificamente no campo de saber da psicologia clínica, são chamados de modos de subjetivação.

A partir dessas perspectivas, tendo em vista os impactos psicossociais da pandemia da *Coronavirus Disease* ou Doença do Coronavírus (COVID-19) na saúde do trabalhador, neste ensaio realizaremos uma leitura da relação trabalho e subjetividade, assim como refletiremos sobre possibilidades de enfrentamento durante e após esse período.

O surto da doença surgiu na China em 2019 e, em janeiro de 2020, se espalhou por outros países. A Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a doença como emergência internacional de saúde pública e, a partir de 11 de março de 2020, elevou a mesma ao *status* de pandemia (Bezerra, C. E. M. Silva, Soares & J. A. M. Silva, 2020; Faro et al., 2020; Schmidt, Crepaldi, Bolze, Neiva-Silva & Demenech, 2020; H. G. N. Silva, Santos & Oliveira, 2020).

A pandemia da COVID-19, portanto, vem causando significativos impactos na economia, na saúde pública e na saúde mental da sociedade (Medeiros, 2020), principalmente devido à medida de contenção de transmissibilidade da doença mais difundida por autoridades governamentais e científicas no mundo todo: o distanciamento social (Bezerra et al., 2020; Silva et al., 2020). Diante disso, para discorrer sobre o trabalho nesse contexto, nosso ensaio estará dividido em três blocos: relação trabalho e subjetividade na contemporaneidade; o campo de forças em que se constitui a subjetividade humana expressa pelo trabalho durante a pandemia da COVID-19 e/ou o distanciamento social; e possibilidades de enfrentamento durante e após a pandemia.



## Relação trabalho e subjetividade na contemporaneidade

A subjetividade é uma temática bastante estudada na abordagem psicanalítica em Psicologia. Carreiro (2005), por exemplo, ao refletir sobre o assunto na contemporaneidade, refere que nesse contexto há o enfraquecimento dos coletivos institucionalizados, o culto ao individualismo, uma importância dada ao sucesso, uma pressão por urgência e uma ilusão do absoluto. Defende a autora que os sujeitos se centram em seus corpos, afrontam o outro e evitam conflitos, exigindo de si mesmos performance e competências cada vez mais elaboradas e complexas nessa sociedade do espetáculo. Lang, Barbosa e Caselli (2009), por sua vez, ao compreender as mazelas da subjetividade contemporânea, concebem o corpo como lugar no qual as experiências subjetivas podem ser comunicadas, refletindo que pelo corpo os fenômenos subjetivos são inscritos como expressão do conflito da relação do sujeito consigo mesmo e com a alteridade.

O que, no entanto, dizem as perspectivas humanista-fenomenológicas sobre a subjetividade contemporânea? Recorramos a Rocha, Boris e Moreira (2012), que optaram por romper com uma compreensão subjetivista do homem, reconhecendo a condição de mútua constituição deste com o mundo da experiência vivida, argumentando:

Por não considerar o pensamento de Rogers claramente fenomenológico, a perspectiva humanista-fenomenológica tenta aproximar as ideias de Merleau-Ponty, principalmente sua concepção de mundaneidade [. . .]. Assim, tenta evitar a estranha aproximação de uma visão de homem subjetivante a uma prática crítica mundana (Rocha, Boris & Moreira, 2012, p.73).

No entanto, talvez justamente por querer ultrapassar a dicotomia interno e externo que permearia a noção de subjetividade na abordagem humanista em Psicologia, os autores não responderão à pergunta acima. Encontramos, contudo, uma resposta para a nossa indagação em Macêdo (2015, 2018), a qual, inclusive, relaciona subjetividade e trabalho na contemporaneidade. A autora parte do princípio de que, para compreender o tema, a questão do sentido que a realidade social tem para o sujeito ocupa um lugar especial. Para tanto, afirma que é preciso refletir sobre os problemas existenciais com os quais a pessoa se depara.

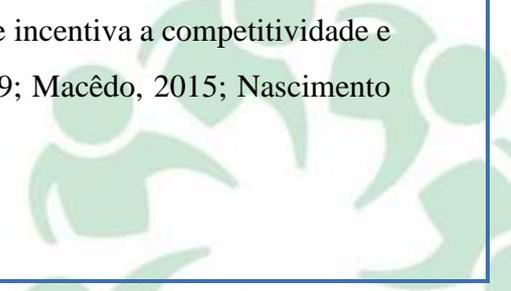
Buscando respaldo em Merleau-Ponty, ela pensa a subjetividade como encarnada, o corpo como morada da subjetividade. Discorre sobre o tema, contextualizando como se dá o sofrimento do sujeito contemporâneo, que se passa no espaço do privado por que, inserido na

cultura da alta performance e percebendo não poder assumir suas fragilidades para não ser excluído, ele não encontra eco na solidariedade. Afirma:

Numa perspectiva fenomenológica, podemos arriscar dizer que a falta de solidariedade passaria, então, a comprometer a solicitude necessária ao cuidado instaurador da saúde, pois se compromete o mundo compartilhado da convivência [ . . . ]. Carente desses espaços de convivência, o sujeito está fadado não só à responsabilização insuperável sob si mesmo, mas também à insuportabilidade do sofrimento. Então, somos levadas a refletir que o que acontece é uma errância do cuidado. [ . . . ] Não mais assumindo pelo bem estar de si e do outro, não mais agindo com reciprocidade de existência, característica de uma comunidade que se preocupa com o cuidado, [o sujeito] não encontra eco nas relações, nos olhares, nos gestos de outrem, que o favoreça tecer coletivamente um sentido (Macêdo, 2018, p.270-271).

A subjetividade, portanto, compreendida no espaço relacional homem-mundo, constitui uma apropriação de singularidade em um campo de forças. No contexto de trabalho, por exemplo, de um lado, temos as forças externas ao trabalhador, tais como o sistema socioeconômico, a mídia, a tecnologia, as condições e as relações de trabalho, por exemplo; de outro, temos as forças internas, como afeto, emoção, percepção, conhecimentos, habilidades, atitudes, aptidões, valores e expectativas. Nesse campo de forças, portanto, importa compreender o sentido que o trabalho tem para o sujeito e os significados que ele percebe que seu trabalho tem para os outros (Macêdo, 2015).

Mas, na contemporaneidade, surgiu o que se denominou precarização das condições e relações de trabalho: a exclusão social e exploração laboral do trabalhador, resultante das transformações sociais, políticas e econômicas que se dão no contexto das organizações ou fora dele. Esse processo gerou o trabalhador precário, a pauperização frequente de uma significativa parcela de trabalhadores, a exacerbação do individualismo possessivo, o sequestro da subjetividade do trabalhador, receio, medo ou angústia de se sentir excluído, incapacidade de criar seu próprio sentido, o silenciamento sobre o próprio sofrimento, o autoritarismo empresarial revestido de novas formas de dominação e exploração dos trabalhadores, a persistência de várias formas de discriminação, o assédio moral, as mudanças nas relações sindicais e o enfraquecimento da luta coletiva contra o sofrimento no trabalho. Tudo isso potencializado pelo contexto da cultura da alta *performance*, que incentiva a competitividade e inviabiliza a dimensão da solidariedade humana (Antunes, 2009; Macêdo, 2015; Nascimento & Macêdo, 2019; R. A. Santos & F. M. S. Santos, 2017).



Além de tudo, as práticas discursivas cotidianas afirmam e reafirmam que cabe ao sujeito administrar seus riscos e assumir as consequências de suas escolhas, diante de uma sociedade cada vez mais individualista, narcisista, sem condições de investir em uma responsabilidade social compartilhada, embora exista todo um discurso veiculado de trabalho em equipe, voluntariado e qualidade de vida. Assim, a destruição da dimensão coletiva da subjetividade, o individualismo exacerbado, a ausência de solidariedade, a competitividade desenfreada e a falta de reconhecimento impactam consideravelmente na saúde mental do trabalhador (Macêdo, 2015).

Nesse ensaio, portanto, partimos dessas ideias e concebemos que tanto a solidariedade quanto o reconhecimento são essenciais para a sobrevivência psíquica do homem no contexto de trabalho e fora dele, já que, como ser relacional, o sujeito depende do outro e sem esse não poderia alçar à sua condição de ser humano. Em outras palavras, as relações sociais contemporâneas no e por causa do trabalho foram comprometidas pela falência da dimensão da solidariedade e pelo comprometimento do reconhecimento, fundamentais à vida psíquica do homem em sociedade.

Nas últimas décadas, como sabemos, a elevação do nível de instrução e formação dos trabalhadores, atrelada ao alto nível de exigência e inflexibilidade dos clientes, impôs às organizações a necessidade de responder a elevados padrões de qualidade para promover satisfação. Nesse cenário, entretanto, algumas práticas de gestão culminaram em estresse ocupacional e, quando não, em assédio moral no trabalho, fenômenos antigos, mas que foram incrementados pelas condições e exigências da globalização neoliberal (Bernal, 2010).

Infelizmente, esse foi/é o contexto produzido pela cultura da alta *performance*. Consideramos importante contextualizar como a subjetividade vem se constituindo nessa cultura porque não há cultura sem uma cartografia subjetiva, nem há subjetividade sem uma cartografia cultural que a sustente (Guatarri & Rolnik, 1993), pois “a cultura e a subjetividade formam uma equação que se manifesta na sociedade: o sujeito é produto e produtor da sociedade à qual pertence, tendo a capacidade de transformá-la” (Macêdo, 2015, p.40).

Nesse contexto, o sujeito também está exposto a uma ordem produtiva regida pela economia da incerteza e da insegurança, que promovem fluidez, imprevisibilidade, instabilidade, como também desconforto e fragilidade (Bauman, 2009; Blanch & Cantera, 2008). Diríamos que, no contexto sócio-econômico-cultural, o sujeito passa por sofrimentos de diversas ordens, sendo difícil para ele empregar estratégias de enfrentamento e transformação da realidade social na qual está inserido, mas que ele também ajuda a construir, o que pode levar ao adoecimento psíquico, considerando o nexos causal trabalho-doença.

Por isso, reafirmamos, uma das estratégias de transformação desse cenário é o reconhecimento (tanto de gestores e colegas, quanto do cliente, e até do próprio sujeito). No entanto, vale aqui lembrar que, mesmo buscando desenfreadamente desenvolver competências, quando não atendem a um perfil fabricado pela cultura da alta *performance*, robotizado, alguns trabalhadores se sentem excluídos, fadados ao fracasso, sem ter com quem compartilhar sua dor.

O resultado deste processo é a produção de subjetividades capitalísticas, nas quais se produzem indivíduos assujeitados [...] A ânsia de satisfazer as exigências do mercado de trabalho faz com que o sujeito se lance numa luta ferrenha contra seus próprios limites (Macêdo, 2015, p.44-45).

Vemos, nas reflexões até aqui expostas que, na contemporaneidade vem urgindo para as ciências humanas, sociais e da saúde, a compreensão sobre esse sujeito que sofre ao produzir trabalho. Especificamente à Psicologia, é lançado um convite a ações preventivas, interventivas e reabilitadoras para promover saúde e qualidade de vida ao trabalhador, visando um futuro mais saudável à humanidade. Vale destacar, contudo, que ela sozinha não teria tantos resultados, pois o campo da saúde no trabalho é, por excelência, multidisciplinar, requerendo esforços de muitos profissionais para poder transformar uma realidade altamente complexa. No entanto, nesse ensaio nos arriscamos a pensar a partir da psicologia e refletir: durante e após a pandemia da COVID-19, como está/estará o trabalhador? O que perspectivamos? Como preveniremos, interviremos e reabilitaremos? Reflitamos...

### **O campo de forças em que se constitui a subjetividade humana expressa pelo trabalho durante a pandemia da COVID-19 e/ou o distanciamento social**

Três medidas surgem com a pandemia da COVID-19 para proteger a comunidade da exposição ao risco de uma doença contagiosa: o distanciamento social, a quarentena e o isolamento social (Faro et al., 2020). O distanciamento social ou distanciamento físico consiste na distância espacial entre pessoas quando fora de casa, evitando grupos e aglomeração. A quarentena busca separar e restringir a circulação de pessoas que foram expostas a alguém contaminado, visando observar se elas ficarão doentes. Já o isolamento social é a separação de pessoas infectadas. Essas medidas podem ocasionar impactos na saúde mental, pois envolvem estressores como afastamento de amigos e familiares, incerteza quanto ao tempo de

distanciamento, sensação de insegurança, tédio e medo. Também podem desencadear ansiedade, depressão e comportamento suicida (Silva et al., 2020).

Considerando a atual pandemia como grave crise social que intensifica preocupação com a saúde mental da população, somos da opinião de que a situação demanda esforços emergenciais de cuidado, visto perturbações psicológicas afetarem a capacidade de enfrentamento de toda a sociedade. Como alerta Faro et al. (2020), a doença vem colapsando o sistema de saúde de todo o mundo e os cuidados em saúde mental são tão primordiais quanto a assistência básica em saúde.

Autores defendem que, durante a pandemia da COVID-19: as sequelas psíquicas ultrapassam o número de mortes (Faro et al., 2020; Ornell, Schuch, Sordi & Kessler, 2020); profissionais de saúde ficam exaustos com tantas demandas e as longas horas de trabalho; familiares do mundo inteiro têm medo de adoecer ou que seus entes queridos adoçam e, quando isso ocorre, não podem acompanhá-los durante a hospitalização nem cultivar seus mortos. Pacientes sentem medo, raiva e solidão; sobreviventes sentem-se culpados. Todos, rotineiramente, se preocupam consigo e com os outros, o que tende a elevar a carga emocional, física e de papéis sociais, podendo desencadear agravamento ou recidiva de transtornos mentais ou doenças físicas. Em longo prazo, algumas pessoas podem apresentar estresse pós-traumático (sintomas somáticos, insônia, ansiedade, raiva, ruminação, diminuição da concentração, culpa, mau humor e perda de energia), principalmente profissionais de saúde (Ornell et al., 2020; Malloy-Diniz, 2020). Outras podem se isolar, enfrentar estigma se testaram positivo ou um parente testou positivo para o COVID-19. Todas essas necessitariam de cuidados em saúde mental pós-crise (Faro et al., 2020), sendo importante implementar políticas públicas de saúde mental e aumentar investimento em pesquisas (Ornell et al., 2020).

No contexto brasileiro, por exemplo, a situação é tão alarmante que o Ministério da Saúde, em parceria com a Fundação Oswaldo Cruz, produziu um manual com recomendações para gestores (Melo et al., 2020), colocando como prioritária, no pico da pirâmide de apoio psicossocial em emergências humanitárias, a atenção à saúde mental por enfermeiro psiquiátrico, psicólogo, psiquiatra etc. O manual também prevê ações nas diversas fases da pandemia (antes, durante e depois), salientando a importância de se monitorar e avaliar as experiências e lições aprendidas por todos os envolvidos.

Paralelamente, diversos autores têm dado ênfase à saúde mental dos profissionais de saúde. Alertam que esses sujeitos correm risco de sofrer um colapso emocional, havendo a necessidade de assistência continuada aos mesmos, como pilar prioritário para fortalecer a rede de enfrentamento da pandemia. Destacam como pessoas de nível intelectual mais auto-

exigentes podem potencializar o sofrimento e o adoecimento mental diante da quarentena e do distanciamento social, justamente por não haver formas concretas de resistência (Schmidt et al., 2020; Silva et al., 2020; Ornell et al., 2020; Daltro & Barreto Segundo, 2020).

Entretanto, sem desconsiderar a situação de impacto de profissionais da linha de frente para conter a doença, acreditamos que qualquer trabalhador nesse cenário pandêmico foi colocado diante da incerteza das incertezas, o que promove mais insegurança ontológica, a qual já vinha tomando o mundo do trabalho com o desemprego estrutural, mas agora se escancara em larga escala em todas as esferas da vida humana.

Se antes nos perguntávamos, como bem intitulou em seu livro Domenico de Masi (1999), “qual o futuro do trabalho?”, agora nos perguntamos “o que será trabalho no futuro”? Há uma diferença nessas perguntas. Ao questionar qual o futuro do trabalho, De Masi apontava os perigos do mau uso da tecnologia e das longas jornadas de trabalho para o ser humano, referindo-se, inclusive, ao ócio criativo como favorecedor de mais saúde. Ao nos questionarmos aqui “o que será trabalho no futuro?”, colocamos em xeque uma questão que nos parece incitadora de reflexões: o que vem pela frente é um novo modo de ser, sentir, pensar e agir diante do que chamaremos de trabalho? Reflitamos...

Para De Masi (2000), o ócio criativo seria algo beneficiado pelas tecnologias de informação e comunicação, permitindo ao sujeito fazer três coisas simultaneamente: criar riqueza, aprender coisas novas (estudando para alavancar conhecimentos), divertir-se e brincar para criar bem estar. Salientando que tal condição é privilégio do trabalhador intelectual, o autor destacava que o ócio criativo não se trata de tempo livre, preguiça ou não fazer nada, mas de um novo modo do sujeito se relacionar com seu trabalho, usando melhor o tempo livre para ter mais disponibilidade para a família, os amigos e o próprio trabalho. No entanto, chamava atenção para o fato de que a mentalidade negativa do homem contemporâneo não permitiria a este investir em bem estar e usar de forma inteligente os recursos tecnológicos que criou. Assim, o ócio criativo poderia ajudar o trabalhador não apenas a usar sua inteligência e aproveitar melhor os recursos tecnológicos, mas também enfrentar as grandes crises como grandes transformações, investindo em seu potencial criativo e transformador.

Já no início do século, o livro *O ócio criativo* de De Masi (2000) se referia ao trabalho à distância, ao *home office*, ao teletrabalho, realidade hoje comum a muitos trabalhadores, diante do estado de distanciamento social provocado pela pandemia da COVID-19. Na situação atual, A. Kramer e K. Z. Kramer (2020) defendem que as mudanças impactarão as percepções dos indivíduos e organizações sobre o trabalho e o status das ocupações, argumentando que se

promoverão mais desigualdades e que as organizações poderão definir quais grupos ocupacionais serão mais adequados para trabalhar em casa.

A nosso ver, no entanto, o trabalhador continua a mercê do risco e do abandono, mas agora o inimigo não é o outro que compete com ele no seu ambiente de trabalho e fora desse, não é o adversário que quer puxar seu tapete; o inimigo agora é invisível, um vírus que ameaça a todos em grandes proporções. Diante dele, todos estão em pé de igualdade, altamente vulneráveis e sem subsídios concretos de luta: ele pode adentrar nosso mundinho a qualquer momento. Não há estratégias de *coaching*, não há perfil de competências, não há nada além de uma máscara, sabão e álcool em gel para que nós nos coloquemos diante dele: uma máscara e produtos de higiene que não nos escondem, mas expõem, a todo tempo, nossa fragilidade.

A pandemia, fortalecida com o distanciamento social, nos mostra que estamos vivendo uma nova crise, não apenas de sobrevivência do mundo do trabalho, mas uma crise de sentido: qual o sentido de viver distante dos outros? Qual o sentido de trabalhar para apenas obter satisfação de necessidades básicas? Qual o sentido de estar tão perto, mas tão longe de amigos e familiares? Qual o sentido de não mais sentir na pele o afago, de não mais poder dar um abraço, de não mais ver o corpo todo do outro em uma reunião etc.? Teríamos, aqui, várias perguntas a fazer...

A máscara e o medo desse outro invisível mostram, descaradamente, como é ruim a solidão, o distanciamento. Talvez, mais do que diante do coronavírus, estamos frente a outro inimigo invisível: um fantasma que invade nosso pensamento e nos faz questionar, cotidianamente, “o que seria de nós sem o outro?”

Nesse sentido, as subjetividades estão se constituindo em um campo de forças até então não enfrentado pelo homem trabalhador. Ele é convocado a lidar com medidas de contenção de uma doença que se alastra em grandes proporções por todo o planeta, inclusive matando diversas pessoas. Diante dessa doença, o poder estatal impõe medidas de cuidado coletivo (ficar em casa é um imperativo, é um ato político e público). Estar em casa não significa não produzir trabalho e, para o sistema econômico sobreviver, surge o teletrabalho em caráter de *home office*, realizado com tecnologias com as quais talvez esse trabalhador não tivesse familiaridade. Para completar, diminui a distância entre vida privada e vida pública, estando o sujeito exposto ao não cumprimento de metas e prazos, aos conflitos do trabalho sendo vividos em casa e a um tempo de trabalho para além do *locus* de controle do gestor.



## Possibilidades de enfrentamento durante e pós-pandemia

Recentemente, a Sociedade Brasileira de Psicologia Organizacional e do Trabalho (SBPOT), em parceria com a Editora Artmed, lançou dois volumes de um compêndio sobre medidas de contenção da COVID-19 como contribuição da área no contexto da pandemia.

No primeiro volume (Queiroga, 2020), são discutidos por diversos cientistas do comportamento humano aspectos do *home office*, como trabalho remoto em casa ou teletrabalho compulsório (que é mandatório e está sendo realizado em casa em função da pandemia), além de serem apresentados desde os conceitos de trabalho remoto pela Organização Internacional do Trabalho, até os sentidos, os significados e os impactos deste tipo de trabalho na vida e na família do trabalhador. Também são apresentadas proposições de como se cuidar do trabalho e da família, além de estratégias de promoção de bem estar, prevenção de estresse ocupacional e *burnout*, inclusive dando orientações a gestores.

No segundo volume (Moraes, 2020), outros pesquisadores tematizam sobre experiências de trabalho para além do contexto organizacional, com olhar particularmente para condições de vulnerabilidade as mais diversas, orientando para reflexões e ações individuais e coletivas que favoreçam a compreensão dessas realidades e um melhor preparo para seu enfrentamento. São discutidos, entre outros assuntos, como a pandemia afeta os diversos vínculos do trabalhador com o seu trabalho e a organização, como a criatividade pode favorecer saúde e bem estar, além de serem apresentadas proposições para a saúde mental e a qualidade de vida no trabalho, intervenções possíveis frente ao trabalho informal e sugestões para que os profissionais atenuem os efeitos da crise nas suas carreiras.

Algumas ideias do primeiro volume dessa obra nos chamam mais atenção, pois fazem sentido diante do que estamos ensaiando defender. Por exemplo, os cuidados do ambiente de trabalho (que também é o ambiente doméstico para enfrentar a pandemia), a fim de que ele não se torne precarizado; a reinvenção pela qual precisou passar o trabalhador no desenho do seu teletrabalho e a diminuição do suporte social que ele dispõe para isso no contexto do distanciamento social, tendo o gestor um papel crucial no investimento no trabalho remoto em equipe; o fato de o trabalhador passar por uma adaptação involuntária ao teletrabalho, necessitando conciliá-lo com questões familiares e tarefas domésticas, além de, inclusive, precisar dispor de suas próprias ferramentas de trabalho, sentindo-se pressionado por desempenho e sem parâmetros concretos para medi-lo, sendo atribuição dos gestores distinguirem claramente o que depende do trabalhador ou não; como os espaços e os tempos do

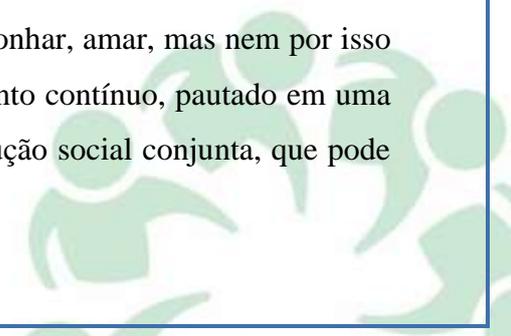
trabalho e do lar agora se confundem; e, por fim, como o trabalhador precisa criar espaços de sociabilidade para preservar o sentido do trabalho.

Reconhecemos os esforços de todos os pesquisadores envolvidos com esse compêndio e o valor das ações propostas, contudo, nesse ensaio, ao partir da abordagem humanista-fenomenológica em Psicologia, nossa leitura caminha no sentido de uma possível mudança de visada que o cenário de crise em virtude da pandemia da COVID-19 convida ao trabalhador, compreendendo que, ao pensar e sentir os impactos desse contexto, os sujeitos poderão se transformar coletivamente em seus modos de agir, tendo em vista uma nova produção de sentido do que seja trabalhar.

Nossa compreensão é que a COVID-19 nos trouxe para “dentro de casa”: lugar de onde havíamos saído “por causa do trabalho”. No entanto, “não sabemos como voltar para casa” e estamos perdidos, estressados, ansiosos, apáticos, com nossa saúde mental comprometida.

Autores dirão que estamos passando por uma crise do cuidado, sendo necessário pensar em políticas públicas à luz do que Foucault denominou de biopolítica e cuidado de si, políticas que garantam o direito à vida e à proteção, já que estamos constantemente expostos ao risco de contaminação, à invisibilidade e à precarização do trabalho (Santos et al., 2020). Eles nos fazem pensar que estamos diante de uma crise, em que ser ético não é apenas cumprir normas de conduta impostas à sociedade para preservar a vida, mas ser livre para cuidar de si, que também é ser um abrigo de morada para cuidar do outro.

Tendo isto posto, defendemos nesse ensaio que a atual situação social da pandemia e distanciamento social nos convida e nos dá a chance de:

- a) Assumirmos nossas fragilidades: é necessário sair do círculo vicioso de querer demonstrar força o tempo todo. Assumir ser fraco também é ser forte. Isso significa, também, que estaremos investindo em mecanismos de enfrentamento do sofrimento, resguardando nossa saúde mental.
  - b) Questionarmos qual o sentido social do nosso trabalho: o sentido social do trabalho é uma expressão já cunhada por Antunes (2009), no entanto, arriscamos dizer que nesse contexto de pandemia, por estarmos vivendo um dia de cada vez, estamos com sérias dificuldades de pensar e estabelecermos projetos, sonhar, amar, mas nem por isso deixamos de ter sede disso. Portanto, é esse questionamento contínuo, pautado em uma constante abertura ao outro e às possibilidades de construção social conjunta, que pode ser a seara de um novo sentido do que seja trabalhar.
- 

c) Reinventarmos nossos modos de subjetivação e, necessariamente, nossos modos de trabalhar: já estamos tentando isso. Mesmo diante da pressão. Apenas a cada um de nós cabe o limite do tentável, mas a todos nós cabe infinitudes de possibilidades de nos ajudarmos mutuamente. Estamos vivendo a era do *marketing* estratégico sem remuneração nas redes sociais. Já há pessoas compartilhando sobre os produtos do trabalho de outros (comidas, máscaras, “roupas de ficar em casa” etc). Há outras que estão angariando esforços para ajudar diversos cidadãos e famílias - o voluntariado se alastra para além dos projetos de responsabilidade social das empresas, das ações de instituições religiosas e Organizações Não Governamentais.

d) Deslocarmo-nos do individualismo e da competitividade para à ética da ação coletiva: a dimensão coletiva da subjetividade humana estava esfacelada, mas agora somos convocados a reconstruí-la. No atual cenário, precisamos encontrar ressonância em nós do trabalho do outro e nele do nosso trabalho, no sentido de construirmos uma rede mútua de reconhecimento e cuidado, recuperando nossa forma de sermos solidários e fortalecendo a ética da ação coletiva.

e) Reprojetermos nossa vida e nosso tempo: talvez praticando o *ócio criativo*, que para além de Domenico De Masi (2000), vem sendo discutido há décadas por diversos pensadores e cientistas do mundo do trabalho, a exemplo de Bernal (2010). Precisamos refletir no que essa situação de ficar em casa pode nos ajudar no manejo do tempo para parar de forma criativa. Porque nos parece que desaprendemos a lidar com muito tempo, pois estávamos o tempo todo regulados pelo relógio. Os cursos de administração/gestão do tempo foram elaborados para se administrar o tempo do trabalho, do estudo, do lazer. E agora o tempo é fluido. Não sabemos como manejá-lo.

f) Por fim, reprojetermos as instituições: precisamos encontrar novos modos de subjetivação para cuidarmos da nossa família, da escola, das organizações. Precisamos rever os papéis sociais na família, na escola e, por que não, nos próprios contextos de trabalho. Aqui, os gestores têm um papel chave para, identificando os riscos psicossociais aos quais os trabalhadores estão expostos, potencializar fatores de proteção embasados na ética da ação coletiva.



Infelizmente, temos dificuldade de perspectivar outro sistema de sobrevivência ocidental que não seja o capitalista, com todas as suas amarras e a precarização a que o trabalho nele se expôs. Será, também, um desafio sentir, pensar e agir para sobreviver em um sistema capitalista sem priorizar o capital. Mas ao homem é inerente a capacidade de transformação, e acreditamos que coletivamente essa capacidade seja potencializada.

Parece-nos, portanto, que a pandemia nos tem ensinado novos valores que precisarão ser absorvidos e compartilhados por todos nós para que, não só nosso trabalho, mas também nossas vidas possam continuar na trajetória em que desde sempre nos empenhamos: em busca de sentido. Esperamos que aprendamos a lição que nosso inimigo invisível está nos dando, para que voltemos ao mundo do trabalho para além da nossa casa mais amadurecidos e solidários, sem máscaras e dando mais valor à vida humana em sociedade.

### **Considerações Finais**

Acreditamos que até aqui cumprimos nosso objetivo de realizar uma leitura humanista-fenomenológica da relação trabalho e subjetividade, destacando os impactos psicossociais da pandemia da COVID-19 e do distanciamento social para a saúde mental do trabalhador, assim como refletindo sobre possibilidades de enfrentamento durante e após esse período.

Nossas reflexões, no entanto, estão ancoradas em determinada visão de homem e mundo e, para ser coerente com a mesma, não predefinimos receitas prontas de como atender ao convite reflexivo que a pandemia nos coloca, nem como chegar à resolubilidade dos problemas enfrentados por trabalhadores e gestores, pois nosso ponto de partida é acreditar no potencial transformador do sujeito e suas relações.

Nesse sentido, respeitando as diversas visadas sobre o homem que sustentam saberes e práticas em Psicologia, lançamos aos nossos colegas do mundo científico o desafio de continuar enveredando pela seara de processos de aprendizagem que envolve a construção do conhecimento nesse momento tão desafiador da história da humanidade.



## REFERÊNCIAS

- Antunes, R. (2009). *Os sentidos do trabalho: ensaio sobre a afirmação e a negação do trabalho*. (2a ed.). Boitempo.
- Bauman, Z. (2009). *Vida líquida*. (2a ed. rev.). Jorge Zahar Ed.
- Bernal, A. O. (2010). *Psicologia do trabalho em um mundo globalizado: como enfrentar o assédio psicológico e o estresse no trabalho*. Artmed.
- Bezerra, A., Silva, C. E. M., Soares, F. R. G., Silva, J. A. M. (2020). Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(Supl.1), 2411-2421. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10792020>
- Blanch, J. M., & Cantera, L. M. (2008). Subjetivación del trabajo em el capitalismo flexible. In: A. M. Mendes (Org.), *Trabalho e saúde: o sujeito entre a emancipação e a servidão* (pp. 89-101). Juruá.
- Carreiro, T. C. (2005). Corpo e contemporaneidade. *Psicologia em Revista*, 11(17), 62-76. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-11682005000100005&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682005000100005&lng=pt&tlng=pt)
- Daltro, M. R., & Barreto Segundo, J. D. (2020). A pandemia nos mostra quem somos? *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 9(1), 5-8. [https://www.researchgate.net/publication/340327255\\_A\\_pandemia\\_nos\\_mostra\\_quem\\_somos/fulltext/5e83fd21a6fdcca789e58f46/A-pandemia-nos-mostra-quem-somos.pdf](https://www.researchgate.net/publication/340327255_A_pandemia_nos_mostra_quem_somos/fulltext/5e83fd21a6fdcca789e58f46/A-pandemia-nos-mostra-quem-somos.pdf)
- De Masi, D. (1999). *O futuro do trabalho: fadiga e ócio na sociedade pós-industrial*. Editora da UnB.
- De Masi, D. (2000). *O ócio criativo: entrevista a Maria Serena Palieri* (3a ed.). Sextante.
- Faro, A., Bahiano, M. A., Nakano T. C., Reis, C., Silva, B. F. P., & Vitti L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200074. <https://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>
- Feijoo, A. M. C. (2011). A crise da subjetividade e o despontar das psicologias fenomenológicas. *Psicologia em Estudo*, 16(3), 409-417. <https://www.scielo.br/pdf/pe/v16n3/v16n3a08>
- Guatarri, F., & Rolnik, S. (1993). *Micropolítica: cartografias do desejo*. Vozes.
- Kramer, A., & Kramer, K. Z. (2020). The potential impact of the Covid-19 pandemic on occupational status, work from home, and occupational mobility. *Journal of Vocational Behavior*, 119, 103442. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103442>
- Lang, C. E., Barbosa, J. F., & Caselli, F. R. (2009). Subjetividade, corpo e contemporaneidade. *Anais do XV Encontro da Associação Brasileira de Psicologia Social*, Maceió, AL, Brasil. [http://www.abrapso.org.br/siteprincipal/images/Anais\\_XVENABRAPSO/236.%20subjetividade,%20corpo%20e%20contemporaneidade.pdf](http://www.abrapso.org.br/siteprincipal/images/Anais_XVENABRAPSO/236.%20subjetividade,%20corpo%20e%20contemporaneidade.pdf)

- Macêdo, S. (2015). *Clínica humanista-fenomenológica do trabalho: a construção de uma ação diferenciada diante do sofrimento no e por causa do trabalho*. Juruá.
- Macêdo, S. (2018). Sofrimento psíquico e cuidado com universitários: reflexões e intervenções fenomenológicas. *Eco: Estudos Contemporâneos da Subjetividade*, 8(2): 265-277. <http://www.periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/view/2844/1566>
- Malloy-Diniz, L. F., Costa, D. S., Loureiro, F., Moreira, L., Silveira, B. K. S., Sadi, H. M., Apolinário-Souza, T., Alvim-Soares, A., Nicolato, R., De Pauloa, J. J., Miranda, D. M., Mayra, I. C. P., Cruz, R. M., & Silva, A. G. (2020). Saúde mental na pandemia de COVID-19: considerações práticas multidisciplinares sobre cognição, emoção e comportamento. *Revista Debates em Psiquiatria – Antes da impressão*. [https://www.researchgate.net/profile/Tercio\\_Apolinario-Souza2/publication/341255949](https://www.researchgate.net/profile/Tercio_Apolinario-Souza2/publication/341255949)
- Medeiros, E. A. S. (2020). Desafios na luta contra a pandemia COVID-19 nos hospitais universitários. *Revista Paulista de Pediatria*, 38, e2020086. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2020/38/2020086>
- Melo, B. D., Pereira, D. R., Serpelone, F., Kabad, J. F., Souza, M. S., & Rabelo, J. V. M. (Orgs). (2020). *Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: recomendações para gestores*. Fiocruz. <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/41030>
- Moraes, M. M. (2020). *Os impactos da pandemia para o trabalhador e suas relações com o trabalho* (Coleção o trabalho e as medidas de contenção da COVID-19: contribuições da Psicologia Organizacional e do Trabalho, 2). SBPOT: Artmed. <https://www.sbpot.org.br/publicacoes/livros/volume-2-os-impactos-da-pandemia-para-o-trabalhador-e-suas-relacoes-com-o-trabalho/>
- Moreira, V. (2007). *De Carl Rogers a Merleau-Ponty: a pessoa mundana em psicoterapia*. Annablume.
- Moreira, V. (2009). *Clínica humanista-fenomenológica: estudos em psicoterapia e psicopatologia crítica*. Annablume.
- Moreira, V., & Bloc, L. (2015). O Lebenswelt como fundamento da psicopatologia fenomenológica de Arthur Tatossian. *Revista Psicopatologia Fenomenológica Contemporânea*, 4(1), 1-14. <https://doi.org/10.37067/rpfc.v4i1.998>
- Nascimento, C., & Macêdo S. (2019). A crise do sentido e a saúde mental no mundo contemporâneo do trabalho: proposições fenomenológicas. *Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental*, 8(1), 95-112. <https://revistapsicofae.fae.edu/psico/article/view/237>
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., Kessler, F. H. P. (2020). Pandemia de medo e CoVid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. *Revista Debates em Psiquiatria – Ahead of print*. <https://www.researchgate.net/publication/340442412>
- Queiroga, F. (Org.). (2020). *Orientações para o home office durante a pandemia da COVID-19* (Coleção o trabalho e as medidas de contenção da COVID-19: contribuições da Psicologia Organizacional e do Trabalho, 1). SBPOT: Artmed. <https://www.sbpot.org.br/publicacoes/livros/volume-1-orientacoes-para-o-home-office-durante-a-pandemia-da-covid-19/>

- Rocha, M. A. S., Boris, G. D. J. B., & Moreira, V. (2012). A experiência suicida numa perspectiva humanista-fenomenológica. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 18(1), 69-78. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672012000100010&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672012000100010&lng=pt&tlng=pt)
- Santos, G. B. M., Lima, R. C. D. L., Barbosa, J. P. M., Silva, M. C., & Andrade, M. A. C. (2020). Trabalho e saúde mental em tempos de pandemia pela COVID-19: cuidado de si e direito à autoproteção das mulheres. *Scielo Preprints (Pilot)*, Session Health Sciences. <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/528/669>
- Santos, R. A., & Santos, F. M. S. (2017). Marcas na subjetividade do trabalhador contemporâneo. *Trabalho (En)Cena*, 2(1), 99-116. <https://doi.org/10.20873/2526-1487V2N199>
- Schmidt, B., Crepaldi, M. A, Bolze S. D. A, Neiva-Silva, L., & Demenech. L. M. (2020). Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200063. <https://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>
- Silva, H. G. N., Santos, L. E. S., & Oliveira, A.K.S. (2020). Efeitos da pandemia no novo coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. *Journal of Nursing and Health*, 10(n.esp.), e20104007. <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/18677/11414>
- Tatossian, A., & Moreira, V. (2012). *Clínica do lebenswelt: psicoterapia e psicopatologia fenomenológica*. Escuta.

